

> Lecture efficace et mémorisation



Objectifs :

- Rendre le lecteur plus apte à traiter efficacement et avec aisance les principales situations de lecture correspondant à des besoins personnels et professionnels
- Atteindre la meilleure vitesse pour un objectif donné tout en préservant la qualité de la compréhension
- Développer à la fois les mécanismes de la perception et les automatismes de vitesse, mais aussi une capacité d'analyse, de synthèse et de mémorisation



Public :

- Tous salariés qui estiment ne pas avoir assez de temps pour lire, analyser et synthétiser une masse de documentation importante



Contenu :

- Identification des freins : éviter les retours en arrière et la subvocalisation (ou lecture mentale)
- Développer des aptitudes physiques : élargissement de son champ visuel en limitant les points de fixation
- Définition d'une stratégie de lecture : travail d'anticipation, lecture sélective, survol
- Les processus de mémorisation

Méthode pédagogique :

Réflexion théorique et apports méthodologiques

Exercices nombreux et variés : gamme d'entraînement, test de lecture chronométré, questionnaires de compréhension, exercices de mémoire

Durée :

3 jours

Prix nets :

en intra-entreprises : 3 420 €