

# E02 - La métacognition : concepts et outils

Formations réservées aux psychologues



## PROBLEMATIQUE

Nous comprenons de mieux en mieux combien les apprentissages peuvent être influencés par les stratégies que nous savons mettre en place. Or, ces concepts sont peu connus et encore moins souvent enseignés. Ils sont pourtant l'une des clefs de la réussite scolaire et professionnelle.

Autrement dit, la métacognition consiste à avoir une activité mentale sur ses propres processus mentaux, c'est-à-dire « penser sur ses propres pensées ». Pour leurs patients, avec ou sans troubles cognitifs, les psychologues pourront ainsi proposer des accompagnements favorisant l'investissement, la mobilisation, la motivation de la personne en la rendant actrice.



## OBJECTIFS

Comprendre le concept de métacognition pré, pendant et post action.

Savoir proposer des stratégies métacognitives selon le profil cognitif de la personne.

Pouvoir favoriser la métacognition chez la personne accompagnée et l'appropriation de son mode de fonctionnement.



## PROGRAMME

- Métacognition : les concepts « Top-Down » ;
- Principes de base ;
- Notions de psychoéducation, d'éducation thérapeutique ;
- Apports méthodologiques d'intervention ;
- Un bon bilan pour un bon suivi ;
- Comprendre pour s'améliorer ;
- Motivation, planification, autorégulation ;
- Exemples pour enfants/adolescents avec *Reflecto* ou autres matériels adultes ;
- Exemples d'accompagnement.

*(NB : Les aspects de remédiation cognitive, processus « Bottom-Up » et les aménagements externes ne seront pas abordés sur cette formation mais en E01 et E03)*



## PUBLIC ET PRE-REQUIS

- Psychologues.  
**Pré-requis** : Connaissances sur le fonctionnement cognitif.



## METHODE

- Apports théoriques ;
- Formation concrète et pratique ;
- Etudes de cas ;
- Temps d'échanges et remise des supports de formation.



## MODALITE D'EVALUATION

- Evaluation des acquis ;
- Evaluation satisfaction.

Note moyenne attribuée

par les stagiaires précédents : 9/10

Durée : 2 journées

Dates et lieux : Dans nos locaux les 21 et 22 septembre 2026 – En établissement sur demande

Tarifs : Formation continue 865€ - Libre 666€ - En établissement 4 259€

20 % de réduction à la formation E01 + E02 en passant par une inscription libre

Intervenant(e) : Virginie MATTIO ou Virginie BISCAY - Psychologue Neuropsychologue