

Stratégies de lecture efficace

Durée :	3 jours
Lieu :	en vos locaux/distanciel possible
Calendrier :	à définir
Groupe :	de 5 à 15 personnes
Public :	Toute personne ayant de gros besoins de lecture efficace dans le cadre de son activité professionnelle : chercheurs/chercheuses, technicien·ne·s, agent·e·s administratifs
Formateur·rice·s :	Catherine Lelay, Laurence Moss, Marine Pansu, Marion Danton, Trinhity Tran, Pierre Belle

Ce stage permet de mettre en œuvre des méthodes pratiques de progression de lecture (vitesse et qualité). En partant d'une analyse du décodage, des mécanismes visuels de l'être humain et des processus cognitifs, il permet de prendre conscience des habitudes individuelles et de mettre en place des stratégies de développement. La lecture étant un apprentissage et un entraînement, il est toujours possible, même à l'âge adulte, d'augmenter son efficacité. Il en découlera une motivation renouvelée qui permettra la gestion appliquée de ses lectures professionnelles.

Objectif pédagogique global

Développer son efficacité en lecture et en organisation pour un processus cognitif optimal.

Objectifs pédagogiques spécifiques

- Analyser ses pratiques personnelles de lecture
- Connaître les mécanismes du décodage et d'assimilation des informations
- Analyser les obstacles à la concentration
- Savoir différencier les différentes techniques de lecture et les choisir selon ses besoins
- Développer son potentiel personnel en quantité ainsi qu'en qualité
- Augmenter sa puissance d'analyse et de mémorisation
- Acquérir une lecture plus fluide
- Choisir une méthode de prise de note adaptée
- Aiguiser sa motivation
- Développer des objectifs personnels

- Acquérir une rigueur méthodologique dans l'organisation de ses lectures

Méthode pédagogique

La formation est dispensée sur la base d'un dossier pédagogique intitulé : *Lecture rapide – Lire vite, c'est lire mieux !* Gabriel Putto, Édition ALM-Formation (ISBN :2-913435-00-9), méthode empirique qui fait ses preuves depuis vingt-cinq ans. Elle permet de prendre conscience des capacités visuelles et intellectuelles de l'être humain.

Cette méthodologie est complétée d'une diversité de stratégies de lecture efficace que les stagiaires peuvent expérimenter. Ils repartent avec un regard critique sur l'ensemble des méthodologies existantes et la capacité à choisir la méthodologie la plus pertinente selon ses besoins de lecture.

Nous proposons également une approche de formation participative qui permet l'expression et le partage de chacun. Ainsi, les doctorant-e-s peuvent échanger entre eux/elles sur leurs problèmes et pratiques, et, sous la guidance du/de la formateur-riche, trouver les réponses à leurs problématiques spécifiques. Ces échanges sont sources de motivation et d'épanouissement.

Programme

- Bilan individuel et grille personnelle de progression
- Apports théoriques sur les mécanismes et les stratégies de lecture
- Exercices pratiques, progressifs et contrôlés pour un accroissement durable de la puissance et la qualité de lecture.
- Organisation pratique de sa liste de lecture.
- Éléments d'analyse structurale des textes en vue d'en comprendre et anticiper les mouvements.
- Apprendre les différentes stratégies de lecture (intégrale, écrémage, balayage...)
- Mise en pratique des exercices sur textes proposés et personnels.
- Analyse en profondeur des obstacles à la concentration
- Comment dynamiser sa motivation
- (Re)trouver le plaisir de lire

Cette formation est dispensée en anglais et en français.