

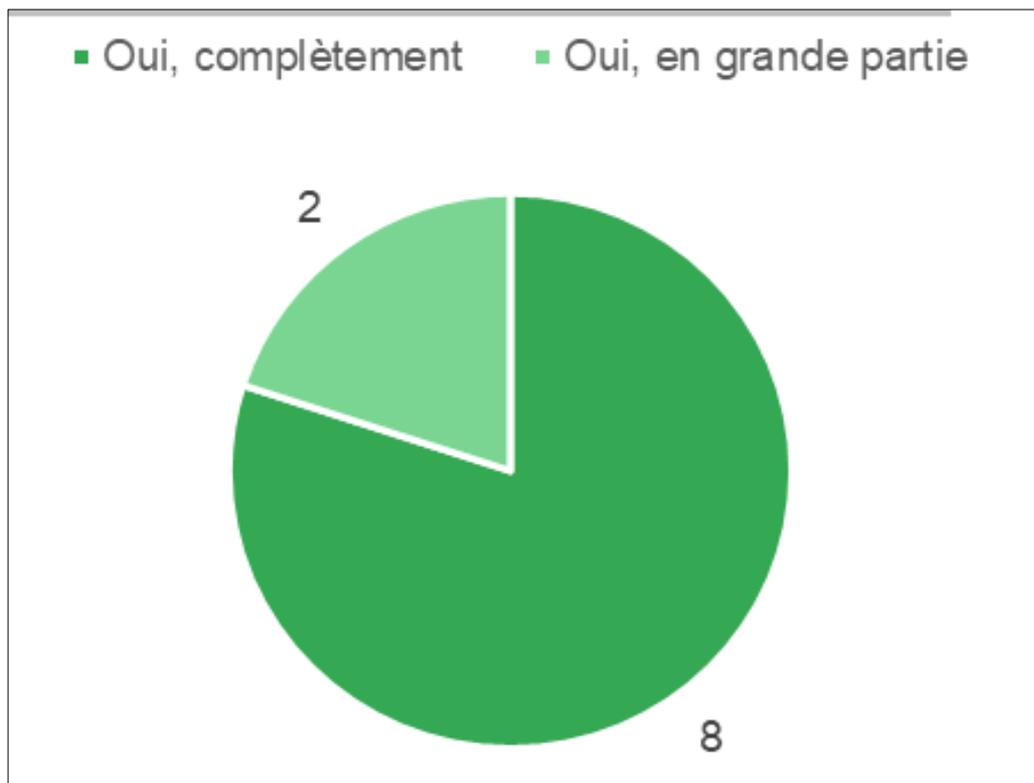
Enquête de satisfaction

2024-2025

Questionnaire et taux de réponses

- Google Forms « Évaluation de la formation Yoga nidra (oct. 2024-mars 2025) »
- Ouvert à partir du 9 mars 2025
- 100 % des 10 participantes ayant suivi toute la formation ont répondu à l'enquête

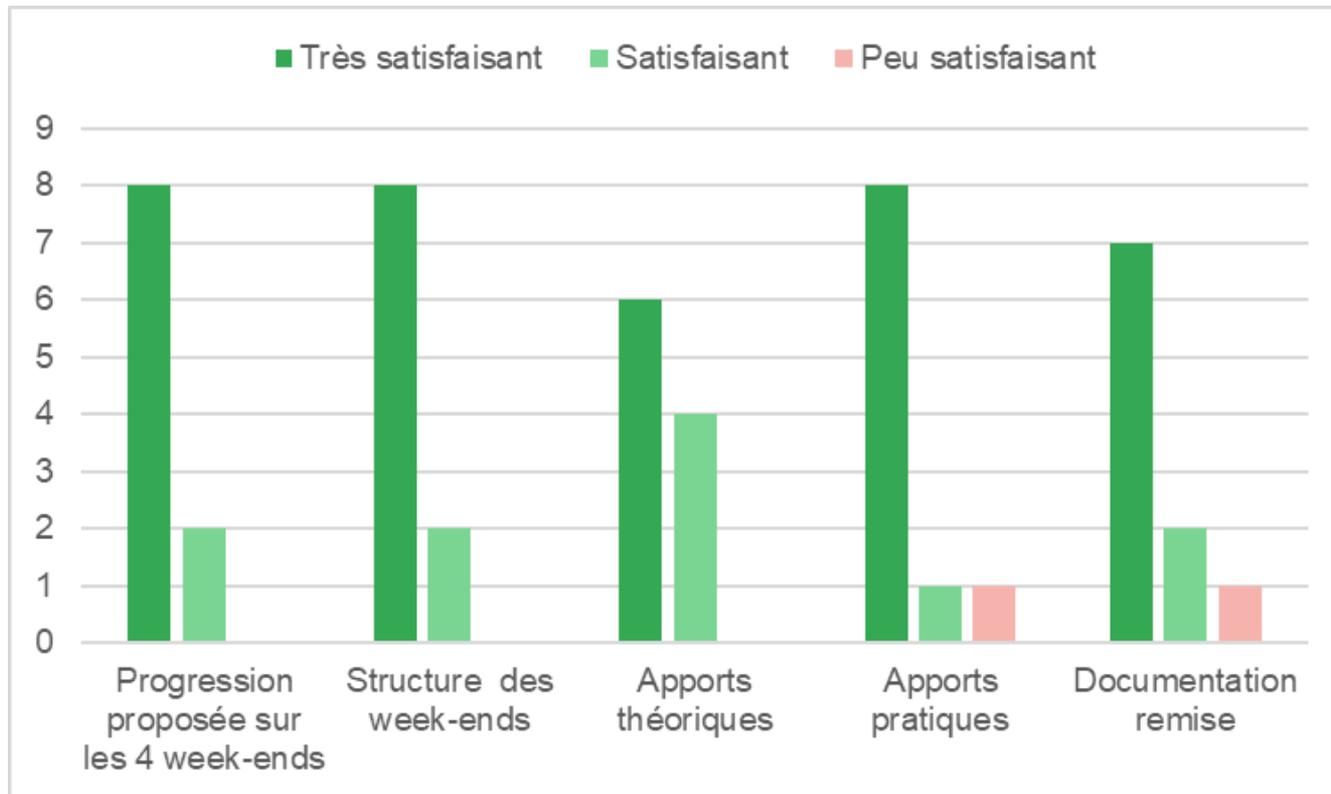
Cette formation a-t-elle répondu à vos attentes ?



Réponses possibles :

- Oui, complètement
- Oui, en grande partie
- Pas vraiment
- Pas du tout

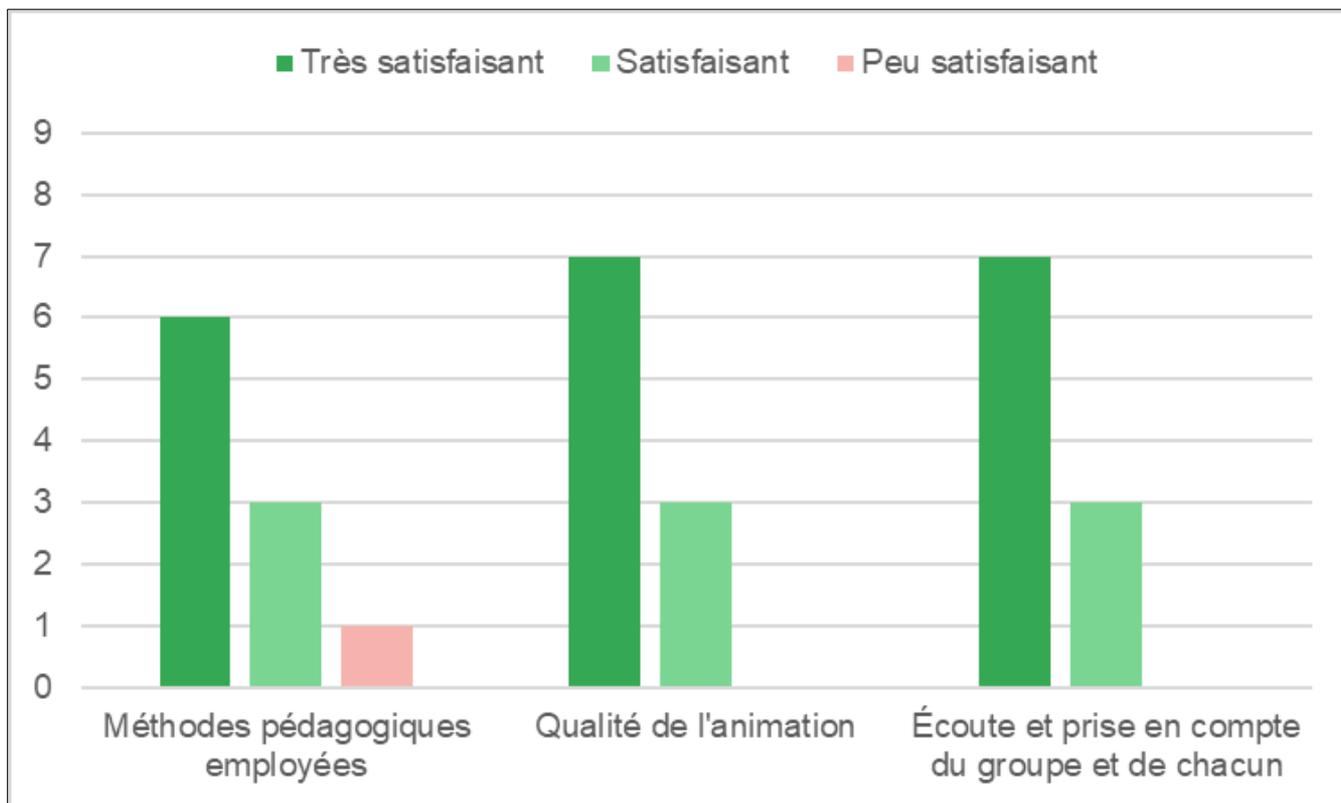
Qu'avez-vous pensé de la structure et du contenu de la formation ?



Réponses possibles :

- Très satisfaisant
- Satisfaisant
- Peu satisfaisant
- Insatisfaisant

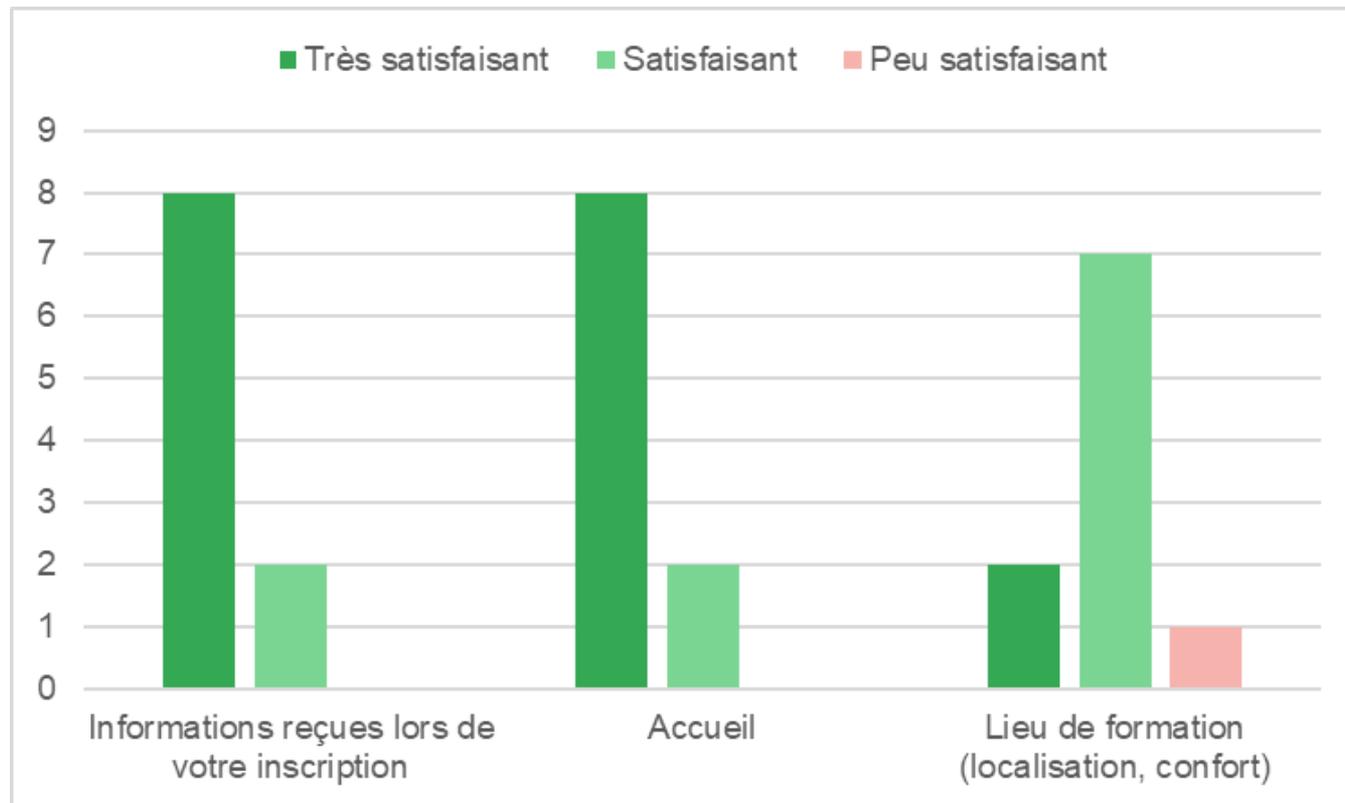
Qu'avez-vous pensé de la pédagogie et de l'animation ?



Réponses possibles :

- Très satisfaisant
- Satisfaisant
- Peu satisfaisant
- Insatisfaisant

Qu'avez-vous pensé de l'organisation logistique ?



Réponses possibles :

- Très satisfaisant
- Satisfaisant
- Peu satisfaisant
- Insatisfaisant

Abandons

Cette année, pour la première fois, 3 personnes ne sont pas allées jusqu'au bout de la formation :

- une a estimé dès le premier week-end que la formation ne correspondait pas à l'idée qu'elle s'en était faite avant de s'inscrire
- deux amies qui s'étaient inscrites ensemble et venaient du sud de la France ont décidé de ne pas participer au dernier week-end, à la suite de tensions avec les formatrices et une partie du groupe

Amélioration continue (1/2)

Piste d'amélioration	Action mise en place
Difficulté à intégrer les étapes de l'intériorisation et de l'extériorisation	Ajout d'un travail sur ce sujet après le week-end 1
Souhait d'un renforcement de la théorie (contexte philosophique, autres formes de yoga nidra, etc.)	Mise au point d'un stage d'approfondissement pour 2026 ou 2027
Encore plus de pratiques guidées	Ajout de yoga nidras guidés

Amélioration continue (2/2)

Piste d'amélioration	Action mise en place
Méprise sur le contenu de la formation	Mise à jour de la présentation sur le site internet insistant sur la dimension pratique de la formation
Gestion de groupe (écoute mutuelle, prises de parole, centrage)	<ul style="list-style-type: none">• Présentation plus poussée, dans l'introduction de la formation, des règles de fonctionnement, puis rappels• Renforcement du point sur les attentes à l'égard de la formation• Ajout de pratiques induisant une bonne cohésion de groupe