INITIATIVE & FORMATION NORMANDIE

PROGRAMME DE FORMATION

FORMATION INITIALE A LA GESTION MENTALE

Action d'adaptation et de développement des *compétences*

FINALITÉ Découvrir l'activité mentale à l'œuvre dans tous les apprentissages et dans diverses rééducations.

Découvrir des moyens de réussir et de reprendre ou redonner confiance en soi.

PUBLIC Module ouvert à tous.

OBJECTIFS

- Connaître la diversité des ressources mentales : évocations et projets.
- Savoir distinguer les étapes du traitement de l'information : perception, évocation, communication.
- Définir et décrire les gestes mentaux : faire attention, comprendre, mémoriser, réfléchir, imaginer.
- Expérimenter la gestion mentale dans un cadre professionnel ou personnel.

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 différentes familles d'apprenants ou « familles évocatives » : Leurs spécificités et les conséquences pédagogiques.
- 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 pédagogique.
- 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)

COUT Financement pris en charge : 1120 € TTC (soit 26,60 € de l'heure)
Financement personnel : 700 € (soit 16,60 € de l'heure) + adhésion

FORMATRICE Pascale de FERRON, formatrice en gestion mentale.