

2018 - 2019

Apprendre à apprendre



Anaëlle Mertz-D'Agostin

Sommaire des formations

Moyens d'encadrement, techniques et pédagogiques.....	2
Niveau collège	3
Niveau 1 : 6 ^e et 5 ^e	4
Niveau 2 : 4 ^e et 3 ^e	5
Niveau Lycée.....	6
Niveau 3 : lycée	7
Niveau Etudiant.....	8
Niveau 4 : Etudiant	9
Anaëlle Mertz-D'Agostin	10
Bulletin d'inscription	11
Modalités des formations	12
Inscription aux formations	12
Déroulement des formations	12
Attestation de formation.....	12
Coût des formations et modalités de paiement.....	12

Moyens d'encadrement, techniques et pédagogiques

Les différentes formations sont dispensées, en présentiel, par Anaëlle Mertz-D'Agostin, psychologue clinicienne spécialisée en psychologie de l'enfant et de l'adolescent, hypnothérapeute et formatrice.

A l'issue de la formation, chaque stagiaire recevra un fascicule reprenant les différents points abordés ainsi qu'une attestation de formation. Un retour sur la formation est également mis en place à travers un questionnaire pour développer sa pertinence et son efficacité.

Les moyens pédagogiques et techniques ainsi que les modalités de contrôle de connaissances sont les suivantes :

- Exposés théoriques
- Méthode active (QCM, étude de cas)
- Support papier

Chaque niveau est adapté à l'âge des élèves. Nous abordons principalement le fonctionnement du cerveau, des différents types de mémoires ainsi que le développement de l'attention. Le vocabulaire est adapté et les notions sont plus ou moins approfondies selon la classe de l'élève.

Niveau collège

Apprendre à apprendre – Niveau 1 – 6^e-5^e



Objectifs

Connaître :

- Les bases du fonctionnement cérébral
- Le développement des mémoires
- Le développement de l'attention

Apprendre des outils pour l'apprentissage :

- La mémorisation active
- Les cartes mentales



Durée

4 séances d'1h



Tarifs

140 €



Public

Elèves de 6^e et 5^e



Pré-requis

Aucun pré-requis

Programme

Séance 1

Les bases du développement cérébral

Comment le cerveau nous permet-il

l'apprentissage ?

Cerveau et mémoire

Cerveau et sommeil

Séance 2

Fonctionnement de nos mémoires

Mémoire et compréhension

Mémoire et oubli

Stratégie de mémorisation

Séance 3

Le développement de l'attention

Mécanismes de l'attention

Petits exercices autour de l'attention

Séance 4

Outils d'apprentissage

Fiche de mémorisation active

Cartes mentales

Vocalisation

Apprendre à apprendre – Niveau 2 – 4^e-3^e



Objectifs

Connaître :

- Le fonctionnement du cerveau
- Le fonctionnement des mémoires
- Le développement de l'attention

Savoir utiliser des outils pour les apprentissages :

- Les fiches de mémorisation active
- Les cartes mentales



Durée

4 séances d'1h



Tarifs

140 €



Public

Elèves de 4^e et 3^e



Pré-requis

Aucun pré-requis

Programme

Séance 1

Les bases du développement cérébral

*Comment le cerveau nous permet-il de vivre
et d'apprendre ?*

Cerveau et mémoire

Cerveau et sommeil

Séance 3

Le développement de l'attention

Mécanismes de l'attention

Attention et réflexes

Attention et distractions

Séance 2

Fonctionnement de nos mémoires

Les différentes mémoires

Savoir et comprendre

Mémoire et oubli

Stratégie de mémorisation

Séance 4

Outils d'apprentissage

Fiche de mémorisation active

Cartes mentales

Vocalisation

Niveau Lycée

Apprendre à apprendre – niveau 3 - lycée



Objectifs

Connaître :

- Le fonctionnement du cerveau
- Le mécanisme de l'oubli
- Le fonctionnement de la mémorisation
- Le développement de la concentration

Savoir utiliser :

- Les cartes mentales
- Les fiches de mémorisation active



Durée

4 séances d'1h



Tarifs

140 €



Public

Lycéen



Pré-requis

Aucun pré-requis

Programme

Séance 1

Fonctionnement des mémoires

Les différentes mémoires

Savoir et comprendre

Séance 2

Comment mémoriser plus efficacement ?

Le fonctionnement du cerveau dans

l'apprentissage

Compréhension et mémoire

*Pistes d'outils pour favoriser les
apprentissages*

Séance 3

Le développement de la concentration

Mécanismes de l'attention

Attention et réflexes

Attention et distractions

Séance 4

Outils d'apprentissage

Fiche de mémorisation active

Cartes mentales

Vocalisation

Niveau Etudiant

Apprendre à apprendre – Niveau 4 – Etudiants

Objectifs

Connaître :

- Le fonctionnement du cerveau
- Le mécanisme de l'oubli
- Le fonctionnement de la mémorisation
- Le développement de la concentration

Savoir utiliser :

- Les cartes mentales
- Les fiches de mémorisation active



Durée
4 séances d'1h



Tarifs
140 €



Public
Etudiants

 **Pré-requis**
Aucun pré-requis

Programme

Séance 1

Fonctionnement des mémoires

Les différents types de mémoires

Savoir et comprendre

Mémoire et oubli

Séance 2

Comment mémoriser plus efficacement ?

Le fonctionnement du cerveau dans

l'apprentissage

Compréhension et mémoire

*Pistes d'outils pour favoriser les
apprentissages*

Séance 3

Le développement de la concentration

Mécanismes de l'attention

Attention et réflexes

Attention et distractions

Séance 4

Outils d'apprentissage

Fiche de mémorisation active

Cartes mentales

Vocalisation

Anaëlle Mertz-D'Agostin

Psychologue clinicienne et hypnothérapeute, je travaille en cabinet à Cormelles-le-Royal (près de CAEN) depuis 2012. Ma formation universitaire s'est basée sur la psychologie de l'enfant et de l'adolescent : Education, Socialisation et Handicap.

Je me suis depuis spécialisée dans les psychothérapies brèves avec notamment l'utilisation de l'hypnose, de la P.N.L. (Programmation Neuro-Linguistique), et de l'E.F.T (Emotional Freedom Technique). J'utilise également des outils d'Analyse Transactionnelle. Je propose des thérapies en :

- Individuel, essentiellement avec des adultes mais aussi avec des adolescents et des enfants sur leur demande
- Familial ou conjugal, en co-thérapie avec mon collègue Romuald Leclerc, lui-même thérapeute familial. Notre expérience et notre complémentarité nous permet de proposer un accompagnement le plus adapté possible à chaque situation familiale. Lors des consultations, nous proposons notamment aux parents de s'initier à une forme d'éducation bienveillante basée sur notre expérience et sur les travaux de M. Rosenberg, T. Gordon, H. Ginot et C. Rogers.

Parallèlement à mon travail de psychologue, je suis accueillante depuis 2015 à Ricochet, réseau des Maisons Vertes de Françoise Dolto. Cette structure accueille les enfants de moins de 4 ans accompagnés des parents, grands-parents, assistantes maternelles ou toute personne de confiance ainsi que les femmes enceintes.



Bulletin d'inscription

Participant

M. Mme Mlle

Prénom : Nom :

Si mineur :

Nom et prénom du représentant légal :

Adresse du domicile :

Code postal – Ville :

Téléphone : Portable :

Email :

Formation

Niveau choisi :

Niveau 1 (6^e-5^e) Niveau 2 (4^e-3^e) Niveau 3 (Lycéens) Niveau 4 (Etudiants)

Facturation

1^{er} acompte de 20 % : 30 €

Chèque libellé : Anaëlle Mertz-D'Agostin ou par virement bancaire sur demande
Déclaration d'activité enregistrée sous le numéro 28140314414 auprès du préfet de région de Normandie

Date et signature :

Modalités des formations

Inscription aux formations

La date de formation pour chaque module dépend du nombre d'inscrit. Elle sera fixée selon les disponibilités du plus grand nombre. Un minimum de 4 personnes est demandé pour poser une date de formation.

Toute inscription sera effective à partir de la réception du bulletin d'inscription dûment complété et envoyé par courrier ou mail.

Une fois que la date de formation est fixée et acceptée par le stagiaire, si celui-ci renonce à la formation dans un délai de 15 jours précédant le début de la formation, l'acompte versé sera acquis en dédommagement des frais engagés.

En cas d'annulation de la formation, je m'engage à vous proposer une autre date ou à vous rembourser les frais avancés.

Déroulement des formations

Environ 3 semaines avant le démarrage de la formation, une invitation vous sera envoyée par mail ou courrier vous indiquant les horaires. Les formations auront lieu 5 rue de l'Eglise à Cormelles-le-Royal.

Attestation de formation

Une attestation de formation est fournie sur demande du stagiaire.

Coût des formations et modalités de paiement

Le coût des formations est indiqué sur chaque fiche programme. Les tarifs sont nets et valables de janvier 2018 à décembre 2019.

Au moment de l'inscription un acompte de 20 % est demandé et sera encaissé au moment où la date sera fixée. Il est possible de payer en plusieurs fois sans frais.

Contact

Par téléphone : 06.18.28.66.74

Par mail : anaelle.mertzdagostin@gmail.com

Via le formulaire de contact de mon site internet : www.mertz-psychologue-caen.fr/contact

Par courrier : 5 rue de l'Eglise – 14123 Cormelles-le-Royal