



Délégation Paris-Villejuif
Pôle RH-Formation

Formation : Lecture active et efficace (du papier à l'écran)

du 14 au 15 mars et le 24 mars 2016

Lieu : Campus de Villejuif

Nombre de stagiaires : 8

Objectifs :

Comment changer son rapport au texte pour adopter une lecture sélective et efficace ?

- Gagner un temps considérable grâce à une lecture par objectifs.
- Alléger la recherche d'informations sur internet.
- Améliorer la justesse des informations retransmises en interne.
- Se départir d'une lecture systématiquement intégrale pour se centrer sur l'essentiel.
- Etre capable de doubler ou tripler sa vitesse si nécessaire et réaliser que vitesse et compréhension ne sont pas incompatibles.
- Etre plus libre et plus léger dans l'acte de lecture.

La lecture active est avant tout une question d'état d'esprit et de représentation de ce qu'est le "bien lire". C'est pourquoi notre approche pédagogique tient compte des aspects à la fois méthodologiques, intellectuels et psychologiques de l'acte de lire.

Tout au long de la formation, les participants peuvent mesurer précisément l'évolution de leurs performances en terme de vitesse comme en terme de pertinence des informations extraites. Le fait de s'exercer, pendant le stage, sur ses propres documents professionnels (papier ou écran) permet une réelle intégration des techniques proposées.

L'efficacité de la lecture sur écran repose sur les mêmes fondamentaux que la lecture sur papier (mêmes précautions pour découvrir un document, même attitude questionnante et sélective, même liberté) ; elle nécessite cependant la maîtrise de techniques spécifiques pour diminuer l'inconfort, gagner du temps et éviter la désorientation cognitive.

Avant... et après le stage :

Avant la formation, vous recevrez une liste de **documents à préparer**, ainsi qu'un **questionnaire** pour préciser vos attentes. Plusieurs mois après la formation, un **bilan différé** vous permettra de faire un point sur l'évolution de vos pratiques.

Programme général :

Apports théoriques et techniques visuelles

- Perception, accès au sens et mémorisation. Représentations de la lecture.
- Parcours de l'œil, champ visuel et circuits de lecture sur papier et à l'écran
- Quels critères de lisibilité retenir lorsqu'on est soi-même rédacteur ?

Aspects psychologiques

- Quel état d'esprit adopter pour avoir une lecture plus efficace ?
- Comment surmonter les freins et faire évoluer son rapport au texte ?
- Comment accroître la concentration ?

Méthodes de lecture active sur papier et sur écran : être capable de varier stratégies et vitesses selon ses besoins réels en information, le niveau de détails recherché et le type de document :

- Ecrémage de la presse professionnelle : mieux évaluer, cibler, synthétiser, mémoriser
- Pointage rapide d'une information précise
- Survol d'essais ou de rapports pour tirer le maximum d'informations en peu de temps
- Balises, traces et annotations pour mieux intégrer l'essentiel d'un document
- Analyse de dossier thématique volumineux

Spécificités de la lecture à l'écran

- Techniques pour gagner en confort et en rapidité
- Méthodologie pour aborder pdf et sites
- Annoter les pdf sur écran
- Naviguer aisément entre plusieurs documents et imprimer peu

Date limite d'inscription : le 12 février 2016

Modalités d'inscription

Remplir le formulaire d'inscription à télécharger sur : https://extra.core-cloud.net/collaborations/Extranet_DR01/SitePages/S'inscrire%20à%20une%20formation.aspx et renvoyer par mél ce document validé par le directeur de l'unité et visé par le/la correspondant(e) formation.

Inscription

Contact : Koumba DRAME, Assistante formation

E-mail : formation.paris-villejuif@cnrs.fr

Tél : Tél : 01 56 70 76 35

Renseignements

Houcin ZERROUG, Conseiller en Ressources Humaines et en Formation

Houcin.zerroug@cnrs.fr

Tél : 01 56 70 51 23