



Potentiel en Devenir

DÉCLIC AUTONOMIE

LES 5 PILIERS POUR
APPRENDRE EFFICACEMENT



1 MA MÉTHODE
D'APPRENTISSAGE



2 ATTENTION



3 ACTION ET
COMPRÉHENSION



4 MÉMORISATION



5 HABITUDES DE
RÉUSSITE



EN GROUPE
DE 4 MAXI



100 % EN VISIO



250€
POUR 5 SÉANCES

5 SÉANCES POUR PROGRESSER



Du 17 août
au 21 août

OU



Du 24 août
au 28 août



13h - 14h



13h - 14h



www.potentieldevenir.fr



contact@potentieldevenir.fr

Déclic Autonomie

Sciences cognitives appliquées (distinct du soutien scolaire classique)

Expérience et recherche à la R&D Michelin au service de l'apprentissage décliné pour les particuliers.

Les 5 piliers pour apprendre efficacement

1. Comprendre son fonctionnement

Canaux de perception • Forces et besoins •

2. Attention et concentration

Pourquoi l'attention commence avant la classe • Les distracteurs • Les leviers d'attention

3. Action et compréhension

Repérer où cela bloque - Créer des liens.r

4. Mémorisation : Apprendre efficacement

Comment apprendre une leçon • Mémorisation • Réactivation

5. Motivation et habitudes de réussite

Pourquoi on procrastine • Construire une routine • Maintenir ses efforts
• Plan d'action personnel

Profils fréquemment concernés

- Enfants et adolescents souhaitant mieux comprendre leur fonctionnement.
- Jeunes qui manquent de méthode, d'organisation ou d'autonomie dans leurs apprentissages.
- Élèves ayant des difficultés à mémoriser, se concentrer ou apprendre efficacement.
- Jeunes souhaitant développer leur confiance en eux et leurs stratégies de réussite.
- Profils HPI, HPE, DYS, TDAH, hypersensibles ou tout autre profil souhaitant mieux exploiter ses ressources.

