



« Méthodologie de travail et accompagnement  
des adolescents en difficultés »

**Projet de formation (2 jours)**

**Public concerné par la formation :**

Les professionnels de l'adolescence (logopèdes, neuropsychologues, psychologues, enseignants, coachs ...) ou toute personne intéressée par la méthodologie de travail.

**Résumé du projet de formation :**

La formation a pour but de découvrir un maximum d'outils utilisables en individuel, en classe ou en séance de rééducation afin d'aider un jeune à maîtriser sa méthodologie de travail.

Au programme :

- **Comprendre le MBTI** (test de typologie), et utiliser les données qui en ressortent afin d'avoir une vision plus claire et fiable sur la façon dont le jeune organise son temps. En fonction, des outils adaptables et adaptés seront proposés afin d'être capable d'amener le jeune à créer un **outil de gestion du temps** qui lui convienne.
- Découverte des **notions de base de la gestion mentale**, qui permettront une compréhension plus précise du fonctionnement et des habitudes mentales du jeune, au quotidien, mais aussi lors des périodes de travail ou de mémorisation.
- Explication du concept de **mémorisation**, en quoi elle consiste, ainsi que les différentes étapes et principes à connaître. Une connaissance de ce qu'est la mémorisation permet une utilisation plus aisée et plus fiable de cette dernière.
- Découverte ou redécouverte des **intelligences multiples**, avec la proposition de fiches outils à utiliser en fonction de chaque intelligence.



**Contenu de la formation :**

- Alternance de théorie et d'exercices pratiques afin que les participants puissent utiliser directement leurs acquis à l'issue de la formation. Les participants découvrent par eux même les outils avant de confronter leurs résultats avec les autres. L'idée est que chacun puisse connaître sa propre manière de fonctionner avant de faire découvrir aux autres leurs propre fonctionnement.
- Mise à disposition d'outils concrets à utiliser lors d'une aide en méthodologie de travail

**Nombre de participants :**

20 maximum

**Durée de la formation :**

12 heures (2 jours)

**Contact :**

[www.coachetmoi.be](http://www.coachetmoi.be)  
[info@coachetmoi.be](mailto:info@coachetmoi.be)  
+32496946094