

FORMATION CERTIFIANTE EN LECTURE RAPIDE



Avec toujours plus de documents à lire et intégrer, il ne suffit plus de savoir lire. Il faut savoir lire vite, bien, et apprendre à filtrer efficacement toute l'information qui nous arrive de partout.

Objectifs de formation :

- Acquérir la compétence de filtrer la masse d'informations à lire, et de lire rapidement et efficacement.
- Découvrir comment utiliser la lecture rapide au quotidien pour améliorer ses performances de jour en jour.

Public :

- Toute personne désireuse d'améliorer son efficacité personnelle et ses capacités de lecture.

Prérequis souhaitable (non indispensable) :

- Code 1123 – Techniques de mémorisation
- Code 1133 – Mind Mapping

Durée :

- 1 jour soit 7 heures

Dates – 20 participants maximum :

- Inter ou en Intra, nous contacter.

Coût :

- 697 € HT

Méthodes pédagogiques :

- Alternance d'apports théoriques, de travaux en individuel et en sous-groupes.

Evaluation : Réalisée par des exercices proposés après chaque thématique importante.

Suivi de l'action de formation : Feuilles de présence signées par demi-journée, et documents d'autocontrôle.

Fourni à chaque participant :

- Des feutres et du papier.
- Un certificat de praticien en Lecture Rapide signé par Tony Buzan, le créateur des championnats du monde de lecture rapide, inventeur du Mind Mapping.
- Un livre de Tony Buzan sur la Lecture Rapide, servant de support de formation.

Intervenant :

Michel Wozniak – Formateur et coach professionnel – Formateur Senior pour Tony Buzan (2 en Europe) – Membre de la Chambre Syndicale des Formateurs-Consultants – +33 6 69 46 85 85 – contact@optimistra.com

Programme

Comprendre les mécanismes cérébraux touchant à la lecture

- Ce que la recherche montre sur la lecture et la vitesse
- Comment utiliser ces recherches dans une lecture efficace

Augmenter rapidement sa vitesse de lecture

- Intégration des règles et concepts pas à pas
- Apprendre à bien lire, avec les bons outils
- Mettre à mal les mauvaises habitudes de lecture
- Apprendre à se faire confiance pour accélérer et comprendre le contenu

Savoir filtrer l'information en amont

- Apprendre les techniques de survol
- Apprendre à écremer les parties moins importantes
- Emulation mutuelle dans des travaux de groupe

Evaluer les apports

- Réaliser les gains de temps et d'énergie apportés
- Suivre sa progression de vitesse de lecture au fil de la journée de formation

Points forts :

- Rapprochements sur des contenus concrets en lien avec l'expérience des participants.
- Acquisition d'outils performants ayant fait leurs preuves depuis près de 30 ans.
- Formation certifiante valorisable dans un véritable parcours de professionnalisation.