

Développer ses potentiels et ses apprentissages grâce aux neurosciences



OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- **Comprendre les mécanismes cérébraux à l'œuvre dans les processus d'attention, de prise de décision et de créativité.**
- **Appliquer des techniques pour entraîner ses capacités cérébrales de concentration, de mémorisation, de prise de décision et de flexibilité mentale.**
- **Stimuler la motivation et l'engagement.**

PROGRAMME

1. Introduction

- Tour de table présentation
- Présentation de la formation et des étapes

2. Voyager au centre du cerveau

- Les différents cerveaux
- 1.4 kg et des capacités fascinantes
- Les fondamentaux et la genèse de la méthode B.R.A.I.N : l'éveil de ses potentiels

3. Lever les freins et éveiller le désir d'apprentissage

- Comprendre les états d'âme : le lien entre les émotions et l'apprentissage
- La peur sous l'angle des neurosciences : comprendre la peur, accueillir l'émotion, faire exprimer
- Comment adapté du contenu ou s'exprimer face aux attentes

Durée

15 HEURES

Tarif

750 €

Pré-requis

Aucun

Profil du stagiaire

tout public

Délai d'accès

2 à 4 semaines selon
financement

Équipe pédagogique

Formateur spécialisé

Moyens pédagogiques et
techniques

-Accueil des stagiaires dans une
salle dédiée à la formation.

-Exposés théoriques

-Etude de cas concrets

-Quiz en salle

-Mise à disposition en ligne de
documents supports à la suite de
la formation.

Évaluation de la formation

-Feuilles de présence

-Questions orales ou écrites

-Mises en situation

-Formulaires d'évaluation de la
formation.

-Certificat de réalisation de
l'action de formation.

PROGRAMME



Comprendre la perception du monde

Le cerveau face à l'ambiguïté du monde
Comment le cerveau fait-il pour nous raconter des histoires
Sortir de sa zone de confort pour atteindre la zone de panique, d'apprentissage et d'excellence
Comprendre les choix, la justification et les approximations

Améliorer sa perception : ce sur quoi j'ai prise et ce sur quoi je n'ai pas prise

Le contrôle et le sentiment de responsabilité
L'importance du contexte
L'influence du contexte social/effet de groupe

Focaliser l'attention, cultiver le plaisir

Les mécanismes de l'attention
La mémoire
La conscience
L'intérêt
La messagerie émotionnelle
Stress ou anxiété, même combat ?



Mise à jour

novembre 2023



Taux de satisfaction de nos stagiaires (mai 2023 - novembre 2023)

100%