

Cours 2

Jeudi 9 octobre 2014

Apprendre à mémoriser un document choisi et le conserver en mémoire pendant le temps souhaité.

Méthode du schéma ou de l'AS (anti-sèches)

Exercice de mémorisation à partir du texte dans l'encadré du document qui a été remis.

Rechercher le sens et retenir vocabulaire technique, travailler sur ces 2 axes.

Elaboration d'un croquis

Mémorisation du croquis qui permet de retrouver le texte.

Pour élaborer le croquis chacun utilise les symboles qui pour lui sont représentatifs, et des indices de rappel.

Ca paraît long, mais quand on s'est approprié la méthode on devient rapide ; il faut vaincre la résistance au changement , c'est là la vraie difficulté.

On restitue le sens et les mots techniques.

Quand on souhaite apprendre un texte , il est possible d'introduire progressivement des symboles.

Prendre un texte, et le dessiner intégralement sur une seule page, avec les indices de rappel.

Puis prendre un morceau de papier sur lequel on inscrit le titre

Plier le papier et le ranger

Le sortir, à partir du titre, commencer à dessiner des symboles, à partir de la trace mnésique, d'autres symboles reviennent, amenant le sens du texte. Alors refaire le dessin dans son ensemble, le comparer à l'original, et corriger les erreurs ; au bout de 2 ou 3 « relectures » il n'y aura plus d'erreurs.

Il n'y a pas de limite à la mémoire ce qui est important c'est de bien « ranger » les choses.

Chaque fois que l'on fait ce travail, on encode des informations, on les range.

Quand a pris l'habitude , ça devient spontané, habituer son cerveau à utiliser cette méthode.

IL FAUT S'ENTRAINER