

DUREE

1 jour (7 heures)

PUBLIC

Toute personne souhaitant améliorer sa vitesse de lecture, et retenir l'essentiel d'un texte

PREREQUIS

Aucun

OBJECTIFS

Accélérer sa vitesse de lecture
Accroître sa concentration
Choisir la stratégie de lecture adaptée
Maîtriser et retrouver facilement l'information
Mémoriser ce qui est vraiment utile
Gagner du temps

METHODES PEDAGOGIQUES

Formation opérationnelle et personnalisée
Exercices progressifs
Utilisation d'outils concrets
La découverte de la méthode Richaudeau, du nom du célèbre chercheur en sciences cognitives, vous aidera à lever tous les freins qui vous ralentissent

EVALUATION

À chaque étape clé de la formation, des exercices d'entraînements de galops de vitesse de lecture permettent de mesurer ses progrès

INTERVENANT

Consultant formateur efficacité professionnelle

LIEU

Chez EvryWare, site Client ou à distance

VALIDATION

Attestation de formation

Version 2023-04-26

Quel lecteur êtes-vous ?

- Diagnostiquez vos points forts et vos points faibles
- À quelle vitesse lisez-vous actuellement ?

Test de vitesse de lecture dès le début de la formation afin de mesurer ses progrès tout au long de celle-ci

Accélérer sa vitesse de lecture

- Identifier les freins à la vitesse et les desserrer :
 - Eviter les retours en arrière
 - Supprimer la subvocalisation
- Développer ses aptitudes physiques à la lecture
- Utiliser les techniques de lecture rapide : s'entraîner

Entraînement aux galops de vitesse de lecture

Choisir une stratégie adaptée à son besoin de lecture

- Le survol pour prendre rapidement connaissance d'une pile de documents
- Le repérage pour trouver une information ponctuelle
- L'écrémage :
 - Saisir l'essentiel pour en faire la synthèse
- L'approfondissement :
 - Analyser
 - Synthétiser
 - Mémoriser

Traiter efficacement le support de lecture

- Adapter ses nouvelles méthodes de lecture à des documents, à des articles de presse, à sa messagerie
- Le survol, le repérage, l'écrémage : s'appropriier les différentes méthodes de lecture rapide grâce à des exercices pratiques

