



Augmentez vos performances en apprenant à modéliser vos processus mentaux et explorez des leviers de changement efficaces, applicables dès le lendemain en situation de travail.

LES MECANISMES DU CERVEAU

FORMATION EN CLASSE VIRTUELLE

Public

Toute personne souhaitant mieux comprendre son fonctionnement mental et améliorer ses performances et son confort au travail : managers, RH, formateurs, professionnels de santé, équipes opérationnelles, fonctions support, ...

Objectifs pédagogiques

À l'issue de la formation, l'apprenant sera capable de :

- ✓ Décrire l'organisation macro- et micro-structurale du système nerveux central
- ✓ Analyser le fonctionnement des systèmes attentionnels et perceptifs
- ✓ Décrire les processus mnésiques et leur dynamique temporelle (mémoire / apprentissage)
- ✓ Expliquer l'interaction cognition – émotion – décision
- ✓ Mobiliser des apports neuroscientifiques pour optimiser l'apprentissage et la performance professionnelle

Prérequis

Aucun

Accessibilité de la formation aux personnes en situation de handicap

Nous contacter pour les modalités organisationnelles à adapter au handicap.

Durée

7 heures

Tarif *Nous contacter

CONTENU

Interventions théoriques et pratique

I. Architecture du cerveau et système nerveux : du micro au macro – “où ça se passe”

- Système nerveux central : grandes structures et rôles
- Neurones, connexions, circuits : bases utiles (sans jargon)
- “Cartographie” fonctionnelle : comment se repérer simplement

II. Fonctions et modes de fonctionnement – “comment ça marche”

- Traitement attentionnel : “ce qui entre”
- Mémoire / apprentissage : “ce qui reste”
- Émotions / décision : “ce qui oriente”
- Comportements et langage : “ce qui est produit”

III. Biais cognitifs et influence du contexte / environnement

- Biais fréquents et situation professionnelle
- Effet du cadre, de la fatigue, des émotions et de la culture d'équipe
- Stratégies simples pour limiter l'impact des biais

Formateur

Cette formation sera assurée par Nicolas Clausse, partenaire de F.I.R.E Formations et Président de HYAKA Development. Titulaire d'un diplôme d'Etat d'infirmier et d'un diplôme de cadre de santé paramédical. Il a exercé plus de 10 ans au sein des hôpitaux publics et il a conduit de nombreux projets pour le développement de l'hypnose en milieu hospitalier. A présent, il partage plus largement ce savoir-faire et l'expérience acquise, dans des contextes très variés.

ORGANISATION

➤ Limite d'effectif

2 à 20 participants

➤ Moyens pédagogiques et techniques

Apports structurés et accessibles (schémas, exemples concrets)

Exercices courts d'observation et de mise en pratique

Études de cas liées au terrain des participants

Échanges guidés et plan d'actions individuel (micro-habitudes / leviers de changement)

Classe virtuelle via visioconférence (Teams/Zoom/Meet)

➤ Dispositif de suivi de l'exécution des résultats

Quiz / questions flash en cours de session

Exercices d'application

Évaluation des acquis en fin de formation (QCM ou cas pratique court)

Questionnaire de satisfaction

Attestation de formation délivrée