

Acquérir de nouveaux savoir-faire

INTÉRÊTS DE CETTE FORMATION :

Changer de poste implique d'acquérir rapidement de nouveaux savoir-faire. S'il est facile de reproduire un savoir-faire existant d'un environnement à un autre, apprendre de nouveaux savoir-faire peut créer de la peur de ne pas réussir à le faire ou de considérer que nous aurons du mal à apprendre. Cette formation permet de retrouver la confiance dans notre forte capacité d'apprendre, installée depuis notre enfance.

OBJECTIFS :

- ✓ Acquérir une méthodologie simple pour apprendre rapidement
- ✓ Développer ses capacités de mémorisation
- ✓ Retrouver le plaisir d'apprendre

THÈMES abordés

Autodiagnostic de ses capacités d'apprentissage

Les différents types d'intelligence et les mécanismes d'assimilation
 Les modes d'apprentissage efficace selon les individus
 Identifier son mode d'apprentissage privilégié
 Lien avec son système de valeurs.
 Identifier ses difficultés d'apprendre et en comprendre les raisons

S'appuyer sur ses points forts

Valoriser les apprentissages anciens
 Faire émerger ses points forts
 Identifier ses préférences pour bien apprendre
 Savoir organiser son apprentissage pour qu'il soit efficace et plaisant

Développer des comportements pour une acquisition de savoir-faire

Accepter le droit à l'erreur et savoir se remettre en question.
 Gérer les découragements et les signaux négatifs de désapprentissage
 Respecter ses rythmes biologiques

Développer ses capacités de concentration

Se créer un environnement de travail
 Attitudes favorisant la concentration
 Les sources de déconcentration
 Méthodes pour développer son attention

Développer ses capacités de mémorisation

Comprendre pourquoi on oublie
 Identifier ce qui peut être retenu facilement et ce qui ne peut pas l'être
 L'utilisation du système sensoriel individuel
 Techniques de mémorisation

- Les enchaînements, les associations d'idées, la visualisation
- La mémorisation d'un texte
- Apprendre un processus, une procédure

DUREE :
2 jours

FORMULES :
Intra
Formaching

PRIX :
 Nous consulter

PUBLIC :
 Toute personne
 impliqué dans un
 processus de
 changement

PARTICIPANTS
 De 1 à 12 pers

PEDAGOGIE
 Pratique : 70%
 Théorie : 30%

Autodiagnostic
 Entraînement
 individuel et collectif

Mise en situation
 à partir
 d'expériences
 concrètes du
 participant

Atelier
 Apport théorique
 Coaching

EVALUATION
 Evaluation à chaud

Acquérir de nouveaux savoir-faire