



12.2 Mon ouverture à revoir mes stratégies d'apprentissage

Le profil individuel de Résultat Plus fournit des indications importantes quant à ton ouverture à changer de stratégies d'apprentissage ou certaines attitudes à l'égard de diverses situations scolaires abordées par Résultat Plus.

Les indications quant à ce degré d'ouverture se retrouvent à la première page de ton profil individuel. Elles sont résumées par le graphique situé au centre droit de cette première page de ton profil. Le graphique présente un jugement en légende ainsi qu'une droite à l'intérieur du graphique. Trois résultats sont possibles :

Petite ouverture au changement...? alors la droite sera très peu inclinée dans le graphique :

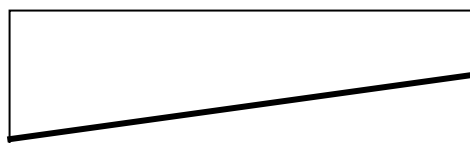
//



petite ouverture?

Ouverture relative (ou moyenne)...? alors la droite sera plus inclinée, la pointe de la droite se situant au milieu du quadrilatère dans sa partie la plus élevée;

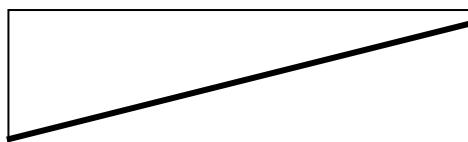
//



ouverture relative?

Grande ouverture...? alors la droite sera beaucoup plus inclinée, la pointe de la droite se situant vers le haut du quadrilatère dans la position de la ligne la plus élevée.

//



grande ouverture?



Résultat Plus – Du diagnostic aux pistes d'amélioration

Les indications fournies par Résultat Plus montrent que tu as une ouverture faible ou moyenne (petite ou relative) à l'égard des changements éventuels. Nous t'invitons à en prendre conscience et à voir tes résistances à changer en analysant les paragraphes ci-dessous.

1. Tu as développé au cours de tes années d'étude antérieures un certain nombre d'habitudes pour étudier : es-tu vraiment certain de l'efficacité de ces méthodes et crois-tu vraiment qu'elles conviennent aux études collégiales? Nous t'invitons à évaluer les stratégies que tu utilises en prenant connaissance du texte 5.1 « L'étude en surface, une stratégie à éviter ».
2. L'une des craintes que tu peux avoir en changeant de stratégies pour apprendre peut être que ces méthodes exigent plus de temps : ta préoccupation implicite consiste à ne pas consacrer plus de temps à tes études. Dans ce contexte, nous te proposons de te servir de moyens pour éviter de perdre du temps et d'utiliser le temps « économisé » pour mieux étudier. Examine les moyens suivants :
 - **Éviter d'utiliser des méthodes d'étude non efficaces et longues, par exemple :**
 - La réécriture « au propre » de tes notes de cours;
 - La lecture de tes notes de cours à haute voix;
 - La lecture de tes notes sans les résumer.
 - **Éviter d'étudier à des moments « inappropriés » :**
 - L'étude tard en soirée;
 - L'étude immédiatement après un repas : il vaut mieux faire une marche, faire des exercices ou autres activités semblables une trentaine de minutes avant de commencer à étudier.
 - **Éviter d'étudier dans des lieux « inappropriés » :**
 - L'étude, par exemple, devant le téléviseur en prétendant faire d'une pierre deux coups; choisir de préférence une musique instrumentale de votre goût qui n'est pas dérangeante.
 - **Éviter d'étudier trop longtemps à la fois :**
 - L'étude en une seule séance de trois ou quatre heures, puisque les dernières heures d'étude sont moins efficaces; il vaut mieux choisir deux séances d'étude de trois heures plutôt qu'une seule de six heures;
 - Prendre des pauses de quelques minutes à chaque heure.



Résultat Plus – Du diagnostic aux pistes d'amélioration

- **Éviter des absences sous diverses formes, en classe par exemple :**
 - Quitter les périodes d'exercices avant la fin; c'est une perte de temps précieux, temps prévu à l'horaire; de plus, c'est un moment où l'on peut aisément consulter le professeur ou d'autres étudiants;
 - Écouter en classe sans prendre des notes et en se fiant à sa mémoire : il est possible de se rappeler, mais prendre des notes aide à dégager l'essentiel et à bien cerner ce que l'on comprend moins bien. Souvent, on comprend lorsque le professeur explique alors que c'est plus difficile de s'approprier cette explication dans ses propres mots; de là l'importance d'une prise de notes dans des mots personnels;
 - Les absences : c'est une perte importante de temps qu'il faut le plus reprendre ensuite souvent. Double perte!
 - L'exécution des travaux ou des lectures pour une autre matière durant un cours!

Comment utiliser des stratégies d'étude économiques?

- Consacrer quelques heures (une heure ou deux) par jour en résumant la matière vue de semaine en semaine : faire un résumé par semaine (aux deux semaines, tout au plus) de la matière vue. Ces résumés de l'essentiel permettent d'éviter de tout revoir au moment des périodes d'étude avant l'examen. C'est un gain important de temps.
- Se donner un horaire systématique et régulier de travail s'avère un moyen très efficace : cet horaire peut être fait sur une base quotidienne (de 8 h à 10 h 30 par exemple, en plus des moments disponibles à l'horaire de la journée) ou sur une base hebdomadaire.
- Sélectionner les éléments importants à l'occasion des résumés : une bonne disposition du résumé et des notes de cours aide considérablement.
- Identifier rapidement ce que vous ne comprenez pas : le prendre en note et vérifier plus tard auprès du professeur. Faire rapidement un appel téléphonique auprès d'un autre étudiant disponible peut être un bon moyen aussi, à la condition expresse que l'échange se limite à l'objet de la consultation.
- Éviter de faire tous les problèmes ou de faire tous les exercices en même temps. Une telle stratégie entraîne le fait que, au cours de l'étude ultérieure en vue de l'examen, on reprenne les mêmes problèmes ou exercices. Au contraire, en réalisant le tiers des problèmes une première fois (non pas le premier tiers des problèmes, mais un échantillon en sautant de deux problèmes en deux problèmes, par exemple), l'autre tiers à une deuxième séance de travail et un dernier tiers avant les examens (dernière semaine), on se donne ainsi la possibilité de valider sa compréhension et on ne refait pas les mêmes problèmes (ce qui entraîne des pertes de temps).



Résultat Plus – Du diagnostic aux pistes d'amélioration

- Utiliser de façon stratégique les périodes de cours libres dans l'horaire :
 - Pour faire des travaux courts (résumés, par exemple) lorsque le temps disponible n'est pas long; par exemple, durant un temps libre de deux périodes, il est préférable de prévoir une tâche courte qui serait complétée en deux périodes plutôt que d'amorcer un travail plus long que l'on devra reprendre par la suite. Il y a perte de temps alors;
 - Se déplacer rapidement dans des lieux « calmes » pour travailler, la bibliothèque étant, bien sûr, préférable à la cafétéria par exemple.

Plus globalement, le principe de base en gestion de l'étude est le suivant : éviter d'étudier en surface; tout le temps consacré à l'étude en surface est une perte de temps, somme toute. Il faut plutôt consacrer cette énergie à des moyens d'étude en profondeur selon des conditions d'étude adéquates. Les principes d'une utilisation efficace d'un agenda sont généralement connus et la documentation sur le sujet est abondante. Au besoin, se référer à la documentation disponible en bibliothèque à cet égard.

3. Autre question à considérer quant à des changements d'étude à faire : es-tu vraiment satisfait de tes résultats d'examen dans toutes tes matières? Crois-tu que les stratégies d'étude que tu utilises seraient toujours aussi efficaces si la quantité de matière à étudier était quatre fois plus élevée pour un même examen? Plus ta formation avancera (2^e ou 3^e année du collégial, formation universitaire), plus la quantité de matière à traiter augmentera... il vaudrait mieux que tu te donnes dès maintenant de bons outils de travail pour y faire face.
4. En somme, pourquoi changer? Pour deux raisons : avoir de meilleures méthodes entraîne de meilleurs résultats. De plus, avoir des méthodes de traitement de l'information en profondeur produit des apprentissages plus stables sans compter que ces stratégies permettent une amélioration des capacités intellectuelles de celui qui les développe. C'est ce que la recherche sur l'enseignement et l'apprentissage a démontré.

Nous te suggérons de ne pas tout changer à la fois, évidemment. Choisis un ou deux éléments proposés dans ton profil Résultat Plus : remplace un moyen de traitement en surface que tu utilises par un moyen de traitement en profondeur. Tu pourras ensuite juger de l'efficacité d'un tel changement avant de modifier d'autres stratégies si tu le juges approprié.

