



## PROGRAMME DE FORMATION

Action d'acquisition, d'entretien ou de perfectionnement des connaissances

### Initiation à la gestion mentale

#### **PUBLIC**

Atelier ouvert à tous

#### **OBJECTIFS**

- Comprendre autrement les difficultés des personnes en difficultés d'apprentissage
- Prendre conscience des différents modes de fonctionnement pour une même tâche
- Etre capable de repérer des indices révélant la diversité des modes de fonctionnement
- Bâtir des séquences de travail personnalisées
- Savoir distinguer dans une situation d'apprentissage les gestes mentaux sollicités

#### **CONTENUS**

##### **Module 1- Introduction à la Gestion Mentale et découverte de l'activité mentale en situation d'attention**

**Bref historique** de la vie de Antoine de La Garanderie et de sa recherche

**Les trois temps de l'apprentissage**

**Evocations : supports de pensée**

Distinguer perception et évocation

Nature et domaine des évocations

Enrichir et diriger ses évoqués

Conséquences pédagogiques

**Projet mental**

Distinguer projet et objectif

Projet mental et projet de sens

Conséquences pédagogiques

**Loi des évocations** et conséquences pédagogiques

**Le geste d'attention**

Etre attentif – Obstacles

Structure du geste d'attention

Conséquences pédagogiques

##### **Module 2 - Découverte de l'activité mentale en situation de mémorisation et de réflexion**

**Le geste de mémorisation**

Mémorisation - Obstacles

Lien entre compréhension et mémorisation



Structure du geste de mémorisation  
Supports de mémorisation  
Courbe de la mémoire  
Conséquences pédagogiques

### **Le geste de réflexion**

Réflexion - Obstacles  
Lien entre attention et réflexion  
Structure du geste  
Raisonnement par induction-déduction  
Conséquences pédagogiques

## **Module 3 - Découverte de l'activité mentale en situation de compréhension et d'imagination créatrice**

### **Le geste de compréhension**

Compréhension - Obstacles  
Compréhension par similitudes / par différences  
Le cadre de la compréhension  
Les liens logiques  
Structure du geste  
Les projets de sens : compréhension application / compréhension explication  
Conséquences pédagogiques

### **Le geste d'imagination créatrice**

Imagination créatrice - Obstacles  
Structure du geste  
Les projets de sens : découvreur / inventeur  
Conséquences pédagogiques

## **METHODOLOGIE**

- Alternance de mises en situation et d'apports théoriques.
- Exploration par les stagiaires de leurs habitudes personnelles d'attention, de mémorisation, de réflexion, de compréhension et d'imagination créatrice
- Travail par groupe sur les applications et sur l'analyse de notions et l'élaboration d'outils
- Travaux inter stages.

## **EVALUATION**

Questionnaire de satisfaction



### **VALIDATION**

Stage reconnu par la Fédération Initiative et Formation  
Validation du stage par une attestation de présence

**DUREE** 3 fois deux jours - 36 heures

**LIEU** Maison des services publics Centre Elgar

### **COUT**

Etre à jour de sa cotisation

Financement pris en charge : 660 € TTC (soit 18,33 € de l'heure)

Financement personnel : 450 € (soit 12,50 € de l'heure)

**FORMATRICE** Régine Elosegi-Blanc, formatrice en gestion mentale