*Apprenez à apprendre*

1. **Préparez-vous à apprendre :**

Apprendre à apprendre est la plus importante compétence qu’on puisse acquérir dans la vie… Des études prouvent que cela est bon pour notre santé financière, mais aussi et surtout pour notre santé mentale et physique.

Mes raisons personnelles de suivre ce cours sont les suivantes :

* Apprendre à apprendre avant d’apprendre quoi que ce soit d’autre
* Maximiser mes différents apprentissages futurs
* Confronter ma manière d’apprendre à celle d’autres personnes

L’état d’esprit est très important dans l’apprentissage… Si vous pensez ne jamais pouvoir être bon en maths, alors vous ne le serez surement jamais ! Le secret réside dans le fait d’adopter un « esprit de croissance » à la place d’un « esprit fixe ». Ne pensez pas être capable de tout, soyez simplement conscient de vos limites actuelles et repoussez les petit à petit. C’est là la base de l’apprentissage.

La réussite serait déterminée par 3 variables :

1. Le Quotient Intelectuel (QI)
2. Le travail (consciencieux)
3. La communication (assertive)

Heureusement, aucun de ces trois points ne s’acquiert de manière innée, même le QI ! En effet, des études scientifiques indiquent que le QI ne serait que très faiblement déterminé par nos gènes, quant à la persévérance et l’envie de communiquer, elles s’obtiennent comme n’importe quoi d’autre : avec motivation et pratique.

La théorie des intelligences multiples séparerait en fait notre intelligence en 7 domaines d’application :

|  |  |
| --- | --- |
| * Logique & mathématique * Verbale et linguistique * Visuelle et spatiale * Physique et naturelle | * Musicale et rythmique * Interpersonnelle * Intra-personnelle |

1. **Définissez votre stratégie d’apprentissage**

Texte…

1. **Créez votre plan d’apprentissage personnalisé**

Texte…

1. **Maximisez votre apprentissage**

Texte…