

# Comment apprend-on ?

Voici 8 règles à intégrer à votre propre recette de l'apprentissage idéal



## En se trompant

Et oui, les erreurs sont à la base d'un apprentissage réussi.



## En dormant

Ne rêvez pas, on ne parle pas d'infuser du contenu dans votre sommeil. C'est à la fois plus compliqué et plus simple que ça.



## En se connaissant

Et si vous vous adaptez à vous pour une fois ?



## En agissant

Non, jamais passif tu ne seras ou sinon point tu n'apprendras.



## En ressentant

Les émotions sont au cœur du système d'apprentissage, et ça, ça rend heureux !



## En jouant

Et qu'est ce qui rend plus heureux que de jouer ? Et oui, les jeux de société ont de nombreuses vertus.



## En faisant attention

Concentration et attention, 2 notions qui nous font de plus en plus défaut. Des pistes pour les booster



## En répétant

Et oui, parfois, les clichés ont un fondement, et la mémoire est très sensible à la répétition.

