

## DUREE

2 jours (14 heures)

## PUBLIC

Toute personne souhaitant mieux utiliser son mental et sa mémoire pour favoriser l'apprentissage

## PREREQUIS

Aucun

## OBJECTIFS

Utiliser une méthodologie de conduite et d'animation de réunion

Identifier les attitudes favorisant l'écoute et la participation

Adapter le type de réunion selon l'objet abordé

Maîtriser les techniques de gestion d'un groupe

## METHODES PEDAGOGIQUES

Mettre en place les conditions d'un apprentissage performant en se donnant des objectifs

Appliquer une méthode d'apprentissage spécifiquement adaptée à son fonctionnement

Développer sa compréhension et sa mémorisation à l'aide de différentes techniques

Maintenir sa motivation malgré les difficultés et compléter son apprentissage jusqu'au bout

## EVALUATION

Analyse d'une situation de conduite de réunion

## INTERVENANT

Consultant formateur efficacité professionnelle

## LIEU

Chez EvryWare ou sur site Client

## Identifier les caractéristiques d'un apprentissage efficace

- Les cinq piliers d'un apprentissage efficace
- La mémoire, une condition nécessaire mais pas suffisante pour bien apprendre

## Maîtriser la gestion mentale avant l'apprentissage

- Identifier les formes d'apprentissage
- Donner du sens à son apprentissage
- Développer et entretenir sa motivation à apprendre
- Se fixer le bon objectif d'apprentissage
- Travaux pratiques
- Entraînement de gestion mentale sur un projet d'apprentissage à travers un questionnement sur les objectifs, les bénéfices attendus, les conditions de succès, etc. (coaching de l'apprentissage)

## Mettre au point une méthode d'apprentissage

- L'exploitation de ses points forts et préférences d'apprentissage : environnement, méthode, organisation
- Les principales approches en matière d'apprentissage
- La bonne méthode à identifier et à choisir pour un apprentissage donné
- Le rôle du tuteur dans l'apprentissage
- L'importance de l'environnement de l'apprenant
- L'organisation personnelle dans son apprentissage

### Travaux pratiques

Autodiagnostic. Questionnaire et échanges pour cerner ses préférences d'apprentissage. Elaboration du projet d'apprentissage (cas réel ou fictif)

## Appréhender l'apprentissage et les processus mentaux

- Le processus mental mis en œuvre
- Les capacités mentales exploitées lors d'un apprentissage
- Les ressources inconscientes du cerveau
- Développer ses facultés de compréhension
- La place de la mémorisation dans ce processus
- La mémorisation grâce aux images mentales : visualisation
- L'importance de la prise de notes en appui de la visualisation
- La concentration : les obstacles et les solutions

### Travaux pratiques

Exercices de prise de notes et de visualisation (compréhension, mémorisation)

## Maintenir le cap pendant l'apprentissage

- Appréhender l'importance de la mise en pratique
- Se donner le droit à l'erreur pendant la phase d'apprentissage
- Faire preuve de souplesse pour s'adapter à la situation
- Maintenir sa motivation
- Maintenir un bon niveau d'énergie

### Travaux pratiques

Simulation d'apprentissages simples sous forme de jeux au cours desquels les participants seront amenés à "maintenir le cap"