

Lecture efficace et rapide

(Durée estimée : 14h)

Objectifs

Améliorer sa vitesse de lecture et sa capacité de mémorisation

- Identifier les éléments essentiels d'un texte d'information ou d'un écrit professionnel
- Acquérir des méthodes de restitution immédiate et structurée
- Améliorer ainsi son efficacité dans le traitement de l'information opérationnelle.

Contenu de la formation

Notre comportement de lecteur

- Pourquoi lit-on ? Comment lit-on ?
- Les obstacles psychologiques et techniques à la bonne lecture
- Prise de conscience de nos habitudes de lecture
- Bilan de nos capacités de lecture, les critères d'efficacité
- Diagnostic individuel

Les éléments constitutifs d'un texte

- La structure du texte : paragraphes, mots essentiels, liaisons et enchaînements, phrases complexes
- La présentation de l'information : plan journalistique et pyramide inversée,
- Les règles de mise en page

Les techniques de lecture

- Les types de lecture : globale, continue, discontinue...
- Le survol et le repérage et la lecture sélective
- L'écrémage et les balayages : pour aller vite à l'essentiel
- La lecture de la presse sur internet
- Traiter efficacement le support de lecture
- Choisir et adapter sa lecture à ses besoins

Mémorisation de l'information et élaboration des synthèses

- Le fonctionnement de la mémoire : attention, concentration, intérêt, logique ... et le tri des informations
- De la logique de mémorisation à la logique de restitution : le choix du plan
- Des synthèses orales et écrites efficaces : pour nous et pour les autres.

Moyens pédagogiques

Cours théoriques et personnalisés par un formateur.
Jeu de rôle et mise en situation.

Moyens techniques

Salle de formation ou Ordinateur disposant d'une connexion internet
Support de cours

Modalités d'encadrement

Formateur expérimenté

Evaluation des acquis

Evaluation des acquis par des exercices de mises en situation

Pré-requis

Aucun

Public visé

La formation concerne toutes les personnes qui ont à lire et à traiter fréquemment des informations abondantes

Modalités d'accès

INTRA entreprise

Durée d'accès

1 jour(s) ouvré(s)

Mise à jour du programme : 24/03/2020