



Nouvelle formation Unow **“ Apprendre à Apprendre ”**

Une formation pour ré-apprendre la façon d'apprendre, pour développer ses capacités et booster son évolution professionnelle

Paris, le 27 avril 2021 – [Unow](#), l'organisme spécialiste de la formation à distance, lance une nouvelle formation “ [Apprendre à Apprendre](#) ” qui propose une nouvelle méthode d'apprentissage efficace. Réelle compétence du 21ème siècle, le fait d'apprendre à apprendre s'adresse à toute personne désireuse de développer ses capacités d'apprentissage. Unow souhaite avec cette nouvelle formation, permettre à tous de développer ses compétences d'apprentissage via une formation 100% digitale et tutorée en 4 semaines. La première session débute le 25 mai 2021.

Dans un monde en évolution et face à l'obsolescence des compétences, l'efficacité professionnelle dépend beaucoup de notre capacité à appréhender, à s'adapter à de nouveaux contextes professionnels et à acquérir de nouvelles compétences. Pour Anne Ambrosini, Consultante et formatrice en digital learning chez Unow : “ *Depuis l'enfance, on apprend de manière intuitive sans jamais se questionner sur la manière dont on apprend. Alors que savoir apprendre est une méta-compétence essentielle à développer, notamment en ces temps de transformation où certaines compétences deviennent obsolètes, où d'autres doivent être acquises, où l'on est confronté à plus de charge de travail,...* Dans ce monde VUCA (Volatile, Incertain, Complexe et Ambiguë), il est essentiel de renforcer son efficacité et son bien-être professionnel en développant ses compétences d'apprentissage. Avec cette nouvelle formation, nous souhaitons permettre à tous d'apprendre à apprendre... avant d'apprendre une nouvelle compétence ! “

Grâce aux neurosciences, l'apprentissage n'est plus seulement lié à de l'intuition mais peut être amélioré grâce à une meilleure connaissance de la mécanique du cerveau humain. Il existe clairement des méthodes d'apprentissage communes à tous et la connaissance de cette “base” est essentielle pour développer de nouvelles compétences. Pour acquérir ce socle et permettre le développement des futures compétences des salariés, la formation propose de travailler 4 objectifs :

- Mieux apprendre pour franchir un nouveau cap d'efficacité professionnelle
- Identifier ses forces, motivations et points d'amélioration pour optimiser ses apprentissages
- Progresser et évoluer en tirant parti des neurosciences, de son quotidien professionnel et de ses pairs
- Acquérir des méthodes et outils pour améliorer ses compétences et réussir ses défis professionnels



Le programme de la formation :

- **Définir son défi professionnel et découvrir le pouvoir des neurosciences :** Prendre conscience de ses croyances et de ses blocages pour les dépasser, savoir désapprendre pour mieux réapprendre, trouver ses forces, ses leviers de motivation, ses risques de démotivation et définir son défi professionnel, mieux apprendre avec les neurosciences et les 4 piliers de l'apprentissage
- **Construire son défi professionnel et intégrer les outils et bonnes pratiques** Développer ses capacités d'attention, de concentration et d'efficacité professionnelle, mieux apprendre de toutes les situations professionnelles formelles et informelles, développer sa mémoire avec la technique des espacements croissants, nourrir le plaisir d'apprendre.
- **Passer à l'action : de la capacité à la compétence :** Se lancer et s'autoriser à faire des erreurs utiles, miser sur les feedbacks pour apprendre, savoir solliciter et recevoir des feedbacks actionnables, gérer son stress pour décupler son attention, mesurer ses apprentissages et les ancrer dans la durée
- **Entretenir et transmettre ses compétences pour les renforcer :** découvrir la puissance du co-développement pour consolider ses compétences, formaliser et synthétiser ses apprentissages pour évoluer durablement, structurer, organiser et partager sa veille pour anticiper les évolutions de ses compétences, passer un nouveau cap dans son évolution professionnelle

Cette nouvelle formation vise à donner les clés pour apprendre tout le temps. Dans un cadre professionnel, formel ou informel, comme dans le cadre personnel. Il est possible d'apprendre de tout, en tout temps et avec plaisir dès lors que la mécanique est en place et les bons outils à disposition.

“ Grâce à cette formation, on apprend à être un apprenant efficace, à mettre en place une mécanique vertueuse de l'apprentissage qui va permettre à tout apprenant de devenir un “Serial Learner”. Et cerise sur le gâteau, on apprend à prendre plaisir à apprendre ! Car oui, apprendre demande naturellement un effort, une intention. Mais si l'on fait les bons efforts, l'apprentissage ne se fait plus dans la douleur mais devient gratifiant immédiatement ! ” ajoute Anne Ambrosini.

Pour accompagner la formatrice Anne Ambrosini, Unow fait également appel au cours de cette formation, à des témoins inspirants tels que Bénédicte Tilloy, auteure de « [La Team](#) » ou encore [Mathilde Bourdat](#).



A propos de la formatrice : [Anne Ambrosini](#) est consultante et formatrice en digital learning pour Unow. Convaincue que la question du développement des compétences de demain n'est pas comment former mais comment apprendre, Anne s'intéresse depuis 30 ans à ce que font les personnes qui savent apprendre.

A qui s'adresse la formation : Toute personne souhaitant améliorer ses capacités d'apprentissage et son efficacité professionnelle, pour évoluer à son poste ou vers de nouvelles fonctions.

Coût et éligibilité : Cette formation diplômante et éligible au CPF est au prix de 890 € HT/inscrit. Elle se déroule en 12h réparties sur 4 semaines

Date des prochaines sessions : 25 mai 2021 / 20 septembre 2021 / 2 novembre 2021

Plus d'informations sur cette formation :

<https://www.unow.fr/formations/l-efficacite-professionnelle-par-les-competences>

À propos de UNOW

La formation en ligne avec son temps. [Pour découvrir Unow en vidéo](#)

Co-fondé en 2013 par Yannick Petit, son CEO, Unow est l'organisme spécialiste de la formation à distance (datadock, afnor, CPF), qui révèle les talents et stimule la performance des entreprises en développant les compétences efficacement. Sa mission est d'améliorer l'efficacité et l'accessibilité de la formation grâce à une formule pédagogique à la fois digitale et humaine. Les formations se déroulent 100% en ligne, elles sont certifiantes et centrées sur la mise en pratique. Chaque participant est accompagné individuellement par un expert formateur. Soft skills, Agilité, Travail à distance ou encore Management, le catalogue de Unow est composé de 50 formations éligibles au Compte Personnel de Formation. Depuis son lancement, ce sont plus de 420 000 participants qui ont été formés aux compétences essentielles en entreprise par Unow. Aujourd'hui, ce sont plus de 400 entreprises clientes (Biomérieux, Groupama, Air Liquide, Econocom...), une équipe de 40 passionnés et une croissance annuelle de 100%. www.unow.fr- @Unow_fr

Contact Presse : Sophie Artonne - 07 81 33 29 83 - sophie@sophieartonneconsulting.com