

The background of the page is a soft-focus image of a golden hourglass on the left and a futuristic robot on the right. The robot has a glowing eye and is looking down at a stack of papers. The overall color palette is light and airy, with a focus on gold, teal, and white tones.

Où passe ton temps de conception ?

3 étapes pour faire la paix avec ton travail invisible

par **Leïla Hiret** – Legacy Geek Lady & créatrice de FormIA Booster

🤔 Avant de chercher à gagner du temps, encore faut-il savoir où il s'en va

Si tu es formateur·rice, tu connais ce sentiment : travailler dans l'ombre, peaufiner jusqu'à tard, et avoir l'impression que tout ce temps "invisible" ne compte pas vraiment.

Ce mini-guide est là pour t'aider à y voir clair : où tu passes ton temps, ce que tu pourrais simplifier, et ce qui mérite vraiment ton expertise humaine.

Prépare un café, on fait le point. ☕

📄 💡 **L'objectif** : Retrouver du contrôle sur ton temps et reconnaître la valeur de ton travail de conception.



👁️ Étape 1 – Fais la différence entre ce qu'on voit... et tout le reste

🕒 Temps visible

Ce que ton client ou ton public voit

- Animation de sessions
- Échanges en direct
- Feedbacks immédiats
- Interactions avec les apprenants

🕒 Temps invisible

Tout le travail en coulisses

- Préparation des contenus
- Conception pédagogique
- Mise en forme des supports
- Ajustements et corrections
- Recherche et veille

✏️ Exercice express

Trace deux colonnes sur une feuille. Dans la première, note ce que tu fais "devant" les apprenants. Dans la seconde, tout ce que tu fais *avant* ou *après*.

Souvent, la deuxième colonne est deux à trois fois plus longue. Et pourtant, c'est là que se joue ta vraie valeur.

🔧 Étape 2 – Repère les tâches où ton expertise est sous-exploitée

Certaines activités te demandent beaucoup de temps, mais pas forcément ton intelligence pédagogique. Ce sont des tâches essentielles, certes, mais qui ne nécessitent pas toute ta créativité ni ton expérience de formatrice.

Reformulation

Reformuler un objectif pédagogique, ajuster le niveau de langage, adapter le ton pour différents publics.

Génération d'idées

Chercher des idées d'activités variées, proposer des exercices pratiques, trouver des exemples concrets.

Création de quiz

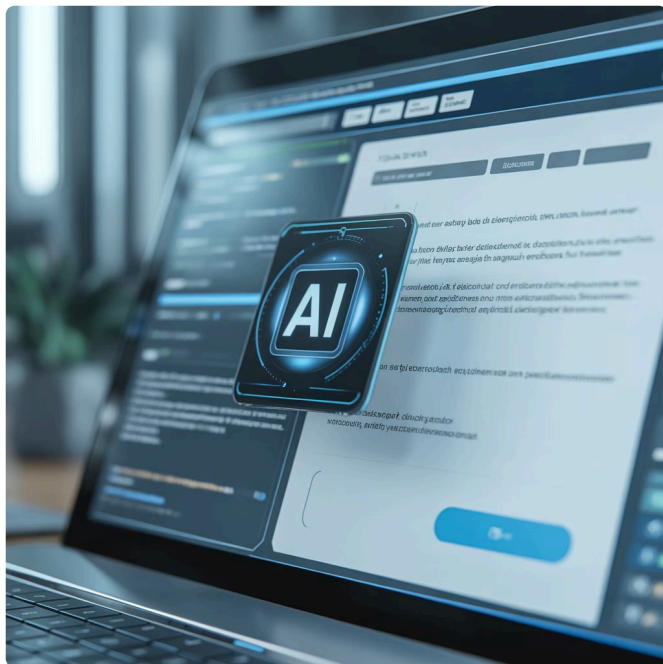
Concevoir des questions à choix multiples, élaborer des QCM, varier les formats d'évaluation.

Mise en forme

Structurer un document, harmoniser les titres, créer des tableaux, organiser visuellement le contenu.

Corrections

Corriger des coquilles, vérifier l'orthographe, relire les supports, traquer les incohérences.



📄💡 Bonne nouvelle

Ce sont souvent des tâches que **l'IA peut accélérer pour toi**, sans rien enlever à ta patte ni à ta créativité.

✏️ Exercice pratique

Prends ta liste de tâches invisibles. Mets un ● devant les tâches que tu aimerais déléguer à une IA bien briefée. Sois honnête : lesquelles te prennent du temps sans vraiment solliciter ton expertise ?

🗨️ Étape 3 – Concentre ton énergie sur ce que toi seul peux faire

Certaines choses ne seront *jamais* automatisables – et c'est tant mieux ❤️

C'est là que ta valeur de formatrice prend tout son sens. Ces compétences humaines, cette intelligence relationnelle, cette capacité à lire entre les lignes et à adapter ton approche en temps réel : voilà ce qui fait la différence entre un bon cours et une expérience transformante.



Comprendre les besoins réels

Identifier ce qui se cache derrière les demandes explicites, détecter les blocages non formulés, adapter ta pédagogie aux profils.



Créer des expériences vivantes

Concevoir des moments d'apprentissage mémorables, susciter l'engagement émotionnel, créer du lien entre les apprenants.



Ajuster en temps réel

Modifier le ton selon l'énergie du groupe, adapter le rythme, gérer les dynamiques relationnelles, improviser avec justesse.



Déclencher des prises de conscience

Poser les bonnes questions au bon moment, créer des déclics, accompagner les transformations, inspirer le changement.

C'est cette part humaine que **FormIA Booster** te permet de préserver, en t'aidant à structurer le reste. L'IA devient ton assistante pour les tâches techniques, pendant que tu te concentres sur l'essentiel : l'humain.

Moins de bricolage, plus de pédagogie

Le but n'est pas de tout déléguer à une IA, mais de retrouver un équilibre sain dans ta pratique quotidienne. Il s'agit de reconnaître que ton temps a de la valeur et que certaines tâches méritent d'être simplifiées pour que tu puisses briller là où ça compte vraiment.

Moins de charge mentale

Retrouve de l'espace mental pour l'essentiel, libère-toi des tâches répétitives qui t'épuisent.

Plus de clarté


Structure tes idées plus rapidement, organise tes formations avec méthode, gagne en efficacité.

Plus de reconnaissance

Valorise enfin ton travail de conception, négocie mieux tes tarifs, affirme ton expertise.



Si tu veux gagner du temps de conception sans sacrifier la qualité pédagogique

 **Découvre FormIA Booster** : crée ton scénario pédagogique en quelques clics avec l'IA.

 beboplearning.com/formia-booster

Ton travail invisible mérite d'être vu, reconnu et valorisé. C'est le premier pas vers une pratique plus sereine et plus rentable.