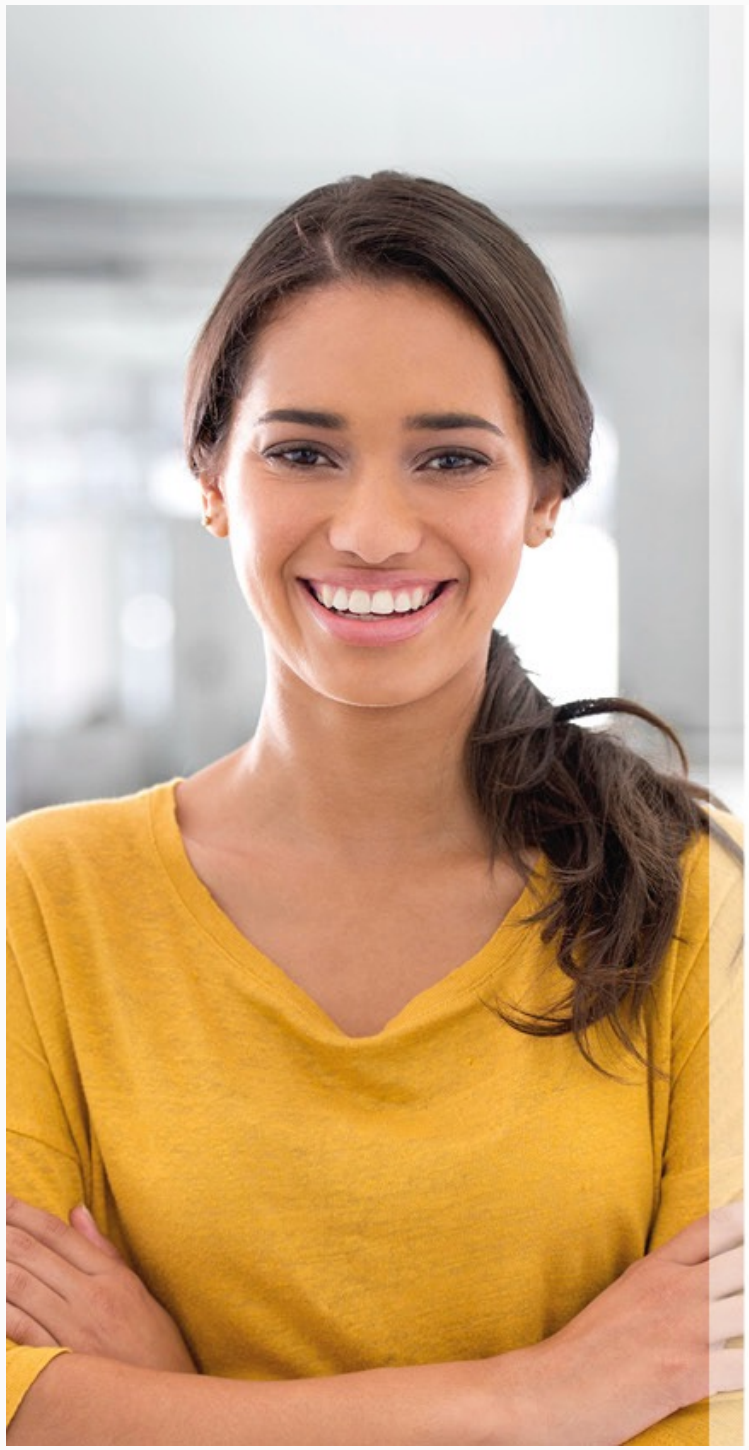


Université des intervenants
Normandie 2021

Les émotions et le plaisir au cœur de l'apprentissage

Funny-learning.com

Brigitte Boussuat

Experte des compétences comportementales

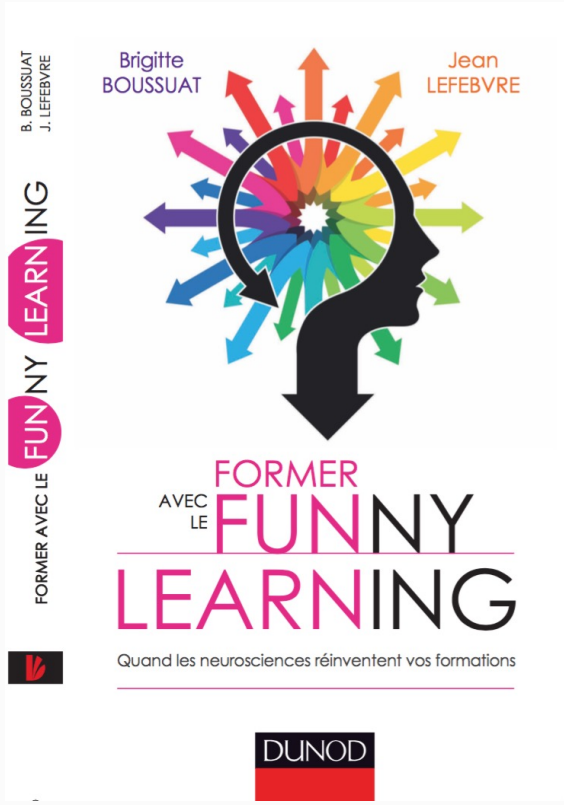


- Auteure de 5 ouvrages dont Funny Learning, former, faciliter avec les neurosciences
- Anime une communauté apprenante de consultants et formateurs
- Anime chaque année de FIP : Festival de l'innovation pédagogique

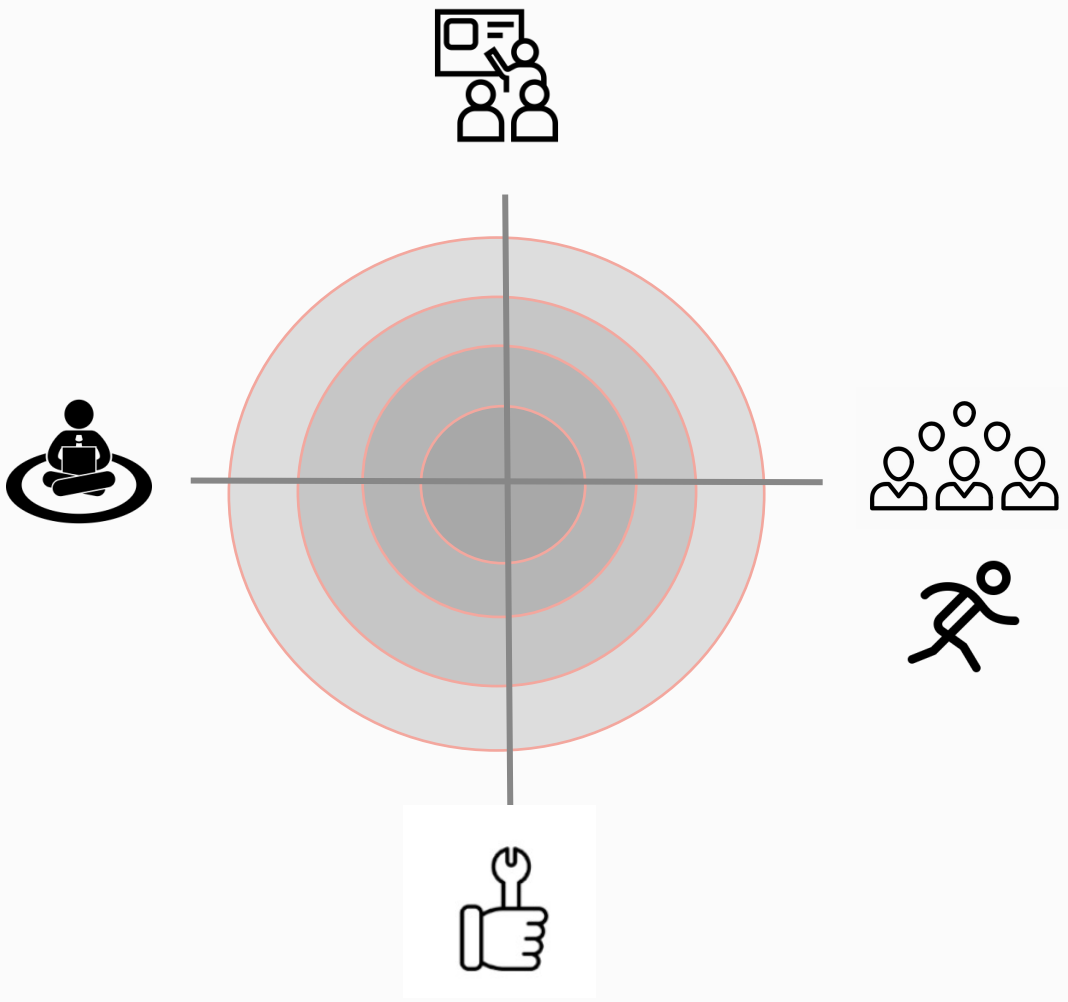
Et si l'on prenait encore plus de plaisir à former ?

Explorer en distanciel 4 clefs, vous permettant de :

- Comprendre et jouer avec les émotions pour mieux former
- Vous centrer sur l'apprenant
- Lever les freins avant d'avancer
- Focaliser l'attention
- Expérimenter 7 capsules du Funny Learning



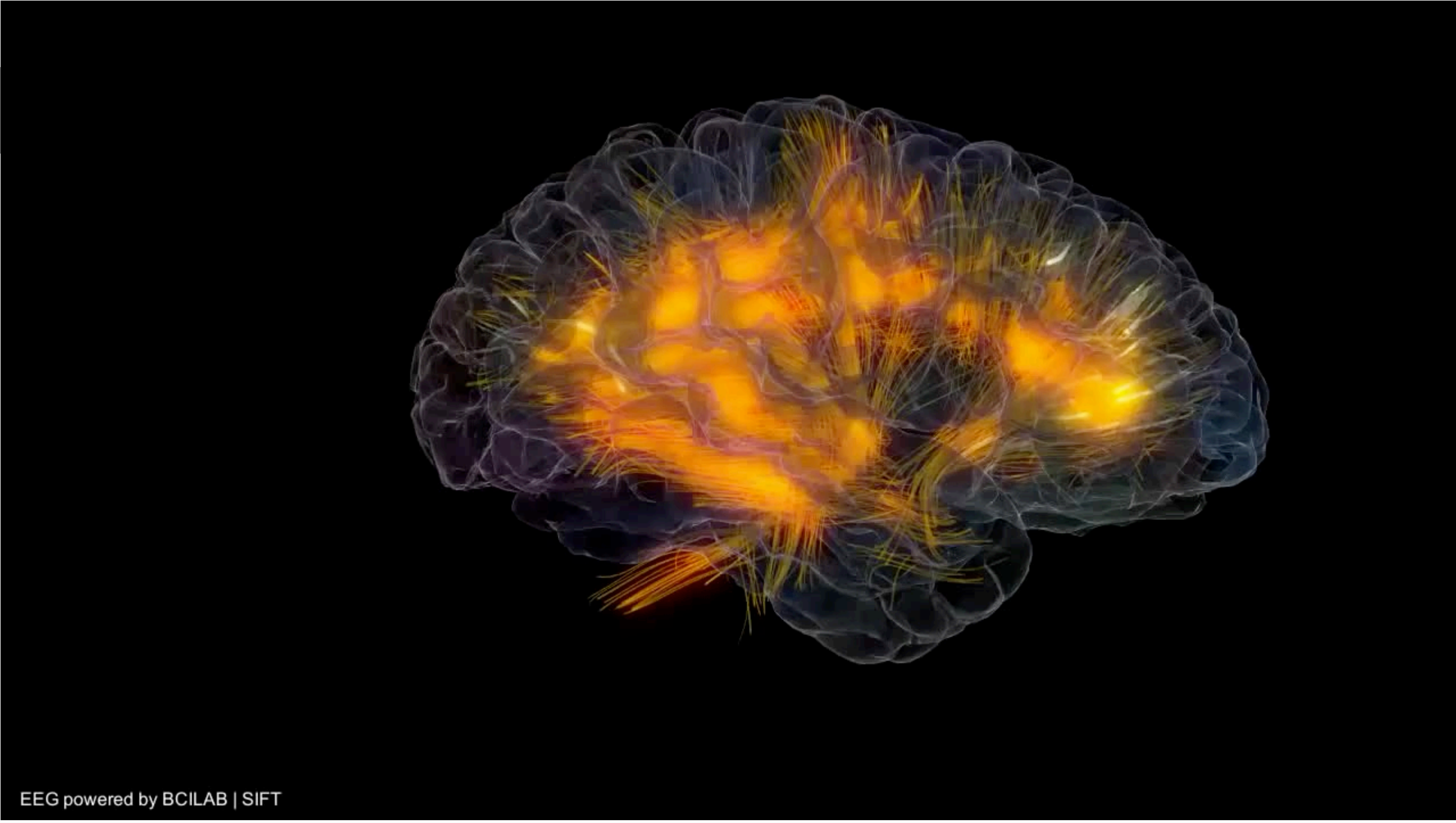
Faisons connaissance !





Le cerveau : une structure complexe





Funny-learning.com

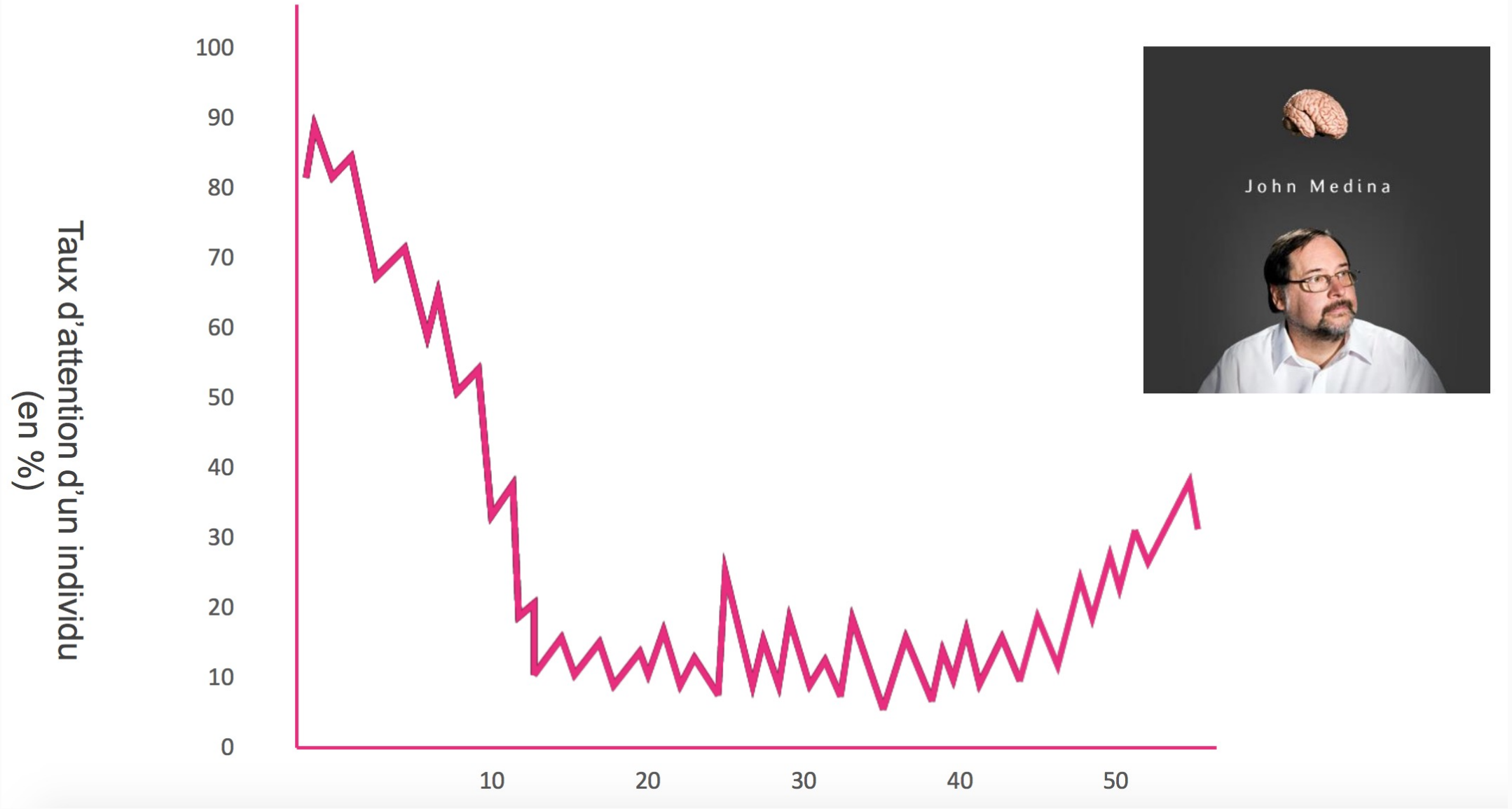
Quelques questions sur l'attention :

1. L'attention : sur une heure de formation présentielle :

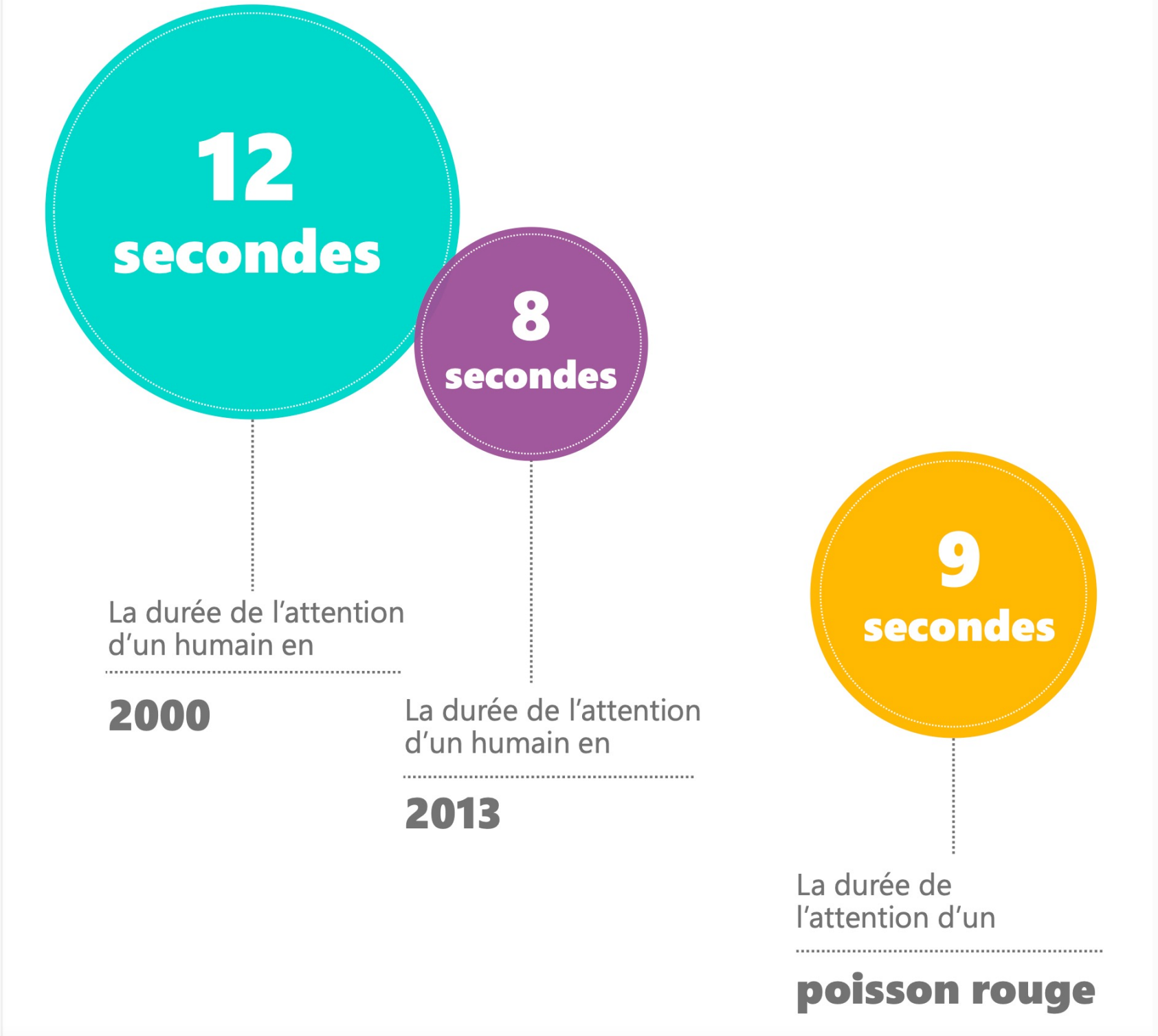
1. 33 minutes
2. 20 minutes
3. 10 minutes
4. 8 secondes



La courbe de l'attention



Etude Microsoft sur l'attention à distance…



Expérience : Focaliser l'attention



Funny-learning.com

Focaliser l'attention

1. 5 à 10 pensées surgissantes par minute

2. Le cerveau ne comprend pas les négations automatiquement

Focaliser l'attention

Séquençage de 10 minutes



Funny-learning.com

L’attention à distance



L’attention est meilleure avec les caméras allumées !

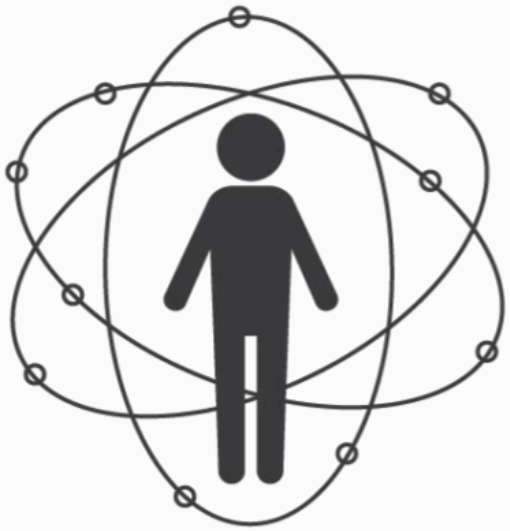
Soutenir l'attention : jusqu'où ?



Clefs pour soutenir l'attention

1. Impliquer les participants, les rendre actifs
    1. Questionner
    2. Faire jouer, résoudre, réfléchir
    3. Faire interagir, agir, bouger,
    4. Faire créer, manipuler
2. Créer des séquençages courts : capsules pour créer des altenances de rythmes

Formation



Facilitation

Funny-learning.com

S’amuser c’est apprendre !



Funny-learning.com

Prendre ou retrouver le plaisir !







21 Le plaisir sous l'angle des neurosciences !

1. Le cerveau recherche le plaisir et fuit l'ennui.

2. Les neurosciences démontrent que l'addiction au plaisir fait oublier la notion d'effort.



Plaisir, dopamine et circuit de la récompense

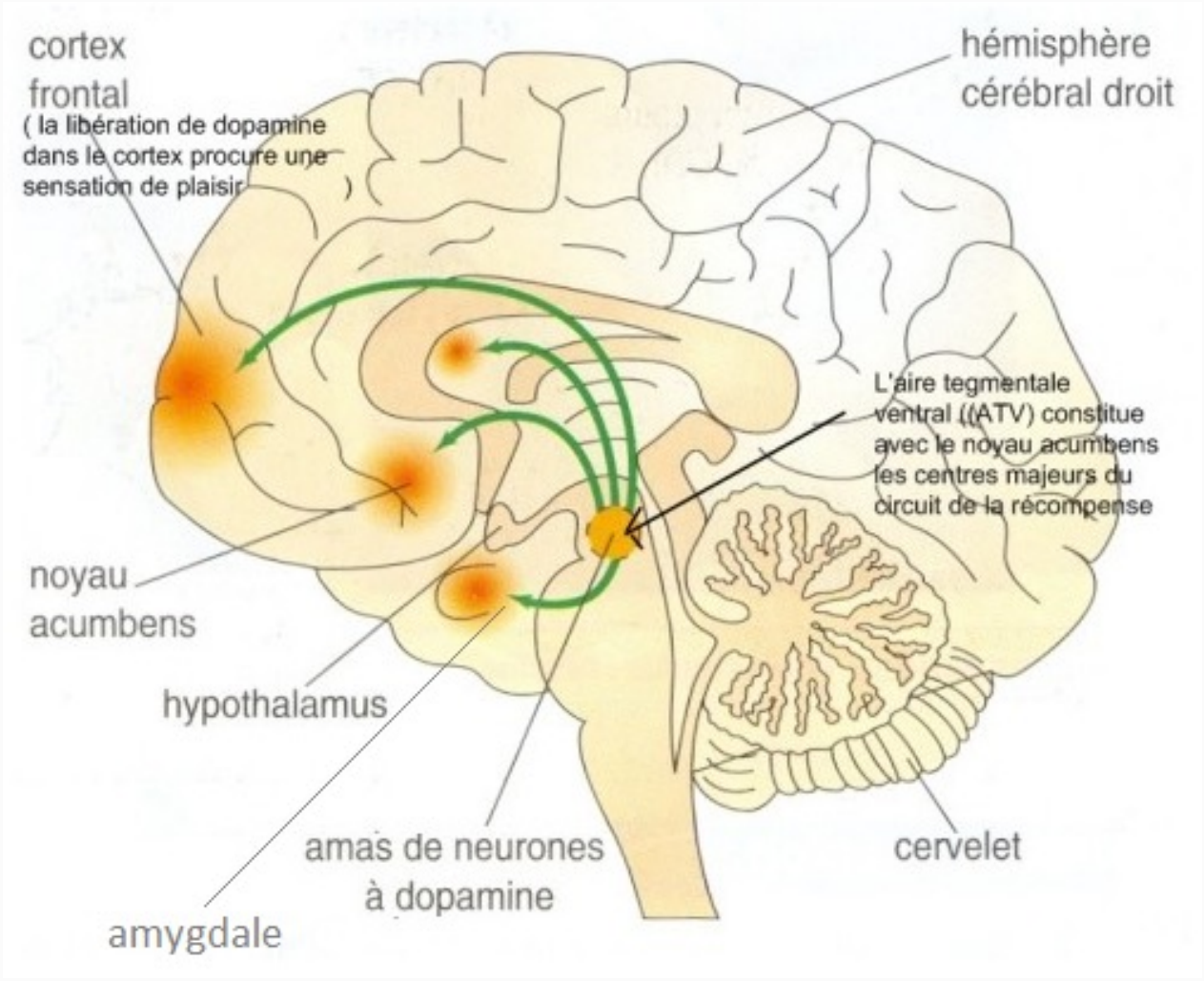
Notre cerveau recherche le plaisir et fuit la douleur…

1

Lors d'une phase d'apprentissage réussie, il y a augmentation de la libération de dopamine dans toutes les structures de l'aire tegmentale ventrale dite » circuit de la récompense »

2

Plus notre cerveau reçoit de dopamine, plus il produit d'efforts pour continuer d'en recevoir.



Capsule : bras croisés



Funny-learning.com

Capsule : bras croisés

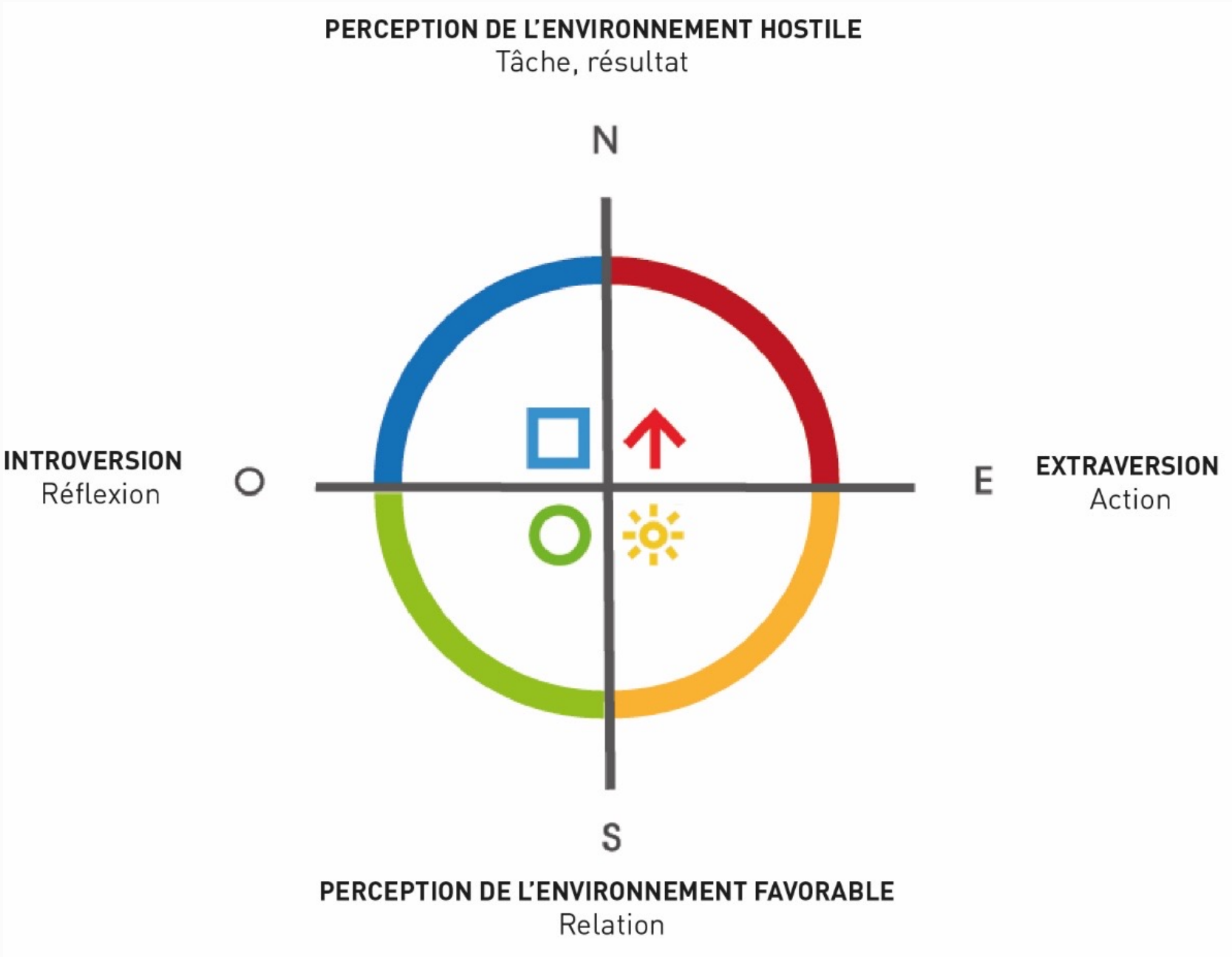
Neuroplasticité et préférences



Funny-learning.com



La boussole des couleurs



Clef pour se centrer sur l'apprenant

Connaître les styles d'apprenants

Comprendre

Explorer

Observer

Expérimenter

Apprendre en pensant

Analyser
Analyser, réflechir, approfondir
Rechercher des informations
Comprendre la logique
et les théories

Apprendre en faisant

Agir
Explorer
Agir, Itérer
Décider, prendre des
risques
Résoudre

Apprendre en observant

Écouter
Chercher le sens
Comprendre les processus
Suivre des consignes

Apprendre en échangeant

Créer
S'amuser, jouer
Échanger, partager
Ressentir, s'étonner

Clef pour se centrer sur l'apprenant

Capsules couleurs pour une pédagogie sur mesure

Pré Learning
Théorie
Argumentation
Analyses
Ecrits de référence

Auto-découverte
Expérimentation
Cas, quiz
Mises en situations

Pédagogie en
profondeur
individualisée

Pédagogie
superficielle
Et collective

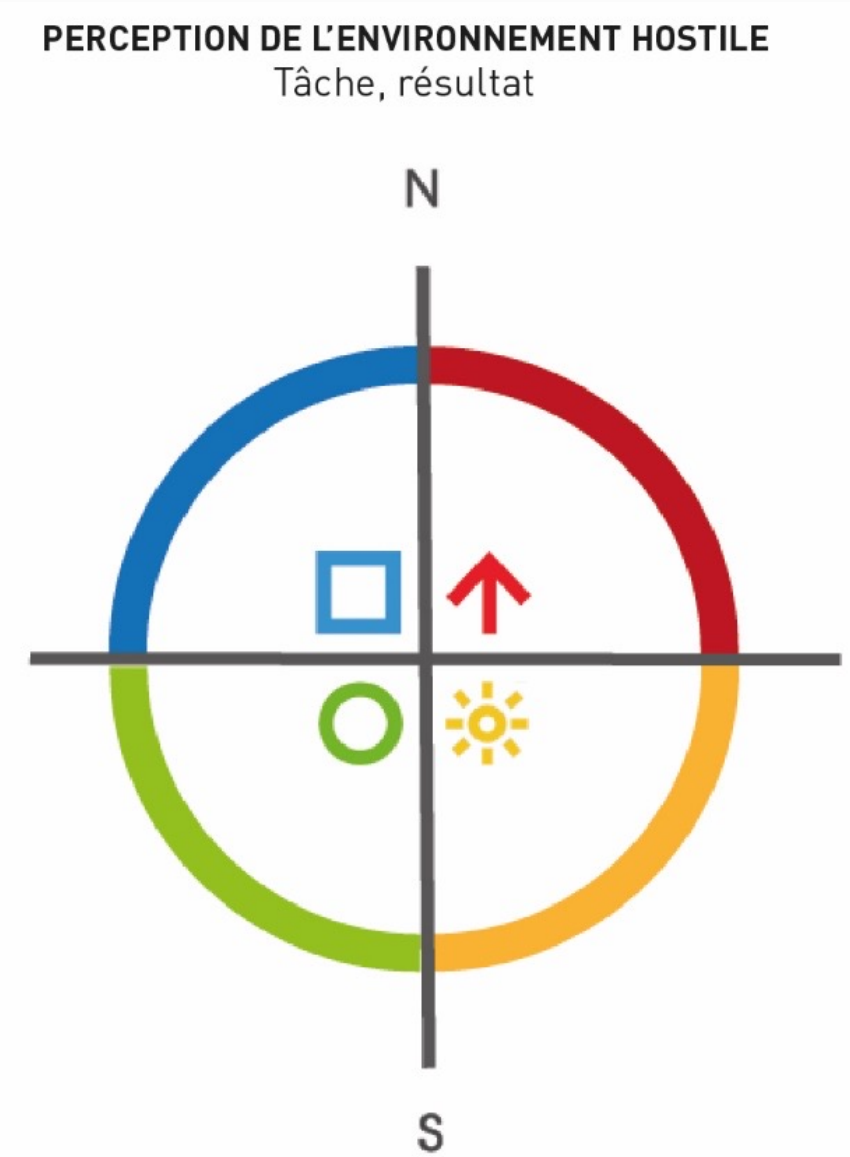
Exposés
Démonstration
Progression
Suivi individualisé

Investissement
émotionnel
Créativité et jeux,
Ice breakers
Travaux de partage

Quel est votre style de formateur ?

Votre zone de confort et d'inconfort





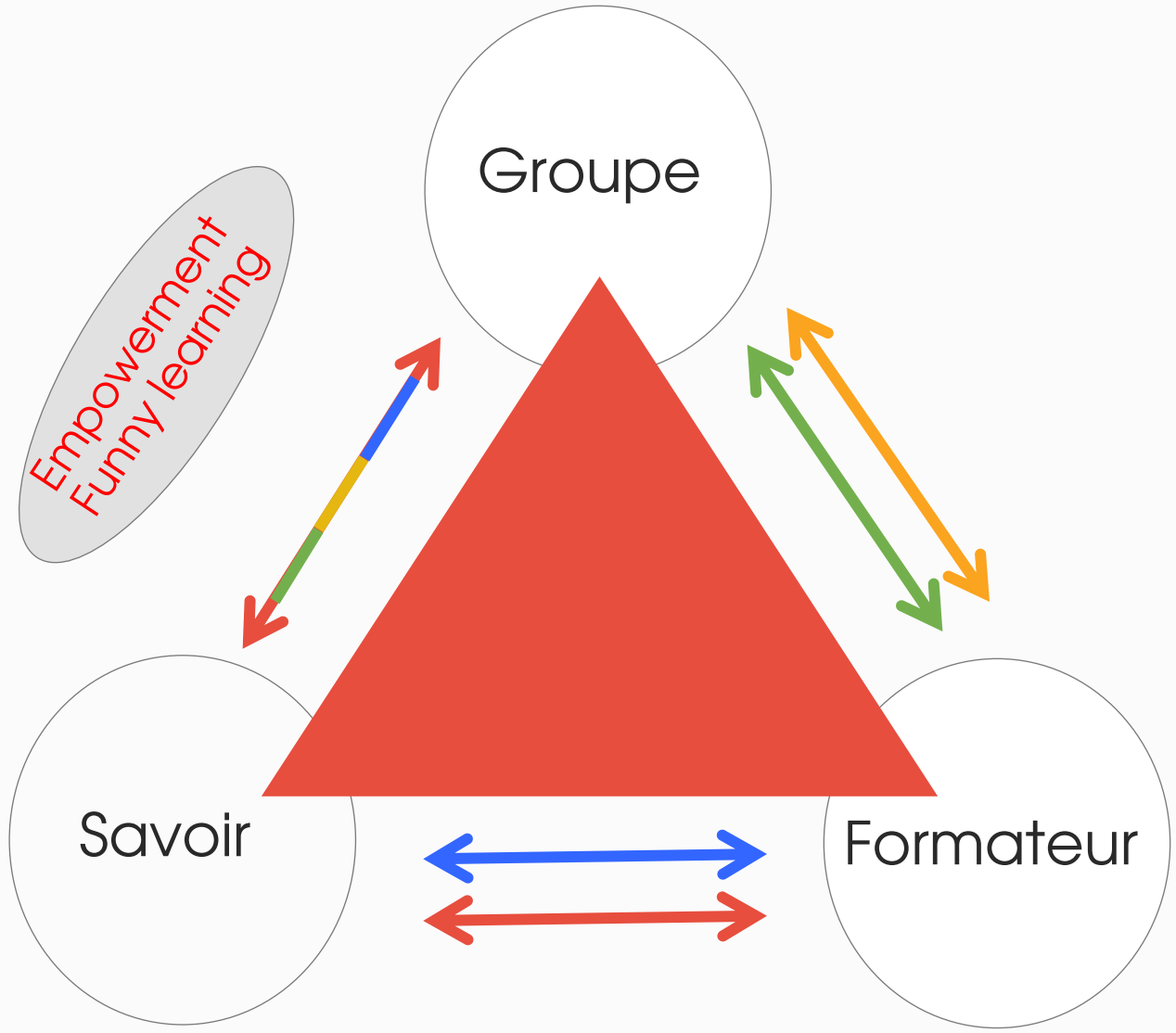






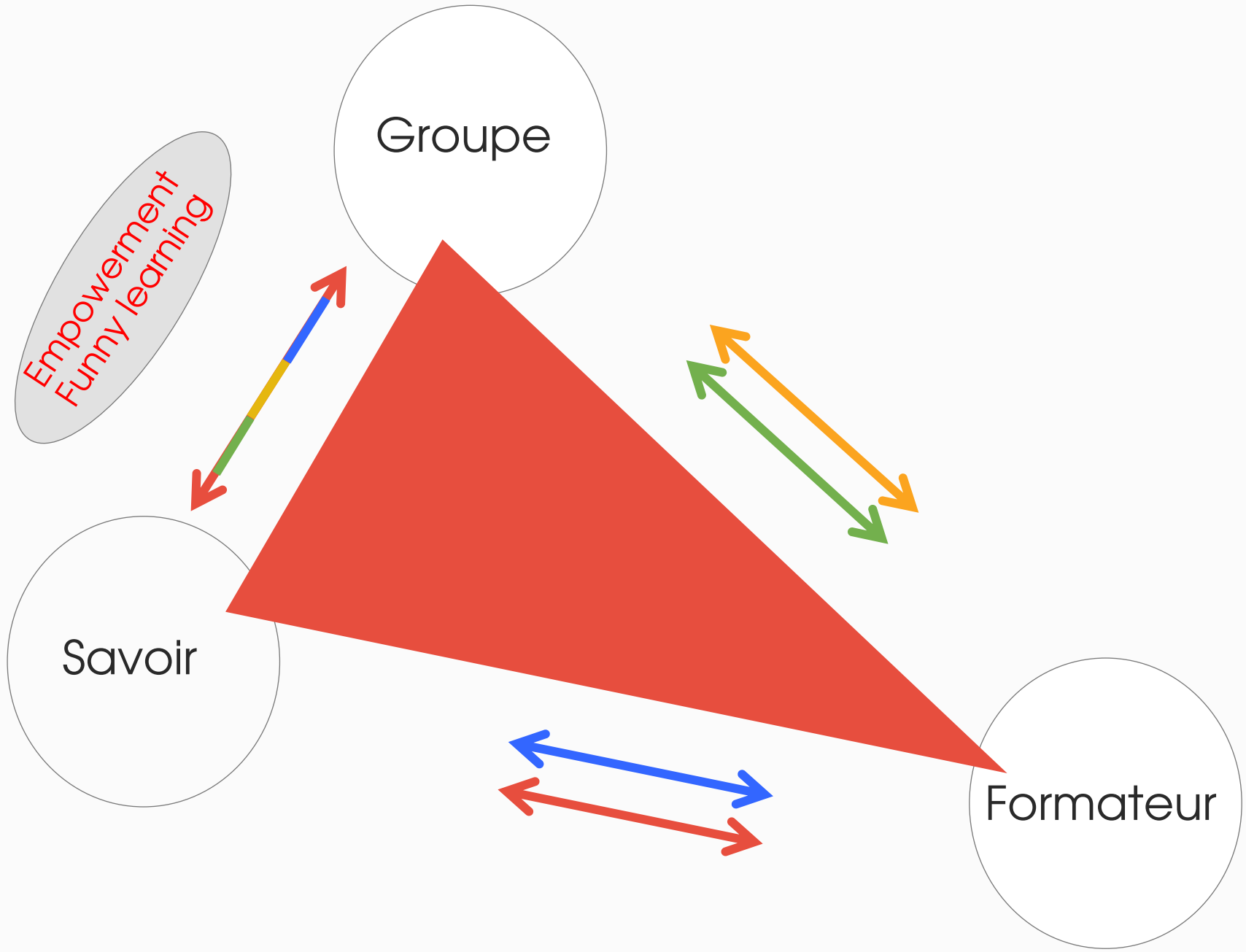
Clef pour se centrer sur l'apprenant

Le triangle pédagogique de Jean Houssaye



Clef pour se centrer sur l'apprenant

Le triangle pédagogique de Jean Houssaye



Clefs pour se centrer sur l'apprenant

L'essentiel :

1. Comprendre son propre style de confort et son style opposé
2. Comprendre les différents styles d'apprenants.
3. Adapter la pédagogie pour nourrir chaque style d'apprenant alternativement

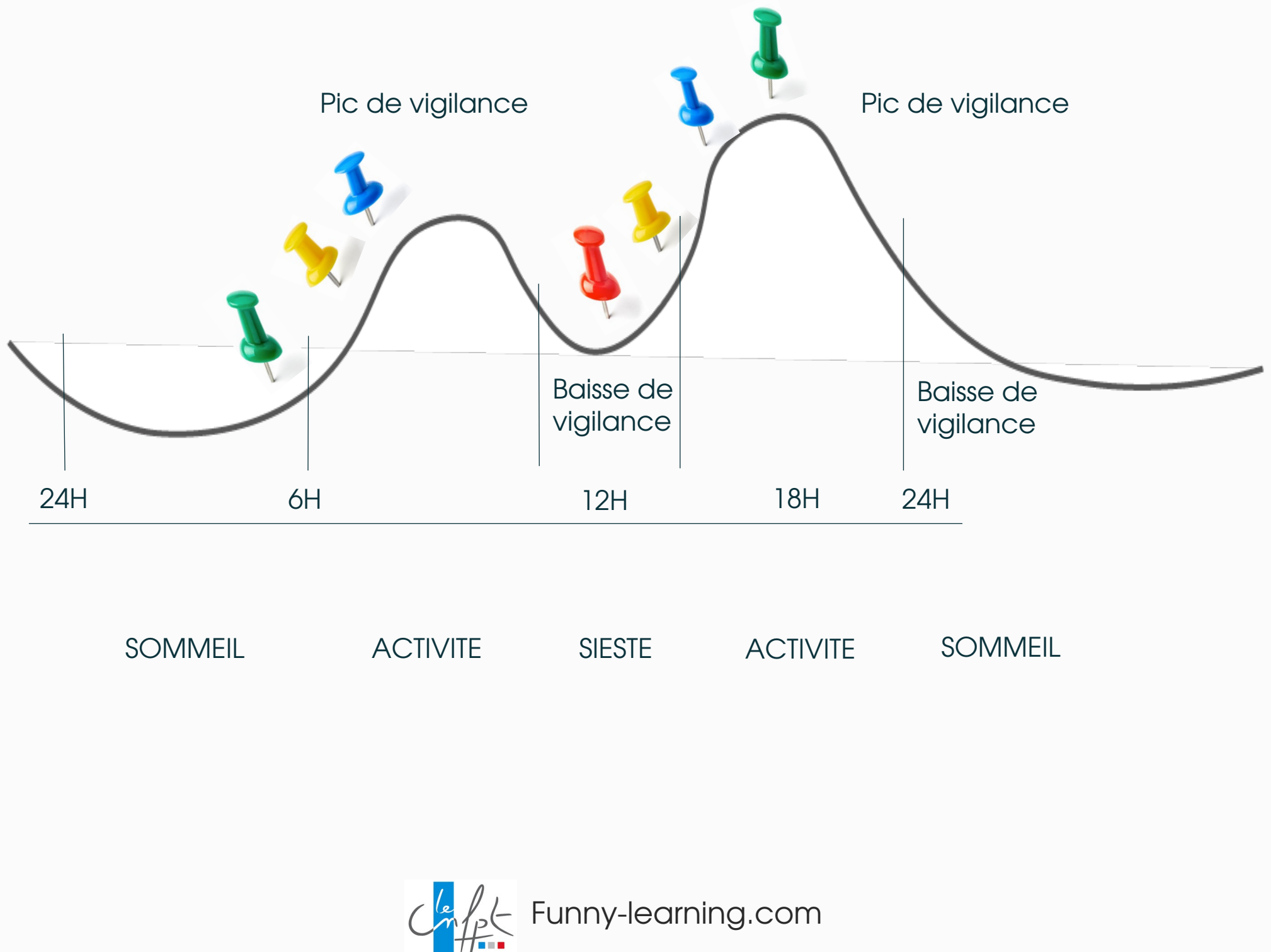
Clef pour se centrer sur l'apprenant

Capsules couleurs pour une pédagogie sur mesure



Clefs pour se centrer sur l'apprenant

Biorythmes et capsules couleurs



Un déroulé pédagogique tout en couleurs

Titre de la Capsule	PILIERS du Funny learning	ROUGE	JAUNE	VERT	BLEU	Horaire	Durée	Objectifs pédagogiques	Préparation	Consignes	Déroulé	Debriefing
Le clin d'œil	7- Connecter la tête et les jambes	Mettre au défi	JAUNE - Faire jouer			Tout moment	15 min	Développer la communication non verbale. Favoriser l'observation.	Des chaises, en nombre égal à la moitié des participants plus une.	tenter d'appeler quelqu'un d'autre. Si le participant parvient à venir s'asseoir sans être touché, alors la personne qui se retrouve derrière la chaise vide doit à son tour «appeler» quelqu'un. La personne à qui s'adresse le clin d'oeil ne peut l'ignorer ; elle doit tenter de rejoindre la chaise vide."	3. Demandez au groupe le plus petit de s'asseoir (une chaise restera alors vide). 4. Demandez ensuite aux membres du second groupe de se tenir derrière chacune des chaises (l'un d'entre eux sera derrière la chaise vide).	
Le nœud humain	7- Connecter la tête et les jambes	ROUGE - Mettre au défi	JAUNE - Co créer	VERT - Créer du lien	BLEU - Comprendre		10 min	Casser la glace en début de formation Expérimenter la coopération, l'agilité, le lâcher prise pour gérer la complexité, sortir du problème Mettre en évidence la puissance de la responsabilisation et de la prise d'initiative Favoriser les organisations libérées Montrer la force de la collaboration	Faire des groupes de 6 à 10 personnes	"Chacun donne sa main droite à une personne sauf à son voisin de droite ou de gauche. Puis donne sa main gauche à une autre personne sauf à son voisin de droite ou de gauche, ni à celle qui tient la main droite. Vous allez devoir vous démêler sans lâcher les mains et former un cercle. On peut enjamber, passer en dessous des autres, tourner sa main. Au final on peut être de dos ou de face. Le 1er groupe qui a terminé a gagné."	Une fois démêlé, le nœud peut se présenter de 4 manières : ■ un grand cercle avec les personnes regardant dans n'importe quelle direction ■ deux cercles entrelacés ■ une forme de 8, ■ un cercle dans un autre 2 étapes possibles (étape 1 facultative si on ne souhaite pas debriefer sur la gestion de projet ou le management directif centralisé): 1- Une personne reste extérieure et est nommée chef de projet. Les personnes peuvent bouger uniquement selon les propositions du chef de projet qui prend donc toutes les décisions. Cela prend beaucoup de temps. 2- On refait l'exercice tous ensemble et chacun peut prendre les décisions comme il le souhaite. C'est plus rapide en 1 à 2 minutes.	Observer et noter toutes les réactions, remarques au pap C'était comment au début ? Puis après ? Quelles sont selon vous les compétences que vous avez réussir ce défi ? Conclusion : Le résultat est imparfait mais adapté. Rester conquérants, ne pas se décourager, communique coordonner, prendre de la hauteur, c'est important pour problème. SI 2 étapes: Gestion de projet avec des décisions centralisées. Limites du mangement directif centralisé. Responsabilisation de tous. Force du groupe. Organisation projet à mettre en place.
Le roseau	7- Connecter la tête et les jambes			VERT - Assimiler		Reprise du déjeuner	10 min	Débrancher le mental. Favoriser la concentration.			S'ancrer au sol et se relier à l'énergie de la terre, jambes légèrement écartées. Lever les bras pour capter l'énergie du ciel. Relâcher d'un coup et souffler vers la terre. 2 fois. Les yeux fermés, se laisser porter comme si on était un roseau.	
Le serpent	7- Connecter la tête et les jambes	ROUGE - Mettre en action	JAUNE - Faire jouer			Tout moment	10 min	Ecouter les objectifs des autres. Etre flexible et attentif. Manager dans l'incertitude.	Prévoir de l'espace en intérieur ou extérieur.	"Tout le monde marche individuellement. Quand une personne dit SERPENT: elle prend la tête d'un serpent formé par tous. Quand une personne dit JE SUIS LE PREMIER: le premier va au fond et la personne se met en premier. Quand le dernier dit RETOURNEMENT, il devient le premier. Quand une personne du milieu dit SCISSION, elle prend la tête d'un 2ème serpents. Les 2 serpents sont indépendants. Quand une personne dit BOOM, tous les serpents se dissolvent. Chacun peut parler quand il le souhaite."	Expliquer les règles. Dire en premier SERPENT si personne ne se lance. Laisser les choses se faire pendant 5 minutes plus ou moins.	Parallèle avec le management: On se sent plus à l'aise quand chacun est responsabilisé individuellement. On peut traiter souvent plusieurs objectifs en même tem contradictoires. On écoute parfois l'objectif d'un autre groupe! On n'écoute pas toujours les autres, les différentes cons
Les ficelles	7- Connecter la tête et les jambes	ROUGE - Mettre au défi	JAUNE - Faire jouer		BLEU - Rechercher	Reprise du déjeuner	15 min	Atteindre le même objectif à deux.	Une ficelle de 1m/1,5m par personne. Nombre pair de participants.	"Par 2, ficelle attachée autour des poignets et avec l'autre. L'objectif est de se détacher de l'autre."	En binôme, faire attacher une ficelle à chaque extrémité autour des poignets d'une personne. Le binôme s'attache l'extrémité de sa ficelle à un poignet. Il passe sa ficelle à l'intérieur de celle de son binôme, puis s'attache sa deuxième extrémité à son deuxième poignet. L'objectif est de se séparer de son binôme en 5 minutes maximum.	Faites partager les émotions vécues. Le parallèle est possi traitement d'un projet qui parait irréalisable...
Opérations de 12	7- Connecter la tête et les jambes	ROUGE - Mettre au défi	JAUNE - Faire jouer		BLEU - Rechercher	Début de formation	15 min	Créer une cohésion d'équipe.	Post it ou papiers avec des chiffres de 1 à 5. Un post it par participant.	"Vous avez un post it avec un nombre à ne pas montrer. Il s'agit de trouver le plus de combinaisons possibles pour faire 12."	Chacun a un post it à ne pas montrer aux autres, avec un chiffre de 1 à 5. Le moyen est qu'une personne propose d'écrire au tableau, que l'on montre tous les post it, que l'on établisse une méthode commune...	Débriefez sur le partage d'information, sur la force du gr partage, sur l'importance d'avoir des profils différents da
Poules poussins	7- Connecter la tête et les jambes		JAUNE - Prendre du plaisir			Reprise du déjeuner	5 min	Développer la proximité Réveiller Développer l'observation.	Prévoir de l'espace en intérieur ou extérieur. Petits papiers découpés vierges dont 2 avec écrits un "P" dessus (2 P pour un groupe de 20 personnes)	"Vous êtes tous des poussins sauf 2 d'entre vous qui ont tirés un papier avec un "P" dessus et qui sont des poules. Les poussins font poui poui poui... Les poules miment le bruit avec la bouche mais n'émettent pas de son. L'objectif des poussins est de découvrir qui sont les poules et de se coller, de s'aglutiner contre elles, tout en continuant à faire poui poui." Vous devez pouvoir tenir 5 minutes ou 1h ainsi."	Expliquer les règles.Lancer un film Youtube de bruit de poussins si possible. Laisser faire le groupe 2 à 3 minutes.	
Qui a commencé?	7- Connecter la tête et les jambes	ROUGE - Mettre au défi	JAUNE - Faire jouer			Tout moment	15 min	Favoriser l'esprit d'équipe. Développer l'observation.	De l'espace. Un chronomètre.	"Le volontaire qui est dehors va devoir trouver qui est le leader. Il s'agit d'être le plus synchrone possible pour tout le groupe!"	1. Demander à un volontaire de quitter la salle et lereste du groupe forme un cercle. 2. Un leader commence à faire quelque chose (se gratter le ventre, agiter une main, bouger la tête, faire semblant de jouer d'un instrument de musique, etc.) et les autres l'imitent. 3. Le leader change souvent de geste et les autres suivent. 4. Le volontaire revient et se tient au centre du cercle pour deviner qui est le leader. Il dispose de 2 minutes et peut faire trois suppositions. S'il ne parvient pas à deviner, il devra faire quelque chose de drôle, chanter ou autre. 5. Si le volontaire trouve la réponse, le leader quitte la salle et le groupe désigne un nouveau leader. Et ainsi de suite jusqu'à la fin du jeu.	Parlez de l'observation, de la synchronisation du groupe

Capsule : yeux bandés, main opposée



Funny-learning.com

Émotions et apprentissage

L'essentiel :

1

Les émotions sont directement impliquées dans l'apprentissage et constituent une aide automatique et inconsciente aux décisions.

C'est le concept des états d'âme et pensées d'arrière fond de Christophe André



Activité inconsciente du cerveau



99%

Funny-learning.com

L’impuissance apprise

Clef 2 : les réponses pédagogiques

1. Travailler sur ses propres freins
2. Accueillir et faire exprimer les freins et les peurs permet de changer le rapport à l'erreur et de libérer une énergie positive.
3. Garantir un espace de confiance, recadrer les jugements

Connecter la tête et les jambes !

Notre cerveau a besoin d'oxygène !

38% des apprenants sont kinesthésiques dominants ; c'est la plus grande catégorie (recherche Geneviève Sabathier)

Lorsque le corps est en action, le cerveau libère de l'endorphine, neurotransmetteur du plaisir et antidépresseur



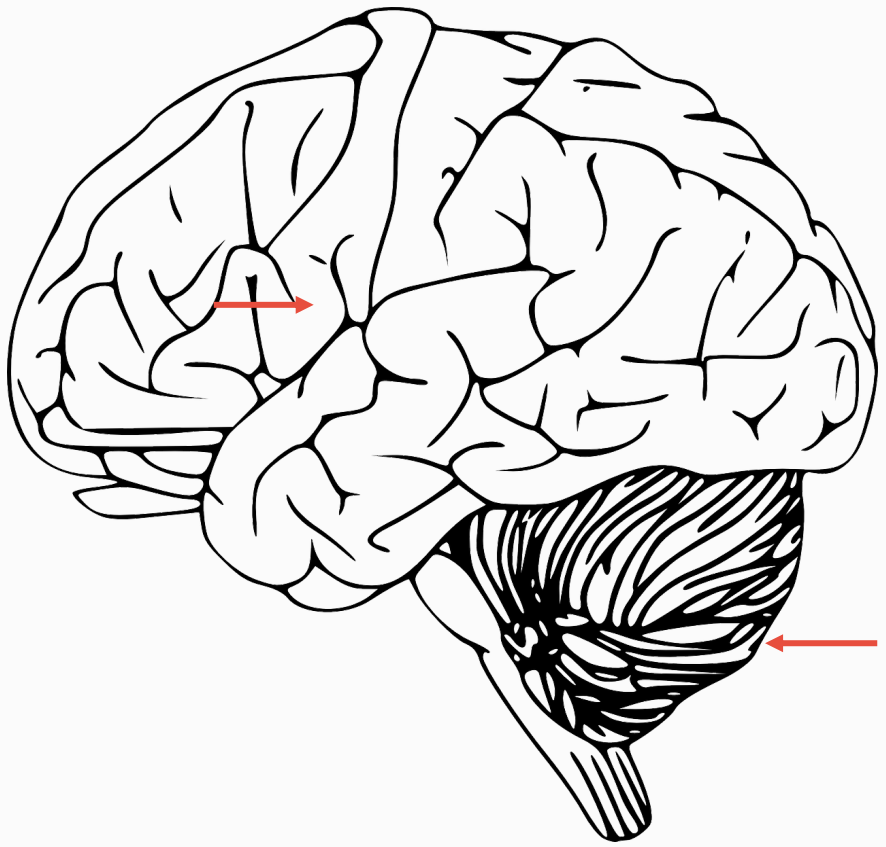
Question

Le cervelet contient :

- 10% des neurones
- 50% des neurones
- 90% des neurones



Le cerveau : repères



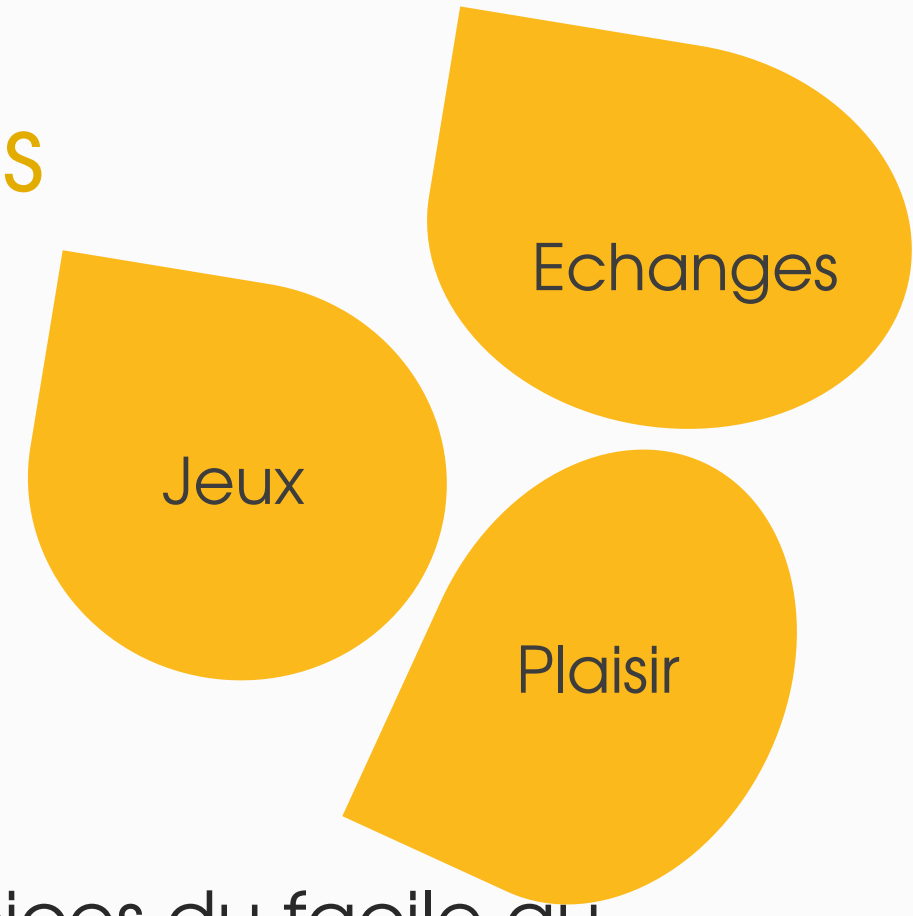
2% du poids du corps mais
20% de l'énergie consommée

86 à 100 milliards de neurones

Le cervelet = 50% des neurones

C'est par le mouvement que le cerveau s'est construit > Antonio Damasio : l'erreur de Descartes. **Il faut bouger et surtout en formation**

Nos réponses pédagogiques



1. Se faire plaisir soi-même

2. Faire réussir : Proposer des exercices du facile au difficile, jouer des jokers en cours de simulation.

3. Favoriser la collaboration. Valoriser les efforts et progrès. Fêter les efforts, progrès et succès

Échanges entre pairs

Donner du plaisir, faire bouger :

Que vais-je changer ?

Pour aller plus loin…

Plateforme de test

profil4colors.com

Certifications

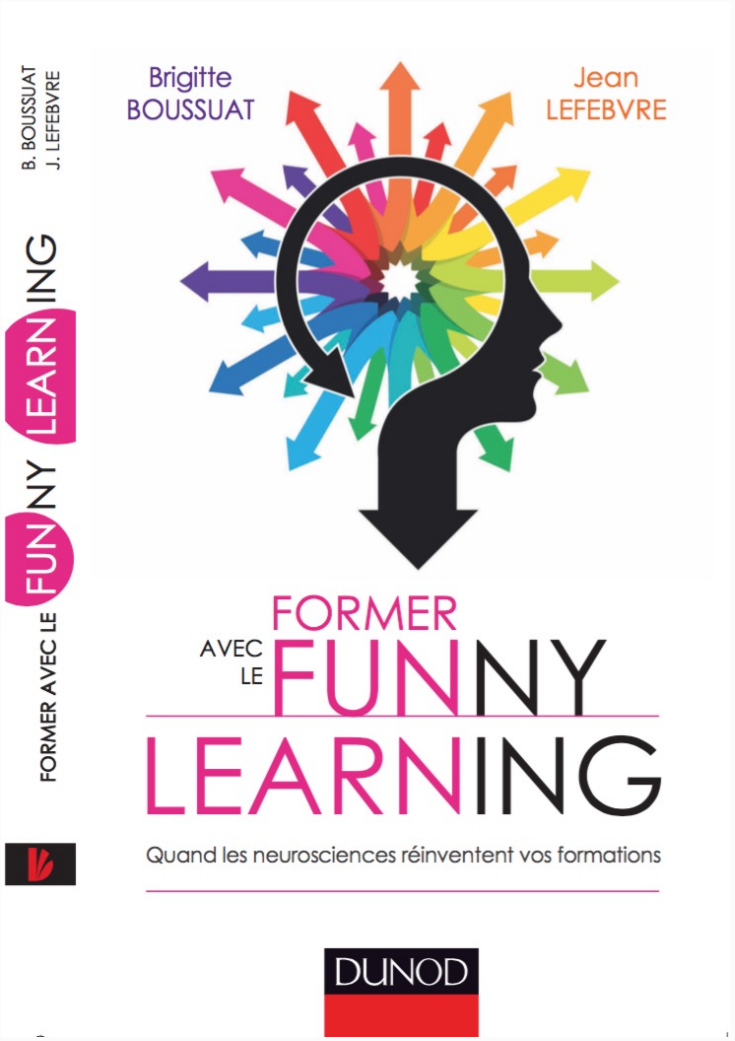
know-futures.com

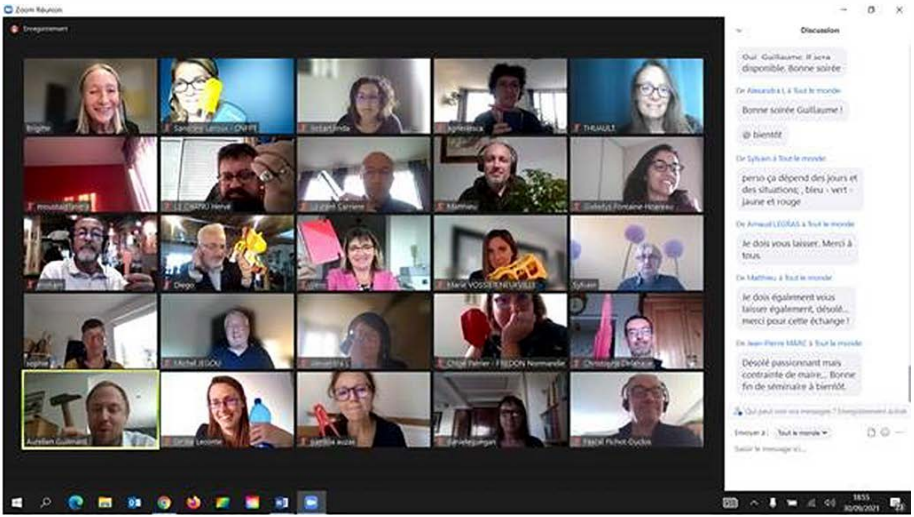
Blog

Funny-learning.com

Livres

- Funny Learning, former avec les neurosciences : Dunod
- Les 12 lois du cerveau : John Medina
- Faites danser votre cerveau : Lucie Vincent




Zoom Réunion
Enregistrement
Discussion
Oui Guillaume il sera disponible. Bonne soirée
De Alexandra L à Tout le monde
Bonne soirée Guillaume !
@ bientôt
De Sylvain à Tout le monde
perso ça dépend des jours et des situations; : bleu - vert - jaune et rouge
De Arnaud LEGRAS à Tout le monde
Je dois vous laisser. Merci à tous.
De Matthieu à Tout le monde
Je dois également vous laisser également, désolé... merci pour cette échange !
De Jean-Pierre MARC à Tout le monde
Désolé passionnant mais contrainte de maire,.. Bonne fin de séminaire à bientôt.
Envoyer à : Tout le monde
Saisir le message ici...
18:55
30/09/2021