





Programme de la formation

Les défis du formateur : Se connaître pour mieux animer

-  Formation tutorée à distance
-  7 heures
-  Tout public · De 1 à 8 participants
-  À partir de 490 € Net de taxe par participant

Description courte

Cette formation permet aux formateurs de mieux se connaître pour gagner en aisance, adaptabilité et impact lors de leurs animations. Elle combine **connaissance de son style d'animation, préparation mentale et physique** avant intervention, et **création d'un plan d'action personnel de préparation**.

Cette formation fait partie d'une série de formations "**LES DEFIS DU FORMATEUR**"

Profil des participants

Formateurs, consultants-formateurs, intervenants pédagogiques, débutants ou expérimentés.

Prérequis

Avoir animé ou coanimé au moins une session de formation ou un atelier.

Objectifs

- Identifier son style d'animation et ses préférences relationnelles.
- Définir sa posture et sa communication selon les préférences des apprenants.
- Mettre en place une préparation personnelle (mentale et physique) efficace.

Aptitudes et compétences visées / attestées

- Identifier les apports de la **boussole des couleurs** dans la relation formateur-apprenant.
- Développer des **rituels de préparation** favorisant la présence, la concentration et la régulation émotionnelle.
- Construire un outil de **préparation opérationnelle** adaptable à tout contexte d'animation.
- Renforcer la confiance en soi et l'ancrage dans son rôle de formateur.

Contenu

Se connaître grâce à la boussole des couleurs

- Présentation du modèle la boussole des couleurs
- Forces, limites, besoins de chaque type
- Identifier son propre profil dominant et ses zones de flexibilité
- Adapter sa communication et son animation selon les profils des apprenants

Se préparer efficacement : corps & esprit

- **Préparation physique** : respiration, ancrage, gestes d'énergie
- **Préparation mentale** : recentrage, visualisation, intention d'animation
- Rituels simples, réutilisables avant chaque session (10 minutes maxi)

Mise en œuvre : construction d'une carte de préparation personnelle

- Élaboration d'une **fiche outil personnalisée** avec :
 - Mes points d'attention selon mon profil
 - Mes rituels avant d'animer
 - Mon plan de vigilance (fatigue, stress, signes faibles)
 - Mes outils pour relancer une dynamique
- Préparation à l'auto-évaluation et à l'amélioration continue

Pédagogie et organisation

Approche active, ludique et participative.

Alternance entre brainstorming, exposés et mises en situation, la formation invite à une participation active des stagiaires.

Positionnement et Modalités d'évaluation des acquis

- Un **test de positionnement** sera réalisé au démarrage de la formation.
- **Évaluation des compétences** liées aux objectifs opérationnels définis sera réalisée tout au long de la formation à travers la réalisation de mise en situation sur les thèmes et sujets de chaque participant

<i>Connaissances ou compétences</i>	<i>Modalités d'évaluation</i>	<i>Critères d'évaluation</i>
	<i>(QUIZZ, exercices...)</i>	<i>(% de réussite, ou comparaison entrée et sortie de stage...)</i>
Identifier son style d'animation et ses préférences relationnelles.	Auto-diagnostic	100 % des participants positionnés
Définir sa posture et sa communication selon les préférences des apprenants.	Quiz	75% de réussite au quiz
Mettre en place une préparation personnelle (mentale et physique) efficace.	Créer sa carte de préparation	Carte complète, réaliste, réutilisable après la formation

- Fiche d'évaluation qualitative de la formation (à chaud)
- Évaluation à froid après formation (3 à 6 mois)

Mode de validation

Une attestation de compétences sera remise précisant le niveau d'obtention de la compétence (Très satisfaisant, Satisfaisant, Faiblement satisfaisant, Insatisfaisant).

Financements possibles

OPCO et autres financements d'entreprise possible

Modalités et délai d'accès

En solo formule « Premium » à 490€ HT :

Formation distancielle composée d'un espace e-learning, des ressources à consulter et des activités à réaliser avec forum à disposition

- **Délai d'inscription : A la demande**
- **Date d'accès à la plateforme : 8 jours au minimum après la signature de la convention de formation**
- **Date de fermeture de la plateforme : la plateforme reste accessible à l'issue de la formation**

En solo formule « VIP » 790€ HT :

Formation distancielle composée :

- **1 heure de classes virtuelles (1h)**
- d'un espace e-learning avec des ressources à consulter et des activités à réaliser avec forum à disposition - temps estimée de 3 heures
- **Accompagnement tutoral** de 2 heures maximum en 2 fois
- **1 rdv bilan d'1h en classe virtuelle** à l'issue de la formation

Un PIF (Protocole Individuel de Formation) sera établi pour chaque participant lui permettant de planifier son parcours

- **Délai d'inscription : A la demande**
- **Date d'accès à la plateforme : 8 jours minimum avant le démarrage sous réserve de signature de la convention de formation et du PIF**
- **Date de fermeture de la plateforme : la plateforme reste accessible à l'issue de la formation**

En groupe formule « Intra » à partir de 4 participants et jusqu'à 8 participants 1345 € HT par session :

Formation distancielle composée :

- **de 3 heures de classes virtuelles (2*1,5h)**
- d'un espace e-learning avec des ressources à consulter et des activités à réaliser - temps estimée de 3 heures
- **d'accompagnement tutoral d'1h par participant** entre les deux classes virtuelles.

Un PIF (Protocole Individuel de Formation) sera établi pour chaque participant

- **Délai d'inscription : 30 jours minimum**
- **Date d'accès à la plateforme : 8 jours avant la 1ere classe virtuelle sous réserve de signature de la convention de formation**
- **Date de fermeture de la plateforme : la plateforme reste accessible à l'issue de la formation**

Référent handicap

PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP : *(mise en place de compensation...)*

Contact : Référent handicap 02 51 84 95 55 / 06 28 70 45 28 / nadiahadjeri@cadresenmission.com

Intervenant

Delphine VALAY, Consultante-Formatrice-Facilitatrice