

Introduction	13
I. Ce guide, pour qui?	13
II. L'approche du « mieux-apprendre »	13
III. Pourquoi concevoir une formation selon le « mieux-apprendre »	14
IV. La structure de ce guide	15
Chapitre 1	
De l'apprentissage avec ennui au « mieux-apprendre »	17
I. Quelques principes fondamentaux sur l'idée de « mieux-apprendre »	18
II. Un certain nombre de choses souhaitables pour mieux apprendre	19
III. Quelques qualités pour transmettre un savoir	20
IV. Deux conceptions de l'apprentissage	21
<i>Topogramme général</i>	24
<i>FICHE TECHNIQUE : Le topogramme</i>	26
Chapitre 2	
Préparer le futur apprentissage	29
I. Comment préparer la formation?	30
1. Prendre des renseignements sur les apprenants	32
2. Envoyer un courrier personnel aux participants	33
3. Définir les objectifs d'apprentissage et les ressources	34
4. Déterminer les paramètres de contrôle et d'évaluation	35
5. Préparer le contenu	37
6. Préparer la salle	39
II. Comment accueillir les participants	39
1. La préparation personnelle du formateur	40
2. L'accueil le 1 ^{er} jour	42
3. Les jours suivants	44
III. Comment organiser l'environnement d'apprentissage	44
1. Créer un environnement physique accueillant	46
2. Favoriser un environnement émotionnel qui soutienne	48
3. Encourager un environnement social de qualité	49
4. Proposer un environnement mental stimulant	51
<i>FICHE TECHNIQUE : Les périphériques</i>	52
<i>FICHE PRATIQUE : Exemple de message pré-formation</i>	55
<i>FICHE PRATIQUE : Exemple de questionnaire pré-formation</i>	57
Chapitre 3	
Réussir la phase de connexion	59
I. Créer un état de réceptivité optimal pour l'apprentissage	60
1. Reconnaître les phénomènes de déconnexion par rapport à l'apprentissage	60
2. Modifier l'« état » personnel des apprenants	62
3. Favoriser un état d'attention et de détente	63
II. Présenter l'image globale de l'apprentissage à venir	64
1. Un apprenant doit pouvoir créer sa propre structure mentale	64
2. Intérêt de présenter l'image globale de ce que l'on va apprendre	66
3. Comment présenter l'image globale	66
4. Utiliser l'image globale comme référence	68
Chapitre 5	
Tirer profit des pauses	115
I. Les pauses physiques simples sont indispensables	116
II. Les pauses physiques riches et les pauses récréatives améliorent le travail	117
III. Les pauses créatives libèrent l'imagination	117
<i>FICHE PRATIQUE : Exemples de pauses créatives</i>	119
Chapitre 6	
Ouvrir un large champ à la phase d'activation	121
I. Activations : principes et conseils	123
1. Les informations nouvelles doivent être « activées »	123
2. La phase d'activation s'appuie sur des principes simples	123
3. Quelques conseils utiles	124
II. Comment activer les nouvelles informations	126
1. Utilisation des « intelligences multiples » de Gardner	126
2. Autres types d'activations	128
3. Exemples d'activations	129
<i>FICHE TECHNIQUE : Les jeux-cadres</i>	130
<i>FICHE PRATIQUE : Un exemple de jeu-conférence : « Questions à foison »</i>	133
<i>FICHE PRATIQUE : Exemple d'activation des connaissances</i>	136
Chapitre 7	
Faciliter la mémorisation	139
I. Aider la mémoire à bien fonctionner	140
1. Soigner la qualité des matériels pédagogiques	142
2. Créer et entretenir une bonne atmosphère d'apprentissage	142
3. Proposer régulièrement des exercices de relaxation	143
4. Utiliser quelques techniques simples	143
II. Appliquer de bonnes stratégies de mémorisation	146
1. Exprimer à sa manière	146
2. Relier à des éléments sensoriels	148
3. Créer des « points d'ancrage mémoire » suffisamment nombreux	149
4. Utiliser des procédés mnémotechniques divers	150

III. Mettre en place des points d'ancrage	68
1. S'appuyer sur des points d'ancrage existants	68
2. Comment créer des points d'ancrage	70
IV. Susciter et entretenir la motivation des apprenants	71
1. Donner du sens et présenter les bénéfices futurs de la formation	72
2. Utiliser certaines règles pédagogiques pendant le déroulement de l'apprentissage	74
3. Entretenir la motivation	75
V. Bien introduire la session d'apprentissage	76
1. Quels sont les buts recherchés par une bonne introduction?	76
2. Quelle forme peut prendre une bonne introduction?	78
<i>FICHE TECHNIQUE : Relaxation et apprentissage</i>	79
<i>FICHE PRATIQUE : Deux exemples d'activités de connexion</i>	83
<i>CONSEILS EN PASSANT... Les 9 qualités d'une formation</i>	87

Chapitre 4 **Bien transmettre les nouvelles connaissances** ... **89**

I. Quelques idées fondamentales auxquelles se référer	90
II. Choisir ses outils de transmission	91
1. Définir les outils les mieux adaptés	91
2. Enrichir sa boîte à outils	92
III. Aspects pratiques pour la transmission	94
1. Appliquer deux principes intéressants	94
2. Réaliser une présentation en faisceau	96
3. Veiller à quelques autres éléments	96
IV. Avoir recours au calibrage	99
1. Qu'est-ce que le calibrage?	99
2. Quelle est notre vision du monde?	100
3. Comment utiliser le calibrage dans le cadre d'un apprentissage?	102
4. Quels sont les éléments essentiels du calibrage?	102
5. Quels sont les bénéfices du calibrage?	103
<i>FICHE TECHNIQUE : Les « intelligences multiples » d'Howard Gardner</i> ...	104
<i>FICHE PRATIQUE : Les « intelligences multiples » en pratique</i>	109

<i>FICHE TECHNIQUE : Utiliser de la musique en formation</i>	151
<i>FICHE PRATIQUE : Exemple d'activité de mémorisation</i>	153
<i>CONSEILS EN PASSANT... Ce que l'on attend du formateur</i>	155

Chapitre 8 **Consolider les connaissances**

157	
I. Effectuer un « contrôle qualité »	158
1. Vérifier la qualité des acquis	158
2. Reconnaître ses nouvelles acquisitions et compétences	160
II. Évaluer les compétences	161
1. Avoir recours à différentes formes d'évaluation	161
2. Prolonger l'apprentissage par un travail chez soi	161
3. Bien utiliser et tirer parti des tests	162
<i>FICHE PRATIQUE : Exemple d'activité de consolidation</i>	165
<i>CONSEILS EN PASSANT... Quelques conseils supplémentaires</i>	167

Chapitre 9 **Clore l'apprentissage**

169	
I. Réfléchir sur l'apprentissage	171
1. Connaître le ressenti des apprenants	171
2. Réfléchir sur la manière dont on a appris	171
3. Différentes formes possibles	172
II. Soigner les activités de clôture	176
1. L'intérêt de proposer une activité de clôture	176
2. Quelques exemples d'activités de clôture	176
3. Se récompenser	178
III. Ouvrir sur « la suite »	178
1. Une occasion à ne pas manquer	178
2. Créer des points d'ancrage du lendemain	178
3. Créer des points d'ancrage à long terme	180
4. Penser à l'après-formation	180
<i>FICHE TECHNIQUE : Sentiments et émotions dans un apprentissage</i>	181
<i>FICHE PRATIQUE : Exemple de questionnaire de fin de formation</i>	184

Bibliographie sommaire