



COMPRENDRE
& ACCOMPAGNER

ALAIN THIRY

Ça y est,
j'ai compris !

La PNL au service des apprentissages

└ Stratégies mentales,
méthodes et outils

Ça y est, j'ai compris !

La PNL au service des apprentissages

Alain THIRY

Ça y est, j'ai compris !

La PNL au service des apprentissages

Stratégies mentales,
méthodes et outils

3^e édition

Cette nouvelle édition est la version actualisée et remaniée de l'ouvrage précédemment titré *Ça y est, j'ai compris !, Méthodes d'études et stratégies d'apprentissage avec la PNL* (De Boeck Supérieur, 2012).

Pour toute information sur notre fonds et les nouveautés dans votre domaine de spécialisation, consultez notre site web : **www.deboecksuperieur.com**

© De Boeck Supérieur s.a., 2021
Rue du Bosquet, 7 – B-1348 Louvain-la-Neuve

3^e édition

Tous droits réservés pour tous pays.

Il est interdit, sauf accord préalable et écrit de l'éditeur, de reproduire (notamment par photocopie) partiellement ou totalement le présent ouvrage, de le stocker dans une banque de données ou de le communiquer au public, sous quelque forme et de quelque manière que ce soit.

Dépôt légal :
Bibliothèque nationale, Paris : octobre 2021
Bibliothèque Royale de Belgique, Bruxelles : 2021/13647/152

ISSN : 2030-8906
ISBN : 978-2-8073-3665-0

Ressources numériques

Retrouvez des compléments au fil de l'ouvrage pour accompagner votre lecture : des vidéos viennent enrichir le propos tandis qu'une sélection de schémas vous sera proposée en téléchargement, pour les avoir facilement sous la main. Ces compléments sont introduits par des QR codes au fil de la lecture.

Comment accéder à vos ressources numériques ?

Flashez le code avec votre
téléphone ou votre tablette



Tapez l'URL
dans votre navigateur



Documents téléchargeables

1. Les types d'opérations mentales... p. 45
2. Le schéma de la compréhension... p. 65
3. La synthèse du méta-modèle... p. 70
4. La liste de 200 mots outils... p. 78
5. Le projet « Maîtrise de la lecture »... p. 86

Vidéos

1. Les fondements de la PNL.... p. 17
2. La définition de la PNL.... p. 18
3. Le méta-modèle en PNL... p. 70
4. La compréhension de la notion de négation... p. 79

Sommaire

Remerciements	11
Avertissement	13
Introduction	15
Chapitre 1 — PNL et apprentissage	17
Chapitre 2 — Décodage de la pensée.....	31
Chapitre 3 — Les stratégies PNL d'apprentissage.....	59
Chapitre 4 — Mise en oeuvre avec différentes matières.....	103
Conclusion.....	147
Formation PNL spécialisée pour l'apprentissage.....	151
En savoir plus.....	153
Glossaire	155
Bibliographie.....	161
Table des matières.....	165

Ma scolarité n'a pas été aisée et apprendre me semblait bien difficile. Aujourd'hui, on parlerait de dyslexie. Mais j'ai finalement relevé les défis que je me suis donnés. Apprendre est devenu passionnant pour moi. Je sais maintenant que c'est possible, spécialement lorsqu'on connaît les stratégies d'apprentissage.

La seule chose que je voudrais transmettre :

"On peut toujours apprendre ce qu'on a décidé d'apprendre. Il suffit de savoir comment s'y prendre et de se donner le temps nécessaire pour le faire."

J'aimerais que tout le monde en profite, que tous les jeunes réalisent que c'est possible.

Je dédie donc ce livre à tous les jeunes et moins jeunes et tout particulièrement à Déna, Louis, leurs frères, sœurs, cousins et cousines.

Qu'ils puissent trouver leur chemin.

Remerciements

À Laurent Pirat (Lopi) pour la réalisation des dessins.

À Pierre Coëffard, Catherine Lhoste et Nadia Ben Abdelkader pour m'avoir accompagné et soutenu sur ce chemin de développement de la pédagogie PNL.

À Marie-Dominique Hillewaert pour avoir créé la première école à pédagogie PNL et avoir démontré par la réalité du terrain l'efficacité des techniques de ce livre.

À Robert Dilts, pour nous avoir montré comment faire de la PNL non seulement avec son esprit, mais aussi avec son cœur.

Au New Learning Pathways, pour être à l'origine d'une recherche affinitaire sur l'enseignement.

À tous les enfants avec lesquels nous avons cherché et mis en pratique.

Aux enseignants et orthophonistes qui ont suivi notre formation complète et nous ont obligés à nous dépasser.

Ainsi qu'aux nombreux enseignants nous ayant donné un feedback de leurs emplois créatifs des stratégies.

Avertissement

J'ai voulu que ce livre soit facile d'accès et qu'il puisse ainsi être lu non seulement par des enseignants et des parents, mais aussi par des élèves après une journée de travail ou de cours.

J'ai donc privilégié des formulations simples où s'alternent un style verbal, des explications conceptuelles, des descriptions synthétiques, une schématisation illustrée des procédures. Si la lecture d'un texte sollicite principalement l'hémisphère gauche (analytique et vue de détails) avec beaucoup d'opérations de dialogue interne, j'ai cherché à stimuler également le droit (intuitif et vue globale) en favorisant le visuel. Les nombres sont ainsi écrits en chiffres et non en lettres (ex. : 5 stratégies au lieu de cinq stratégies). Toutes les techniques importantes sont décrites méthodiquement et ensuite représentées graphiquement.

Certains mots sont employés plusieurs fois sur la même page, voire dans le même paragraphe. Les PNListes y reconnaîtront la technique de l'ancrage qui favorise la réactualisation d'états internes. Le modèle de Milton¹ est employé dans l'usage de pronoms et de verbes non spécifiques (ex. : on, vont) et d'atténuateurs (ex. : certains, peut-être). Cela laisse plus de place au lecteur pour affiner sa propre représentation mentale. C'est un peu le même effet que le décalage entre un film et le livre d'origine. Tout le monde préfère le livre. Certains lecteurs trouveront peut-être gênant l'emploi très répétitif d'opérateurs modaux (ex. : peut, c'est, vont). J'en suis désolé. Néanmoins, comme ils ont un impact tellement important sur la motivation², si un jeune lit certains passages de ce livre, j'aimerais que cela lui donne envie de prendre son crayon et de relever ses défis.

L'usage en PNL veut qu'on utilise des majuscules pour le nom de la technique (Programmation Neuro-Linguistique), ainsi que pour les différents titres liés aux niveaux de formation (Technicien, Praticien, Maître-Praticien, Enseignant).

1. Modèle linguistique venant de l'observation de Milton Erickson qui est considéré par beaucoup comme le plus grand communicateur de notre époque. Il est le père de la thérapie brève.

2. Cf. les travaux sur la "structure des émotions". Modèle de PNL construit par David Gordon, Leslie Cameron-Bandler, Michael Lebeau, Metha Singleton.

J'ai choisi d'utiliser les "guillemets" au lieu des «guillemets», car il ne nécessite pas d'espace devant et derrière le mot. Ces espaces provoquent souvent un arrêt dans la lecture (une interruption de pattern dirait M. Erickson) et donc une mise en évidence que je ne souhaitais pas forcément.

Introduction

La Programmation Neuro-Linguistique ou PNL cherche à décoder comment les personnes performantes font pour développer leurs savoir-faire et leurs savoir-être. Elle construit ensuite des modèles pour les retransmettre à d'autres qui en ont besoin.

Dans le domaine de l'apprentissage, les PNListes¹ ont repéré cinq stratégies mentales employées par les élèves brillants. Lorsqu'on guide des jeunes à employer celles-ci dans leurs études, leur qualité de compréhension, leur vitesse d'étude et leur capacité d'expression s'en trouvent largement améliorées.

Dans ce livre, vous trouverez d'abord (chapitre 1) une description générale de la PNL ainsi que son développement dans le domaine de l'apprentissage. Ensuite (chapitre 2), vous découvrirez la manière dont on decode en PNL les opérations mentales. Ceci est la base pour savoir quoi observer. Comprendre ce que l'apprenant fait dans sa tête et ensuite quoi faire pour guider les jeunes dans des opérations qui sont plus efficaces.

Dans le chapitre 3, consacré aux stratégies PNL d'apprentissage, sont décrites les cinq stratégies observées chez les étudiants brillants : compréhension, mémorisation, réflexion, prononciation, transfert. Ces micro-stratégies (processus très rapides qui correspondent à l'apprentissage proprement dit) sont différenciées des macro-stratégies (qui se déroulent sur de longues périodes de temps) qui correspondent plus à la gestion du temps.

Dans le chapitre 4 sont donnés des exemples de mise en œuvre de ces stratégies dans les différents types de cours (à contenu, de langue, de math).

En effet, bien que la structure de la stratégie de mémorisation reste constante pour étudier l'orthographe de mots ou une formule de math ou encore 200 pages de médecine, la mise en œuvre de cette stratégie devra être adaptée à chaque type de cours.

Ces mises en œuvre deviennent pour l'étudiant des méthodes d'étude qui ont le mérite d'être claires et efficaces. C'est un mode d'emploi expliquant comment s'y prendre pour étudier et goûter à la réussite.

1. PNListe est l'expression couramment employée pour désigner une personne formée en PNL et l'utilisant dans sa vie privée et sa profession.

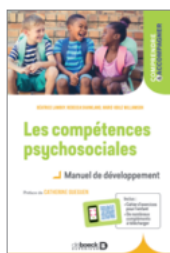
Comment aider concrètement des jeunes en difficulté d'apprentissage à acquérir des méthodes pour réussir grâce à la PNL ?

Le manque de méthode est une des raisons de l'échec dans les études et parcours professionnels de nombreux jeunes. Les essais/erreurs ne sont pas toujours suffisants. Si certains finissent par se construire une méthode, la plupart n'y arrivent pas. L'observation des étudiants qui réussissent a permis de décoder cinq stratégies efficaces d'apprentissage :

- une stratégie de mémorisation ;
- une stratégie de compréhension ;
- une stratégie de réflexion ;
- une stratégie de prononciation ;
- une stratégie de transfert.

La Programmation neuro-linguistique, ou PNL, construit sur cette base des modèles pour amener les apprenants en difficulté à intégrer ces savoir-faire. La synthèse des meilleures pratiques dans l'étude de cours (langues, mathématiques, contenus) a permis de construire des méthodes d'études qui sont un véritable mode d'emploi pour « apprendre concrètement à apprendre ».

Dans la même collection



Alain Thiry est psychologue, « enseignant » certifié en PNL et directeur du centre InterActif. Il organise depuis 25 ans une formation complète de 16 jours sur les stratégies PNL d'apprentissage à Bruxelles, Paris, Genève.

ISBN : 978-2-8073-3665-0



9 782807 336650

deboeck
SUPÉRIEUR

www.deboecksuperieur.com