

### » Efficacité personnelle



«**Apprendre à apprendre**» est une ressource associée proposée par Josette Laborde de l'animation régionale des APP d'Aquitaine.

#### Objectif :

- Améliorer son raisonnement
- Apprendre à s'autoformer
- Développer ses capacités d'apprentissage

#### Public :

Toute personne désirant améliorer l'efficacité de ses apprentissages

#### Contenu :

Entretiens individuels

Ateliers thématiques

Activités et exercices divers

#### Modalités de formation :

Formation personnalisée et accompagnée en Centre de Ressources et à distance

\*voir conditions.

#### Durée estimée : à définir

#### Domaine : Efficacité personnelle

#### Sommaire

I) Référence de livre pour les formateurs	p 02
II) Référence de livre pour les apprenants	p 02
III) Référence de sites Internet	p 03
IV) Référence de CD-ROMS	p 03

### Livres pour les formateurs :

«La prise de conscience de sa manière d'apprendre » - Thèse d'Armelle Chanel  
[www.expliciter.net](http://www.expliciter.net)

«L'apprenance» - Philippe Carré - Dunod

«Auto efficacité personnelle» - Albert Bandura - De Boeck Bruxelles, 2002

«Développer la capacité d'apprendre» - Jean Berbaum

«Aider les élèves à apprendre» - Gérard de Vecchi - Hachette Education

«Eduquer et former» - coordonné par J.C. Ruano-Borbalan - Sces Humaines

«Pratique pédagogique de la gestion mentale» - J. P. Chich – M. Jacquet - Retz

«Réussir, ça s'apprend» - A. de la Garanderie - Ed. Bayard

Documents issus de l'exposition «Remue méninges» sur le fonctionnement du cerveau, la mémoire, l'apprentissage, disponibles au centre ressources du forum des sciences à Villeneuve d'Ascq

Revue «Les grands dossiers des Sciences Humaines» - n°7 juin juillet août 2007

Revue «Sciences et Avenir» - septembre 2007

Repères pratiques Nathan : Précis de Psychologie, Précis de Pédagogie.

«L'intelligence émotionnelle» - Daniel Goleman

«La gymnastique des neurones» - Carla Hannaford

«Apprendre autrement» - Clouzot et Black

«A chacun sa manière d'apprendre» - Diana Beaver (PNL)

### Livres pour les apprenants :

«Guide Bordas des méthodes de travail» - Michel Coéffé

«J'apprends à apprendre» - Christian Drapeau - Ed. De Mortagne

«A l'école des intelligences multiples» - Bruno Hourst - Hachette Education

«Au bon plaisir d'apprendre » - Bruno Hourst - Inter Editions 2005

«Tester et développer sa mémoire » - Patrick de Sainte Lorette/ Jo Marzé – Eyrolles pratique 2006

«Cerveau top niveau !» - Julien Ramonet Dunod - 2007

## Apprendre à apprendre – domaine transverse : 10.10.02

«Savoir prendre des notes» - René Simonet & Jean Simonet - Eyrolles pratique

«100 petites expériences de psychologie pour mieux comprendre le cerveau » - Dunod

«Votre mémoire, bien la connaître, mieux s'en servir » - Larousse

«Mind Map» - Tony Buzan

«Une tête bien faite» - Tony Buzan

«La lecture rapide» - Tony Buzan

«Tout sur la mémoire» - Tony Buzan

« Apprendre à apprendre » - André Giordan, Ed. Folio

### **Sites internet :**

[www.apprendre-a-apprendre.eu](http://www.apprendre-a-apprendre.eu)

[www.multimania.com/apprendre](http://www.multimania.com/apprendre)

[www.cite-sciences.fr/apprendre/français/intro/fs-global.htm](http://www.cite-sciences.fr/apprendre/français/intro/fs-global.htm)

[www.ifgm.org](http://www.ifgm.org)

[www.tfs.afpa.fr](http://www.tfs.afpa.fr)

ressources-métiers de la formation-la médiation des apprentissages professionnels

<http://mieux.apprendre.free.fr>

[www.expliciter.net](http://www.expliciter.net)

[www.apprendreaapprendre.com](http://www.apprendreaapprendre.com)

### **CD Roms : aux éditions Happy Neuron CD-ROM pour PC**

« Entraînez votre concentration »

« Entraînez votre mémoire »

« Entraînez votre raisonnement »