

Un petit test afin de déterminer votre mode de mémorisation.

1- Vous retenez mieux un cours lorsque :

- a. Vous vous appuyez sur des aides visuelles (dessins, tableau...)
- b. Vous mémorisez surtout les explications courtes du professeur
- c. Le cours se rapporte à une expérience personnelle

2- Vous mémorisez mieux :

- a. Les schémas et formules de math
- b. Les notes que vous prenez
- c. Les récits de votre prof d'histoire

3- Quand vous travaillez, vous :

- a. Etes facilement déconcentré par ce qui se passe autour de vous
- b. Etes capable d'être très concentré au point de ne pas entendre si quelqu'un vous parle
- c. Avez besoin d'être dans un endroit où vous vous sentez à l'aise.

4- Quel est votre « truc » pour mieux mémoriser vos cours ?

- a. Avoir des notes claires et précises
- b. Répéter à haute voix comme si vous récitiez à quelqu'un
- c. Demander à quelqu'un de vous poser des questions sur votre cours

5- De quoi ou de qui avez-vous besoin de vous entourer pour mieux révisé ?

- a. Votre cours, juste votre cours
- b. Un fond musical, qu'assez rapidement, vous n'entendez plus
- c. Quelqu'un qui reste près de vous et vous encourage.

6- Quand vous devez réviser pour un contrôle difficile :

- a. Vous avez besoin de savoir exactement ce que l'on attend de vous
- b. Vous notez d'abord les grandes idées avant d'apprendre
- c. La difficulté me stimule, je prends donc ça comme un défi

7- Quand vous mémorisez quelque chose, vous avez remarqué que :

- a. Vous retenez les grandes lignes du cours mais pas les détails
- b. Vous avez une bonne mémoire mais ne parvenez parfois pas à vous en rappeler lorsque vous en avez besoin
- c. Vos capacités d'apprentissage varient fortement selon les professeurs pour qui vous devez étudier.

Résultats du test :

Vous avez une majorité de A : Vous avez une mémoire visuelle

Vous vous rappelez plus facilement ce que vous avez vu, que ce soit des schémas, des photos ou des choses écrites au tableau. Vous aimez travailler à l'aide d'images et aimez avoir beaucoup de détails. Vous aimez comprendre comment les choses fonctionnent et les images vous y aident.

Astuces : Pour vous améliorer, faites des dessins et, quand vous mémorisez, associez des images à la matière que vous révisez. Réécrivez les parties qui vous posent problème.

Repérez le plan et les mots-clés du cours. Réécrivez-les au brouillon pour représenter un squelette du cours. Regardez bien tous les schémas, graphiques, images. Essayez de résumer le cours sous forme d'images, de croquis, de mots clés reliés par des flèches, d'images mentales... surtout s'il s'agit d'idées compliquées.

Vous avez une majorité de B : Vous avez une mémoire auditive

Votre mémoire enregistre ce que vous entendez. Vous avez besoin de vous entendre et de réciter à voix haute. Vous aimez les explications courtes et pas trop les détails. Avant de mémoriser, vous avez besoin de trier les idées principales.

Astuces : Soyez très attentif en cours car c'est là que vous enregistrerez une grande partie de vos leçons. Vous apprendrez également mieux en discutant de vos cours avec des personnes compétentes. Récitez votre cours à haute voix peut aussi améliorer votre mémorisation.

Vous apprenez plus facilement en discutant. Les cours paraîtront plus clairs si vous poser des questions à des personnes qui en savent plus que vous ou si vous essayer d'expliquer à des personnes qui n'en ont jamais entendu parler.

Reformuler le cours avec vos propres mots. Pour mémoriser expliquer à quelqu'un d'autre ou à vous-même ce que vous devez retenir à haute voix. Vous pouvez même éventuellement vous enregistrer et vous réécouter.

Vous avez une majorité de C : Vous avez une mémoire kinesthésique

Vous êtes une personne très sensible aux émotions, aux ambiances et aux événements. Vous aimez le concret et les expériences. Vous avez besoin de toucher, de manipuler, de faire vous-même des expériences pour bien comprendre et retenir. Vous connaissez souvent les réponses sans toujours savoir comment vous faites. Vous avez souvent du mal à expliquer vos raisonnements. Votre motivation varie beaucoup selon les personnes pour qui vous travaillez.

Astuces : Faites des liens entre ce que vous apprenez et ce que vous avez déjà vécu ou connu, avec des souvenirs personnels. Faites des associations d'idées et posez-vous la question « à quoi cela me fait penser que je connaisse bien ? ».

Ce qui fonctionne très bien c'est le toucher. Alors, lorsque vous étudiez, manipulez des objets (gomme, crayon, balle antistress,...) et ainsi lorsque vous manipulerez à nouveau ces objets, vos cours reviendront.