

# DECLIC, la Gestion mentale pour apprendre et réussir

11 rue du Tir  
78600 Maisons-Laffitte  
gestion.mentale.declic@gmail.com  
06 44 26 04 58  
www.gestion-mentale-declic.com



## Découverte de la Gestion mentale

La Gestion mentale est une démarche éducative qui permet de découvrir et d'exploiter son potentiel cognitif

Une formation de 6 jours pour découvrir de façon très concrète les concepts de la pédagogie des gestes mentaux de l'apprentissage et ainsi poser les bases de la formation d'orthopédagogue.

### Modalités

- Formation en distanciel
- Nos salles de formation sont accessibles aux personnes à mobilité réduite
- Si, à la suite d'un handicap ou une maladie invalidante, vous avez besoin d'un aménagement pour suivre cette formation, merci de contacter Nathalie PERON, référente Handicap : [efficsens@gmail.com](mailto:efficsens@gmail.com) ou 06 45 73 29 86
- 8 jours avant la formation, clôture des inscriptions et Déclic se réserve le droit d'annuler la formation si le nombre de participants est insuffisant
- Contact administratif : Caroline BARTHELEMY- 06 44 26 04 58
- Contact pédagogique : Nathalie PERON – 06 45 73 29 86

### Tarifs – non assujettis à la TVA

- 640 € en individuel
- 890 € en institutionnel

### Durée

- 36 heures soit 6 jours en 3 modules de 2 jours
- Horaires (1h15 de pause déjeuner)
  - 9h00 – 16h45

### Lieux & dates

- DISTANCIEL – via ZOOM
- [voir dates sur le site](#)

### Profils des stagiaires

- Tout public

### Prérequis

- Aucun

Rédigé Le 19. 5. 20	C. Ba
M à J le 06. 09. 24	V10

# DECLIC, la Gestion mentale pour apprendre et réussir

11 rue du Tir  
78600 Maisons-Laffitte  
gestion.mentale.declic@gmail.com  
06 44 26 04 58  
www.gestion-mentale-declic.com



## Objectifs pédagogiques

- Définir la Gestion mentale
- Comprendre les deux niveaux de traitement de l'information : Percevoir et évoquer
- Différencier objectif et projet
- Définir le concept d'évocation et explorer les éléments qui la composent
- Connaître les 5 gestes mentaux et les décrire
- Définir les principes du dialogue pédagogique

## Contenu de la formation

### Jour 1

- Présentation des stagiaires
- Recueil des attentes
- La spécificité de la Gestion mentale dans les situations d'apprentissage
- Présentation d'Antoine de la Garanderie
- Présentation des objectifs, du contenu des 6 jours, de la forme de travail
- Exercices de découverte de la Gestion mentale : la différence entre perception et évocation
- Exercice en situation d'activité perceptive, les freins à la perception
- Découverte des deux concepts objectif et projet, les ressemblances, les différences, la spécificité de la Gestion mentale
- Exercices pour découvrir le geste d'attention
- Les bases de la posture pendant le dialogue pédagogique
- Dialogue pédagogique en grand groupe et par deux

### Jour 2

- Réactivation du jour précédent, temps de questions
- Suite de la découverte du geste d'attention
- Exercices en petits groupes et correction en grand groupe
- Définition du concept d'évocation
- Recherche de la structure du geste d'attention
- Dialogue pédagogique par 2

### Jour 3

- Réactivation des jours précédents, temps de questions, partage d'expériences
- Les conditions de l'attention
- Les obstacles à l'attention
- Les manifestations de l'attention
- Exercices pour découvrir le geste de mémorisation
- Mise en place des principes du dialogue pédagogique

### Jour 4

- Réactivation du jour précédent, temps de questions
- Dialogue pédagogique par 3 avec observateur
- Exposé des différentes stratégies des stagiaires pour mémoriser
- Synthèse pour dégager la structure du geste de mémorisation
- Exercices pour découvrir le geste de compréhension

Rédigé Le 19. 5. 20	C. Ba
M à J le 06. 09. 24	V 10

# DECLIC, la Gestion mentale pour apprendre et réussir

11 rue du Tir  
78600 Maisons-Laffitte  
gestion.mentale.declic@gmail.com  
06 44 26 04 58  
www.gestion-mentale-declic.com



## Jour 5

- Réactivation des jours précédents, temps de questions, partage d'expériences
- Exercices pour poursuivre la découverte du geste de compréhension
- Travaux de groupe
- Dialogue pédagogique mené à partir d'une tâche de compréhension
- Synthèse pour dégager la structure du geste de compréhension
- Exercices pour découvrir le geste de réflexion

## Jour 6

- Réactivation du jour précédent, temps de questions
- Synthèse pour dégager la structure du geste de réflexion
- Exercices pour la découverte du geste d'imagination
- Travaux de groupe sur les freins par rapport à ce geste
- Dialogue pédagogique par 3
- Synthèse pour dégager la structure du geste d'imagination
- Dialogue pédagogique à analyser
- Mise en perspective de la suite de la formation
- Évaluation

## Organisation de la formation

### Équipe pédagogique

- Référent pédagogique : Françoise MIRABEL
- Formateurs certifiés en Gestion mentale : selon calendrier

### Moyens pédagogiques et techniques

- Accueil des stagiaires dans une salle équipée pour la formation lorsqu'elle a lieu en présentiel
- Méthodes pédagogiques : Démonstrative, inductive, interactive et expositive
- Documents supports de formation disponibles sur l'extranet
- Nombreux exercices pour découvrir les concepts
- Comparaison avec d'autres approches
- Apports théoriques en lien avec les exercices effectués et correction en grand groupe
- Dialogue pédagogique en grand groupe ou par 2

### Suivi de la formation et évaluations

- Feuilles de présence
- Formulaire de pré-évaluation
- Feedbacks réguliers durant la formation
- Évaluation des connaissances à la fin de la formation et feedback
- Questionnaires de satisfaction à chaud et à froid
- Possibilité de refaire le module si besoin (conditions préférentielles 50% du tarif)
- Attestation de présence délivrée à la suite de la formation

Rédigé Le 19. 5. 20	C. Ba
M à J le 06. 09. 24	V 10