

FORMATION INITIALE A LA GESTION MENTALE

Action d'adaptation et de développement des compétences

FINALITÉ Découvrir l'activité mentale à l'œuvre dans les apprentissages scolaires, les gestes techniques, et les diverses rééducations. Découvrir comment donner les moyens de réussir et la confiance en soi.

PUBLIC Module ouvert aux professionnels.

- OBJECTIFS**
- Prendre conscience des ressources mentales de chacun pour améliorer ses propres méthodes de travail ou d'accompagnement.
 - Distinguer les niveaux de traitement de l'information.
 - Discerner les différents modes de fonctionnement pour une même tâche.
 - Décrire les gestes mentaux : faire attention, comprendre, mémoriser, réfléchir, imaginer.
 - Expérimenter des applications professionnelles.

CONTENUS **Module 1 Introduction à la Gestion Mentale (un jour, peut être indépendant)**

- Les axes de la recherche d'**Antoine de la Garanderie**
- Qu'est-ce qu'apprendre ?
- Les notions de perception - évocation et projet mental.
- Les « familles évocatives » : description, quelle aide apporter ?
- Description globale des « gestes mentaux » de l'apprentissage

Module 2 Comment faciliter l'attention et la mémorisation ? (deux jours)

- Le geste d'attention : description, obstacles et remédiation
- Le geste de mémorisation : description, rôle, stress et blocages émotionnels. Outils pour accompagner.

Module 3 Comment accompagner la compréhension ? (deux jours)

- Les paramètres : domaine de référence des évocations, et outils d'analyse du fonctionnement cognitif.
Le geste de compréhension : description, problèmes rencontrés. Comment guider pour ouvrir au sens ?
- Applications : comprendre un texte, un schéma, une image, une consigne, un concept ...
- Les couples de « projet de sens » et leur incidence dans les activités cognitives.

Module 4 : Stimuler la réflexion et l'imagination créatrice (deux jours)

- Le geste de réflexion, une tâche complexe : description des étapes de la réflexion, difficultés rencontrées, remédiation.
- Le geste d'imagination créatrice : son pouvoir, ses déclinaisons, et son implication dans les autres gestes.
- Synthèse théorique du dialogue pédagogique et présentation de la notion de profil.
- Bilan des concepts.

Et tout au long de ces 7 jours :

- Initiation à la pratique du dialogue pédagogique : questionnement et écoute.
- Présentation d'outils, dont les schémas centrés : mandalas cognitifs, et schémas heuristiques.

MÉTHODOLOGIE Alternance de mises en situation, d'études de cas et d'apports théoriques ; Temps de travail en individuel et en groupe.

DURÉE 7Jours (42H)

FORMATRICE Valérie GOURLIAU, formatrice en gestion mentale.