



L'art d'apprendre

Développer des ressources et méthodes pour rester compétitif

2 JOURS

E ▶ START + E ▶ COACH

1 410 €^{HT}



1
DÉCOUVRIR LE FONCTIONNEMENT DU CERVEAU

2
IDENTIFIER LES FACTEURS CLÉS DE SUCCÈS DE L'APPRENTISSAGE

3
DÉVELOPPER L'APPRENTISSAGE SOCIAL

4
CONSTRUIRE SON SAVOIR PAR L'EXPÉRIENCE

5
MÉMORISER RAPIDEMENT ET EFFICACEMENT

E ▶ START[®]
docendi.com



AVANT, JE M'ENGAGE Je me connecte sur mon espace privé via mon appli docendi ou docendi.com. Je démarre mon parcours digital interactif : training game, vidéo, référentiel de compétences. Mon animateur reçoit mon pass estart et mes objectifs personnels.

2 JOURS
de présentiel en salle



J'ACQUIERS 5 COMPÉTENCES-CLÉS

PROGRAMME

Séquence Objectifs Personnalisés
Je m'engage avec l'animateur sur l'atteinte de mes objectifs personnels.



Via mon appli docendi, j'évalue ma progression et constitue mon plan d'action en notant mes engagements à la fin de chaque compétence-clé.

1
1^{ER} JOUR

Découvrir le fonctionnement du cerveau

Identifier les mécanismes cognitifs

- ▶ Le cerveau
- ▶ Apprendre au 21^e siècle
- ✂ **VIDÉO** : Fonctionnement du cerveau

Distinguer nos différentes mémoires

- ▶ Les mémoires
- ▶ Comment les stimuler ?
- ✂ **INSTANT DÉCLIC** : L'ancrage mémoriel



Validation : Ma stratégie d'apprentissage

2

Identifier les facteurs clés de succès de l'apprentissage

Reconnaître les facteurs environnants et internes

- ▶ Contexte, motivation, émotions
- ▶ Susciter le plaisir et l'attention
- ✂ **OUTIL-CLÉ** : Les biais cognitifs

Renforcer sa capacité de concentration

- ▶ Focalisation vs. Distractions
- ▶ Les conditions de l'efficacité
- ✂ **CAS PRATIQUE** : La concentration à tout prix !



Validation : Les influenceurs

3
2^E JOUR

Développer l'apprentissage social

Identifier les apports du groupe

- ▶ Les interactions sociales
- ▶ La mobilisation autour d'un sujet
- ✂ **OUTIL-CLÉ** : Jeu cadre

Transférer la connaissance acquise

- ▶ Qu'ai-je appris ?
- ▶ Construire mon apprentissage
- ✂ **FEEDBACK personnalisé** : Mes compétences acquises



Validation : Communauté d'apprentissage

4

Construire son savoir par l'expérience

Analyser ses expériences et ses savoir-faire

- ▶ Nos expériences et nos connaissances
- ▶ Compréhension et compétences
- ✂ **OUTIL-CLÉ** : Nuage de mots

Construire l'apprentissage de ses échecs et succès

- ▶ L'amélioration continue
- ▶ La sérendipité, pépite de l'apprentissage
- ✂ **CAS PRATIQUE** : Heureux échec vs Triste succès



Validation : L'atteinte du flow

5

Mémoriser rapidement et efficacement

Connaître des techniques de mémorisation

- ▶ Memory Palace
- ▶ La modélisation
- ✂ **OUTIL-CLÉ** : Mind Map

Gérer l'excès d'information

- ▶ Filtre et esprit critique
- ▶ Stockage performant
- ✂ **INNOV'ATOUT** : Mon Espace Personnel d'Apprentissage



Validation : Co-challenge
Je m'engage : mon plan d'action

Accessible à...

tous les collaborateurs de l'entreprise souhaitant optimiser leur capacité d'apprentissage autonome pour maintenir leur compétitivité et accélérer leur progression professionnelle.

INTER

PARIS 2 JOURS 2020

| MARS | JUIN | OCT. | DÉC. |
|----------|--------|----------|---------|
| 18 19 | 4 5 | 13 14 | 9 10 |

S'INSCRIRE

REF. 0257 C
Bulletin d'inscription p.133

☎ **01 53 20 95 04**
✉ **inscription@docendi.fr**
🌐 **www.docendi.com**

E ▶ START + 2 JOURS + E ▶ COACH
chaque participant bénéficie de l'appli docendi
Prix : **1 410 € HT**
Forfait repas Paris 49 € HT

INTRA

POUR OBTENIR UN DEVIS
intra@docendi.fr

POUR ÉTUDIER VOTRE PROJET
01 53 20 44 44
intra@docendi.fr

E ▶ COACH[®]
docendi.com



APRÈS, JE SUIS ACCOMPAGNÉ(E) J'accède à mon centre de ressources sur mon espace privé via mon appli docendi ou sur docendi.com. Je bénéficie de 5 credit coaching. Je reçois des boosters pour m'inciter à réaliser mes engagements.