

FICHE PEDAGOGIQUE

OPTIMISER SES RENDEZ-VOUS DE SUIVI

Les outils de la dietetique comportementale au service
de l'efficacite clinique et relationnelle

DATE

5 octobre 2026

FORMAT

Classe virtuelle + e-learning

DUREE

9 h (2 h + 7 h)

PUBLIC

Dieteticiens-nutritionnistes

NIVEAU

Intermediaire

FORMATEUR

Florian Saffer

Ouverture du e-learning : 5 septembre 2026

Presentation de la formation

Les rendez-vous de suivi constituent un temps essentiel de l'accompagnement dietetique. Au-dela de l'evaluation des changements obtenus, ils doivent permettre au patient d'identifier ses ressources, d'apprendre de ses difficultes et de construire progressivement des comportements compatibles avec ses objectifs et son contexte de vie.

Cette formation propose des outils issus de la dietetique comportementale et de la psychologie du comportement afin d'aider le professionnel a structurer des suivis favorisant l'autonomie, la motivation, le sentiment d'efficacite personnelle et la flexibilite comportementale du patient.

OBJECTIF GENERAL

A l'issue de la formation, le participant sera capable de conduire un rendez-vous de suivi dietetique favorisant l'autonomie, la motivation et l'apprentissage du patient, en mobilisant des outils de dietetique comportementale adaptes aux difficultes rencontrees.

Public

Formation destinee aux dieteticiens-nutritionnistes diplomes exerçant ou souhaitant exercer dans le domaine de la dietetique comportementale.

Prerequis

- Etre titulaire d'un diplome permettant l'exercice de la profession de dieteticien.
- Disposer des connaissances de base relatives a l'entretien dietetique.
- Une experience de la consultation dietetique est recommandee afin de faciliter la transposition des outils a la pratique professionnelle.

Duree et modalites

Duree totale : 9 heures

- 2 heures de e-learning preparatoire en autonomie.
- 7 heures de classe virtuelle en visioconference.
- Formation realisee integralement a distance.

Ouverture du e-learning

5 septembre 2026

Classe virtuelle

5 octobre 2026

Competences visees

- Analyser avec le patient les changements, reussites et difficultes apparus depuis la consultation precedente.
- Utiliser des strategies permettant de soutenir la motivation intrinseque.
- Renforcer le sentiment d'autonomie et le sentiment d'efficacite personnelle du patient.
- Transformer les difficultes ou plaintes exprimees en competences ou apprentissages a developper.
- Aider le patient a adopter une attitude plus flexible et constructive face a ses difficultes.
- Selectionner avec le patient des criteres et indicateurs pertinents permettant de produire un feedback clinique utile.
- Coconstruire des objectifs d'engagement comportementaux concrets, realistes et adaptes au contexte du patient.
- Integrer les principes de bienveillance corporelle dans le suivi dietetique.

Programme

E-learning preparatoire - 2 heures

1. Sentiment d'efficacite personnelle

- Comprendre la notion de sentiment d'efficacite personnelle.
- Identifier les facteurs susceptibles de le renforcer ou de l'affaiblir au cours du suivi.
- Utiliser le rendez-vous comme un espace permettant au patient d'identifier ses ressources et ses apprentissages.

2. Motivation intrinseque

- Differencier les differentes sources de motivation.
- Explorer le sens personnel donne au changement.
- Prendre en compte la faisabilite des comportements envisages.
- Favoriser des objectifs compatibles avec les valeurs et le contexte de vie du patient.

3. Transformer les difficultes en competences a developper

- Passer d'une lecture centree sur l'echec a une lecture orientee vers l'apprentissage.
- Identifier les competences necessaires pour faire face aux situations problematiques.
- Construire des axes de travail a partir des difficultes rencontrees.

4. Introduction a la flexibilite psychologique et comportementale

- Reperer les attitudes rigides pouvant freiner le changement.
- Developper une posture plus flexible face aux difficultes.
- Favoriser une relation moins jugeante aux ecarts et aux experiences alimentaires difficiles.

Le e-learning comprend des videos pedagogiques, contenus didactiques et quiz d'apprentissage.

Visio-formation - 7 heures

Sequence 1 - Construire un suivi favorisant la motivation

- Creer des continuums motivationnels.
- Identifier les differentes formes de motivation du patient.
- Favoriser une motivation plus autonome et intrinseque.
- Explorer le sens attribue aux changements envisages.
- Ajuster les objectifs en fonction de leur faisabilite.

Sequence 2 - Soutenir autonomie et sentiment d'efficacite personnelle

- Reperer et valoriser les ressources deja mobilisees par le patient.
- Identifier les apprentissages issus des experiences precedentes.
- Favoriser la perception des progres.
- Construire des interventions renforçant autonomie et sentiment de competence.

Sequence 3 - Utiliser les difficultes comme materiel clinique

- Explorer les difficultes sans les reduire a des echecs.
- Identifier les comportements, pensees et contextes impliquees.
- Transformer les difficultes rencontrees en competences a developper.
- Construire avec le patient de nouvelles possibilites d'action.

Sequence 4 - Developper la flexibilite comportementale

- Identifier les regles rigides et les fonctionnements en tout ou rien.
- Developper une posture constructive face aux ecarts et aux difficultes.
- Favoriser l'experimentation plutot que la recherche de controle parfait.
- Aider le patient a ajuster ses strategies a son contexte.

Sequence 5 - Construire un feedback clinique pertinent

- Determiner des criteres de progression adaptes.
- Construire des indicateurs comportementaux et experientiels.
- Produire un feedback descriptif plutot que jugeant.
- Mettre en evidence les changements significatifs meme lorsqu'ils ne concernent pas directement le poids.

Sequence 6 - Coconstruire des engagements comportementaux

- Transformer les intentions en actions concretes.
- Definir des comportements pro-sante observables et realistes.
- Ajuster le niveau de difficulte.
- Favoriser experimentation, autonomie et apprentissage.

Sequence 7 - Integrer la bienveillance corporelle au suivi

- Se reconnecter au corps : observer sensations et besoins corporels.
- Agir pour son corps : developper des comportements de soin et de sante non exclusivement orientes vers le poids.
- Faire la paix avec son corps : reduire les comportements de lutte et favoriser une relation corporelle plus constructive.

Methodes et moyens pedagogiques

La formation s'appuie sur une pedagogie active alternant acquisition de connaissances, observation, experimentation et analyse de pratique. Une attention particuliere est portee au transfert des apprentissages vers la pratique clinique.

- Apports theoriques et didactiques, diaporamas et videos pedagogiques.
- Quiz et exercices d'application.
- Etudes de situations cliniques.
- Demonstrations realisees par le formateur et apprentissage vicariant.
- Jeux de role, travail individuel et en sous-groupes.
- Echanges, analyse de pratiques et debriefings avec le formateur.

Moyens techniques

- Ordinateur ou tablette et connexion internet stable.
- Navigateur internet recent.
- Dispositif permettant l'ecoute et la prise de parole.
- Webcam recommandee pour les exercices interactifs.
- Acces a la plateforme e-learning et lien de visioconference transmis avant la formation.

Positionnement et recueil des attentes

Avant le debut de la formation, le stagiaire complete un questionnaire de recueil de ses attentes et besoins professionnels ainsi qu'une autoevaluation des competences visees. Ces elements permettent d'identifier le niveau initial et, lorsque cela est necessaire, d'adapter certains exemples, exercices ou situations cliniques proposes pendant la formation.

Evaluation et suivi

Avant la formation

Autoevaluation initiale des competences permettant au stagiaire de se positionner par rapport aux competences visees.

Pendant le e-learning

Evaluation des connaissances au moyen de quiz, questionnaires a choix multiple et exercices d'application.

Pendant la classe virtuelle

Evaluation formative continue au travers d'etudes de cas, d'exercices, de jeux de role, de l'analyse des propositions d'intervention et des debriefings avec le formateur.

En fin de formation

Autoevaluation finale reprenant les memes competences que le positionnement initial afin d'objectiver l'evolution percue. Une synthese des apprentissages identifie les principaux acquis et les axes restant a travailler.

Evaluation a froid

Une nouvelle evaluation des competences est adreesee environ 3 mois apres la formation afin d'apprécier le maintien des acquis et leur transfert dans la pratique professionnelle.

Evaluation de la satisfaction

Un questionnaire de satisfaction est propose a l'issue de la formation. Il porte notamment sur la qualite pedagogique, la pertinence des contenus, l'animation, les moyens techniques, l'utilite percue pour la pratique professionnelle et la satisfaction globale. Les appreciations recueillies participent a l'amelioration continue des formations du CFDC.

Suivi de l'assidue

- Traces de connexion a la plateforme e-learning.
- Relevés de connexion a la classe virtuelle.
- Emargement ou dispositif de tracabilite equivalent utilise par l'organisme.

Validation de la formation

A l'issue de la formation et sous reserve de la realisation du parcours prevu, le stagiaire recoit une attestation de fin de formation mentionnant notamment la duree de la formation et les competences travaillees. Cette formation n'est pas certifiante et ne conduit pas a l'obtention d'un diplome ou d'un titre professionnel.

Modalites d'accès et informations pratiques

Inscription

Preinscription aupres du CFDC : dietetiquecomportementale@gmail.com

L'inscription devient definitive apres validation de la demande et accomplissement des formalites administratives prevues par l'organisme. L'accès au parcours e-learning est transmis au stagiaire avant le demarrage de la formation.

Delai d'accès

La formation est accessible selon les dates de sessions programmees et sous reserve des places disponibles. Pour la session 2026, le parcours pedagogique debute avec l'ouverture du e-learning le 5 septembre 2026.

Tarifs

- Plein tarif : 180 euros.
- Tarif reduit : 155 euros (etudiants, demandeurs d'emploi, ADL, M2000, selon les conditions tarifaires de l'organisme).

Accessibilite aux personnes en situation de handicap

Le CFDC veille a favoriser l'accessibilite de ses formations. Les personnes en situation de handicap ou presentant un besoin particulier sont invitees a contacter l'organisme en amont afin d'etudier les adaptations pouvant etre mises en place : supports, rythmes, modalites pedagogiques ou d'evaluation, temps de pause, ou recherche de solutions et partenaires specialises.

Contact : dietetiquecomportementale@gmail.com

Indicateurs de satisfaction - session 2025

Les resultats de satisfaction de la session 2025 sont presentes ci-dessous.

INDICATEURS DE SATISFACTION - SESSION 2025

Resultats issus des questionnaires de satisfaction de la session 2025 :

- Satisfaction globale : **4,8 / 5**
- Participants jugeant la formation utile ou tres utile : **100 %**
- Participants recommandant la formation : **100 %**

Reclamations

Toute remarque ou reclamation relative a la formation peut etre adreesee a dietetiquecomportementale@gmail.com. Les reclamations sont enregistrees et analysees dans le cadre de la demarche d'amelioration continue de l'organisme de formation.

Nature de l'action de formation

Cette formation constitue une action de formation concourant au developpement des competences, au sens des articles L.6313-1 et L.6313-2 du Code du travail. Elle vise l'acquisition, l'entretien et le perfectionnement de competences professionnelles mobilisables dans la pratique clinique du dieteticien.

Formateur

Florian Saffer

Dieteticien, therapeute comportementaliste et ingénieur en pedagogie. Titulaire d'un Master en Sciences de l'education. Enseignant au sein du DU Psychologie et pedagogie du comportement alimentaire.

Organisme de formation

Organisme	EI Florian Saffer - Centre de formation dietetique et comportement
Adresse	60 avenue du Medipole - 38300 Bourgoin-Jallieu
Courriel	dietetiquecomportementale@gmail.com
SIRET	485 113 294 00030
N° de declaration d'activite	82 38 05634 38
Mention legale	Cet enregistrement ne vaut pas agrement de l'Etat.

Document actualise le 20 aout 2026