



Fiche
H

Mon implication avant, pendant et après une formation

CETTE FICHE ME PERMET...

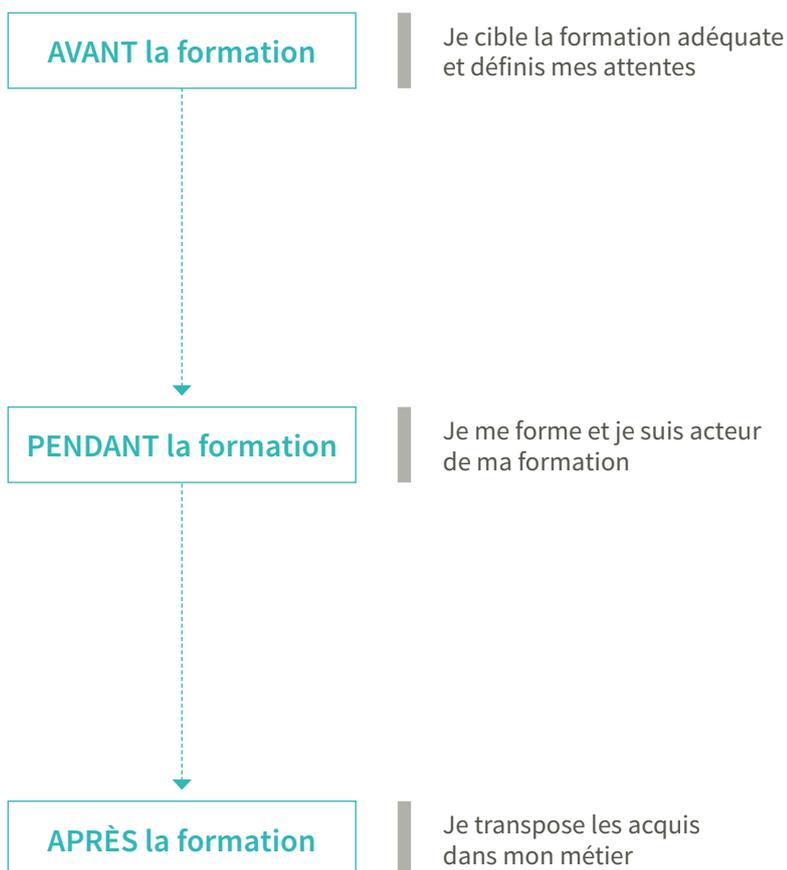
- | De préciser mes attentes concrètes par rapport à une formation ;
- | D'adopter une attitude favorisant l'apprentissage lors d'une formation ;
- | De consigner ce que je retiens de ma formation ;
- | De faire le lien entre la formation et mon métier.

Pour m'aider à compléter cette fiche, je peux notamment me tourner vers :

- > **Mon tuteur**
- > **Le responsable de la formation de mon institution**
- > **L'opérateur de formation**
- > **Mon employeur / responsable d'équipe**
- > **La délégation syndicale**



© Robert Kneschke / Fotolia



1. Je m'implique avant et après ma formation

Nous vous proposons de compléter un exemplaire du Formulaire  ci-après pour chaque formation que vous êtes amené à suivre. Afin d'en garder une trace, classez-le avec l'attestation de présence de la formation concernée !

Le Formulaire  est structuré en deux parties, l'une étant à compléter avant la formation, l'autre une fois qu'elle est terminée.

a) Avant la formation / Partie 1 du Formulaire

Avant de vous rendre en formation, il est intéressant de cibler précisément ce que vous en attendez... mais aussi ce que vous attendez de vous-même !

- Quelles sont mes attentes par rapport à la formation ?
- Quels sont mes objectifs ?
- Quelles compétences voudrais-je ainsi acquérir ou développer ?

b) Après la formation / Partie 2 du Formulaire

De même, une fois la formation terminée, prenez le temps de réfléchir à quelques éléments importants :

- La formation correspondait-elle à mes attentes ? Aux attentes de mon organisation ?
- Qu'est-ce que j'en retiens ?
- Concrètement, que vais-je (essayer de) mettre en pratique dans mon métier ?



© Sergey Novikov / Fotolia

2. Pendant la formation, je suis acteur de ma formation

Une formation n'est pas une pièce de théâtre à laquelle vous assistez : vous n'y êtes pas en tant que spectateur. Vous aussi, vous êtes un acteur de votre apprentissage.

- | Écoutez les interventions de chacun ; celles du formateur bien sûr, mais également des autres participants. Leurs expériences et leurs témoignages vous permettront d'enrichir votre apprentissage et votre réflexion.
- | Réagissez et partagez vous-même vos propres expériences, votre propre vécu. Confrontez votre façon de voir les choses à celles des personnes qui vous entourent.
- | Prenez des notes pour garder une trace de ce que vous apprenez. Ne notez cependant pas tout ! Pendant que vous notez, vous écoutez moins mais vous vous épuisez plus ; trouvez un juste milieu afin de consigner par écrit les éléments qui vous paraissent importants, utiles ou qui vous posent question.

Chacun a sa propre façon de prendre note : certains préfèrent rédiger des phrases complètes, d'autres préféreront transformer leurs idées en un dessin. Libre à vous d'utiliser la méthode qui vous convient !

- | Faites vos propres recherches sur le sujet ! Articles de presse, documentation, recherches internet... Autant de possibilités qui vous permettront de découvrir le sujet sous un autre angle.



Je m'implique avant et après ma formation

Formulaire en lien avec la Fiche 1

I Intitulé de la formation :

.....

I Date(s) de formation :

.....

I Opérateur / Formateur :

.....

Partie 1 – AVANT la formation

Complétez cette partie avant de vous rendre en formation.

QUELS SONT MES ATTENTES, MES OBJECTIFS, PAR RAPPORT À CETTE FORMATION ?

Qu'est-ce que je souhaite y apprendre ? Pour quoi faire ?

1.

2.

3.

4.

QUEL INTÉRÊT CETTE FORMATION A-T-ELLE POUR MON ORGANISATION ?

.....
.....
.....

QUELLES SONT LES COMPÉTENCES QUE JE SOUHAITE DÉVELOPPER ?

.....
.....
.....

1 Téléchargez de nouveaux formulaires vierges sur notre site www.moncarnetdebord.be !

Partie 2 – APRÈS la formation

Complétez cette partie au retour de la formation. Pensez également à mettre à jour la liste des **formations continues** que vous avez suivies, à la Fiche **A**.

LA FORMATION A-T-ELLE RÉPONDU À MES ATTENTES
(DÉFINIES À L'ÉTAPE 1) ?

Pourquoi et dans quelle mesure ?

.....

.....

.....

.....

QU'EST-CE QUE JE RETIENS DE CETTE FORMATION ?

Des mots-clés, une image, une idée, une citation...

.....

.....

.....

.....

QUEL(S) ÉVÈNEMENT(S) M'A(ONT) MARQUÉ
AU COURS DE LA FORMATION ?

Cela peut être une parole du formateur, un exercice pratique réalisé, un moment d'échange avec un participant...

.....

.....

.....

.....

QUELS CHANGEMENTS PUIS-JE METTRE EN PLACE DANS MA PRATIQUE ?

**Si ces changements ne dépendent pas que de moi,
vers qui puis-je me tourner pour proposer mes idées ?
En quoi mon organisation peut-elle m'aider à les mettre en place ?**

QUE SOUHAITERAIS-JE APPROFONDIR PAR LA SUITE ?



© Daniel Ernst / Fotolia