

Durée : 2 jour(s)

Objectifs

- Accélérer sa vitesse de lecture
- Accroître sa concentration
- Choisir sa stratégie de lecture adaptée
- Maîtriser et retrouver facilement l'information
- Mémoriser ce qui est vraiment utile

Pré-requis

Toute personne souhaitant gagner en efficacité et en temps pour traiter l'information
Pas de pré-requis spécifique

Plan de cours

1. Evaluer son niveau de lecture
Mesurer sa vitesse de lecture
Evaluer son degré de mémorisation
Les mécanismes de la lecture
2. Développer son agilité visuelle et mentale pour augmenter sa vitesse de lecture
Les obstacles à la lecture rapide
Les techniques pour lire plus vite (balayages visuelles et stratégiques)
3. Développer une lecture active en fonction du texte
Définir vos objectifs de lecture
Déterminer la bonne méthode pour atteindre ses objectifs en fonction du texte
Choisir une stratégie adaptée : approfondissement, écrémage et repérage
4. Traiter efficacement le support de lecture
Identifier l'architecture d'un texte
Déconstruire rapidement un texte pour en tirer les idées clés (courriers, rapports, études, comptes rendus ...)
Utiliser la carte mentale ou la grille de prise de notes pour mémoriser à long terme
Comment traiter le cas de la presse ?