FICHE TECHNIQUE DE FORMATION

Formation – Devenir formateur interne

Dernière màj 19/11/2025

Devenir formateur interne

Taux de satisfaction : 10/10 – Taux d'abandon : 0%

Taux de réussite au regard de l'atteinte des aptitudes et compétences attendus : 100%

Conditions de la formation

- **Durée** : de 2 jours à 3.5 jours
- **Format** : présentiel
- **Effectif du groupe** : jusqu'à 12 personnes
- **Prix** : à partir de 1500 € HT / jour
- **Délai d'accès** : 1 à 2 mois après la signature du devis

Introduction de la formation

Ce parcours complet permet à chaque formateur interne de développer une posture confiante et professionnelle, de concevoir des formations impactantes, de dynamiser ses animations – y compris à distance – et de s'inscrire dans une démarche d'amélioration continue grâce à l'expérimentation et au feedback.

Public concerné

Cette formation s'adresse à tout public, du secteur privé ou public, en activité professionnelle de préférence, souhaitant devenir formateur interne ou se former à la compétence de formateur.

AUCUN PRÉREQUIS N'EST NÉCESSAIRE, cependant, un questionnaire de positionnement des attentes, compétences et aptitudes à l'entrée ainsi qu'à la sortie de la formation sera systématiquement proposé aux stagiaires.

Objectifs pédagogiques et aptitudes

A l'issue du programme, les participants seront en mesure de :

- Comprendre le fonctionnement du cerveau, ses mécanismes d'attention, de mémoire et de perception.

- Identifier les biais cognitifs, leurs impacts et les leviers pour les déjouer.
- Développer leur attention, concentration et organisation cognitive pour gagner en efficacité.
- Comprendre les mécanismes du stress et leurs effets sur la décision et les comportements.
- S'approprier des techniques simples de régulation émotionnelle et de récupération cognitive.
- Appliquer des outils de psychologie positive, de priorisation et d'auto-compassion pour renforcer la motivation et la performance durable.
- Élaborer un plan d'action personnel basé sur les apprentissages.

Contenu de la formation

JOUR 1 - Posture, dynamique de groupe & fondamentaux (1 jour)

Temps clé	Objectifs	Contenus principaux et compétences à l'issue	Outils	Modalités
Accueil et introduction	Accueillir les participants, présenter le formateur et énoncer le déroulé de la formation	• Présentation du formateur • Programme et déroulé de la formation • Recueil des attentes	Support Brainstorming	Présentiel
1. Posture du formateur	- Se positionner dans le rôle de formateur - Identifier ses atouts & axes de progrès - Adopter une posture sécurisante & professionnelle	**Contenus** : 3 facettes du formateur (Orateur / Pédagogue / Animateur) ; qualités attendues ; erreurs à éviter ; légitimité. **Compétences** : Alignement posture/intentions, capacité à installer un cadre clair, auto-analyse.	Brainstorming, échanges, analyse de pratiques	Présentiel
2. Les situations difficiles & la	- Identifier ses craintes - Anticiper & gérer	**Contenus** : craintes fréquentes, anticipation, plan B, outils de	Trucs & astuces, checklists,	Présentiel

sécurité du formateur	situations déstabilisantes - Trouver des leviers pour se sentir légitime	sécurisation ; droit à ne pas tout savoir. **Compétences** : gestion émotionnelle, adaptation, assertivité, régulation.	prise de recul guidée	
3. Apprentissage adulte & gestion de l'attention	- Comprendre les mécanismes d'apprentissage - Adapter sa pédagogie aux limites attentionnelles - Identifier les signaux de décrochement	**Contenus** : 7 conditions de l'apprentissage, neurosciences de l'attention, mémorisation, signaux non verbaux. **Compétences** : adapter rythme/format, mobiliser l'attention, reformuler efficacement.	Quiz attention, mises en situation, exemples concrets	Présentiel
4. Dynamique de groupe & profils de participants	- Identifier les profils-types - Savoir réguler sans brusquer - Encourager la participation équilibrée	**Contenus** : 7 attitudes de participants, outils de régulation, attitudes à éviter, gestion du temps, gestion de conflit latent, occupation de l'espace. **Compétences** : gestion de groupe, communication, affirmation, maintien du cadre.	Jeux de rôle, retours collectifs, analyse de cas	Présentiel

MODULE 1 - Comprendre un besoin & concevoir un déroulé (0.5 jour)

Temps clé	Objectifs	Contenus principaux et compétences à l'issue	Outils	Modalités
1. Comprendre un besoin de formation	- Identifier le contexte, les écarts de compétences - Poser les bonnes questions au commanditaire - Définir objectifs & indicateurs	**Contenus** : définition du besoin, questions clés (Qui ? Quoi ? Pourquoi ? Comment ? Quand ?), modèle ADDIE phase Analyse. **Compétences** : analyse de besoin, reformulation, clarification des	Grille d'analyse, trame de questionnement, cas pratiques	Présentiel

		attentes, construction d'objectifs pertinents.		
2. Traduire le besoin en déroulé pédagogique	- Structurer une progression pédagogique - Articuler théorie/pratique - Construire un déroulé cohérent	**Contenus** : étapes incontournables, structure, alternance pratiques/théories, fil rouge, titres pertinents, feedback commanditaire. **Compétences** : ingénierie pédagogique, planification, priorisation des contenus.	Modèle de déroulé, atelier pratique de construction	Présentiel
3. Concevoir un support efficace	- Produire un support clair & utile - Comprendre les règles de lisibilité & d'impact - Éviter les pièges des supports "trop chargés"	**Contenus** : objectifs d'un support, règles d'or (simplicité, cohérence, fil conducteur), omissions fréquentes, message visuel. **Compétences** : conception de support, vulgarisation, narration pédagogique.	Analyse de slides, "pire support", checklist visuelle	Présentiel

MODULE 2 - Animation à distance & outils digitaux (0.5 jour)

Temps clé	Objectifs	Contenus principaux et compétences à l'issue	Outils	Modalités
1. Focus attention & cognition en visio	- Saisir les limites attentionnelles en visio - Repérer les décrochages - Adapter formats & rythmes	**Contenus** : baisse attentionnelle (8–12 min), multitâche, signaux de décrochage, limites cognitives. **Compétences** : structurer ses séquences, détecter les décroches, ajuster sur le moment.	Quiz attention, tests rapides, exemples concrets	Présentiel
2. Les 5 leviers de dynamisation à distance	- Varier les modalités - Accroître l'interactivité - Maintenir un	**Contenus** : ruptures, micro-activités, gestion parole, sécurité psychologique, humour/storytelling.	Sondages, micro-jeux, chat warm-up, techniques de questions	Présentiel

	engagement élevé	**Compétences** : animation rythmée, gestion du chat, sollicitation équilibrée, créativité pédagogique.		
3. Intégrer les outils digitaux	- Identifier les bons outils selon les besoins - Renforcer l'interactivité grâce au digital	**Contenus** : Klaxoon, Miro, Padlet, Xmind, générateurs de brises-glace, activités interactives. **Compétences** : choix d'outil, scénarisation digitale, animation numérique.	Démonstrations outils, exercices sur tableaux blancs collaboratifs	Présentiel
4. Préparer l'expérimentation	- Structurer son passage - Préparer support, intention et activité	**Contenus** : consignes, attentes, préparation technique, déroulé de la séquence. **Compétences** : synthèse, scénario pédagogique, prise de parole à distance	Trame de préparation, exemples d'organisation	Présentiel

MODULE 3 - Évaluer et améliorer sa pratique (0.5 jour)

Temps clé	Objectifs	Contenus principaux et compétences à l'issue	Outils	Modalités
1. Évaluation & amélioration continue de sa pratique	- Comprendre les finalités de l'évaluation - Identifier les axes d'amélioration - Intégrer feedback & ajustements	**Contenus** : enjeux, indicateurs, niveaux d'évaluation, satisfaction à chaud / froid, transférabilité. **Compétences** : auto-évaluation, amélioration continue, maturité pédagogique.	Grilles d'évaluation, exemples de questions, auto-diagnostic	Présentiel
2. Faire grandir ses participants	- Identifier points forts / progrès - Donner une critique constructive	**Contenus** : feedback sandwich, auto-critique guidée, formulation d'encouragements, évaluation savoir-être / savoir-faire.	Techniques de feedback, mises en situation, grilles simpless	Présentiel

	- Renforcer la motivation du stagiaire	**Compétences** : communication empathique, évaluation formative, posture de soutien.		

JOURNÉE D'EXPÉRIMENTATION - (0.5 à 1 jour selon le nombre de stagiaires)

Temps clé	Objectifs	Contenus principaux et compétences à l'issue	Outils	Modalités
Session d'expérimentation	- Mettre en pratique les acquis - Mener une séquence complète - Recevoir & intégrer les feedbacks	**Contenus** : animation d'une séquence de 15 minutes + support ; feedback des pairs & du formateur ; analyse de la posture, gestion du temps, pédagogie active. **Compétences** : prise de parole, structuration pédagogique, gestion du stress, ajustement en direct, amélioration continue.	Support visuel, trame déroulé, outils visio, feedback structuré	Présentiel

Moyens pédagogiques

Le parcours mobilise une pédagogie active, progressive et expérientielle reposant sur :

1. Apports théoriques contextualisés

- Bases de la pédagogie adulte
- Neurosciences de l'attention et de la mémorisation
- Posture du formateur & dynamique de groupe
- Ingénierie pédagogique & cadre légal de la formation
- Outils digitaux et animation à distance

➤ Présentés de manière accessible, ancrés dans le vécu professionnel des participants.

2. Alternance continue théorie / pratique

- Études de cas

- Exercices d'analyse de besoins
- Conception d'un déroulé pédagogique
- Construction de supports de formation
- Micro-exercices de dynamisation
- Ateliers d'évaluation et de feedback

➤ L'objectif : permettre une appropriation directe des outils et méthodes.

3. Pédagogie participative & collaborative

- Brainstormings & partages d'expériences
- Co-construction de solutions
- Travaux en binômes ou petits groupes
- Interactions permanentes, y compris à distance

➤ Permet de sécuriser, libérer la parole et créer un collectif d'apprentissage.

4. Mise en situation et expérimentation

- Animation réelle d'une séquence par chaque formateur interne
- Feedback structuré des pairs et du formateur
- Auto-évaluation guidée
- Débriefing collectif

➤ C'est le cœur du parcours : ancrer les compétences et les comportements.

5. Utilisation d'outils variés

- Supports pédagogiques projetés
- Grilles d'analyse & checklists
- Tableaux blancs collaboratifs (Klaxoon, Miro, Padlet…)
- Techniques d'animation distancielle (micro-activations, chat, sondages…)
- Fiches pratiques & outils "prêts-à-l'emploi"

➤ Favorise l'engagement, l'attention et la transférabilité en conditions réelles.

6. Approche réflexive & amélioration continue

- Mises en perspective des pratiques personnelles
- Journal d'apprentissage ou plan d'action individuel

- Exercices d'auto-questionnement
- Intégration des feedbacks dans ses futures animations

➤ Viser la progression continue du formateur interne.

Moyens techniques

Cette formation est réalisée en présentiel devant les stagiaires. Elle nécessite un vidéoprojecteur et un écran, un paperboard et des feutres et une salle assez grande pour 12 personnes.

Évaluation des acquis

Les acquis de la formation sont évalués par des mises en situation pratiques au sein de l'organisme (entreprise ou service public). Les acquis de la formation seront également évalués par un questionnaire de validation des acquis systématiquement envoyé aux stagiaires en sortie de formation.

Accessibilité

En cas de signalement d'une personne en situation de handicap, l'entreprise et la personne sont orientés vers notre référente handicap.
Contact de la référente handicap : Candice WOJAK (06 78 005 03 84 / c.wojak@relyance.fr).
Elle a suivi la formation "Référent Handicap" le 07/02/2024 avec l'organisme TH Conseil.
Notre référente handicap, selon le type de handicap, s'orientera vers l'interlocuteur de l'organisme concerné afin d'adapter les conditions d'accueil et les accès en termes de locaux, et d'adaptation des moyens de la prestation.
En cas d'exécution dans les locaux de l'entreprise demandeuse, les conditions d'accès applicables sont celles de l'entreprise, au même titre que son règlement intérieur.