

FICHE PRATIQUE

51 SOFT SKILLS DE BASE ► COMPÉTENCES MÉTHODOLOGIQUES ► APPRENDRE À APPRENDRE

Apprentissage individuel : Faculté de comprendre, d'organiser et de maîtriser par soi-même un apprentissage autonome

Ce document est régulièrement mis à jour.

Téléchargez gratuitement la dernière version sur [Déblique-tes-soft-skills.com](https://debloque-tes-soft-skills.com)

MISE EN GARDE

Pour la plupart d'entre nous, les Soft Skills apprises en formation, sur la base d'une liste de recettes à appliquer dans telle ou telle situation, ne sont pas durablement exploitables : les mauvais comportements reprennent très vite le dessus, la Soft Skill ne peut pas s'exprimer, elle est BLOQUÉE par un ensemble de comportements contre-productifs dont on ne sait pas se débarrasser.

Suite à la découverte d'un incroyable protocole imaginé par 2 professeurs de la Harvard Business School, une offre exclusive permet désormais de DÉBLOQUER réellement et définitivement ses Soft Skills.

Découvrez cette offre sur [Déblique-tes-soft-skills.com](https://debloque-tes-soft-skills.com)

Le contenu de cette fiche pratique a été généré par une Intelligence Artificielle pilotée par une Intelligence Humaine - La définition de la Soft Skill est celle proposée par les équipes de Jobready.

Comportements recommandés :

1. Définir des objectifs d'apprentissage clairs et précis

→ Avoir une vision claire de ce que l'on souhaite apprendre facilite la progression.

Exemple : « Mon objectif est d'acquérir des compétences en gestion de projet d'ici six mois. »

2. Établir un plan d'apprentissage structuré

→ Organiser son apprentissage en étapes permet de mieux assimiler les connaissances.

Exemple : « Je vais suivre un module de formation par semaine et pratiquer sur un projet personnel. »

3. Utiliser différentes sources d'apprentissage

→ Croiser plusieurs méthodes (livres, vidéos, formations en ligne, podcasts, etc.) enrichit l'apprentissage.

Exemple : « Je vais lire un livre sur le sujet, suivre un cours en ligne et regarder des conférences. »

4. Mettre en pratique les connaissances acquises

→ Appliquer ce que l'on apprend renforce la compréhension et la rétention.

Exemple : « J'ai appris un nouveau logiciel, je vais l'utiliser pour réaliser un projet concret. »

5. S'auto-évaluer régulièrement pour mesurer ses progrès

→ Faire des bilans réguliers permet d'identifier ses points forts et ses axes d'amélioration.

Exemple : « Je vais tester mes connaissances chaque mois en réalisant un quiz ou un exercice pratique. »

6. Adopter une approche proactive et chercher activement des ressources

→ Ne pas attendre qu'on apporte les connaissances, mais aller les chercher.

Exemple : « Je vais contacter des experts et lire les dernières publications sur ce

sujet. »

7. Développer une discipline et une régularité dans l'apprentissage

→ Apprendre de manière régulière est plus efficace que d'accumuler à la dernière minute.

Exemple : « J'ai bloqué une heure par jour pour avancer dans ma formation. »

8. Faire preuve de curiosité et questionner ses apprentissages

→ Remettre en question les informations reçues et approfondir ses connaissances.

Exemple : « Cette approche semble intéressante, mais y a-t-il des critiques ou d'autres méthodes possibles ? »

9. Solliciter des retours et partager son apprentissage avec d'autres

→ Échanger avec des collègues ou des mentors permet d'améliorer son apprentissage.

Exemple : « Peux-tu me donner ton avis sur ce que j'ai appris et comment je l'applique ? »

10. Accepter de faire des erreurs et apprendre de ses échecs

→ L'apprentissage est un processus itératif où l'erreur fait partie du parcours.

Exemple : « J'ai échoué à ma première présentation en anglais, mais je vais m'entraîner davantage et réessayer. »

Comportements à éviter :

1. Ne pas définir d'objectif clair

→ Apprendre sans but précis peut mener à de la dispersion.

Exemple : « Je veux apprendre un peu de tout sans savoir exactement pourquoi. »

2. Ne pas organiser son apprentissage et avancer au hasard

→ Un manque de structure nuit à la progression.

Exemple : « Aujourd'hui, je regarde une vidéo sur un sujet, demain je lis un article sur un autre, sans lien entre eux. »

3. Se contenter d'apprendre de manière passive sans mise en pratique

→ Lire ou écouter ne suffit pas, il faut appliquer ce qu'on apprend.

Exemple : « J'ai suivi une formation, mais je ne l'ai jamais testée dans un cas concret. »

4. Ne pas vérifier la qualité et la fiabilité des sources

→ Toutes les informations ne se valent pas, il faut s'assurer de leur crédibilité.

Exemple : « J'ai lu un article sur un blog, donc je considère cette information comme vraie sans vérification. »

5. Se former de manière irrégulière sans continuité

→ L'apprentissage doit être progressif pour être efficace.

Exemple : « Je regarde trois heures de cours en une journée, puis je n'apprends plus rien pendant un mois. »

6. Ne pas remettre en question ses connaissances et rester dans une seule approche

→ Un bon apprentissage implique d'explorer différentes perspectives.

Exemple : « J'ai appris une seule méthode et je refuse d'en considérer d'autres. »

7. Se décourager rapidement face aux difficultés

→ L'apprentissage demande de la persévérance et du temps.

Exemple : « J'ai essayé d'apprendre un langage de programmation, mais comme c'est difficile, j'ai abandonné. »

8. Ne pas demander d'aide ou de feedback

→ L'isolement peut freiner la progression.

Exemple : « Je vais apprendre seul sans jamais échanger avec quelqu'un sur mes avancées. »

9. Ne pas ajuster sa méthode d'apprentissage en fonction de ses progrès

→ Il faut adapter ses méthodes si elles ne sont pas efficaces.

Exemple : « Cette formation ne me convient pas, mais je continue quand même sans chercher une autre approche. »

10. Attendre d'avoir « tout appris » avant de passer à l'action

→ L'apprentissage est continu, il ne faut pas attendre de tout maîtriser pour commencer à appliquer.

Exemple : « Je vais attendre de finir toutes mes formations avant d'essayer de mettre en pratique. »

Un apprentissage autonome efficace repose sur une bonne organisation, de la curiosité, de la mise en pratique et une capacité d'adaptation. En appliquant ces bonnes pratiques, on maximise ses chances de développer de nouvelles compétences de manière durable et performante ! 🚀