INTELLIGENCE

INTER-PERSONNELLE

Capacités

- Capacité à entrer en relation, à interagir, à comprendre, entretenir et créer du lien avec les autres
- Capacité à coopérer, travailler en groupe et résoudre des conflits
- Capacité à créer des dynamiques de groupe et à s'adapter aux besoins des autres

---

Méthodes d'apprentissage à privilégier

- Travailler ensemble (sur un même lieu/être entouré)
- Privilégier les projets collaboratifs
- Aider les autres dans leurs apprentissages
- Réviser de manière interactive (questions-réponses), au travers d'un débat

INTELLIGENCE

EXISTENTIELLE

Capacités

- Capacité à questionner les choses en profondeur
- Capacité à réfléchir sur le sens de la vie
- Capacité à comprendre une spiritualité et à la pratiquer (intérieurement)
- Capacité à élaborer une éthique de vie

Méthodes d'apprentissage à privilégier

- Nécessité à voir le sens des apprentissages (son origine, son utilité, les raisons qui le justifient…)
- Prendre le temps de ré-expliquer la matière et le sens de celle-ci à quelqu'un d'autre
- Besoin de reconnaître les limites et les questions existentielles que posent certains apprentissages
- Intérêt pour les matières liées à la philosophie, la spiritualité, la morale ou l'éthique

INTELLIGENCE

LOGICO-MATHÉMATIQUE

Capacités

- Capacité à tenir un raisonnement logique
- Capacité à résoudre des problèmes de manière déductive
- Capacité à structurer et à organiser des tâches complexes
- Capacité à comprendre le sens d'une démarche scientifique
- Capacité à suivre un processus

Méthodes d'apprentissage à privilégier

- Énumérer les points importants un par un
- Faire une frise chronologique
- Etablir des stratégies : identifier les problèmes, trouver une explication, proposer une solution puis la tester
- Etablir des liens de cause à effets dans la matière à étudier

INTELLIGENCE

RYTHMO-MUSICALE

Capacités

- Grande sensibilité aux rythmes, sons et structures musicales
- Capacité à percevoir et comprendre des éléments musicaux
- Capacité à tenir un rythme, à chanter ou à danser
- Capacité d'observation auditive (accents, émotions musicales, intonations…)
- Capacité à percevoir les tensions dans l'air

Méthodes d'apprentissage à privilégier

- Enregistrer ses leçons ou son enseignant et les réécouter
- Etudier à voix haute ou en interaction
- Travailler en écoutant de la musique
- Transformer les contenus importants à mémoriser en chanson ou en rythme
- Ecouter des podcasts, des vidéos youtube sur les sujets à étudier

INTELLIGENCE

NATURALISTE

Capacités

- Grande sensibilité pour la nature au sens large (biologie, faune, flore, etc…)
- Capacité d'observation et de compréhension des phénomènes naturels
- Capacité à classer/trier en différentes catégories d'espèces
- Capacité à comprendre l'éco-système et ses interconnexions

Méthodes d'apprentissage à privilégier

- Mémoriser en créant des Mind Maps
- Faire régulièrement des pauses pour sortir dehors
- Besoin d'expérimenter les choses en extérieur, au contact des éléments et de la nature
- Un contact régulier avec les animaux est source de motivation
- Facilité à mémoriser en catégories

INTELLIGENCE

VISUO-SPATIALE

Capacités

- Capacité à créer et se représenter des images mentales
- Capacité à appréhender la réalité en trois dimensions
- Capacité à s'orienter dans l'espace
- Capacité à lire des cartes et des graphiques
- Capacité à comprendre les relations spatiales entre les objets
- Capacité à apprécier l'art et le beau sous toutes ses formes

---

Méthodes d'apprentissage à privilégier

- Associer des images aux notions à étudier
- Travailler sur base d'un sketchnoting
- Créer une synthèse visuelle du cours à étudier : avec des codes couleurs, des éléments soulignés, des tailles et des polices différentes, des graphiques, des dessins, des autocollants, des gommettes, …
- Apprendre à partir d'un document imagé : via des informations visuelles, des dessins animés didactiques, des films…
- Regarder un document imagé, une exposition comprenant des informations visuelles, des films…

INTELLIGENCE

INTRA-PERSONNELLE

Capacités

- Capacité d'introspection/à se comprendre
- Connaissance de ses forces et de ses faiblesses, de ses désirs, de ses besoins, de ses émotions et de ses limites
- Capacité à se motiver seul.e
- Capacité à être autonome et indépendant.e

Méthodes d'apprentissage à privilégier

- Privilégier les environnements calmes
- Préférence pour les travaux en autonomie : travailler seul.e, définir soi-même les objectifs, choisir son lieu de travail
- Pratiquer la méditation, le mindfulness, tenir un journal personnel

INTELLIGENCE

VERBO-LINGUISTIQUE

Capacités

- Sensibilité aux structures, aux significations, aux nuances linguistiques, sous toutes leurs formes
- Habilité à mettre en mots, à penser, à trouver ses mots, à être attentif.ve à la justesse des mots et à leurs nuances
- Capacité à comprendre, utiliser et jouer avec les mots
- Capacité à s'exprimer, communiquer clairement via l'écrit et/ou l'oral
- Capacité à raconter des histoires, faire des jeux de mots, des mots croisés, à jouer au scrabble

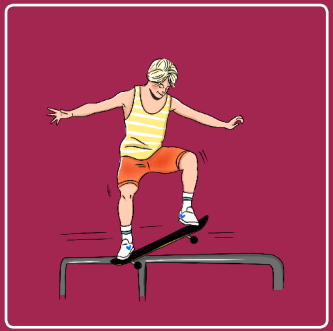
---

Méthodes d'apprentissage à privilégier

- Prendre des notes
- Réaliser des synthèses
- Jouer avec les mots pour expliquer la leçon
- Créer des histoires
- Créer des phrases clés pour représenter ce qui est abstrait
- Utiliser la discussion
- Ecriture d'un journal
- Utiliser des acronymes

INTELLIGENCE

KINESTHÉSIQUE



Capacités

- Faculté/capacité à utiliser son corps de manière fine
- Grande conscience de son corps et de ses mouvements
- Capacités naturelles pour les travaux manuels
- Facilité à pratiquer des sports différents
- Besoin et capacité d'exprimer des idées, des émotions ou des concepts, à travers le mouvement

---

Méthodes d'apprentissage à privilégier

- Mimer les leçons
- Bouger, sauter en révisant, marcher, manipuler (images, objets, cartes)
- Créer, représenter de manière concrète la matière à étudier
- Jeux de rôle, impro, memory box
- Utiliser les sens : odeur, goût, toucher, …
- Aller dans un musée, apprendre via une expo interactive
- Flashcards (fiches recto verso)
- Méthode pomodoro : travailler par tranche de 25 min puis pauses de 5 min