



FOIRE AUX QUESTIONS :

« *C'est la rentrée ! Pouvez-vous me donner des conseils pratiques sur les méthodes de travail ?* » 6^{ème} partie de la réponse

g) Développer sa mémoire :

La mémoire a 5 lois :

1. La mémoire naît d'une situation de projet : pour bien retenir une leçon, il faut avoir le projet non seulement de la savoir, mais encore de pouvoir la réciter. Il faut se proposer de réutiliser plus tard les éléments de cette leçon. Pour bien travailler sa mémoire, il faut donc apprendre en se mettant dans une situation de projet.
2. La mémoire enregistre des structures : c'est-à-dire des ensembles organisés, des constellations de souvenirs ; les mots et les faits se logent d'autant plus facilement dans la mémoire qu'ils s'intègrent dans une architecture cohérente.
3. La mémoire est multiforme : en même temps que la mémoire psychologique enregistre la suite des idées, d'autres formes de mémoire enregistrent les images, les sons, les mouvements, les symboles, les chiffres, les odeurs, les saveurs ou les sensations produites par le contact.
4. La mémoire fonctionne de façon discontinue : conséquence pratique : révisez ce que vous avez appris d'abord le soir même, puis après un temps de repos d'une vingtaine de minutes. Réviser signifie revoir si vous êtes visuel et répétez si vous êtes auditif.
5. La mémoire dépend de nos états affectifs : on retient facilement ce que l'on aime. Une mère se souvient toujours de la date d'anniversaire de ses enfants ! par conséquent, il faut soit consacrer davantage de temps on matière auxquelles on porte peu d'intérêt, soit changer de motivations en s'efforçant de les trouver attrayantes, soit changer carrément d'orientation si ces matières inspirent une répugnance insurmontable.

Apprenez en hiérarchisant :

- Dégraissez la leçon, c'est-à-dire repérez les titres des parties.
- Allez du général au particulier, descendez lentement dans les détails.

Apprenez en associant :

- Pour une mémoire visuelle, faites le maximum de schémas pour avoir une présentation optique.
- Pour une mémoire auditive, lisez à haute voix.
- Pour une mémoire motrice, écrivez plusieurs fois les mots difficiles, les formules chimiques, les fonctions mathématiques, effectuez un geste en l'apprenant avec le projet de vous rappeler ce nom chaque fois que vous referez ce geste.
- Pour une mémoire topologique : mémorisez précisément telle ou telle chose dans le même ordre. Cela entraîne votre mémoire et lorsque vous aurez un chapitre à apprendre, divisez-le en segments, évoquez visuellement tel paragraphe.

Révisez souvent :

- En prenant de l'avance, c'est-à-dire en relisant le soir même ce qu'on vous demande de travailler pour dans une semaine.
- En se chronométrant, pour éviter le demi-travail, cet état de divagation et de somnolence.
- En révisant constamment : les psychologues américains ont montré que nous oublions plus de 50% de ce que nous avons appris au bout d'une demi-heure !

h) Rédiger aisément :

Connaître les règles : Pour cela, avoir une bonne bibliothèque de base et améliorer l'expression écrite.

Travailler son style : Epurer, refondre, alléger suppose de se relire avec un esprit critique pour détecter les faibles et les lourdeurs. Il est bon d'éliminer les superfluités, les répétitions, les pléonasmes, les banalités, les participes présents, les tours négatifs (dire *il a refusé de*, plutôt que *il n'a pas consenti à*), les tours passifs (dire *les travaux s'achèvent* plutôt que *les travaux sont entrés dans leur phase finale*), les tours indirects (dire *comment définissez-vous la culture ?* plutôt que *dites-moi, professeur, la culte pour vous c'est quoi ?*), les propositions relatives (dire *un événement survenu récemment* plutôt que *un événement qui a eu lieu récemment*), les superlatifs absolus (dire *un exposé limpide* plutôt que *un exposé très clair*), les termes familiers, les anglicismes.

i) Exposer :

Pour accrocher l'attention de votre auditoire, soyez bref, clair et vivant ;

- Bref : évitez de rédiger intégralement vos notes ; utilisez le recto des feuilles seulement ; prévoyez dans vos notes des paragraphes soufflets pouvant être étoffés ou supprimés en fonction du temps écoulé.
- Clair : construisez un plan très simple, prévoyez une visualisation des éléments importants, parlez assez fort et lentement, articulez correctement et terminez par une conclusion ferme et nette.
- Vivant : utilisez les gestes, les expressions du visage qui peuvent renforcer le message, regardez votre auditoire, vérifiez dans les yeux qui vous fixent la façon dont votre exposé est reçu.

Richard Dubreuil

Les méthodes de travail du lycéen et de l'étudiant – Ed. Vuibert 1990