Animer une formation participative

Programme générique en date du 26 octobre 2026. Il peut être adapté à vos besoins.

Présentation générale

Vos formations reposent sur des personnes compétentes dans leur domaine : formateurs internes, encadrants, bénévoles, experts. Mais les séances restent souvent descendantes, les participants décrochent et les animateurs se sentent démunis quand le groupe se tait ou se tend.

Cette formation leur donne les techniques et la posture pour faire participer, coopérer et apprendre ensemble. Inspirée de l'éducation populaire et de l'intelligence collective, elle se vit autant qu'elle s'apprend : les participants expérimentent les techniques avant de les analyser, animent eux-mêmes et s'entraînent aux situations délicates par les jeux de rôles et le théâtre-forum.

Ils repartent avec une boîte à outils d'animation, des repères pour ajuster leur posture et un plan d'action pour leurs prochaines séances. La formation peut s'appuyer sur vos contenus et vos situations de terrain.

Pré-requis

Il n'y a pas de pré-requis pour cette formation.

Objectifs généraux

- Rendre ses formations plus participatives pour que les participants apprennent en agissant et en coopérant.

- Faire vivre un groupe en formation : poser un cadre, accompagner sa dynamique, réagir avec justesse aux tensions et aux résistances.

Objectifs opérationnels, pédagogiques, évaluables

À l'issue de la formation, le stagiaire sera capable de :

1. Concevoir une séquence de formation participative, en précisant son objectif, son déroulé, ses consignes et la façon d'évaluer les acquis.
2. Animer cette séquence en mobilisant une ou plusieurs techniques participatives, choisies en fonction de l'objectif et du groupe.
3. Ajuster sa posture et ses interventions à la dynamique du groupe, y compris face à une situation délicate.
4. Analyser sa pratique à partir de faits observés et formuler des pistes de progrès concrètes.

L'atteinte de chaque objectif est évaluée par des productions, des mises en situation et des retours structurés, et fait l'objet d'une appréciation du niveau atteint en fin de formation.

Public concerné

Personnes qui animent des groupes sans être formateurs de métier, ou qui débutent : formateurs internes, encadrants techniques et accompagnateurs de l'insertion, salariés et bénévoles associatifs, agents de collectivités, experts métiers amenés à transmettre.

La formation est particulièrement adaptée aux structures de l'économie sociale et solidaire, de l'insertion, de l'action sociale et aux collectivités.

Modalités d'inscription et délai d'accès

L'inscription se fait directement auprès de Catherine Sabel, interlocutrice pour le recueil des besoins, l'adaptation et l'animation de la formation, la contractualisation, le suivi administratif et la facturation.

Un questionnaire de positionnement, complété si besoin par un échange téléphonique, permet de recueillir l'expérience et les attentes de chacun et d'adapter la formation.

Il faut prévoir environ un mois et demi entre la demande et le démarrage en cas de prise en charge par un OPCO, et une à deux semaines en cas de financement direct.

Méthodes mobilisées

La formation applique ce qu'elle enseigne : elle est elle-même participative. Environ **deux tiers du temps est consacré à la pratique**.

Les participants vivent d'abord les techniques, issues de l'éducation populaire et de l'intelligence collective (1-2-4-Tous, paperboard tournant, débat mouvant, photo-langage, lecture croisée…), puis en analysent les effets et les conditions de réussite. Des apports courts structurent ces expériences.

La posture et la régulation des situations délicates se travaillent par le théâtre-forum et les jeux de rôle, avec des repères issus de la communication non violente.

Chaque participant prépare et anime au moins une séquence courte, puis reçoit des retours structurés de ses pairs et de la formatrice : un fait observé, son effet, une piste.

Ressources pédagogiques

Avant la formation : le programme, les objectifs et les informations pratiques ; un questionnaire de positionnement. Il est conseillé de venir avec un sujet ou un contenu que l'on souhaite transmettre.

Pendant la formation : supports de présentation, consignes d'activités, fiches techniques d'animation, scénarios de mises en situation et grilles d'observation.

Après la formation : une boîte à outils regroupant les fiches des techniques expérimentées, les supports conçus pour la formation, une trame d'auto-évaluation et un plan d'action individuel.

Les ressources appartenant à des tiers ne sont transmises que si leurs conditions d'utilisation et de diffusion le permettent.

Programme de formation

Modalités d'organisation

Formation en présentiel d'une durée totale de 21 heures, réparties sur trois journées de 7 heures (par exemple 9h - 12h30 et 13h30 - 17h). Aucune séquence à distance n'est prévue dans ce format. Groupe de 6 à 12 participants.

La première journée est consacrée à faire participer, la deuxième à faire vivre le groupe, la troisième à s'entraîner et à consolider les acquis.

Il est recommandé d'espacer la troisième journée de deux à quatre semaines, pour permettre aux participants d'expérimenter entre les journées. Le calendrier est défini avec le commanditaire ou fixé par la formatrice pour les sessions interentreprises.

Le calendrier est défini avec le commanditaire en fonction des disponibilités et des besoins identifiés.

Matériel pédagogique

Fourni par la structure d'accueil (le commanditaire pour une formation dans ses murs, la formatrice pour une session interentreprises) : une salle permettant de déplacer les tables et de travailler en sous-groupes, un paperboard, des feuilles et des marqueurs ; un vidéoprojecteur selon les activités retenues.

Apporté par la formatrice : supports pédagogiques, fiches méthodes, scénarios de mise en situation et documents de travail.

Pour chaque participant : de quoi prendre des notes et si possible un sujet ou une séquence de formation sur lequel s'appuyer pendant les exercices. Aucun ordinateur n'est nécessaire.

Modalités d'évaluation

Un **positionnement initial** recueille les attentes, l'expérience et les besoins des participants, pour adapter les exemples et les mises en situation.

Pendant la formation, les acquis sont observés à travers les productions, les mises en situation et les retours structurés. En fin de formation, l'animation d'une séquence permet d'apprécier les compétences mobilisées, et chaque participant réalise une **auto-évaluation** et un **plan d'action**.

Le niveau atteint pour chaque objectif opérationnel est indiqué dans l'attestation de fin de formation : « totalement », « partiellement » ou « pas du tout ». Un questionnaire de satisfaction recueille l'avis des participants.

Six à huit semaines après la formation, un **questionnaire de suivi** peut être proposé pour identifier les techniques réutilisées et les difficultés de transfert.

Accessibilité des personnes en situation de handicap

L'accessibilité d'un organisme de formation doit répondre au principe d'égalité de traitement vis-à-vis des personnes en situation de handicap, établi par la loi Handicap du 11 février 2005.

Accès aux formations
À chaque personne son projet de formation adapté à ses besoins spécifiques.

Nos formations et les locaux dans lesquels elles se déroulent sont accessibles à toutes et tous.

En cas de besoin spécifique, n'hésitez pas à contacter la référente handicap de Coopaname : Carine Julien / of@coopaname.coop.

Tarif indicatif

Tarif par stagiaire
1575 € HT (1890 € TTC) Soit 75 € HT (90 € TTC) de l'heure
Tarif pour un groupe d'une même structure
3360 € HT (4032 € TTC) Soit 160 € HT (192 € TTC) de l'heure

Durée

21 heures

Intervenant(e)

Son CV
https://www.linkedin.com/in/catherine-sabel/

Catherine SABEL

Formatrice en communication interpersonnelle et coopération au travail

J'accompagne les professionnel·les à mieux communiquer dans les situations délicates, à prévenir les tensions et à développer des relations de travail plus constructives. Mes formations prennent en compte à la fois les façons de communiquer, les relations au sein du collectif et le cadre professionnel dans lequel elles s'inscrivent.

Après quinze ans comme professeure des écoles, j'ai poursuivi mon parcours dans le secteur associatif, autour de l'environnement, de la solidarité et de l'insertion professionnelle.

La coordination de salarié·es, de bénévoles et de partenaires, ainsi que ma contribution à la création d'un tiers-lieu coopératif, m'ont confrontée aux réalités de la coopération au quotidien : les attentes parfois implicites, les désaccords, la répartition des rôles et les difficultés de communication.

Ces expériences m'ont amenée à me former à la communication non violente et à approfondir ma compréhension des dynamiques relationnelles et du fonctionnement des organisations via une licence de sociologie. J'ai ensuite obtenu le titre professionnel de formatrice professionnelle d'adultes pour explorer les spécificités de la formation professionnelle.

Dans mes formations, je privilégie une **pédagogie active**, ancrée dans les situations professionnelles. Les participant·es expérimentent, analysent des situations, s'entraînent à travers des exercices et des jeux de rôle, puis prennent du recul grâce à des retours structurés et constructifs. Mon objectif est de leur permettre de mieux comprendre ce qui se joue dans les échanges et d'identifier des façons d'agir adaptées à leur réalité professionnelle.

Sujets d'intervention

- **Communication interpersonnelle** : exprimer un désaccord, formuler un retour, poser ses limites et faire face à une conversation délicate.
- **Prévention des tensions et des conflits** : comprendre les mécanismes relationnels, repérer les facteurs de tension et chercher des façons constructives de les désamorcer.
- **Coopération au travail** : clarifier les rôles, les attentes et les règles de fonctionnement pour faciliter les relations au sein d'un collectif.
- **Animation de formations participatives** : favoriser l'implication des apprenants, choisir des méthodes actives et réguler les dynamiques de groupe.

Contenus

Jour 1 : Faire participer

Vivre et analyser des techniques d'animation issues de l'éducation populaire et de l'intelligence collective ; concevoir une séquence participative (objectif, déroulé, consignes, évaluation des acquis).

Jour 2 : Faire vivre le groupe

Posture de l'animateur, communication verbale et non verbale, dynamique de groupe ; régulation des situations délicates par le théâtre-forum et la communication non violente.

Jour 3 : S'entraîner

Animation de séquences par les participants, retours entre pairs, analyse de pratique et plan d'action individuel.