



Les cours AAPER à votre disposition



Nom	Description	Le contenu répond à ces questions	Pour qui ?
AAPER1	Cours de base avec théorie et expérimentation de la gestion mentale, de la Brain Gym, de la PNL – programmation neurolinguistique – et plus encore.	Comment je pense, apprends, mémorise, réfléchis, comprends, imagine ? Pourquoi j'y arrive parfois et parfois pas ? Qu'est-ce que je peux changer ?	Pour tous
AAPER2	Cours d'approfondissement avec théorie et expérimentation de la gestion mentale, de la Brain Gym, de la PNL et plus encore	Comment comprendre et aider quelqu'un d'autre au niveau de son fonctionnement mental ? Comment mettre en place un dialogue pédagogique ? Comment améliorer les gestes mentaux ? Comment écouter les mots et choisir mes mots pour expliquer aux autres ?	Pour tous
AAPER3	Echanges de pratique pour améliorer sur le terrain de la classe ou du groupe l'application et l'utilisation des différentes techniques du AAPER1 et AAPER2	Comment appliquer dans mon groupe, ma classe, etc. ? Comment ajuster et/ou améliorer l'application dans mon groupe, ma classe ou ailleurs ?	Pour les enseignant-e-s et toute personne en charge de communications à un groupe
GM1	Faire connaître la gestion mentale de M. Antoine de La Garanderie ainsi que ses utilisations concrètes dans le quotidien de l'apprentissage pour soi et les autres.	Comment je pense, apprends, mémorise, réfléchis, comprends, imagine ? Quelle est la forme de ma pensée ? Quelles sont mes stratégies mentales de réussite ?	Pour tous
GM2	Réactiver et approfondir les théories de M. Antoine de La Garanderie et les appliquer dans le cadre d'une classe ou d'un groupe en pratiquant le dialogue pédagogique avec les élèves.	Comment je peux enseigner avec les gestes mentaux ? Comment mettre en place des dialogues pédagogiques avec mes élèves ? Comment écouter les mots et choisir mes mots pour expliquer aux autres	Pour tous
GM3	Définir le but, le cadre et le déroulement d'un entretien individuel en gestion mentale, en utilisant les connaissances acquises en GM1 et GM2 et faire un entretien individuel.	Comment je peux mettre en place un entretien individuel en gestion mentale et rédiger des conseils pour la personne demandeuse	Pour tous
Profil dominant	Prendre conscience de notre profil avec nos forces et nos faiblesses pour nous comprendre en situation d'apprentissage, dans nos relations, à notre travail et dans nos efforts créatifs	Qu'est-ce qu'un profil dominant ? Comment déterminer un profil dominant ? Quels conseils donner selon le profil dominant ?	Pour tous
Posture et écriture	Donner la possibilité de prendre conscience du stress installé lors de l'écriture, étape et outil incontournables de l'apprentissage et tester différentes solutions pour récupérer la fluidité	Comment corriger les mauvaises habitudes de posture et de tenue du crayon lors de l'écriture et éliminer les tensions au niveau des doigts, de la main, du bras, de l'épaule et/ou de la nuque ?	Pour tous
Brain Gym	Explication, description et pratique d'exercices de Brain Gym pour gérer le stress et améliorer la concentration, la lecture, l'écriture, l'écoute, la compréhension, l'organisation, la communication, etc.	Qu'est-ce que je peux faire tous les jours, rapidement, pour moi ou mes proches, pour récupérer mon plein potentiel ?	Pour tous