

Quelles sont les motivations déterminantes pour apprendre ?
par Jacques Fradin

Le 19 novembre a eu lieu le Forum d'Automne ICF France, au cours duquel Jacques Fradin, fondateur de l'INC (Institute of NeuroCognitivism), a présenté différentes façons d'apprendre plus efficacement, autant en termes de motivations que de techniques d'apprentissage.

Le cerveau interconnecte les informations, mais c'est à nous de développer son adaptabilité fonctionnelle et structurelle avec travaillant la plasticité du cerveau.

Ce travail s'effectue en partie grâce aux intuitions profondes font partie de l'apprentissage et en partie en fonction des méthodes d'apprentissage qui sont utilisées pour l'appropriation de nouveaux domaines.

Cette plasticité ne permet néanmoins pas de développer tous les domaines de l'intelligence. Ainsi, on est moins bons qu'une calculatrice pour du calcul, mais on solutionne plus vite les problèmes complexes qui nous sont présentés.

Ainsi, il n'existe pas plusieurs types d'intelligences différenciées, mais une seule intelligence générale multiforme qui s'appuie sur des ressources différenciées supportées par le cortex préfrontal et résout des questions complexes.

Pour Jacques Fradin, on n'est pas compétent dans un domaine plutôt qu'un autre, mais on développe certains domaines plutôt que d'autres. Les domaines que l'on approfondit, aussi bien à travers l'intelligence consciente que l'intelligence inconsciente, dépendent ainsi de :

- la nécessité à les connaître,
- notre capacité à être captivé par ces domaines pour être focalisé et actif ;
- la possibilité d'avoir des retours d'informations par itérations ;
- l'appropriation et la consolidation des informations par petites séquences ;
- la quantité de sommeil et d'activité de chacun.

Le neuromanagement permet ainsi un passage du commun à la pratique par la mise en œuvre des éléments précédents. Les serious games, par exemple, permettent de mettre le manager dans une situation où il change de perspective et est stimulé en permanence, sans pour autant créer de stress.

En effet, le stress éteint le cortex préfrontal et est d'autant plus néfaste que l'on doit être intelligent. Pourtant, on peut apprendre à gérer différentes situations de stress (et la rigidité des gens) en étant adaptatif.

Pour cela, il est indispensable d'utiliser des méthodes d'apprentissage efficace, en apprenant par plusieurs sessions pour travailler la mémoire à long terme, en testant ses connaissances par des rappels futurs et par la pratique, aussi bien en situation connue qu'en situation nouvelle.

Dans les tests de QI, par exemple, l'échec est le plus souvent dû à la recherche d'une réponse connue à un problème nouveau. Il devient nécessaire d'accompagner les répondant pour qu'ils cherchent des réponses en dehors de leur zone de confort et réussissent à répondre.

La connaissance de soi est ainsi une métaprocédure qui n'est pas automatique, mais qui est accessible à tous.

Alors que les sportifs se préparent mentalement avant une épreuve, pourquoi tous ne font-ils pas la même chose pour mieux utiliser notre cortex préfrontal et ne pas perdre en flexibilité et curiosité ? À la clef de cette préparation mentale, il peut y avoir plusieurs objectifs qui ne sont pas fragiles à l'échec : la connaissance de soi, le management personnalisé et le gain en leadership.