

La gestion mentale au secours de la mémorisation

Oriane Famenne

Licenciée en Science de l'Education-ULB

Psychopédagogue - Conseillère pédagogique réussit'school

La mémorisation occupe une **place centrale** dans la scolarité. De l'enseignement primaire aux études supérieures, la mémoire est constamment sollicitée. De plus, les élèves sont confrontés à des volumes de matières de plus en plus importants au fur et à mesure des années. Certains éléments seront retenus facilement et aisément réactivés par la suite alors que d'autres feront systématiquement l'objet d'oubli. Les élèves devenus adultes reviennent sur les *insurmontables verbes irréguliers* en néerlandais ou les *formules trigonométriques* qu'ils n'ont « *jamais réussi à retenir !* ».



Les exigences scolaires pèsent sur l'emploi du temps des élèves. Ils évoquent souvent le manque de temps et dans l'urgence, ils étudient « par cœur » leurs leçons. Cette **stratégie d'apprentissage** favorise l'apprentissage de surface et surtout, mobilise la mémoire à court terme : les élèves oublient rapidement ce qu'ils ont appris la veille. **La gestion mentale offre des outils pratiques pour mémoriser et consolider** l'acquisition des éléments en mémoire. Il s'agit avant tout de respecter un certain **tempo dans l'apprentissage** afin de faciliter la mémorisation et de la rendre plus efficace. Si, dans les classes, les professeurs ne peuvent pas systématiquement respecter ce tempo, en

revanche, les élèves peuvent apprendre à le faire seul.

Les techniques de gestion mentale peuvent, en outre, venir au secours des élèves « en panne » lorsqu'ils doivent étudier. Grâce à l'aide d'un pédagogue, l'élève peut être guidé dans le respect des temps de la mémorisation et s'inscrire dans un projet **d'autonomisation des stratégies** à mettre en place pour étudier.

Cet article est consacré à ces **techniques appliquées par réussit'school** dans les **ateliers et cours particuliers**. Elles ont fait leurs preuves et doivent être considérées dans tout apprentissage.

Des stratégies d'apprentissage associées à la réussite

Les stratégies mentales des élèves occupent la réflexion des pédagogues depuis la fin des années septante : elles sont un facteur clé de réussite scolaire dans la mesure où elles nous apprennent à lier un fonctionnement cognitif avec la réussite : **comment les élèves gèrent-ils leurs ressources cognitives pour rencontrer les objectifs scolaires ?**

Dans les années quatre-vingt, des auteurs comme **Antoine de La Garanderie**, se sont penchés sur ce que l'on appelle aujourd'hui, la gestion mentale. Après avoir fait verbaliser des élèves dit « doués », Antoine de La Garanderie a établi des « **profils pédagogiques** ». Ceux-ci rendent compte des mécanismes en jeu lors des apprentissages, des **habitudes mentales** sur lesquelles les élèves s'appuient pour **comprendre, mémoriser et restituer** l'information. La conscientisation de leur propre fonctionnement permet aux élèves

d'optimiser leur manière d'apprendre, donc de **maîtriser davantage l'acquisition des matières scolaires.**



Si certaines stratégies d'apprentissage favorisent la réussite, c'est **l'adaptation de son fonctionnement** aux exigences de classe qui s'avère être la stratégie gagnante. C'est pourquoi la **connaissance de soi** est primordiale. Les conseillers pédagogiques réussit'school font passer le « **test profil d'apprentissage** » pour mieux comprendre comment l'élève fonctionne dans l'apprentissage. Les résultats commentés avec l'élève sont un pas important vers la connaissance de soi.

Les grands principes de la gestion mentale

- Le principe fondamental : **tous les enfants sont capables.** Le pédagogue doit estimer l'élève capable d'apprendre, quel que soit le support, à condition qu'il le guide efficacement dans ses démarches mentales. La structuration de ces démarches est basée sur cinq « **gestes mentaux** » : attention, mémorisation, réflexion, compréhension et imagination. C'est le geste d'**attention-mémorisation** qui est prioritaire au début de tout apprentissage. Le pédagogue présente la matière et aide l'élève à diriger son attention sur les éléments à mémoriser et donc à restituer.

- Le **principe d'introspection** offre des possibilités variées pour renforcer cette faculté d'adaptation. Les élèves construisent des **représentations mentales** des éléments qu'ils étudient, ils se les évoquent et les restituent en fonction de leurs évocations. Ces **évocations**

sont différentes selon le **profil pédagogique** de l'élève. Les élèves ont des **préférences mentales** pour s'évoquer les informations perçues : le pédagogue doit les identifier pour appuyer ses explications et permettre à l'élève d'assimiler la matière. Le pédagogue doit abandonner toute projection de son propre fonctionnement sur celui de l'élève s'il veut comprendre pourquoi l'élève est en difficulté et lui proposer des moyens alternatifs pour que l'élève apprenne.

Pour que les évocations prennent forme et soient optimales lors de la restitution, il est impératif de **mettre l'élève en projet** et de **respecter trois temps dans l'apprentissage.**

- La **mise en projet** : c'est **la place de la consigne.** Elle dirige l'attention et précise la réponse. Le pédagogue doit fixer les objectifs à atteindre et définir les moyens à mettre en œuvre. L'élève doit lire en profondeur la consigne.

Définir un « projet »

« Mettre l'élève en projet » signifie lui dire ce qu'il va devoir faire. Si l'objectif est absent ou imprécis, l'élève ne saura pas pourquoi ni comment il doit procéder. La consigne **doit précéder l'apprentissage**, l'élève saura alors à quoi il doit « **faire attention** » quand le professeur lui présentera l'information. L'élève peut alors **faire un tri** et **diriger son attention** sur l'objectif de l'apprentissage. Cette démarche facilite la mémorisation des éléments nécessaires pour la restitution. Le geste d'attention permet à l'élève de « **faire exister l'information dans sa tête** » sous l'une ou l'autre forme qu'il mémorisera ensuite. Il évite ainsi de mémoriser des éléments inutiles et de se perdre dans la masse d'informations perçues.

- Le **respect des trois temps de l'apprentissage** est clé dans la mise en route de tout apprentissage, il s'agit de trois étapes successives qui doivent être très clairement séparées, en laissant du temps entre chacune d'elle.

Respecter un tempo

La mémorisation dépend du respect des « trois temps dans l'apprentissage » : premièrement, l'élève **perçoit** l'information, ensuite il **l'évoque**, autrement-dit, il le « **met dans sa tête** » : construit une représentation mentale de l'information. Finalement il la **restitue**. Le **temps** laissé pendant chaque étape et entre chaque étape est un **facteur de réussite** considérable. Or, c'est précisément ce temps qui manque aux pratiques de classe. Rares sont les moments qui privilégient l'évocation dans le déroulement même des cours.

Quand l'école ne respecte pas les temps de l'apprentissage

Le **moment de l'évocation** est pourtant l'instant clé qui permet à l'élève de fixer une première fois une information, de construire une représentation. Il y attache alors de l'affectif, des images, des sons, il tente de faire des liens, etc. Autant de choses qui lui permettront de se rappeler cette information. La manière dont l'élève construit ces représentations est liée à un fonctionnement cognitif personnel dont les codes ont été classés par Antoine de La Garanderie, il a notamment pointé trois « **langues pédagogiques** », canaux sur lesquels s'appuie préférentiellement l'élève pour construire ses évocations : elle peut être auditive, visuelle ou kinesthésique (par le geste).

Ces **préférences mentales** sont parfois difficiles à satisfaire pour les élèves dont le fonctionnement ne correspond pas nécessairement aux canaux de communication favorisés à l'école : perceptions essentiellement visuelles ou auditives et restitutions écrites ou orales. Le canal kinesthésique est, par exemple, moins sollicité dans les situations d'apprentissage scolaires. Par conséquent, les élèves qui s'appuient sur une perception kinesthésique pour construire leurs représentations mentales doivent trouver des **moyens de compensation** pour traiter l'information. Ces élèves mettent donc plus de temps à « mettre ces informations dans leur tête ». Autrement dit, tant que la perception offerte par le professeur à l'élève ne

correspond pas à la préférence mentale de ce dernier, le temps de traitement et d'intégration est plus long, parfois plus laborieux et souvent négligé dans le déroulement des cours. **Les aptitudes scolaires sont relatives aux habitudes évocatives**, certains élèves doivent donc constamment « recoder » les informations transmises par leurs professeurs et il arrive qu'ils perdent le fil du cours et décrochent.

Le pédagogue a donc un rôle central dans la présentation (notamment via la mise en projet), l'acquisition et la restitution des apprentissages. En contexte scolaire, il n'est pas évident pour le professeur de respecter les fonctionnements de chaque élève et de prendre en compte les temps de perception et d'évocation nécessaires. Certains professeurs arrivent à aménager leurs heures de cours selon les principes de la gestion mentale, avec **créativité et préparation**, ils favorisent alors l'apprentissage pour chaque élève. **Réussit' school** a choisi de privilégier une **approche individualisée plus adaptée** au respect des préférences mentales de l'élève, identifiées par le « test profil d'apprentissage ».

D'autre part, en classe, la consigne n'est pas toujours présentée avant l'apprentissage : le professeur donne cours et décide d'une date de contrôle. Le professeur devrait pouvoir remplir son rôle de guide dans l'anticipation : prévenir ses élèves de la manière dont ils vont devoir utiliser les informations qu'il va leur présenter, ce qui implique aussi, le mode de restitution et le contenu. Or, les élèves se plaignent souvent de ne pas savoir ce que le professeur va leur demander ou encore, sont pris par surprise. En effet, l'importance de l'anticipation étant démontrée sur la qualité de l'intégration de la matière, il est difficile de justifier les pratiques pédagogiques du genre « contrôles surprise ».

De retour à la maison

Si parfois l'école ne peut offrir, malgré elle, les conditions les plus favorables à l'acquisition des matières scolaires, les élèves, peuvent **apprendre à gérer leurs apprentissages à la maison : se mettre en projet, anticiper** le genre de questions que le professeur posera,

respecter les temps de perception et d'évocation, **simuler le mode de restitution**, etc. Autant de moyens qui leur permettront de rendre leur capacité de mémorisation plus efficace, de l'adapter aux objectifs scolaires, donc d'augmenter leurs chances de réussite. Les éléments mémorisés une première fois doivent évidemment faire l'objet de **réactivation** : le passage en mémoire à long terme dépend de la fréquence des activations et du temps écoulé entre les révisions. C'est pourquoi le travail régulier est nécessaire : les élèves qui réactivent les informations plusieurs jours avant le contrôle stimulent leur mémoire à long terme et consolident leurs apprentissages. Le jour du contrôle n'est donc plus une source de stress car l'élève maîtrise davantage sa mémoire, il l'a entraînée. La gestion du temps et la planification sont liées au bon fonctionnement des démarches, il faut donc **inscrire le rapport au temps dans la méthode de l'élève**.

Le pédagogue qui applique les démarches de gestion mentale a aussi pour objectif d'aider l'élève à **conscientiser ses démarches mentales**, à **les élargir** pour adapter sa méthode, et dès lors, le **rendre autonome**. La mémorisation étant capitale pour les exigences scolaires, **réussit'school** propose des **ateliers mémorisation** destinés à **découvrir** son type de mémoire, **s'adapter** aux apprentissages scolaires et devenir autonome dans la mémorisation. **Un parcours en trois étapes**, basé sur ces techniques de gestion mentale. Ce parcours peut se faire **en groupe** ou **individuellement**.



Découvrez les **tests profil d'apprentissage**, les **cours particuliers à domicile**, les **ateliers mémorisation** et **méthode de travail**

www.reussitschool.be

Contact : **oriane.famenne@reussitschool.be**

