02. Apprendre à apprendre

Fiche technique

Secteur
Médico-social

Public
Travailleurs handicapés d'ESAT

Durée
3 jours

Organisme de formation
➲ Diffessens

Lieux & dates

➲ **Groupe 1**
Lyon
Les 8 & 9 jan. 2019
+ Le 15 janvier 2019

➲ **Groupe 2**
Valence
Les 22 & 23 jan. 2019
+ Le 29 janvier 2019

➲ **Groupe 3**
Chambéry
Les 4 & 5 fév. 2019
+ Le 12 février 2019

➲ **Groupe 4**
Clermont-Ferrand
Les 11 & 12 mars 2019
+ Le 21 mars 2019

➲ **Groupe 5**
Le Puy en Velay
Les 25 & 26 mars 2019
+ Le 2 avril 2019

Interlocuteur Opco Santé

Soraya KALICIAK
soraya.kaliciak@unifaf.fr
04 72 07 36 86

Contexte

L'activité professionnelle quotidienne nécessite d'apprendre en permanence : consignes, procédures, coordonnées, utilisation d'un nouvel équipement …
De plus, pour un nombre significatif de travailleurs en ESAT, l'acte d'apprendre n'est pas anodin et renvoie parfois à des situations de tension, de stress voire d'échec.
L'objectif de la formation proposée est donc de permettre aux travailleurs handicapés de renforcer leur capacité d'apprentissage et de retrouver le plaisir d'apprendre. C'est aussi le moyen de reprendre confiance en ses capacités et de développer ses compétences.

Objectifs

A l'issue de la formation, les stagiaires seront capables de :

➲ *Appréhender plus sereinement les situations d'apprentissage et « l'acte d'apprendre ».*
➲ *Découvrir comment fonctionne le cerveau lors d'un apprentissage.*
➲ *Découvrir son profil d'apprentissage.*
➲ *Apprendre à se concentrer.*
➲ *Développer ses capacités d'imagination.*
➲ *Découvrir des techniques de mémorisation.*
➲ *Utiliser les techniques, méthodes et ressources personnelles permettant de développer ses capacités d'apprentissage.*

Prérequis

ATTENTION…
Avant toute pré-inscription merci de lire attentivement les « Conditions d'accès & Modalités de prise en charge ».

Contenu

JOUR 1 :
-Echange sur les difficultés que chacun rencontre
-Découverte du fonctionnement du cerveau : les 3 cerveaux
-Travail sur les évocations mentales : découverte des 8 évocations et entraînement à leur utilisation
-Le « POUR » : comment passer des consignes efficaces

JOUR 2 :
-Travail sur l'attention visuelle et auditive
-Travail sur l'amélioration de la compréhension
-S'entraîner à passer une consigne efficace
-Travail d'imagination créatrice

JOUR 3 : (journée différée)
-Gérer sa peur, ses émotions, réinvestir les acquis
-Développer la concentration

-Travail de mémorisation et découverte de différentes techniques de mémorisation
-Avec les moniteurs ou chargés d'insertion : présentation de ce que nous avons vus et travaillé, par les stagiaires et mise en situation pour passer des consignes efficaces
-Bilan de la formation