

# 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.



## 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

**Juin 2024**



Taux de satisfaction de nos stagiaires (juin 2023 - juin 2024)  
**100%**