



Athénée Royal F. Jacquemin  
Comines-Plagefeart



*L'école de demain à caractère humain*

*ATHÉNÉE ROYAL FERNAND JACQUEMIN*

*Enseignements secondaire et primaire*

*Chaussée de Warneton 26*

*B-7780 Comines*

*Tél: 056/561140 Fax: 056/557244*

*Mail: ec001309@adm.cfwb.be*

# Mon passeport pour le supérieur



Télécharger notre application  
via



ou



Chère rhétoricienne, cher rhétoricien,

Il y a quelques années déjà, tes parents t'ont pris(e) par la main afin de t'amener à l'école pour la première fois. Sans en avoir vraiment conscience, tu faisais ce jour-là un premier pas important dans ta jeune vie. Puis ce fut l'école primaire qui eut le privilège de t'accueillir. Moins de jeux, plus de travail t'y attendaient. Quelque six ans plus tard, tu allais entrer dans la « cour des grands » de l'Athénée Royal Fernand Jacquemin. Une autre étape essentielle à franchir, à laquelle tes instituteurs et institutrices, parents et nouveaux professeurs t'avaient préparé(e). « *Mon passeport pour la grande école* », tu t'en souviens ?

Bientôt, c'est à la fois heureux/heureuse et sans doute un peu ému(e) que tu vas nous quitter. Peut-être fais-tu partie de ceux qui ne sont pas intéressés par la poursuite d'études et qui envisagent directement la vie active. Si cette décision résulte d'un choix lucide et informé, tous nos vœux de plein succès t'accompagnent. Si par contre, comme beaucoup, tu sais que les études supérieures sont la voie obligée vers ta profession future, ce petit fascicule te sera très utile. Car la Haute Ecole ou l'Université, c'est un autre monde...dont on dit tant de choses ! Tes parents ne te tiendront plus la main pour t'y mener, tes professeurs de l'Athénée non plus. « La fin du secondaire n'est pas un simple arrêt sur une route bien tracée. C'est plutôt le port de mer au terme d'une navigation fluviale. La question se pose de prendre la décision du grand départ pour un pays de destination ... (*l'existence adulte, dont fait partie la vie professionnelle*), de choisir ensuite un itinéraire ... (*le curriculum des études*) et enfin de se donner les moyens pour atteindre le but choisi dans les meilleures conditions. On ne navigue pas en haute mer comme sur un fleuve tranquille : d'autres risques, d'autres bateaux, d'autres instruments de navigation »... (*Question de méthode p 15*)

Néanmoins, tes professeurs du secondaire n'ont pas voulu te laisser partir à la découverte de ce nouveau monde sans te donner quelques conseils et mises en garde, afin de t'éviter de commettre des erreurs qui pourraient s'avérer fatales. Certains, en effet, « crient haro sur le secondaire qui ne préparerait pas suffisamment les élèves à la haute école ou l'université. Mais c'est oublier un peu vite que l'école secondaire a d'abord pour vocation de donner une formation générale aux élèves et n'a ni les moyens, ni l'objectif premier de les familiariser aux codes et pratiques universitaires » ou des hautes écoles (Extrait de « *Réussir sa 1<sup>e</sup> année en supérieur : un sacré défi !* ») C'est dès lors, bien modestement, le but de la brochure que tu tiens en main.

Dans quelques mois, tu devras toujours travailler, comme tu l'as fait ici, mais tu devras travailler (beaucoup) plus et surtout autrement. L'acclimatation à l'enseignement supérieur est avant tout un travail personnel. La première BAC (Bachelier) est toujours difficile, à différents points de vue, et la réussite dépend surtout de la maturité de l'étudiant. Quand les statistiques donnent un taux d'échec de 60 à 62% des étudiants inscrits pour la première fois en première année, il est souhaitable de savoir comment faire partie des 38 ou 40% restants !

Pour mener à bien cette nouvelle étape cruciale de ton existence, tu te poses probablement des tas de questions, notamment comment gérer au mieux ton activité d'étude, ne pas être dépassé(e) par la quantité de matière, prendre des notes, quand commencer à bloquer et combien de temps y consacrer, quelle place accorder au temps libre, que faire pour ne pas perdre pied pendant les examens etc... Dans les pages qui suivent, nous allons tenter de répondre à ces questions bien légitimes. Les conseils que nous te soumettons ont été artificiellement regroupés en chapitres car il fallait bien structurer les idées. Mais tu remarqueras très vite que certains éléments se retrouvent un peu partout, parce que tout se tient. Certains d'entre eux te paraîtront peut-être évidents, d'autres intéressants car tu n'y as jamais pensé, d'autres encore éventuellement superflus ou inadaptés à tes futures études. A toi de faire le tri... et bonne lecture !

Josette LAMBRETH  
Coordinatrice liaison Secondaire-Supérieur  
Athénée Royal F.Jacquemin de Comines  
Janvier 2018

## **TABLE DES MATIERES**

Avant-propos .....	page 1
Table des matières .....	page 3
Du secondaire au supérieur... Quelle(s) différence(s) ?.....	page 4
Le bon choix... Ce n'est pas si simple !.....	page 9
La prise de notes... Nouveau ?.....	page 12
Avoir une bonne méthode de travail... Est-ce si difficile ?.....	page 18
Mémoriser... efficacement !.....	page 23
Le blocus ou la bloqué...Ca ne s'improvise pas .....	page 31
Les examens... Etape ultime .....	page 37
L'évaluation des résultats .....	page 44
Conclusion .....	page 47
Bibliographie .....	page 49
Annexes .....	page 51

## DU SECONDAIRE AU SUPÉRIEUR... QUELLE(S) DIFFÉRENCE(S) ?

Assister aux cours, écouter et prendre des notes, étudier et passer des examens : rien de tout cela n'est nouveau pour toi. Tu as commencé en primaire, tu as continué en secondaire, tu t'attends à devoir le faire dans le supérieur, que ce soit l'université ou la haute école. Mais des rumeurs te sont parvenues, insistantes, selon lesquelles « ce n'est plus du tout pareil ! ». Y a-t-il de quoi en faire un fromage ? Essayons d'y voir plus clair...



*Extrait de « Ta bloque mode d'emploi »*

### 1° La présence au cours

En secondaire, elle était obligatoire et... contrôlée. Dans le supérieur, hormis à certains cours dits « obligatoires », ta présence ne sera plus nécessairement exigée ou vérifiée. La tentation de les « **brosser** », ou « sécher » sera plus ou moins grande. Il y aura quantité de « bonnes » raisons pour justifier tes absences à tes yeux. Tu auras à gérer cette **tentation** : méfie-toi, elle est sournoise et porte souvent plus à conséquence que tu ne le crois. Une règle de base donc : l'**assiduité**, d'autant que certains professeurs dotés d'une excellente mémoire visuelle n'apprécient pas trop les « nouvelles têtes » qu'ils découvrent lors de leur examen ! Certains étudiants parient sur l'avenir et la possibilité d'étudier à domicile, mais ne t'emballe pas trop vite : même si certaines parties de cours/exercices/modèles d'examen/discussions sur la matière en forum... sont de nos jours en ligne sur la plateforme interne de l'école ou intranet, l'enseignement supérieur intégralement « à distance » ou « e-learning » n'est pas encore disponible, ni même souhaitable pour la première année, selon certains. Il ne le sera sans doute jamais pour des secteurs tels que ceux qui comportent beaucoup de pratique. Aller en cours reste donc d'actualité.

Durant ces cours, tu devras **prendre des notes rapides**, « au vol », ce à quoi tu n'as pas été habitué(e). Tu devras aussi t'adapter à cela car prendre des notes de manière efficace est primordial. (voir chapitre « Prise de notes »).

### 2° Des heures... de 60 minutes !

Eh oui, **10 minutes de plus par cours** (si le professeur ne t'offre pas le quart d'heure académique). Cela peut sembler dérisoire, sauf si c'est un cours que tu n'aimes pas trop. Tu devras t'y faire... plus ou moins vite. Et ce n'est pas tout : des travaux pratiques en sciences, par exemple, peuvent durer plus de 3 heures. Quand on te disait qu'il y aurait du changement...

### 3° Le volume, la difficulté de la matière et la façon dont elle est donnée

L'étudiant qui arrive dans le supérieur doit être capable de s'adapter rapidement à un **niveau d'exigences plus élevé** qu'en secondaire. La **matière à assimiler** est plus

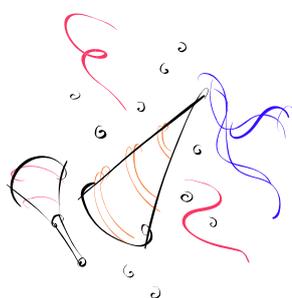
**difficile** et la quantité également **beaucoup plus importante**, ce qui nécessite de sa part de l'organisation ainsi que des facultés de mémoriser à long terme et de synthétiser. Ce décalage entre le volume des matières est une importante source d'échec en 1<sup>e</sup> année, preuve que certains étudiants ne se sont pas suffisamment adaptés. Sont donc capitales : la **gestion correcte du temps**, la **méthode de travail**, la mémorisation régulière, la **précision** (connaître à peu près est très risqué), la rédaction de résumés et synthèses etc.... Adopter la même méthode de travail qu'en secondaire n'est pas un gage de réussite pour un étudiant, surtout si durant ses humanités il lui « suffisait » de lire la matière trois ou quatre fois pour s'en sortir ! De plus, les professeurs ne présentent plus la matière comme en secondaire, tu seras toi-même mis beaucoup plus à contribution face à celle-ci ! On te demandera aussi **d'établir des liens entre des parties de matière et même entre des cours différents**, ce que tu n'as pas nécessairement été amené(e) à faire dans le secondaire, où les professeurs ont tendance à travailler à la place de l'élève pour lui faciliter la tâche. Tu ne pourras pas non plus échapper aux **lectures** personnelles ou obligatoires, **travaux** de recherche etc.



Extrait de « Ta bloque mode d'emploi »

#### 4° L'autonomie

Dans le supérieur, tu auras parfois/souvent l'occasion de te sentir **livré à toi-même**. Cela exigera de toi une certaine adaptation, certes, mais ce sera aussi pour toi l'occasion de **faire preuve de maturité**. Devenir adulte, que ce soit dans ses études ou dans sa vie, signifie être autonome. Pour être à la hauteur de cette toute nouvelle liberté tu devras apprendre à **définir tes priorités** et à **gérer efficacement ton temps**, autrement cette liberté risque de t'être fatale (« j'ai des mois devant moi... »). Le sentiment de « Je fais ce que je veux quand je le veux » est une fausse sécurité, cause d'ailleurs de bien des échecs de fin d'année.



Images Clipart

Une facette de cette autonomie, outre l'inexistence de « surveillance » parentale : l'**absence** (ou la diminution notable) de **contrôles**, devoirs, tests et autres travaux à remettre en cours d'année comme en secondaire, ce qui exigeait moins d'effort pour assimiler (par petits morceaux). S'ils n'ont pas totalement disparu dans certaines filières, ils sont en tout cas peu nombreux. Il n'est plus question de

mémoriser pour l'interrogation du lendemain ou surlendemain mais bien à très long terme : pour l'examen qui aura lieu des mois plus tard. L'abandon du journal de classe traditionnel peut être utilement compensée par la tenue d'un agenda en version papier ou électronique. Autre nouveauté : plus question de compter sur la moyenne de tes points de l'année pour t'en sortir. **Rester vigilant** et **rigoureux** malgré l'absence d'échéances n'est pas facile : la tentation de n'étudier qu'à l'approche des examens est réelle... et catastrophique pour ceux qui se sont laissé prendre. A la haute école ou à l'université, tu deviens (**seul(e)**) **responsable de ton apprentissage**. Se forcer à étudier « comme si » le prof allait donner un test le lendemain requiert une bonne dose de maîtrise de soi, indispensable cependant pour la réussite de tes études !

### **5° Les manières d'apprendre**

« La fin justifie les moyens », y compris face aux études. Savoir ce qu'un professeur attend de toi est indispensable pour **bien te préparer aux évaluations**. Si en secondaire, les enseignants te donnaient des consignes précises, n'escompte pas que tous ceux du supérieur feront de même. Certains comptent sur ta maturité pour que tu le découvres tout(e) seul(e). Dans le supérieur, tu dois **apprendre à apprendre**. Comme ces professeurs qui s'attendent à ce que tu fasses des recherches personnelles sur le sujet du cours et qui t'interrogent dessus lors de l'examen... alors qu'ils n'en ont jamais parlé avant ! Parce qu'à ce stade, on estime que tu dois aussi avoir un intérêt « naturel » pour la documentation et la littérature spécialisée disponibles en rapport avec ta branche.

### **6° Le métier d'étudiant**

Une année de supérieur coûte beaucoup plus cher qu'une année d'humanités et requiert pas mal de courage. Ta **profession officielle** est celle ... d'**étudiant**. Le perdre de vue serait une grave erreur. Si durant le secondaire tu as pu te permettre, par exemple, de participer à des activités sportives ou autres plusieurs fois par semaine, sache que tu devras sans doute te limiter, par manque de temps. Ne te laisse pas influencer par une certaine pression sociale : ta place est sur les bancs de l'école !

Cependant, de plus en plus de jeunes, de nos jours, souvent principalement pour des raisons financières, sont confrontés au **défi de combiner études et petit job**. Attention : il est **très difficile**, voire impossible, de tenir le rythme à long terme.

### **7° Les examens**

Il y a des **différences significatives** entre un examen du secondaire et un examen du supérieur. En haute école ou à l'université, même si la connaissance globale est importante, il faut davantage faire attention aux **détails** qu'en humanités. Mais aussi **étudier de manière efficace** : passer un temps énorme à étudier mal, t'épuiser à la tâche en pure perte n'est évidemment pas la bonne méthode. Plus de précisions te seront fournies dans les chapitres « La méthode de travail » et « Les examens ».

### **8° Des classes (beaucoup) plus peuplées**

Tu étais gâté(e) en humanités... Désormais, la **classe** dans laquelle tu vas te retrouver sera (beaucoup) **plus peuplée** ; si tu vas à l'université, tu risques même, pour certains cours magistraux, de te retrouver assis avec un nombre de condisciples qui te semblera impressionnant (deux / trois cents). Cela peut être déroutant. De plus, les

**contacts entre étudiants** de BAC1 ne sont **pas toujours idéaux**, chacun prêtant peu d'attention aux autres. Ce n'est pas une généralité, mais il vaut mieux savoir que ce n'est pas génial partout, surtout au début. De plus, en haute école comme à l'université, il te sera demandé de participer à des travaux de groupes, souvent avec des partenaires imposés. S'adapter à des gens (presque) inconnus et porter un projet avec eux, cela peut surprendre et déplaire quand on ne l'a jamais fait. Et pourtant, il te faudra passer par là ! Enfin, certains étudiants moins mûrs risqueront aussi de constituer un élément perturbateur non négligeable pendant les cours. Cela pourra te mettre mal à l'aise : les faire taire ne sera pas toujours possible...

### **9° Un TFE digne de ce nom**

Un travail de fin d'études est demandé dans toutes les filières. Il se base sur de nombreuses lectures, recherches, interviews etc... Choisir le bon titre, bien circonscrire le sujet, trouver les **bonnes informations** et critiquer les sources, structurer son travail, **éviter le plagiat**, ajouter des idées personnelles pertinentes, expliquer avec **rigueur**, argumenter, appliquer, critiquer et en soigner la présentation, introduire et conclure le sujet de manière claire et concise, **respecter les normes** d'écriture, de mentions de citations, de bibliographie ... tout cela ne va pas de soi. Ne pas hésiter à demander conseil pour éviter les pièges et à **multiplier les lecteurs** pour **vérifier** notamment l'orthographe, la syntaxe... et même le style !

De plus, ce TFE ou tout autre travail personnel d'une certaine importance devra aussi être **exposé ou « défendu » oralement** ; tant au point de vue du contenu que de la présentation, il y aura des règles à respecter pour intéresser le public, qu'il soit constitué d'étudiants, de professeurs et/ou de spécialistes...

### **10° Des congés... qui n'en sont pas**

Des **cours** jusque parfois 18 heures (ou plus **tard** encore), un congé d'automne raboté, le **blocus pendant les vacances** d'hiver et les réveillons...**des autres**, un congé de détente pour le secondaire pendant lequel les cours du supérieur continuent à se donner... il faudra t'y faire, et ce n'est pas facile. Travailler régulièrement et prendre de l'avance te permettra de te détendre quand même ... un peu !



Extrait des « Adorables » Réponds quand on te parle – Anne-Catherine, Ed. Luc Pire/LF 2003 p 64

### **11° La vie en « kot »**

Un **logement sur place** s'avère souvent nécessaire : faire la navette entre le domicile et la ville estudiantine est certes moins cher, mais ne présente pas que des avantages. Fatigue, perte de temps, levers plus matinaux... peuvent à terme décourager les plus motivés. La recherche de la chambre, du studio... qui convient peut nécessiter plusieurs semaines ; il ne s'agit donc pas de s'y prendre à la dernière minute.

L'adaptation à ce nouveau mode de vie, loin de la famille, ne va pas de soi. Les premiers moments d'euphorie passés (plus de papa ou maman pour me dire ce que je dois faire !), l'étudiant se retrouve souvent perdu. **Gérer sa vie en « kot », en plus de ses études, ne s'improvise pas.** A ne pas négliger, ce que font souvent les étudiants au début : **bien manger et bien dormir.** Cuisiner prend du temps, même si l'on privilégie les menus simples ou que l'on s'arrange pour s'y coller à tour de rôle, mais ne pas s'alimenter correctement peut diminuer les performances de l'étudiant et altérer sa concentration. Ne pas céder, donc, aux sirènes de la « malbouffe ». Pas plus qu'à celles des nuits blanches ou écourtées, responsables de trous de mémoire et autres problèmes. De plus, un logement sur place implique souvent aussi une **vie sociale avec les autres étudiants locataires... qu'on n'a pas choisis.** S'ils sont sympathiques, tant mieux, s'ils le sont moins, il faudra s'adapter ! Et si ce sont des « sorteurs insoucians », tu devras apprendre à dire non !

## 12° La solitude



*Le Sondron (dans le journal L'Avenir du 24 septembre 2015)*

Une nouvelle école, une nouvelle classe : cela signifie **se faire de nouveaux amis**. Pour certains, ce processus est parfois long et difficile. **Se sentir seul** ou avoir la fausse impression d'être mis à l'écart peut être perturbant **au début**. Inutile de paniquer, ce n'est que temporaire.

Certains font état des « **baptêmes** » d'étudiants comme processus obligatoire d'intégration. Cela est loin d'être le cas partout et, quoi qu'on en dise, le libre choix d'accepter ou de refuser d'y participer existe bel et bien. De plus, le phénomène de bizutage n'est pas toujours le gage de cette intégration recherchée. Dans ce domaine comme dans d'autres, il est conseillé de s'informer au préalable, afin de décider en toute connaissance de cause. Ce qui n'empêche pas le **folklore étudiantin** d'avoir sa raison d'être en créant certains **liens** entre les étudiants, et notamment entre « **nouveaux** » et « **anciens** ».

Tout ce qui précède pourrait te faire peur. Ce n'est pas le but, au contraire : nous voulons simplement te prévenir, te donner quelques conseils et te mettre en garde contre certains dangers. Pour le reste, **ne t'inquiète pas : des milliers de jeunes** sortant du secondaire se sont posé les mêmes questions avant toi et **ont réussi** leurs études supérieures. Alors **pourquoi pas toi ?** 😊

## LE BON CHOIX... CE N'EST PAS SI SIMPLE !



Image Clipart

**Bien choisir** ses études supérieures, ce n'est **pas** toujours **facile**. Cela peut prendre du temps. Il ne faut surtout pas privilégier une orientation sur un coup de tête, pour suivre un(e) ami(e), pour faire plaisir aux parents, parce que les cours te semblent intéressants mais sans que tu aies une véritable connaissance du métier et de ses exigences ou pis : sans véritable intérêt pour la/les profession(s) qui découle(nt) des études entreprises ou sans savoir si les débouchés sont suffisants.

Pour effectuer un bon choix, il faut répondre – honnêtement – à quelques questions telles que : Qui suis-je ? Qu'ai-je vraiment envie de faire et dans quel cadre ? Que suis-je capable de faire ? Se connaître soi-même est essentiel : un profil n'est pas l'autre et **toutes les études ne conviennent pas à tous**. Il faut bien cerner sa personnalité, ses **motivations**, ses centres d'intérêt, ses **acquis** ... Et sa façon de travailler et de s'organiser : es-tu endurant ou au contraire, te sens-tu incapable de tenir bon face à une matière conséquente ? As-tu les capacités requises pour le type d'études envisagé ? Tes proches, tes professeurs, les centres d'orientation, les salons sur les études ou le PMS de l'école peuvent te guider dans tes réponses, mais le choix final, c'est toi qui devras le faire, en toute connaissance de cause. Alors **prends le temps** de réfléchir, cela en vaut la peine et t'évitera pas mal de déceptions ou de mauvaises surprises. Et informe-toi au maximum : multiplie et confronte les avis sur les études et sur la/les profession(s) qui en découle(nt), ainsi que sur les possibilités d'emploi qui caractérisent celle(s)-ci.



Le Sondron (dans le journal L'Avenir du 17 août 2015)

Dans le choix des études supérieures, certaines démarches et/ou réflexions peuvent s'avérer utiles, voire déterminantes, tout en ne perdant pas de vue que **choisir**

**des études, c'est aussi choisir un ou des type(s) de métier.** Voici quelques réflexions/idées :

- Tenir compte du fait que certains parcours du secondaire sont plus adaptés que d'autres à des types précis d'études supérieures : un diplôme d'humanités n'est pas l'autre. Renseigne-toi (par exemple auprès de tes professeurs) et, **le cas échéant**, prévois une **remise à niveau** dans une ou plusieurs branches. De nombreuses hautes écoles ou universités proposent des cours pendant les vacances, certains mercredis après-midi, samedis matin... pour les futurs étudiants. Il n'est d'ailleurs pas toujours nécessaire d'y envisager des études pour suivre ces cours.
- **S'informer** au sujet des études **auprès des établissements** eux-mêmes. Ne te contente pas des éventuels prospectus que t'enverront certains établissements supérieurs. Durant les vacances de Carnaval, par exemple, beaucoup d'universités et de Hautes Ecoles accueillent les élèves du secondaire et leur permettent de participer librement aux cours. C'est l'occasion de **se rendre compte** activement **sur le terrain** du type d'études proposé, du contenu des cours, des grilles horaire... Les journées portes ouvertes ne sont pas non plus à dédaigner. Mais il est toujours possible de prendre contact avec ces écoles à d'autres moments de l'année. Certaines écoles ou facultés universitaires proposent aussi des journées thématiques, des cours préparatoires ou introductifs pour informer les futurs étudiants et les préparer avant la rentrée aux contenus et exigences des nouvelles matières dans un environnement tout aussi nouveau. Une chance à saisir !
- **Comparer** les écoles et plus particulièrement les programmes dans le domaine qui t'intéresse est très utile. Si tu le peux, contacte des jeunes qui étudient ou ont étudié dans l(es) **établissement(s)** qui t'intéresse(nt) : leur avis sur l'école, sur l'**ambiance** qui y règne, sa **réputation**... peut également t'aider à choisir. Ces démarches sont très importantes : en étant bien informé(e), tu pourras procéder par élimination pour t'arrêter à l'établissement ou à l'option le/la plus adéquat(e). L'enseignement **universitaire** a la réputation d'être **plus théorique** que la **Haute Ecole, plus concrète** dans ses méthodes et ses contenus, plus axée sur la pratique (avec de nombreux stages par exemple), **mais** l'opposition entre les deux filières est moins tranchée qu'il y a quelques années et des **passerelles** existent. On peut passer de l'une à l'autre sous certaines conditions, et avoir ainsi au final deux diplômes plutôt qu'un, principe qui peut également guider ton choix.
- Pour certains : commencer à **travailler** tout en suivant des **cours de promotion sociale** afin de continuer une **formation** et décrocher un **diplôme** tout en gagnant déjà sa vie. Cette option ne convient pas à tout le monde car elle exige une certaine discipline de vie, elle n'existe pas non plus pour toutes les orientations. Elle offre néanmoins des perspectives d'avenir à ceux pour qui passer quelques années de plus sur les bancs de l'école après leurs études secondaires serait incompatible avec leurs projets personnels.
- Si tu hésites encore entre plusieurs orientations : faire une liste des « pour » et « contre » de chacune. Choisir « avec le cœur » est important mais le faire « avec l'intelligence » l'est tout autant : tiens compte des réalités, et notamment aussi de celles du marché du travail !

- Ne pas perdre de vue certains aspects pratiques : (date limite d')inscription, conditions d'admission telles que numerus clausus et examen d'entrée obligatoire, déplacements, logement, aspect financier...
- Pour les **indécis** (et même pour les autres) : profiter d'un **accompagnement à l'orientation** via le Siep (Service d'information sur les études et les professions), les centres psycho-médico-sociaux (PMS) ou d'autres organismes comparables. Certaines hautes écoles et universités, sachant que l'orientation choisie est un des facteurs de réussite, mettent également en place des rencontres avec un conseiller pour guider les éventuels futurs étudiants.
- **Accompagner quelqu'un du métier** que l'on envisage de faire : cela peut être éclairant sur les réalités de celui-ci et influencer le choix des études. Il ne faut cependant pas perdre de vue que pas mal de diplômés finiront par travailler dans un tout autre secteur que celui auquel ils avaient pensé en commençant leurs études. Le fait de le savoir peut aussi influencer ton choix. Car le « mythe de la voie unique » ou celui de « la voie définitive », n'ont pas droit de cité dans notre société polyvalente.
- Effectuer un job étudiant ou du bénévolat dans une branche apparentée à tes centres d'intérêt peuvent te donner des idées, te conforter dans ton choix...ou l'inverse !
- Pour certains : envisager **peut-être** une **année sabbatique**, histoire d'avoir plus de temps pour réfléchir et/ou de partir à l'étranger afin de se perfectionner dans une langue étrangère, découvrir une autre culture, participer à un projet solidaire... Solution peut-être peu compatible avec un esprit casanier ou des moyens financiers restreints, mais qui permet au jeune d'avoir plus de maturité et de confiance en soi au moment du choix définitif. Cependant, attention !! Différer sa décision peut générer un nouveau problème : « on peut avoir pris goût à une vie relativement autonome peu compatible avec la reprise d'un cycle d'études ». (*extrait de « Choisir après la rhéto », ULB*)

Une dernière remarque : tu ne seras peut-être pas certain(e) d'avoir fait le bon choix avant d'être « dans l'arène ». Et si tu découvres alors que tu t'es trompé(e), rappelle-toi qu'une réorientation n'est pas un déshonneur : si elle se fait après quelques mois seulement, il est même encore possible de réussir la même année dans cette nouvelle option. Qu'on se le dise !



*Le Sondron (dans le journal L'Avenir du 23 août 2014)*

## LA PRISE DE NOTES ... NOUVEAU ?

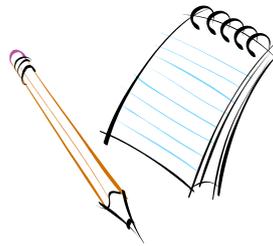


Image Clipart

Première étape : **aller aux cours**. Mais **pourquoi**? Il peut arriver que le professeur ne fasse qu'y lire son syllabus, qu'il soit trop brouillon, que tu n'aies pas envie de t'y présenter parce que tu es trop fatigué(e), que tu connaisses un (soi-disant) « roi du broissage » qui a brillamment réussi etc. Autant de « bonnes » raisons qui n'en sont pas : **l'assimilation de la matière commence au cours** ! Tu dois y aller pour te faire connaître du professeur, pour **participer activement à ton apprentissage** et en écoutant l'enseignant, tu décèleras ses préférences, ses exigences et déjà ses modalités d'examen. Et surtout tu retiendras déjà des choses, ce qui constitue un gain de temps au moment de la mémorisation proprement dite. Evite cependant de t'asseoir près d'un(e) bavard(e), qui pourrait te distraire...



Images Clipart

De plus, les **commentaires du professeur en classe** sont **très précieux**. S'il insiste sur l'une ou l'autre partie, il est important de le savoir, et pour cela, rien de tel que d'être là ! Si tu as quand même été absent(e), remets-toi le plus vite possible en ordre : demande les notes de condisciples présents, écoute attentivement le résumé que fera probablement le professeur au début du cours suivant ... et pose des questions si tu n'as pas compris ! Dans le cas où aucun syllabus n'est mis à disposition des étudiants, les notes sont fondamentales. Encore faut-il faire le tri ! (voir plus loin). Et s'il y en a un, être présent au cours permet de mieux le comprendre ou de le compléter s'il s'avère trop concis. L'exposé oral n'est pas nécessairement identique au syllabus : des exemples, anecdotes peuvent être ajoutés. Le fait de les noter peut aussi faciliter la mémorisation.

**Ne sèche pas le dernier cours**, c'est souvent durant celui-là que le professeur indique ce qu'il juge important.

L'accroissement de la quantité de matière à assimiler est l'aspect le plus visible de la différence entre le secondaire et le supérieur, mais il n'est pas le seul. D'autres changements doivent aussi être pris en compte comme :

### 1° Le professeur ne donne plus cours de la même façon

Durant tes humanités, les professeurs avaient pour mission de t'apprendre la matière et utilisaient pour cela des techniques te permettant de t'y exercer en classe. En secondaire, tes cours servaient donc aussi de terrain d'apprentissage. Dans le **supérieur**, l'**objectif** n'est plus tellement de t'apprendre mais plutôt de cerner une **matière que tu devras apprendre par toi-même**. Bien sûr, les professeurs te donneront des explications pour t'aider (certains plus que d'autres), mais ce sera un discours « brut » qu'il te faudra travailler. Par ailleurs, si tu as des **cours magistraux**, tu devras aussi t'habituer au fait que durant ceux-ci, tu ne pourras pas intervenir ; simplement **écouter** l'enseignant et « gratter ». On s'y fait mais les premiers jours, cela surprend.

### 2° Ton écoute doit être plus active

On entend mais on oublie vite si on assiste passivement au cours et /ou sans rien noter. Les notes servent d'aide-mémoire à court et à long terme. Il est impossible de noter tout ce qu'un professeur dit et ce n'est pas le but non plus, ce qui compte c'est d'être attentif afin de garder l'essentiel en laissant tomber le superflu. Pour être réellement **attentif**, il faut se poser des questions, **s'interroger**. Quand tu es au cours, demande-toi quel sujet est abordé, quelle est la **logique** du professeur, quel(s) **lien(s)** il y a entre la leçon du jour et ce qui précède, voire les autres cours, où il veut en venir... Cette **écoute ciblée** implique que tu te prépares aussi à répondre à ces questions, à donner des exemples etc... Suivre ainsi attentivement le cours te permettra aussi d'être **moins distrait(e)** ou rêveur/se pendant celui-ci et tu constateras que le temps passe plus vite.

Un **bon système**, si le syllabus est disponible dès le début de l'année, est d'en faire une « **pré-lecture** » avant chaque cours et de repérer ainsi les parties peu claires auxquelles tu feras plus attention lors de l'exposé du professeur.



*Extrait des « Adorables » L'important c'est le dialogue – Anne-Catherine, Ed. Luc Pire/LF 2001 p 58*

### 3° Les supports d'étude

Puisque tu devras apprendre par toi-même, notamment en te posant les questions pertinentes, il te faudra aussi trouver les réponses adéquates. Evite le piège qui consiste à ne les chercher que dans un seul document, quel qu'il soit. Si **diversifier** à l'excès peut faire perdre un temps précieux, il est par contre souvent très utile et souhaitable de **varier ses sources d'information** afin de trouver la réponse la plus complète possible. Pense à tes notes de cours, celles d'autres étudiants (ont-ils compris la même chose que moi ?) -en évitant les syllabus d'années antérieures qui ne sont pas à jour-, songe aussi aux diapositives projetées durant le cours et qui sont souvent disponibles sur l'intranet de l'école, au syllabus (parfois pirate) s'il existe, à internet (à condition que le site soit fiable !) et, non non ce n'est pas ringard : les livres de référence en bibliothèque. Quand on est contraint de chercher par soi-même

l'information ou un complément d'information sur le sujet du cours que l'on doit ensuite traiter et synthétiser, on apprend mieux et surtout plus durablement.

### **Comment prendre note efficacement ?**

Prendre note efficacement dans l'enseignement supérieur constitue souvent un **problème au début** pour les étudiants. Comme dit plus haut, ce n'est **pas** essayer de **noter sans discernement tout** ce que dit le professeur (ce qui est d'ailleurs impossible), parfois avec toutes les redondances, ou écouter en ne transcrivant rien ou presque... Ces méthodes sont passives : on écoute mais on ne retiendra pas grand-chose ou on agira comme un enregistreur qui ne réfléchit pas. Certains étudiants hésitent à prendre des notes pendant les exposés de peur de ne pas suivre avec suffisamment d'attention les paroles de l'enseignant, mais c'est un faux problème. Le plus important ce ne sont pas tellement les notes en elles-mêmes mais plutôt le travail intellectuel d'assimilation pour les prendre. **C'est donc retranscrire le plus d'informations possible en donnant priorité aux informations principales, essentielles.** C'est l'**attitude active** dont nous avons déjà parlé : celle qui consiste à se poser des questions et à trouver les réponses dans le discours du professeur. On accède ainsi plus facilement à son type de raisonnement. Pour savoir ce qui doit être noté, il faudra se poser chaque fois la **question de la pertinence de l'information entendue** : s'agit-il d'un élément principal ou secondaire ?

**Les informations essentielles sont celles qui, reliées entre elles, permettent de construire une synthèse reprenant l'entièreté du message du professeur. Le but de la prise de notes est donc de dégager et de relier entre elles ces informations qui structurent la matière du cours, qui suivent un certain raisonnement.** A la fin du cours, tu devras retrouver dans tes notes la structure du cours ainsi que les mots-clés, les nouvelles notions, les causes et les effets, et bien sûr les liens !

Que la **prise de notes** soit **manuscrite** (qui permet de s'approprier mieux la matière selon certains) ou que l'on se serve d'un **ordinateur**, il est très utile de pouvoir **abrégé les mots** au maximum afin de **consigner le plus possible de choses**. Si le professeur met à la disposition des étudiants un résumé de son cours sous forme de présentation « power point » par exemple, il peut être intéressant d'intégrer ceux-ci dans ses propres notes ; se contenter de ces résumés power point est risqué : ils se limitent souvent à « l'essentiel de l'essentiel » ...

*Comment repérer le message essentiel lors d'un cours ?* Voici plusieurs idées : le professeur indique que l'information est importante, il répète ou reformule celle-ci, il parle plus lentement ou l'intensité de sa voix change, il s'arrête avant de donner l'information ou la renforce par des gestes ou une inscription au tableau...

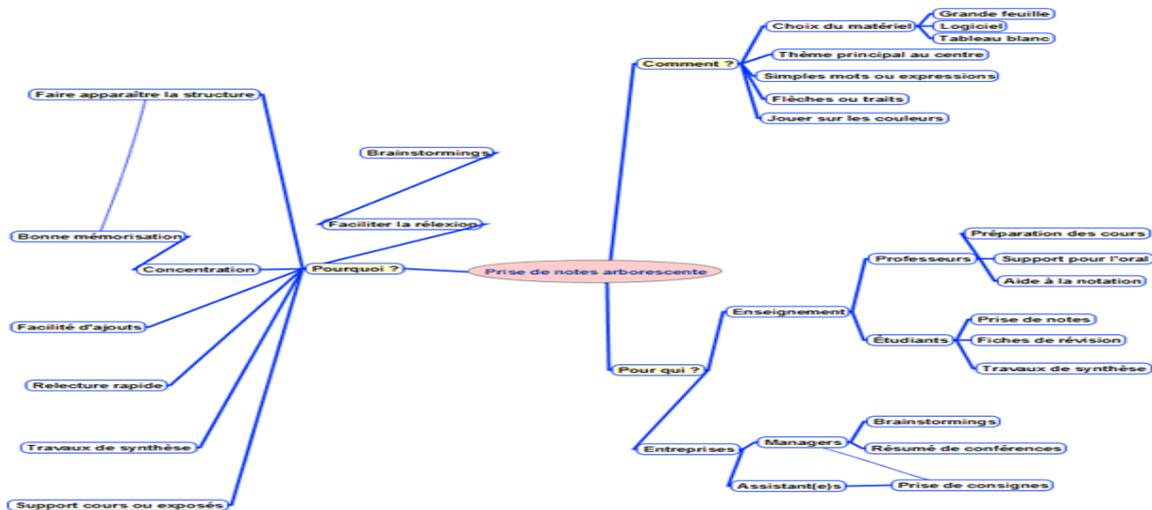
### **Techniques d'une bonne prise de notes**

#### **a) La rapidité**

Tu devras retranscrire une partie d'un discours oral et les professeurs, parfois au débit rapide, ne s'arrêteront pas nécessairement de parler pour te laisser le temps de noter (pas comme en secondaire, n'est-ce pas ?). Les notes doivent être **brèves**. Elles

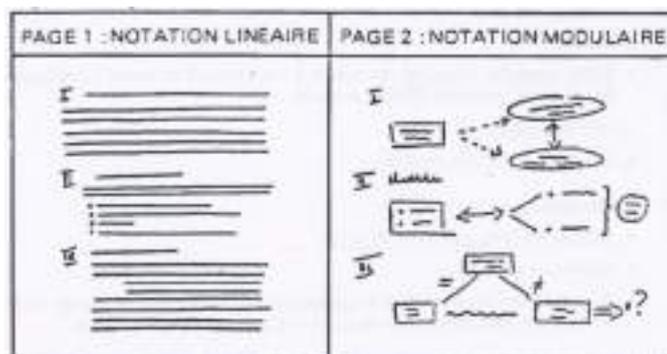
doivent servir à **faire ressortir l'essentiel**. Seuls certains schémas donnés et les définitions devront être notés intégralement. Pour être plus rapide : relis les notes du cours précédent pour te **préparer** à ce qui va suivre. Pendant le cours, utilise un **style schématique**, sers-toi d'**abréviations** (voir liste en annexe) et de **symboles** au maximum (toujours les mêmes, en inventer le cas échéant) et homogénéise la présentation de tes notes en utilisant toujours les mêmes **codes** (couleurs, flèches, soulignage, fluo, encadrés...) qui te seront **personnels**, ce qui explique pourquoi il est si difficile d'étudier dans les notes d'un autre ! Certains dessins ou schémas heuristiques (mind maps), arbres schématisés (= prise de notes dite « arborescente »\*, avec thème au centre et branches principales articulées autour, portant elles-mêmes des ramifications) peuvent aussi être de bons outils de prise de notes en lieu et place de notations linéaires ou modulaires\*\*. Ces **schémas** doivent répondre généralement à des questions basiques telles que : qui ? quoi ? où ? quand ? pour quoi ? comment ? pourquoi ? avec quelles conséquences ? etc. Si les réaliser sur le moment même est trop difficile, rien ne t'empêche de prendre des notes « traditionnelles » et de t'y atteler dès que le cours est terminé. Elimine tout ce que tu pourrais retrouver toi-même par après (exemple : les articles). Consigne un ou deux exemples parlants, mais ne les accumule pas. Fais **attention** aux **mots-clés** (donc, en conclusion, premièrement, etc). Laisse de la place pour ajouter éventuellement des choses par après. Tu peux varier les techniques ou les combiner en fonction de la matière, mais aussi pour mieux structurer celle-ci.

\*



<http://www.jybaudot.fr/Management/heuristique.html>

\*\*



Tiré de « Méthodologie de travail et d'apprentissage » M.-Cl. Audétat et Ch. Voirol – Psynergie, Neuchâtel 1998

## b) La fidélité

L'**exactitude du contenu** est évidemment fondamentale. En cas de doute ou d'incompréhension : poser des questions au professeur, vérifier avec des condisciples ou dans des livres de référence... Bien faire la **distinction** entre **notes de cours et commentaires personnels** (adopter des « codes » différents).

## c) La clarté

**Après le cours, relis** tes notes pour t'assurer qu'elles sont compréhensibles et **complètes** ; dans le cas contraire, ajoute tout de suite les mots inachevés, les phrases ou idées manquantes. Et corrige les fautes d'orthographe, le cas échéant ! Clarifie les éléments obscurs, mets des exemples parlants, inscris tes remarques etc... Des notes claires sont des **notes compréhensibles qui facilitent l'étude**, car le but de la prise de notes est bien la mémorisation. La mémoire étant sélective, si on l'aide à repérer l'essentiel, elle le retiendra (utilise par exemple un surligneur fluo pour les mots-clés). Les notes doivent toujours contenir une **structure hiérarchisée**, c'est-à-dire un plan / fil conducteur facile à retrouver, il faut les présenter dans une forme qui permet de mieux les retenir.

Tes notes doivent comprendre à la fois la **matière proprement dite** et des **commentaires ou remarques** relatifs à cette matière (par exemple : les insistances du prof sur un point bien précis), des indicateurs en quelque sorte. Elles seront bien sûr adaptées au type de cours et au professeur. La clarté passe aussi par le soulignement, les couleurs, les numéros etc. N'hésite pas à réécrire sans délai ce qui n'est pas lisible : sinon, deux ou trois mois plus tard, tu risques de ne plus savoir ce que ta feuille contenait !

## Derniers conseils en vrac

- Dépiste les **causes** éventuelles de **distraktion** durant les cours et essaie de les **éviter**.
- Dans la **salle de cours**, place-toi si possible de manière à être dans de **bonnes conditions d'écoute et de vision**. Il n'y a aucune honte à vouloir par exemple prendre place devant, pour ne pas sympathiser avec les étudiants en décrochage ou qui manifestent une attitude négative face au cours.
- Ecris sur des **supports mobiles** (feuilles, fiches...), cela te permettra d'ajouter, d'enlever, de remplacer ou d'intercaler d'autres documents par la suite.
- Date tes notes, de manière à en retrouver plus facilement la **chronologie** ; notes-en le sujet et si nécessaire l'origine de l'information (conférencier ou document, par exemple).
- L'existence d'un **syllabus**, même le plus complet et clair, ne **dispense pas** de la **prise de notes**. Ces dernières servent dans ce cas à préciser ou

compléter le syllabus, à annoter les parties du cours sur lesquelles le professeur insiste etc.

- N'oublie pas que tes **notes**, si elles doivent être lisibles, ne sont **pas des œuvres d'art**. C'est un outil et rien d'autre : ne passe **pas** ton temps à les « **recopier au propre** ». Essaie de leur donner d'emblée une présentation qui n'exige plus de retouches par la suite, et utilise si besoin est les effaceurs ou autres « Tipp-Ex » qui font merveille pour gommer les ratures !
- Si tu n'es **pas sûr(e)** que ta prise de notes est correcte, n'hésite pas à montrer à un étudiant plus avancé ou toute autre personne-ressource ce que tu as écrit lors d'un cours. Tous les (bons) **conseils** sont toujours bienvenus car c'est un outil que tu dois maîtriser le plus vite possible.
- Lire le syllabus à l'avance n'a pas beaucoup de sens, sauf si le cours est prévu comme un « échange » et non comme une leçon proprement dite.
- **Certains établissements**, universitaires ou non, proposent des **séances d'apprentissage de prise de notes**, avec exercices appropriés. Ils visent l'installation des habiletés nécessaires à la réussite et la « remédiation » des éventuelles lacunes. Renseigne-toi : si c'est le cas dans l'école que tu as choisie, n'hésite pas à t'y présenter !
- Si tu ne jures que par l'**ordinateur**, garde un double de tes **documents** numériques quelque part ou, mieux, **imprime-les** ! Rares sont ceux qui sont capables d'étudier uniquement sur un support numérique et de telles notes ne permettent pas l'ajout de schémas, illustrations, symboles... nécessaires à la compréhension de la matière. Il est possible de trouver sur internet des modèles de cartes mentales à compléter, mais rien de tel que de les établir soi-même... sur papier !



<http://www.letudiant.fr/etudes/methodes-de-travail-tu-bic-ou-tu-cliques/pour-prendre-des-notes-plutot-stylo-ou-clavier.html>

## AVOIR UNE BONNE MÉTHODE DE TRAVAIL ... **EST-CE SI DIFFICILE ?**

Aller au cours est essentiel, mais cela ne suffit pas, hélas. Pour réussir des études quelles qu'elles soient, il faut avoir une bonne méthode de travail. **Bien se connaître** est un pré-requis : à cause d'une vision imparfaite de leurs possibilités (sur- ou sous-estimation), des étudiants se retrouvent en échec alors qu'ils auraient pu parfaitement réussir, moyennant une **certaine « autocritique »**. Par exemple, se savoir faible dans une branche (pense à tes résultats en secondaire) c'est être conscient qu'on devra déployer un effort tout particulier pour s'en sortir. A l'université ou en haute école, avoir une **bonne méthode de travail** est fondamental : la **matière** étant **considérable** et le **temps non extensible**, il faut bien gérer celui-ci et planifier le travail. Il n'est pas rare qu'un étudiant moyennement doué mais qui sait organiser son travail avec bon sens obtienne de meilleurs résultats qu'un autre plus « capable » abordant l'étude sans véritable méthode. Une mauvaise gestion du temps a pour conséquence des travaux mal faits obtenant des notes qui ne reflètent pas nécessairement les capacités de leur auteur. Certes, il existe presque autant de méthodes que d'étudiants mais il y a cependant quelques règles de base qui s'appliquent à tous. Si dans le secondaire tu as pu, parfois, t'en sortir sans « programme d'étude », dis-toi bien que ce ne sera plus possible désormais : dans l'enseignement supérieur tu te dois d'être **rigoureux et régulier** dans ta façon de travailler. **Dès le début de l'année** (en ajournant son effort, on risque de ne pas maîtriser la matière parfaitement et en profondeur) et en respectant un programme que tu te seras imposé. Car à ce stade, un **planning** –le mot est lâché ! – est absolument **indispensable**, surtout pour des projets à moyen ou à long terme... comme les examens ! Mais avant de se pencher sur ce fameux planning, il convient de rappeler des évidences ... qui n'en sont peut-être pas.

### Quelques questions à se poser

Pour trouver une méthode de travail adaptée à tes besoins et ta personnalité, rien de tel que de te poser d'emblée certaines **questions**. Pourquoi me mettre au travail ? Avec quel projet ? Quelles sont mes priorités ? Est-ce que je sais dire non quand il le faut ? Comment puis-je me motiver ? Dans quelles conditions mon travail est-il le plus efficace ? La liste n'est pas exhaustive. Mais **répondre honnêtement** à ces questions te permettra déjà d'amorcer un pas dans la direction d'une bonne méthodologie. Et n'hésite pas à suivre quelques séances de gestion du temps si ton école en propose aux étudiants de BAC1.

### Il était une fois... la concentration

Pour que la matière à assimiler « rentre », il faut mettre un maximum de chances de son côté. L'une d'entre elle est la capacité de concentration. Que ce soit au cours ou devant ses feuilles, il faut **pouvoir fixer son attention sur le travail** à accomplir. La concentration n'est pas un état passif. Elle peut être influencée, en bien comme en mal, par des facteurs externes (environnement) et internes (dispositions personnelles). Quelques idées pour la favoriser :

- S'il faut choisir sa **place dans la salle de cours** pour ne **pas** être dérangé ou **distrait** quand on écoute l'enseignant (voir chapitre « La prise de notes »), on doit aussi trouver le **meilleur endroit pour étudier** afin de favoriser cette concentration (voir plus loin). Mais celle-ci n'étant pas – soyons honnête – une disposition normale de l'esprit, il faut « se préparer » au travail intellectuel, en clair faire en sorte que l'esprit abandonne un agréable état de repos pour une tâche plus exigeante. Pour améliorer ce passage de l'un à l'autre,
- Veille à avoir un **style de vie équilibré** : le manque de sommeil ou d'exercice physique, le stress rendent la concentration plus difficile.
- Ton aptitude à l'étude dépend aussi du **rythme que tu peux soutenir** pour assimiler la matière : plus tu es lent, plus il te faudra de temps pour arriver au bout. Pas de panique, néanmoins : ne force pas les choses, suis ta cadence naturelle et ne te mesure pas à d'autres camarades plus « rapides » en te laissant impressionner.
- Quand tu étudies, pense aussi, autant que faire se peut, à **chasser des idées** qui peuvent **parasiter** ta concentration, que ce soient d'agréables rêveries (exemple : un chouette week-end qui s'annonce) ou de préoccupations (un mail à écrire, une discussion à programmer avec quelqu'un). Et n'oublie pas les **pauses régulières** pour éviter la surcharge cérébrale.
- **Alterne les leçons** à mémoriser et les **tâches** à effectuer, ne travaille **pas trop longtemps une même branche** pour éviter la saturation. Ne morcèle cependant pas trop non plus : il est recommandé de rester **minimum 3 heures sur la même matière**, mais c'est à toi de déterminer la durée qui te conviendra le mieux.
- N'étudie **pas deux cours trop semblables** l'un après l'autre (par exemple deux cours de langues ou deux cours de physique).
- Veille aussi, même si cela paraît anodin à première vue, à faire **place nette** sur ton **bureau** et à avoir à **portée de main** tous les **outils nécessaires** au moment de t'atteler à la tâche, afin d'éviter des pertes de temps inutiles et des distractions malvenues.



Extrait des « Adorables » *L'important c'est le dialogue* – Anne-Catherine, Ed. Luc Pire/LF 2001 p 28

### Le planning

**Se mettre au travail** est peut-être le premier problème à résoudre. Ce n'est **pas** aussi **facile** que l'on pourrait le croire. D'abord, chacun de nous a des **moments**

**privilegiés** pour étudier, différents d'une personne à l'autre. En tenir compte ne peut être que motivant. Es-tu plutôt « du soir » ou « du matin » ? Au moment d'établir ton plan d'étude, adopte la/les plage(s) horaire(s) qui te convien(nen)t le mieux en fonction de ta personnalité.

Faire un **planning précis** mentionnant dates, heures et matières **diminue** les **risques** de se laisser tenter par différentes « **excuses** ». Pour cela, tu peux te servir d'un **agenda, calendrier ou tableau** que tu construis toi-même. Peu importe la forme, du moment que tu vois clairement ce que tu dois faire et quand. (Voir aussi le chapitre « Le blocus »). Cela t'évitera aussi de consacrer trop de temps à une (partie de) matière, au détriment des autres.

Grâce à ce planning, tu garderas une **vue d'ensemble sur la matière assimilée ou à assimiler**, tu pourras te **rendre compte** le cas échéant **si le temps** commence à **manquer** et si tu te sens motivé. C'est un bon moyen de **contrôler le stress** et la pression.

En faisant ce planning, il est nécessaire pour toi de savoir combien de temps tu dois consacrer aux **matières**, mais aussi aux **loisirs, sommeil et repas**, aux **relations sociales** avec ta famille, tes amis... Trop c'est trop : à toi de trouver le juste milieu.

Certains préféreront **travailler plus en semaine** que durant le **week-end**, d'autres privilégieront ces derniers pour s'attaquer à des tranches de cours plus importantes.

Dans ce plan de travail, il ne faut pas oublier de **prévoir ... l'imprévu**, donc rester quelque peu flexible !

Il est aussi nécessaire, après coup, de procéder à **l'évaluation de tes plannings**. Sont-ils **réalistes** ? Consacres-tu assez/trop peu/trop de temps à une matière par rapport à d'autres ? Si c'est le cas, corrige-toi. Les étudiants abandonnent souvent la pratique d'une telle prévision de l'emploi du temps simplement parce qu'ils ne savent pas se limiter et faire des plans réalistes. Or une **bonne gestion du temps** permet de **faire plus de travail et/ou de le faire mieux**. Pour une synthèse ou dissertation, par exemple, il est déconseillé de s'y prendre à la dernière minute : cela nécessite du temps, pour éviter de rendre un texte incomplet et bâclé. De plus, un bon planning renforce la **confiance en soi** car il **diminue le stress** lié à la somme de matière à gérer en un temps donné. Alors : un homme/une femme averti(e) en vaut deux !



Extrait des « Adorables » Entre deux portes – Anne-Catherine, Ed. Luc Pire/LF 2007 p 80

### Un petit rappel utile :

Pour maîtriser correctement une matière et réussir l'examen qui la concerne, il faut toujours :

- D'abord **suivre le cours** avec attention
- **Assimiler la matière** en
  - la **délimitant** : pour en avoir une vue globale, déterminer sa place dans le cours, se faire une idée de la quantité et de la difficulté de celle-ci
  - la **structurant** : nécessaire pour la reconstituer lors des révisions et la mémoriser plus facilement (voir chapitre « La mémorisation »). Cette structuration peut se faire sous la forme de plans, schémas, tableaux synoptiques etc.



Extrait de « Ta bloque mode d'emploi »

- la **comprenant** : étudier sans comprendre (mots, définitions, exercices...) est une des voies royales vers l'échec.
  - faisant les **exercices ou les applications** : ceux-ci sont au moins aussi importants que les concepts. Refaire les exercices sans regarder la réponse, bien lire l'énoncé si c'est un nouveau, combiner différentes stratégies apprises au cours...
- **Etudier et réviser** (d'où l'intérêt d'un bon planning)
  - **S'interroger** soi-même sur la matière (voir chapitre « La mémorisation ») : préparer un éventail de questions auxquelles on tente de répondre et puis adapter l'étude à ces types de questions.

### Et quelques derniers conseils :

- **Rentabilise les temps morts**, par exemple les navettes en train, le temps libre entre les cours en lisant un livre, parcourant tes notes pour t'assurer de bien les comprendre etc... Tu seras étonné(e) du temps gagné !
- Ne reporte **pas au dernier moment la matière la plus longue ou la plus difficile**.
- Mets-toi **tout de suite au travail** dès que tu as reçu une tâche à faire. La **procrastination**, autrement dit la tendance à remettre à plus tard, ne date pas d'aujourd'hui (pense à la célèbre fable de *La cigale et la fourmi*), mais le **danger** qu'elle représente n'a pas changé depuis La Fontaine. En reportant indéfiniment une tâche, on risque de la perdre de vue ou d'être pris de court parce qu'on a sous-estimé le temps nécessaire à l'accomplir et donc de la bâcler dans le meilleur des cas, ou pis : de ne pas pouvoir la finir. Ce qui cause un stress inutile... sans compter le risque d'une note

insuffisante pour le travail non remis ou mal ficelé ! Ne cède donc pas à cette tentation : « le sentiment immédiat de soulagement n'est que temporaire. Car ce que l'on veut éviter (aspect ennuyant d'un travail, peur d'échouer etc.) revient plus intensément avec le temps. » (*Extrait du syllabus de l'aide à la réussite du Siep*) Fais-toi aider si tu constates que tu procrastines (trop) souvent.



« Peut-être aurais-je dû commencer plus tôt ? – Plus tu attends, pis cela devient »  
<http://www.je-gere-mes-emotions.com/la-procrastination/>

- Etudie / **révise les leçons du jour ; résume seulement en fin de chapitre.**
- Selon tes préférences : **commence** par quelque chose de **court** ou de **facile** (on entre dans le bain en douceur) **ou, au contraire**, aborde les tâches **moins agréables** ou une matière plus difficile en premier pour la faire suivre par une autre plus facile ou plus accessible (après le pire, le meilleur).
- Le temps d'étude varie d'un individu à l'autre. Mais pour te donner une idée, sache que certains considèrent qu'à **une heure de cours** correspond une **heure de travail**.
- **Si tu prévois** de t'offrir, notamment au moment du blocus par exemple, une participation à une activité de **loisirs** qui exige de toi quelques heures libres d'affilée, organise-toi en conséquence : **prends l'avance**, pousse ton effort de concentration un peu plus quelques heures/jours avant (après... c'est plus dur sauf si tu es très rigoureux/(se)). Cela te permettra en contrepartie de te faire plaisir.

En conclusion, « la réussite n'est pas seulement une question d'intelligence. Elle repose en grande partie sur le choix de procédés qui permettent de réaliser les tâches de la manière la plus efficace (pour soi). » (HEC Montréal : « la boîte à outils ») A toi donc de trouver et d'adopter la (nouvelle ?) méthode de travail intellectuel qui servira aux mieux tes intérêts : la réussite de ton année académique.



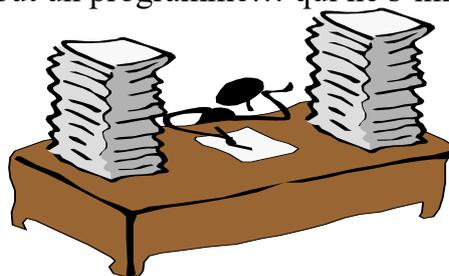
Image Clipart

## MEMORISER ... **EFFICACEMENT !**



<https://www.google.be/search?q=règles+de+mémorisation+dessin&tbn>

« La **mémoire** est l'une des fonctions les plus importantes dans l'apprentissage (...) C'est un système actif qui permet trois grandes fonctions : le **codage** (enregistrer l'information en lui donnant du sens), le **stockage** (fixer l'information) et le **repêchage** (restituer l'information) » (*Aide à la réussite SIEP*). Certains estiment que la mémoire n'est pas assez stimulée en humanités. Or, dans le supérieur, il y aura **beaucoup plus de matière à assimiler** et l'étudiant de 1<sup>e</sup> baccalauréat ne sait pas toujours par quoi commencer le travail de mémorisation ni par quelle méthode il viendra à bout de cette matière. Il est très **dangereux** pour lui de croire qu'il « suffit » **d'étudier par cœur** les syllabus et notes de cours pour réussir : c'est plutôt l'échec qui l'attend au bout du chemin. Etudier dans l'enseignement supérieur est plus que du simple par cœur, même s'il faudra toujours restituer certaines choses aux examens ; c'est surtout **organiser et structurer les informations pour se les approprier** (rechercher les idées principales, les classer, les comparer, voir les similitudes et les différences...), voir les liens entre les parties du cours, bâtir des raisonnements, appliquer la théorie etc... Tout un programme... qui ne s'improvise pas !



*Service aux étudiants et étudiantes Université de Moncton*

### Quelques points essentiels à ... garder en mémoire :

- a) **Mémoriser commence au cours** : en repérant les informations essentielles dès le moment de la prise de notes, on en retient déjà une partie.
- b) Veille à avoir **bien compris une matière avant** de tenter de la **mémoriser**, sans quoi ton travail sera inefficace. Pose-toi donc les questions pertinentes... et trouve les réponses adéquates ! « Ce qui est étudié par cœur sans effort de compréhension est très vite oublié. Ce qui est bien compris est à moitié retenu » (*Questions de méthode p 62*)

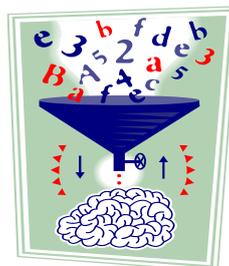
Examine le contenu de la matière et évalue la part de compréhension (tu devras raisonner, expliquer, reformuler) et celle de mémorisation pure (restituer tel quel ou à peu près). Certains cours tendent à privilégier l'un ou l'autre, mais ce n'est pas absolu ! Quelques exemples : anatomie : pure mémorisation, donc répétition ; philosophie : moins de pure mémorisation mais compréhension essentielle et réflexion critique ; physique : théorie et exercices, la théorie étant au service de la résolution des exercices, donc étude et raisonnement etc...

- c) Tu peux **aider ta mémoire** avec quelques « **trucs** » comme les moyens mnémotechniques (voir plus loin), les ressemblances et contrastes, les anecdotes en rapport avec des éléments du cours...
- d) Il est communément admis (pas par tous...) qu'il existe **plusieurs types de mémoire** : visuelle, auditive ou kinesthésique. Tâche de connaître laquelle te correspond le plus... et n'hésite pas, cependant, à **varier les méthodes**, notamment pour éviter la lassitude. Quelques idées : la prise de notes spatiale sous forme de dessin, d'image ou de schéma ou des « surlignages » très colorés raviront les adeptes de la mémoire visuelle, transformer un texte à retenir en texte « musical » ou poétique, en refrain répétitif ... plaira aux deuxièmes etc...

### Quelques questions fondamentales :

#### 1° Comment fonctionne la mémoire et qu'est-ce que mémoriser pour un examen ?

Nous possédons deux formes de mémoire différentes : la **mémoire à court terme** et la **mémoire à long terme**. La première n'emmagasine qu'un nombre limité de données et seulement pour une courte durée. La deuxième peut se comparer partiellement à un disque dur d'ordinateur : les informations qui lui parviennent ont plus de chance de rester accessibles longtemps après la période d'apprentissage. Mais contrairement à l'ordinateur, cette **mémoire à long terme**, celle qui t'intéresse évidemment le plus dans le cadre des **examens**, emmagasine les informations **en les reliant** à d'autres, en établissant des liens entre les idées importantes. Elle **ne peut stocker d'informations isolées**. Lorsqu'on recherche une notion par rapport à une autre, suivre les liens qui les connectent permet de se remémorer celle qu'on cherchait. Il ne suffit pas d'étudier les informations dans l'ordre présenté par le professeur ou dans le syllabus. Il faut pouvoir les relier de l'une ou l'autre manière, comme si tu regardais la matière sous des angles différents. **Au besoin**, tu devras **inventer ces liens**.



*Image Clipart*

Comment, donc, se servir correctement de sa mémoire dans le but de rencontrer les exigences précises de chaque professeur à l'examen ? On ne se prépare pas de la même façon à un examen « théorique » ou à un examen « pratique ». Pense au permis

de conduire : savoir restituer par cœur les règles du code de la route ne signifie pas que l'on est capable de réagir adéquatement aux situations qui se présentent sur la route ! Cette **capacité d'application d'un travail théorique** est exactement celle que tu devras **acquérir** pour tes cours **dans l'enseignement supérieur**. Mais pour pouvoir appliquer cette théorie, il faudra **passer par la mémorisation**, qui ne sera jamais le but final de l'étude, seulement la « base ». Tu devras donc trouver une méthode, un moyen de **mémoriser et d'utiliser ce que tu as retenu**.

La mémorisation dans l'enseignement supérieur est principalement **verbale**, en parlant et/ou en écrivant. Il faut donc que tu t'**entraînes** à l'expression verbale de ton savoir.

## 2° Quand mémoriser ?

**Dès le début de l'année.** N'attends surtout pas le blocus, ce sera trop tard. Et ne perds pas de vue que le système des « contrôles » tout le long de l'année est révolu. Tu devras toi-même « faire comme si » un test était prévu pour te motiver, mais le jeu en vaut la chandelle.

Pour ce qui est du **moment de la journée** qui se prête le mieux à l'étude, comme nous l'avons déjà signalé, cela est fonction de beaucoup de choses, et notamment de ta personnalité. Une stratégie performante est de mémoriser une partie de la matière tôt le matin, ensuite réviser et se la faire répéter le soir. Le matin, on est capable d'un maximum de concentration et la révision du soir est une deuxième étude de la matière. Mais certaines personnes sont « plus du soir » que du matin, à toi de choisir ce qui te convient le mieux. Des spécialistes s'accordent à dire qu'une **bonne nuit de sommeil** favorise la **mémorisation** des données stockées pendant la journée ; certains vont même jusqu'à conseiller de relire les choses importantes juste avant d'aller se coucher pour mieux les retenir. Pour consolider tes apprentissages, dors donc dessus !



<https://www.google.be/search?q=dessin+d%27un+cerveau+qui+dort>

A plus long terme, tu le sais, un **planning** est donc indispensable. Il te permettra de vérifier que tu auras assez de temps pour assimiler toute la matière au moins une fois avant le blocus (novembre, vacances de printemps... par exemple). Tu devras déterminer le **nombre d'heures** que tu vas consacrer par jour à l'étude (en fonction de ton horaire, de tes loisirs, de la quantité et du type de matière...) et quelle **quantité de matière** tu pourras travailler à chaque période d'étude. Faire un planning ne signifie pas que tu vas passer tout ton temps à étudier : tu sauras simplement quand tu étudieras et quand tu n'étudieras pas. C'est un **engagement personnel** : toi seul peux décider de réussir ! Planifier ainsi ton effort de mémorisation en t'y prenant suffisamment à l'avance te permettra de trouver le rythme de travail idéal.

## 3° Où mémoriser ?

Beaucoup d'étudiants s'isolent dans un **lieu calme** pour étudier, afin de pouvoir mieux se concentrer, le plus souvent dans leur chambre. Certaines bibliothèques

publiques offrent aussi la possibilité aux étudiants qui les fréquentent de travailler dans un environnement calme et silencieux, tout en n'étant pas seuls.

D'autres préfèrent la compagnie de condisciples, **soutien psychologique** non négligeable, ou de la famille (par exemple : dans le salon ou la cuisine... où la tentation de manger plus que de raison est réelle !). Rares sont les étudiants qui parviennent à travailler dans le **bruit**. Notre faculté de concentration nous permet de faire abstraction de ce qui se passe à l'extérieur, mais l'attention externe (environnement) peut inhiber l'attention interne (étude) et contrer cela demande un **effort de concentration plus grand**, entraînant une **fatigue** plus importante. **Elimine tout élément perturbateur** pendant la révision ou l'étude, comme télévision, radio, téléphone portable, réseaux sociaux, courriels rentrants sur ton ordinateur etc... (la liste est bien plus longue) : ils forcent ton cerveau à passer continuellement d'un sujet à un autre, ce qui le perturbe et consomme de l'énergie « inutile ». Certains banniront cependant le silence absolu, préférant un fond musical. Si c'est ton cas, choisis-le de manière à ce qu'il ne constitue pas une distraction pour ton cerveau. A toi de te connaître, donc, pour choisir au mieux l'endroit et les conditions idéales. Travaille dans un **espace confortable**, ordonné, bien éclairé, aéré et où il ne fait pas trop chaud (maximum 20°), car une température trop élevée abrutit et affecte la concentration. Donne aussi la préférence à un **support solide** (bureau correct et chaise) plutôt qu'à un fauteuil ou ton lit où tu risques... de t'endormir !

#### 4° Comment mémoriser ? Quelles stratégies appliquer pour se faciliter la tâche ?

Dans les études supérieures, le **succès sans l'effort** est **impossible**. Il est insensé de se reposer sur ses soi-disant facilités innées de mémorisation (« j'ai une excellente mémoire ») pour ne rien faire ou, a contrario, de penser qu'on est dépourvu de capacités suffisantes et d'envisager l'avenir avec crainte. Mémoriser efficacement nécessite chez tous les étudiants un effort à fournir, même si génétiquement nous ne sommes pas tous égaux face à la difficulté de mémoriser et les moyens d'y parvenir sont déterminés par la nature des informations à assimiler. Nous l'avons vu : le premier travail de la mémoire est d'« encoder » l'information, c'est la phase d'apprentissage. Ensuite l'information est stockée avant d'être récupérée. On pourrait comparer l'information à un document que l'on rédigerait avant de le classer dans une armoire ou un tiroir et qu'il faudrait retrouver assez facilement par la suite. Certaines personnes ont une **mémoire** plutôt **visuelle**, d'autres plutôt **auditive**, d'autres **kinesthésique**, ou une **combinaison** de deux d'entre elles... Il est important que tu connaisses ton/tes type(s) de mémoire pour choisir la meilleure stratégie d'apprentissage. Un « visuel » préférera les schémas, un « auditif » récitera sa matière à haute voix, par exemple. A toi de choisir au mieux.

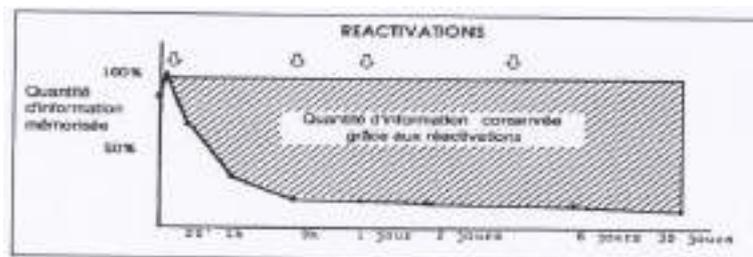
**La capacité à mémoriser est donc influencée par la méthode employée**, mais aussi par le **degré de concentration** (qui peut être diminué par une situation de stress ou de manque de sommeil, par exemple), le **motivation au travail et les connaissances préexistantes**. Il faudra donc **adapter** ton travail de mémorisation à chaque matière, y mettre du temps et de la concentration pour que ton étude soit efficace. **Varier les matières** peut aussi faciliter leur assimilation.



Knack – 12 juin 2013 p 57

(« Tout oublié ? Pas possible ! – Le Nez. Ils vous appellent « Le Nez », Monsieur. »)

La mémoire fonctionne de manière discontinue : nous avons besoin de **réactiver plusieurs fois une information** pour qu'elle soit stockée dans la **mémoire à long terme**. C'est pour cela qu'il est conseillé de relire et/ou de retravailler ses notes afin d'éviter l'oubli. Se répéter les informations permet de maintenir leurs traces dans notre mémoire. Plus on parcourt le chemin dans le réseau d'informations mémorisées, plus la trace est nette et facile à retrouver. Car l'apprentissage qui semblait effacé n'était en fait que bloqué. Ce qui a déjà fait l'objet d'une première mémorisation se refixe plus vite et se retient plus longtemps lors des réapprentissages ultérieurs » (*Question de méthode p 91*) Retiens bien que plus il y a d'informations précises du type « **descriptions** », plus il faudra répéter **souvent** l'étape de mémorisation (si possible jusqu'à 7 fois !). Plus le cours est structuré autour d'une démarche logique (**raisonnement**), plus la réalisation d'une **synthèse** sera utile à la mémorisation. Pratiquement, cette répétition régulière se fait de préférence comme suit : deux fois le premier jour, puis après 24 heures, une semaine, un mois... Regarde le titre de la leçon, par exemple, et essaie de retrouver le contenu. Sans effort de « répétition » à intervalles réguliers, près de 98% des notions seront oubliées à terme ! Plus souvent tu réviseras, plus les notions s'ancreront dans ta mémoire à long terme. Une remarque : l'oubli est sélectif, les matières sur lesquelles on a beaucoup réfléchi ont davantage de chance d'être retenues. Alors ne t'en prive pas !



(Source : La mémorisation- l'oubli Fiche 10 Kit de survie pour la semaine des examens FUNDP 00-01)

N'oublie pas cependant pas de t'**aménager des pauses**, car les facultés de mémorisation et de compréhension diminuent au cours d'une période d'apprentissage et la saturation, parfois le découragement, s'installe(nt). La bonne fréquence se situe entre 45 minutes et 1 heure et demie, mais ce n'est pas une règle absolue.

Pour se préparer à l'examen, rien de tel que de **répéter la matière** comme elle sera contrôlée à l'examen, soit **oralement ou par écrit**. Dans les deux cas, il y aura des avantages et inconvénients : répéter à voix basse ou haute est rapide et peut se pratiquer presque partout, mais c'est difficile pour les schémas et graphiques par

exemple et on ne vérifie pas l'orthographe. Par écrit, ce problème est résolu, mais cela prend beaucoup plus de temps. L'idéal est de **combiner** les deux : écrire un plan du raisonnement avec mots-clés et graphiques mais s'expliquer ce raisonnement. Dans les études supérieures, **mémoriser à long terme** est une nécessité. Ne pas perdre de vue que l'on mémorise pour l'examen mais aussi pour le travail que l'on exercera plus tard et qui fera appel à ces connaissances. Ci-dessous un petit rappel de **méthodes ou stratégies pour se faciliter la tâche** parfois bien ardue de mémorisation :

**La répétition** : consiste à reprendre plusieurs fois l'étude d'informations essentiellement descriptives. Ne **jamais laisser une matière s'accumuler sans la revoir** : plus on attend, plus il faudra d'effort et de temps pour l'assimiler. **Procéder par étapes** : ne pas vouloir maîtriser tout d'un coup. La première étude prend plus de temps. Comme déjà évoqué plus haut, on s'assure ensuite régulièrement que l'on n'a pas oublié ce qu'on avait assimilé et on continue à assimiler ce qui ne l'est pas encore. Mais assure-toi toujours que tu comprends ce que tu répètes. Il faut moins de temps pour retenir si on **étudie de manière étalée** (par exemple : deux fois dix minutes plutôt que vingt minutes d'affilée). Ne jamais perdre de vue que, sans « réactivation », on oublie vite hélas ! Tu t'en es déjà aperçu(e) en secondaire, mais dans le supérieur, l'oublier c'est courir à l'échec !

**L'association d'idées** : créer une « histoire » autour de l'information à retenir. Etudier la matière à partir des mots-clés reliés entre eux : le fil conducteur devient « facile » à suivre.

**Les moyens mnémotechniques** : quand la succession des éléments à mémoriser n'obéit pas à une logique naturelle (exemple : cause-conséquence) on recourt à une logique artificielle pour pouvoir se les rappeler plus facilement (cf. « mais ou et donc or ni car » en français, « BEnoît, GÉrard, VERonique ONT (H)ERité » en néerlandais etc.). Pense aussi par exemple aux slogans rythmés et évocateurs, sigles ou acronymes que tu peux inventer toi-même, ce sont peut-être ceux qui tu retiendras le mieux !

**Les exercices (ou applications)** pour les matières à appliquer : ils servent à retenir la théorie. Tu dois t'entraîner à en faire des nouveaux et à appliquer toutes les méthodes théoriques de résolution.

**La technique de lecture active** : autrement dit, la **sélection de l'information pertinente**. Lire des textes ou livres de référence est nécessaire dans l'enseignement supérieur, cela complète les informations reçues au cours. Mais il faut apprendre à **lire rapidement** pour en **extraire l'essentiel et le relier aux éléments du cours** sans perdre du temps inutilement.

Il peut être utile ici d'ouvrir une parenthèse pour rappeler comment bien lire (activement). Un lecteur inexpérimenté perd beaucoup de temps : il se met à lire et ne s'arrête que quand il a terminé le dernier mot. Le **lecteur efficace se questionne avant, pendant et après sa lecture**. Il **annote le texte** et en **extraît** déjà la **structure**. Pour un livre volumineux, il est préférable de parcourir la table des matières pour déterminer à quel type de texte on a affaire (information, argumentation...) et repérer les parties les plus utiles avant de se lancer à l'assaut du texte. Il faut essayer de **puiser l'information de manière ciblée**, sauf s'il s'agit d'une œuvre littéraire à lire du début à la fin, évidemment. Après l'approche globale qui permet de situer les parties par rapport à l'ensemble, on passe à la phase d'analyse et enfin à la synthèse. Pour

bien distinguer l'enchaînement des idées dans un texte, la présentation en paragraphes, la disposition typographique, les alinéas et retraits... sont autant d'indications qui expriment des rapports logiques. Ne pas le perdre de vue quand on doit lire « vite » !



Extrait des « Adorables » La crise mais laquelle ? – Anne-Catherine, Ed. Renaissance 2010 p 22

*L'analyse* du contenu de tes lectures ou de la matière proprement dite te permettra de **comprendre le raisonnement** du professeur et de dégager ce qui est essentiel.

*Les plans, schémas, organigrammes, « structurogrammes », tableaux synoptiques, graphiques ....* Eh oui, c'est dans l'enseignement supérieur que tu vas apprécier l'intérêt de ces techniques que tu as apprises, parfois péniblement, à réaliser en secondaire ! Quand tu auras analysé la matière, tu devras la synthétiser. Mais il sera souvent (toujours ?) nécessaire de passer par l'étape intermédiaire que constituent ces organigrammes, cartes mentales ou mind maps (avec un mot central d'où partent des branches auxquelles sont associées une idée, et qui elles-mêmes se subdivisent en branches secondaires etc...) Ces techniques permettent une meilleure mémorisation.



Image Clipart



<https://www.google.be/search?q=exemple+de+carte+mentale>

**La synthèse**, évidemment ! Ce n'est pas nouveau : tes professeurs de secondaire t'en ont souvent vanté les mérites et t'y ont entraîné(e)! Elle t'évite d'étudier par cœur (sans succès) toute la matière et aide ta mémoire à retenir ce qu'il faut vraiment retenir, t'oblige à **distinguer l'essentiel de l'accessoire**. Elle se construit à partir des informations pertinentes sélectionnées et des liens qui les relient, en suivant un raisonnement précis. Elle est particulièrement **utile** quand on doit travailler sur **plusieurs sources de références** (syllabus, notes, livre...) mais pas seulement. Et juste avant l'examen, on s'en sert pour vérifier une dernière fois si on n'a rien oublié.



Extrait de « Bien étudier » Stef Desodt – Roularta Books

Quand **faire des synthèses** ? **Toute l'année**, et pas uniquement pendant le blocus ! Dès qu'un chapitre est terminé, par exemple, quand tout est encore frais dans ta tête. Et surtout n'oublie pas : il peut s'avérer nécessaire de faire plusieurs synthèses pour la même matière en prenant des points de vue différents. Par exemple : plutôt que de synthétiser un chapitre du début à la fin, on peut prendre un point précis qui est abordé dans différents chapitres... et synthétiser son évolution d'un chapitre à l'autre (classique en histoire, philosophie...). Rien de tel que de faire des synthèses en étudiant pour s'entraîner à bien répondre aux questions de synthèse lors de l'examen !

### 5° A quoi sert l'auto-évaluation ?

Quand on a la **matière** devant soi, il faut tout de suite **vérifier si on l'a bien comprise**, si on a bien cerné ce qu'il fallait absolument retenir. C'est le rôle de l'auto-évaluation. Après en avoir fait la synthèse et l'avoir répétée, il faut continuer à s'interroger **régulièrement** pour **contrôler ce que l'on connaît**. S'interroger fait réfléchir sur la matière, établir des comparaisons (que l'on peut présenter sous forme de tableaux), des liens, détecter des causes et des effets. Par la révision régulière, la rétention de l'information devient durable. Cette auto-évaluation **permet de verbaliser les informations**, ce qui est très important pour la réussite des examens. A faire le plus souvent possible, en restant honnête avec toi-même ! Une petite remarque : on peut aussi pratiquer cette évaluation avec un condisciple. Cela peut être intéressant mais gare aux distractions et bavardages inutiles !

Si tu tiens compte de ces quelques consignes et que tu les appliques, tu gagneras pas mal de temps et tu seras agréablement surpris(e) de ce que tu auras retenu... durablement.



## LE BLOCUS OU LA BLOQUE CA NE S'IMPROVISE PAS

Le but principal des examens étant de tester tes compétences, autrement dit l'efficacité de ton travail de l'année, la période communément appelée « blocus » ou « bloque » dans le jargon étudiantin est prévue pour t'y préparer. Tu vas **t'entraîner en vue de l'examen, et donc t'exercer à formuler un discours sur une matière comprise et étudiée (par écrit ou/et oralement) en utilisant la logique, le raisonnement attendu et à l'aide d'un vocabulaire précis**. Comme nous te l'avons déjà dit (voir chapitre « Méthode de travail »), cette/ces semaine(s) particulière(s) est/sont la suite et l'**intensification du travail** de révision, synthèses, exercices etc... que tu as **réalisé durant l'année**, ou le « sprint final d'une épreuve de longue haleine » (*Ta bloque, mode d'emploi*).



Extrait de « Starting Bloque » *planning*

**Tous tes cours doivent être en ordre, structurés, compris au moment d'aborder ce blocus.** Il « ne » te restera « qu'à » intégrer la matière. Ce n'est donc pas, idéalement, le moment de découvrir un gros syllabus ou un tas de feuilles pour la première fois sans savoir vraiment comment les aborder, de courir photocopier les notes d'un(e) condisciple... Le blocus est rarement – pour ne pas dire jamais – suffisant pour assimiler la matière de tous les cours ! Tu te rappelles la fable du lièvre et de la tortue ?

Comme pendant les mois précédents, il faudra **gérer intelligemment ton temps**. Et accorder une attention spéciale aux matières principales ou/et importantes, celles que tu as le moins revues auparavant ou dans lesquelles tu te sens moins à l'aise, celles pour lesquelles le professeur est très exigeant etc. Quand tu auras fait la part des choses, c'est-à-dire bien évalué ce qu'on attend de toi et combien de temps tu te dois d'y consacrer, tu pourras **établir** ton programme d'étude, ton **planning** (qui peut commencer avant le blocus proprement dit !) avec des objectifs précisés et concrets pour chaque jour de travail. Celui-ci devra tenir compte de plusieurs paramètres (voir chapitre « Méthode de travail »), dont les dates et heures d'examen. Il faudra donc **bien réfléchir** au moment de le construire. Ne le compare pas à celui d'un condisciple : chacun a son rythme d'étude, de sommeil, de détente... Ci-dessous un modèle de planning vierge, pour te donner une idée. Il ne prévoit pas les (petites) pauses, nécessaires pour garder à l'esprit sa fraîcheur.

### Exemple d'horaire d'une semaine de blocus

Un horaire n'est pas réalisé une fois pour toutes. Il faudra l'adapter selon l'évolution du travail et les besoins personnels de l'étudiant.

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
Matinée							
Repas							
Début d'après-midi							
Fin d'après-midi							
Repas							
Soirée							

L'horaire fictif imaginé ci-dessus découpe la journée en 4 périodes : la matinée (+/- 4 heures), le début d'après-midi (+/- 2 heures), la fin d'après-midi (+/- 2 heures) et la soirée (+/- 2 heures). Ce découpage permet de varier son travail sans trop s'éparpiller.

(Adapté de : Fiche 2 Kit de survie pour la semaine des examens FUNDP 00-01)

Pour te donner une idée, considère qu'une journée type de blocus devrait comporter entre 6 et 10 heures. Ta décision sera influencée par la quantité de temps incompressible qui se situe entre ta révision et l'examen et par la quantité de matière tout aussi incompressible à laquelle tu dois faire face. Les **blocus « infernaux »** dont certains étudiants se plaignent sont souvent la **preuve d'un manque de travail régulier ou d'une mauvaise méthode de travail** : il faut rattraper le temps perdu et on s'épuise à étudier... mais mal !



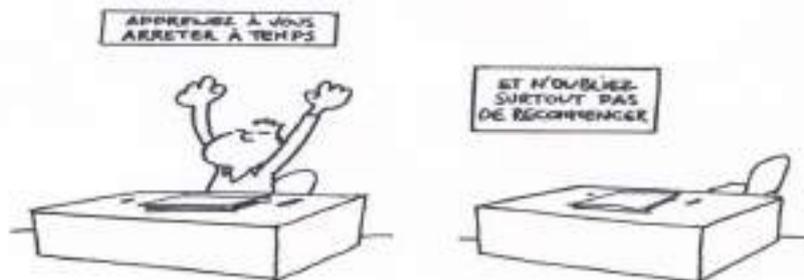
Image Clipart

Si tu estimes que ton planning est bien pensé, respecte-le à la lettre : même si tu n'es pas arrivé tout à fait au bout d'une matière, passe à la suivante comme prévu, pour ne pas tout décaler ... et ne pas avoir le temps d'étudier la dernière branche de ta liste. Tu trouveras sûrement un moment, notamment dans tes pages de réserve, pour la terminer. Varie les matières, ne consacre pas plus de 3 ou 4 jours d'affilée à la même, tu risquerais de te lasser.

### Quelques conseils pour profiter au maximum de ce blocus :

- Travaille dans un endroit exempt de tout ce qui peut te distraire ou te donner un sentiment « désagréable », comme une chambre mal rangée ou mal éclairée, des objets inutiles, encombrants ou éventuellement perturbateurs sur ton bureau ou autour de toi, une connexion Facebook activée ou ton smartphone allumé... (voir chapitre « Méthode de travail »). Les réseaux sociaux, c'est super mais ... en dehors de tes moments d'étude ! A toi de faire la part des choses...

- Il peut être bon de commencer par étudier les leçons des dernières semaines, que tu as normalement moins travaillées. Puis, quand tu les connais, reprends les cours depuis le début.
- Ne **dépasse pas cinquante minutes à une heure et demie** sans te détendre un peu (5 à 15 minutes). Cela varie selon les individus et les branches à étudier, il n'y a pas de règle absolue, mais certains psychologues estiment qu'après 50 minutes, déjà, l'assimilation devient plus difficile. Ils conseillent de laisser l'esprit vagabonder quelques instants. Certains optent pour un rapport 2 h de travail - 1/2 h de pause (capacité de concentration haute), d'autres pour 1 h de travail - ¼ d'h de pause (capacité de concentration moyenne), d'autres enfin, à faible capacité de concentration, étudieront ½ h avant de s'arrêter 10 minutes. Après 3 h d'étude, de toute façon, octroie-toi une **pause** plus longue. Que faire pendant cette **pause** ? Ce que tu **aimes** et qui te détendra vraiment : écouter ta musique préférée, te promener, manger quelque chose qui te fait plaisir, surfer sur internet, parler à quelqu'un, regarder un peu la télé...ou même faire une petite sieste : c'est tendance ! A condition de se réveiller à temps... Même s'il ne faut pas confondre blocus et vacances, la détente et le repos régulier sont fondamentaux et, tu le sais déjà, favorisent la concentration tout en réduisant le stress. Mais attention : ne te laisse pas entraîner dans le piège qui consiste à donner progressivement plus de place aux temps de détente qu'aux temps d'étude !



Extrait de « Bien étudier » Stef Desodt – Roularta Books

- Ne **crois pas** trop vite que tu ne seras **pas interrogé(e)** sur l'une ou l'autre **partie de la matière**. Même lorsque les étudiants des années supérieures clament haut et fort que tel professeur pose « toujours » les mêmes questions sur les « mêmes » chapitres, il se peut qu'il change justement l'année où tu te présentes devant lui. Si le temps vient à manquer, **sacrifie** éventuellement des détails – même si c'est au moment du blocus que tu vas t'y intéresser davantage que durant l'année – mais **pas des parties entières de cours**. Et contrairement à ce que tu pourrais penser, l'introduction et le dernier chapitre d'un cours font souvent l'objet d'interrogations !
- Pour **éviter l'interférence** des matières étudiées, cause de certains oublis après une période de mémorisation, n'étudie plus rien entre ta dernière révision d'un cours et l'examen ou augmente les pauses entre les matières différentes.
- Ne culpabilise pas si tu n'as pas tout à fait respecté ton programme. Dis-toi qu'en ayant prévu des **plages vierges pour les imprévus et les retards**, tout devrait rentrer dans l'ordre le lendemain ou le surlendemain.
- Le stress est indispensable pour te stimuler dans ton travail. Il te permet d'accélérer ton rythme d'étude, souvent nécessaire lors du blocus. Mais l'excès

nuit en tout. **Evite** donc que trop de **stress** ne se transforme en panique. Une bonne méthode de travail acquise dès le début de tes études et un bon planning peuvent te rassurer, te motiver et donc diminuer le mauvais stress.



Extrait des « Adorables » Qu'est-ce qu'on disait ? – Anne-Catherine, Ed. Luc Pire/LF 2006 p 78// Image Clipart

- « **Bloquer** » seul(e) ou avec un(e) **condisciple** ? Tout dépend de toi et de la personne avec laquelle tu souhaiterais étudier. Il y a des avantages et des inconvénients : à deux (ou plus) on se soutient moralement, on peut s'expliquer la matière et s'interroger mutuellement, mais ce système exige une **discipline** collective stricte que tous n'ont pas.
- Ne passe **pas la nuit à étudier** : après une nuit blanche, le cerveau a besoin de 1 à 3 jours pour récupérer ses capacités de mémoire et de concentration. Respecte ton nombre d'heures idéal de **sommeil**, que ce soit en une fois ou en prévoyant une petite sieste en plus (20 minutes). **8 heures** constituent une moyenne idéale. Essaie d'aller te coucher et de te lever aux mêmes heures tous les jours. Tiens compte du paramètre « sommeil » au moment de faire ton planning, c'est plus important que tu ne le crois. En ne dormant pas suffisamment, tu vas fatiguer ton corps... qui se « vengera » par la suite en te rendant irritable, anxieux, en réduisant ta concentration, t'occasionnant des trous de mémoire etc. De plus, nous l'avons déjà vu, quand on dort, le cerveau remet les idées en place... et stocke les informations reçues. Un cadeau appréciable, non ?



Image Clipart

- Ne te couche pas sans transition après avoir étudié. Prévois au moins une demi-heure entre les deux. Choisis un endroit calme et silencieux pour dormir (pas toujours facile en « kot », mais c'est indispensable !)
- Une **activité physique chaque jour** (jogging, balade pour s'aérer...) est recommandée. Pour évacuer le mauvais stress, augmenter ta capacité d'attention (en améliorant l'apport d'oxygène à ton cerveau) et ... faciliter ton endormissement.



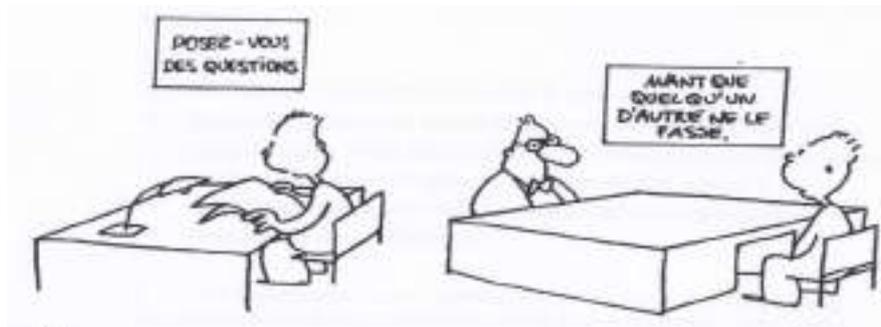
Extrait de « Starting Bloque »

- Veille à **t'alimenter correctement**, de manière équilibrée. Ne saute pas de repas. Donne la priorité à plusieurs repas légers plutôt que des repas plus lourds qui seraient moins nombreux (ces derniers favorisent l'assoupissement). Ce que tu manges t'apporte l'énergie dont tu as besoin quand tu étudies. Adapte donc tes repas à l'effort soutenu à fournir (sucres lents, protéines, vitamines, minéraux...). Prends le temps de manger et si possible, ne le fais pas dans la même pièce que celle où tu étudies, cela crée une « coupure » bénéfique. Ne **grignote pas** continuellement, ce n'est pas sain, surtout s'il s'agit de produits contenant graisses et sucres rapides (biscuits, chocolats, bonbons etc...). Veille à **boire** au moins entre un litre et demi et deux litres d'eau, jus de fruits... par jour : cela combat la fatigue. Le nombre minimal de verres d'eau de 250 ml doit correspondre au dixième de ton poids corporel. Un **manque d'hydratation** peut, outre te donner mal à la tête, faire **baisser** tes **performances** jusqu'à 20%, voire 30%, car le cerveau est constitué de 80% d'eau, autant le savoir ! Evite les boissons énergisantes, les sodas et le café, surtout avant de te coucher, car ils peuvent provoquer des insomnies.
- Ne te laisse surtout **pas** tenter par les « potions magiques », **excitants** (comme la caféine), **tranquillisants** ou **médicaments** contre le stress. Il n'y a pas de remèdes miracle, pis : ces substances sont souvent **inefficaces, dangereuses** ou responsables de trous de mémoire, de déprime, soit exactement le contraire de ce que tu souhaites ; la plupart du temps, on recherche l'effet immédiat en oubliant les **effets secondaires**...! Même si certains condisciples t'en vantent les mérites, ne les écoute pas : un médicament bon pour l'un peut être **très risqué** pour l'autre et produit en vente libre ne veut pas dire « bon » pour autant ! A proscrire donc. Sache en outre qu'un peu de stress « positif » n'est pas mauvais en soi. Et si tu veux un stimulant naturel : rien de tel qu'une douche froide, réveil garanti !
- **Ne t'isole pas** : la déprime risque de s'installer quand on est seul 24 heures sur 24. Entoure-toi de personnes susceptibles de te conseiller, de te remonter le moral si tu flanches, de t'écouter et de t'aider s'il le faut. Evite comme la peste les étudiants stressés ou pessimistes... ou qui croient tout savoir !



Extrait de « Starting Bloque »

- Ne prends pas de décision importante au moment du blocus, surtout si tu crains des conséquences néfastes pour ton moral : remets-les à plus tard ou demande un délai. Concentre-toi uniquement sur tes études.
- La **veille de l'examen**, évite de relire en vitesse tout le syllabus : le risque de stresser encore plus est bien réel ! Révise plutôt les **résumés** de la matière que tu as réalisés pendant l'année, tu en auras ainsi une meilleure vue d'ensemble. Ensuite, **détends-toi**, pense à autre chose et couche-toi tôt.
- Garde **confiance** en toi et ne permet pas au stress de prendre le dessus. Ne te laisse pas décourager par les taux d'échecs en 1<sup>e</sup> Bac, pense plutôt aux étudiants qui réussissent.
- Quand tu étudies, **anticipe** autant que faire se peut les **questions** que le **professeur** pourrait te poser. Cela peut aussi améliorer ta confiance en toi-même.



Extrait de « Bien étudier » Stef Desodt – Roularta Books

- **Tiens bon**, même si, à certains moments, tu en auras marre d'étudier et que tu te décourageras peut-être. Dans ta vie professionnelle aussi, il t'arrivera de vouloir jeter le gant et tu sais que tu ne le pourras pas. La motivation déplace les montagnes ! Dis-toi que le **blocus** n'est qu'un mauvais moment à passer, un **tremplin obligé vers la réussite**. Moment que nous te souhaitons le plus efficace possible ! 😊

## LES EXAMENS ... ETAPE ULTIME

Le but des examens est bien entendu de tester tes connaissances et ton niveau de maîtrise de la matière. Ta performance lors des examens dépendra évidemment du travail fourni durant l'année mais aussi de ta façon de gérer ton comportement face au questionnaire ou à l'examineur. L'idéal est de réussir au premier essai car reporter la difficulté peut être risqué. Comment faire pour y parvenir ?



Image Clipart / Extrait de : Fiche 12 Kit de survie pour la semaine des examens FUNDP 00 – 01

### 1) Savoir à quoi s'attendre

N'attends pas d'être devant le professeur pour voir ce qu'il exige de toi, c'est bien trop tard. Ta façon d'étudier doit être conditionnée par le type d'évaluation, les critères d'exigence du prof (par exemple, à quoi correspond un 12/20 chez lui ?) etc. N'hésite donc pas à **te renseigner** auprès d'étudiants des années supérieures ou à passer des « **tests formatifs / simulations d'examen** » si ton école t'en propose. Cela te permettra d'être confronté(e) « pour du beurre » aux exigences de l'enseignement que tu suis. Et d'ainsi rectifier le tir si, suite aux résultats obtenus, tu te rends compte que tu as encore des lacunes et/ou que ta méthode d'étude et de travail n'est pas adaptée.

L'**évaluation** proprement dite se fait le plus souvent sous une forme **verbale**, par écrit ou oralement (sauf dans le cas des QCM). Tu dois donc t'y préparer : **il faut savoir et savoir le dire (ou l'écrire)**. N'oublie donc pas que :

- Sauf cas spécifiques, on n'attendra pas de toi que tu restitues la matière par cœur mais on vérifiera plutôt si tu es capable de l'**expliquer** et de **t'en servir**. La mémorisation n'est donc pas le seul facteur de réussite, loin de là ! Si tu sais mais que tu es incapable de le dire, le prof peut te venir en aide mais diminuera ta note d'autant.
- Dans de nombreux cours, il faut utiliser un **vocabulaire spécifique**. De l'à peu près avec tes propres mots peut donc ne pas convenir, même si tu as compris et que tu connais la matière !
- Il est aussi essentiel de **structurer l'information** que tu veux donner. Si le **raisonnement** manque et que c'est le prof qui doit lui-même remettre de l'ordre dans ce que tu dis, tu seras également pénalisé(e).

Ci-dessous le tableau récapitulatif des différentes manières d'interroger répertoriées par N. Laurent dans son livre Les examens paru en 2009 aux éditions Cogito-Luc Pire dans la collection « J'assume ». Cette présentation n'est évidemment pas figée car elle est fonction des matières et surtout des examinateurs.

Type d'examen		Type de question	Compétence
Oral	Avec préparation	de synthèse	structurer
		transversale	comparer
Écrit	Sans préparation	ciblée	définir
	Questions ouvertes	ciblée	définir
		de synthèse	structurer
		transversale	comparer
	Questions à choix multiples	dissertation	argumenter
		ciblée (le plus souvent)	définir

Suivons donc son plan pour mieux répondre au problème de savoir comment se préparer à répondre aux questions le jour de l'examen.

- **Oralement**

Pour un professeur de l'enseignement supérieur, et surtout dans les années qui suivent la 1<sup>e</sup> BAC, c'est la meilleure façon de tester tes connaissances, ta compréhension de sa matière et ta façon d'utiliser et de relier ces connaissances entre elles. Parfois tu as un temps de **préparation, parfois pas**. Ou tu peux te préparer à certaines questions mais pas à celles que l'enseignant te posera en plus pendant l'examen. Sa notation tiendra compte des deux, d'une façon qui lui sera personnelle. Renseigne-toi donc à l'avance pour savoir comment te préparer au mieux. Si tu as un **temps de préparation**, mets-le à profit pour **noter les éléments essentiels** de la réponse, même si tu as l'impression de bien la connaître.

Quelques petits conseils pour que tu puisses **faire bonne impression** et diminuer ton stress : dis-toi que ce type d'examen a des avantages et des inconvénients. Un avantage c'est que si le prof te fait comprendre que tu te trompes, tu peux rectifier, ce qui n'est pas le cas d'un écrit. De plus, il dure bien moins longtemps qu'un écrit. Donne d'abord un **plan succinct** ou un schéma de ce que tu vas exposer. En t'obligeant à suivre une **structure claire**, tu éviteras de t'éloigner du sujet et permettras au professeur de voir où tu veux en venir et de te remettre dans la bonne direction le cas échéant. Si l'on te pose des **questions complémentaires**, prends le **temps de réfléchir** pour remettre de l'ordre dans tes idées et éviter des erreurs dues à la précipitation. La bonne connaissance du plan détaillé du cours est ici capitale pour « rentrer » dans le sujet sans préparation.

Cela ne te fournira sans doute pas de points supplémentaires, mais veille à avoir une **tenue correcte**, à être **souriant(e)** même si tu es mort(e) de trouille... Inconsciemment, l'enseignant peut être influencé par l'image que le jeune lui donne (30 secondes suffisent !) et cela crée un climat plus (ou moins) agréable entre prof et étudiant(e). Arrange-toi pour qu'il ait envie de t'écouter en te voyant !



[https://www.google.be/search?q=dessins+de+questions+d%27examen : trac](https://www.google.be/search?q=dessins+de+questions+d%27examen+trac)  
(jactiv.ouest-France.fr)

- **Par écrit avec des questions ouvertes**

Commence par examiner le **nombre de questions et le temps** dont tu disposes avant de te « lancer ». Puis **lis bien et complètement les questions**, leur thème, leurs limites... et prêter une attention particulière aux verbes : ils indiquent souvent la direction à donner à la réponse. Ces questions peuvent être ciblées, de synthèse ou transversales. Tu dois pouvoir les reconnaître : le professeur ne t'indiquera généralement pas à quelle catégorie elles appartiennent. Les **questions ciblées** appellent une réponse courte, elles servent surtout à voir si tu sais définir avec précision et distinguer les notions du cours. Les **questions de synthèse** nécessitent un plus long développement et testent la capacité de raisonnement. Avec des **questions transversales**, tu dois prouver que tu peux comparer et relier des parties dispersées dans le cours et/ou le syllabus. Ces deux derniers types de questions, que l'on pourrait aussi qualifier de « **globales** », sont monnaie courante dans l'enseignement supérieur. Des mots qui reviennent parmi celles-ci : « expliquez », « comparez », « imaginez que », « résumez », « argumentez », « vérifiez que »..... Ne pas oublier d'étudier dans ce sens. Pour te donner confiance, tu peux **commencer par résoudre les questions** qui te paraissent les **plus faciles**, dont tu es sûr(e) des réponses. Tu aborderas ainsi plus calmement les parties moins « évidentes » de l'examen. Garde toujours un œil sur le **temps imparti** (on ne te donnera pas de « rabiote » comme parfois en secondaire !) et vérifie bien si tu n'as rien oublié !

Quelques rappels concernant le type de « rédaction » qui peut être attendu de la part d'un étudiant lors d'une tâche à accomplir durant l'année ou durant cet examen (n'oublie pas d'apporter des feuilles de brouillon, elles ne sont pas toujours fournies !) :

- a) Un **résumé ou un compte-rendu** : texte informatif qui expose dans une forme plus réduite le contenu d'un autre texte. Ne doit être prise en compte que l'opinion de l'auteur, pas celle de l'étudiant.
- b) Le **commentaire et le résumé critique** : texte écrit à propos d'autres textes, mais comportant cette fois des éléments d'évaluation de la part de l'étudiant.
- c) Le **texte argumentatif et la réflexion personnelle** : reposent sur une argumentation solide et nuancée.

Tout dépend si l'on veut informer ou convaincre. Donc bien savoir à quelles consignes d'écriture on doit se plier pour éviter les mauvaises surprises !

Pour améliorer sa méthode de **rédaction** dans l'enseignement supérieur, rappelons que pour tout type de production écrite, il faut d'abord faire un **plan** contenant les éléments constitutifs de la rédaction : une **introduction** qui annonce le sujet et situe le cadre, un **développement logique** avec différents paragraphes contenant chacun une idée et des transitions claires entre les parties et enfin une **conclusion** fixant l'essentiel du message et n'amenant pas d'élément nouveau si ce n'est d'ouverture. Il faut aussi de préférence rédiger des phrases courtes avec les mots appropriés et se relire... sans se précipiter. Cela vaut en partie pour un examen proprement dit, mais encore plus quand il s'agit de remettre, durant l'année, une tâche qui sera cotée. Rappelons aussi ici que dans certains travaux, c'est plus un texte de type **dissertation** qu'on attendra de toi. Tu as appris à maîtriser les bases de la dissertation durant tes études secondaires : introduction – thèse/antithèse – conclusion. Elles te seront très utiles à l'université ou en haute école, même dans une option scientifique.

- **Par écrit avec choix multiple (QCM)**

Cette méthode est très courante dans l'enseignement supérieur, principalement dans les premières années, où les étudiants sont les plus nombreux. La plupart des questions d'un QCM sont ciblées, faisant donc appel à une connaissance précise de la matière. Mais ce système n'exclut pas les questions de réflexion. « C'est un leurre de penser qu'il faut moins étudier pour ce type d'examen ! Au contraire : il faut très bien **connaître la matière pour éviter les pièges et les fausses évidences**. C'est d'ailleurs en jouant là-dessus que les professeurs vont établir leurs propositions ! »

(<https://www.google.be/search?q=seconde+session%3A+pour+ne+plus+avoir+peur+des+QCM>)

Comment répondre à un tel questionnaire ? Commence par lire attentivement la question et surtout par y répondre **sans regarder** les réponses proposées pour éviter de te laisser influencer et de douter. Ensuite, cherche parmi celles-ci celles qui sont sûrement fausses. Enfin, compare les propositions restantes avec ta réponse et choisis celle qui lui ressemble le plus. Si ta réponse ne correspond à aucune des propositions, prends le temps de réfléchir : peut-être as-tu mal compris la question ou t'es-tu trompé(e) de chapitre pour y répondre ? Tiens aussi compte des éventuelles «**nuances**» dans les réponses proposées : entre «souvent» et «parfois» il y a un monde !

Sois également attentif aux **consignes de notation** : si une réponse **fausse** est **pénalisée**, **abstiens-toi** en cas de doute car un -1 au lieu d'un 0 peut te faire échouer ! (Si tu en as l'occasion, entraîne-toi à ce genre de système pendant tes révisions.)

Contrairement à l'école secondaire, dans l'enseignement supérieur, il ne **suffit pas toujours d'avoir la moitié des points pour réussir** : le professeur peut exiger un 12/20 par exemple. Lis bien les consignes pour savoir exactement ce qu'il en est. Tu trouves cela illogique ? Ferais-tu appel à un médecin qui ne connaîtrait que la moitié du corps humain ou seulement une partie des symptômes d'une maladie ?

- **Par écrit à cahier ouvert**

Une forme moins courante d'examen écrit se pratique à cahier ouvert. Elle pourrait sembler plus facile mais il n'en est rien. Les questions appellent généralement

des **réponses plus fouillées** que dans un examen classique : les réponses attendues, basées bien entendu sur le cours, ne s’y retrouveront pas telles quelles (pas de restitution pure et simple donc). Pour s’y préparer, il faut non seulement bien **connaître la matière** mais en avoir une **vue d’ensemble** et être capable de relier les éléments entre eux. Comme ce type d’examen se fait souvent durant un temps relativement réduit, pas question de « découvrir » la matière au moment de répondre aux questions ! Perdre des minutes précieuses à chercher à quel endroit du cours trouver les informations peut mener à l’échec. Une bonne préparation bien structurée est donc indispensable.



<https://www.google.be/search?q=dessins+de+questions+d%27examen>  
(jactiv.ouest-France.fr)

## 2) Gérer sa performance à l’examen

Pendant l’examen, tu peux augmenter ta performance en

- **Lisant** attentivement **toutes les questions** et en choisissant l’**ordre** dans lequel tu vas y répondre (très important au niveau de la gestion du temps qui t’est donné à l’examen).
- **Lisant en entier chaque question** avant de répondre : Sur quoi porte la question ? Y a-t-il des sous-parties ? Dois-je plutôt définir, expliquer ou les deux ? etc. Sache que bien des erreurs viennent de la mauvaise lecture, d’une lecture incomplète ou d’une compréhension erronée des questions ! Ce serait trop bête de perdre des points à cause de cela.
- **Triant les questions par ordre d’importance** : inutile de faire du surplace sur une « petite » question et de ne pas avoir assez de temps pour répondre à une « grosse » ! Si la répartition n’est pas indiquée, demande-la ou réfléchis : une question de synthèse ou transversale rapporte souvent plus de points qu’une question ciblée, par exemple.
- Etablissant un **planning** tenant compte du temps imparti. Si une question n’est pas terminée dans les délais, passe à la suivante et reviens-y s’il te reste du temps. Privilégie aussi la qualité par rapport à la quantité.
- Donnant une **structure cohérente** au contenu de chaque réponse.
- Faisant si possible un **brouillon ou un plan** de réponse. Ils te permettent de te rappeler l’information d’abord et de la structurer ensuite, de sorte que ta feuille d’examen proprement dite soit bien claire et impeccable au niveau présentation. Dans certaines matières divisées en chapitres bien distincts, tu peux même noter les mots-clés des chapitres en question

AVANT de lire les questions ; cependant, tous les cours ne se prêtent pas à cette méthode : ce sera à toi de juger.

- **Relisant ta copie.** De préférence plusieurs fois : au moins une pour le contenu (cohérence, précision, exactitude...) et une pour la forme. En recherchant une éventuelle erreur qui pourrait s'être glissée quelque part... Et, pour les branches scientifiques, en vérifiant les calculs !
- **Soignant la forme** (style, grammaire, orthographe, structure, paragraphes...) et aussi ton **écriture**. Le premier coup d'œil du correcteur sur ta copie influencera sa cote finale. En ce qui concerne le **français**, attention : la **bonne connaissance** de ta langue maternelle, tant sur le plan de la compréhension que de la compréhension, est primordiale. Hélas beaucoup d'étudiants l'oublie en passant dans le supérieur : n'ayant souvent plus de cours de français dans leur programme, ils croient à tort ... que cela n'a plus d'importance. Et cela vaut aussi pour les branches scientifiques !
- Sauf dans le cas (de parties) d'examens où une mauvaise réponse te ferait perdre des points, essaie de répondre quand même quelque chose à une question qui te pose problème. Ajouter un exemple peut aussi jouer en ta faveur.
- Ne te laisse pas influencer par la rapidité de certains condisciples à rendre leur feuille ! Cela ne veut pas nécessairement dire que l'examen était facile pour eux ; à chacun son rythme.
- **Evite** toute forme de **tricherie**. Celui qui triche est mal à l'aise et si ça réussit une fois ou deux, ça ne dure jamais !

### 3) Gérer son stress



Image Clipart

Un examen, écrit comme oral, ne doit pas t'impressionner. Les professeurs ne sont pas (tous ?) des monstres. Tu peux contrôler ton stress au moment de l'examen en

- Arrivant bien à **l'heure** (mais pas trop, cela peut avoir l'effet inverse)
- Ayant **mangé** quelque chose de **léger** (pour éviter l'hypoglycémie) et étant passé ... par les toilettes avant l'examen (si, si : le stress peut te faire oublier ce ... détail qui n'en est pas un !)
- Te présentant « en forme » devant la porte du local et en face du prof à qui tu dois donner une **impression de confiance**
- Ne te laissant pas « démoraliser », ni par un prof ni par un condisciple trop sûr de lui (ou trop pessimiste)

- **Évitant** les **condisciples** qui mettent tes nerfs à **rude épreuve ou stressés**
- Ne mettant pas la barre trop haut (évite le perfectionnisme) et en **relativisant**
- Ayant la conviction que tu peux faire partie de ceux qui **réussissent** (cela s'appelle « la méthode Coué » mais... ça marche !)
- **Gérant** ton **temps** d'examen correctement
- Pour un examen écrit, en faisant un **brouillon** le plus complet possible, en te mettant à la place de celui qui corrige (présentation).
- Pour un oral, en n'utilisant que des **mots bien compris** (pour éviter de t'emmêler les pinceaux si le prof te demande... ce que tu veux dire par là !)

Si tu as, comme déjà conseillé, révisé régulièrement tes cours durant l'année, tu te sentiras plus sûr(e) de toi et donc plus calme le grand jour arrivé. Surtout si, comme déjà dit, tu as en tête plutôt la structure du cours complet que tous les détails... d'une partie seulement !

Pour « oublier » le stress, ou éviter un « black out », il existe quelques pistes, comme compter lentement jusqu'à 10 en se concentrant uniquement là-dessus ou fermer les yeux quelques secondes et imaginer une image paisible, respirer profondément plusieurs fois en gonflant le ventre pour amener l'air dans le fond des poumons... Au cas où, malgré tout, tu n'arriverais pas à te calmer, voici le truc du professeur Beilock de l'université de Chicago : pour éviter que le stress ne perturbe le cerveau et freine la concentration, elle préconise d'exprimer par écrit son angoisse et ses soucis en relation avec l'examen. Il paraît que c'est radical...

Deux derniers conseils qui valent leur pesant d'or :

- Devant la porte de la salle d'examen, ne relis plus « une dernière fois » : tu risques de tout mélanger... Le mieux est parfois l'ennemi du bien.
- Une fois l'examen terminé, tourne la page. Accorde-toi un peu de temps pour « récupérer » et essaie de rester positif, même si tu as des craintes pour le résultat. Inutile de mettre en danger l'examen suivant si tu ressasses constamment tes mauvaises réponses ou si tu vis sur un petit nuage parce que tu ne t'attendais pas à ce que ce soit aussi facile. Le prochain sur la liste attend de toi autant d'attention et de confiance en toi que celui que tu viens de passer.

Bonne chance !

## L'ÉVALUATION DES RESULTATS

Même si c'est un peu prématuré peut-être, nous avons tout de même souhaité écrire quelques lignes sur l'évaluation des résultats. Si tu **réussis** ta première session, **félicitations** ! C'est que tu auras **compris comment étudier** dans l'enseignement supérieur.

Si tu ne **réussis pas** (toute) ta session, voici quelques réflexions destinées à t'aider à dépasser ce cap difficile. Comme toute situation d'échec, rater ses examens n'est pas agréable, surtout si on s'est beaucoup investi pendant l'année et pendant le blocus. Si cela t'arrive, ne te laisse pas décourager et **remotive-toi** : dis-toi que ce n'est pas la fin du monde, un examen raté ne signifie pas une session fichue, encore moins l'anéantissement de toutes tes perspectives d'avenir. Profite de ces mauvais résultats pour « rebondir ». Fais ton **autocritique**. Le fait de comprendre ce qui ne s'est pas bien passé est un pas dans la bonne direction. Cela ne vaut d'ailleurs pas pour les examens uniquement, mais aussi pour tout travail intermédiaire, coté ou non. Le succès n'est pas seulement une question d'intelligence, la réussite repose en grande partie sur l'ardeur au travail, la capacité d'organisation et aussi sur la qualité des méthodes d'étude. Les idées qui suivent peuvent t'aider à rectifier le tir.

- Si tu as la chance de **voir tes copies** (ce n'est pas toujours possible, hélas), profite-en. Si pas, parle du contenu de tes réponses à des condisciples, demande conseil aux professeurs, à un assistant...
- Si ton école ou université te propose des « **aides à la réussite** », des cours de « remédiation », un système de guidance, tutorat ou de monitorat, n'hésite pas ! Tu pourras entre autres y analyser ton bulletin et bénéficier d'**explications** et de précieux **conseils**, notamment en matière de méthode de travail, gestion du temps, préparation aux examens futurs etc.
- **Analyse ta méthode de travail**. **Compare** ce qui a marché à ce qui a posé problème. Eventuellement, fais un tableau (objectif et honnête) avec d'un côté ce qui a donné de **bons résultats** et de l'autre ce qui n'a **pas** fonctionné. Ainsi tu pourras tirer certaines **conclusions** concernant les choses à garder et celles à **améliorer** à l'avenir. Voici en vrac quelques **causes récurrentes d'échec** :
  - Prise de conscience trop tardive du décalage et changement d'échelle entre l'enseignement secondaire et l'enseignement supérieur
  - Absences trop nombreuses aux cours
  - Notes de cours lacunaires
  - Etude trop limitée au syllabus (pas de lecture à côté)
  - Etude de la matière chronologiquement, page après page sans réfléchir
  - Manque d'esprit critique ou de sens du raisonnement
  - Manque de régularité dans le travail
  - Surestimation de tes capacités ou de tes acquis
  - Planning irréaliste ou non respecté

- Temps consacré aux études insuffisant
- Mauvaise répartition de la matière
- Lieu de travail inadéquat ou environnement défavorable
- Solitude et découragement en cours de blocus ou de session
- Manque de sommeil
- Mémorisation insuffisante ou trop tardive
- Difficulté de distinguer l'essentiel de l'accessoire
- Manque de vision globale du cours
- Manque d'esprit de synthèse, de capacités d'argumentation
- Mauvaise anticipation des questions d'examen considérées comme déconcertantes (préparation inadéquate ou absence de recherche d'information préalable sur les types de questions possibles)
- Connaissance insuffisante d'une langue étrangère (si nécessaire pour la formation)
- Problèmes de compréhension et/ou d'expression en français menant à une pauvreté du vocabulaire et des problèmes d'orthographe et de syntaxe (hélas beaucoup plus courants qu'on ne le croit)
- Motivation insuffisante pour les études choisies
- ...



Extrait des « Adorables » La crise mais laquelle ? – Anne-Catherine, Ed. Renaissance 2010 p 86

L'angoisse et/ou la nervosité peuvent aussi être à la base de « trous de mémoire » préjudiciables lors des examens. A toi de voir comment maîtriser ces phénomènes à l'avenir en prenant **conseil** auprès d'une personne de confiance ou d'un spécialiste. Si, comme signalé par ailleurs, un manque de temps durant le blocus est responsable de ce problème, il te suffira peut-être de changer ta méthode de travail et ton planning à long terme.



Image Clipart

Tu peux aussi, si tu le souhaites et si tes moyens te le permettent, faire appel à des entreprises spécialisées dans le coaching et l'accompagnement étudiant : blocus

assistés en internat, cours particuliers, modules prodiguant conseils et astuces... Certes onéreuses, ces méthodes peuvent donner des résultats, ne fût-ce qu'un « déclic » salutaire à l'étudiant en difficulté.

Il se peut aussi, hélas, que tu te sois mal orienté(e), que tu aies sous-estimé la difficulté de ton option, que la forme d'enseignement secondaire que tu as suivie ne t'ait pas offert la meilleure préparation à tes études supérieures (ce qui ne veut pas dire qu'il ait manqué de sérieux pour autant !), que tu te sois démotivé(e) au fur et à mesure pour toutes sortes de raisons. Si tel est le cas, demande conseil autour de toi (parents, centres d'information et d'orientation pour étudiants, conseillers psycho-pédagogiques ...).

Ne prends surtout pas de décision sur un coup de tête ! Peut-être devras-tu envisager un nouveau projet d'études et professionnel dans lequel tu excelleras. L'échec vécu ne sera pas perdu : tu pourras en tirer l'un ou l'autre enseignement et repartir d'un bon pied lors de l'année académique suivante. Apprendre, c'est parfois aussi se tromper. Inutile de te reprocher quoi que ce soit si tu as fait ce qu'on attendait de toi. Bon courage !



<http://www.istockphoto.com/fr/vectoriel/panneau-indicateur-d%C3%A9chec-temps-dessin-de-succ%C3%A8s-gm519702197-50178300>

## CONCLUSION

Nous voici arrivés au terme de ce petit guide sans prétention. Nous espérons que les quelques mises en garde et conseils qu'il contient te seront utiles dans tes futures études. N'hésite pas à faire appel à nous, tes – bientôt – anciens professeurs, si tu penses que nous pouvons t'aider d'une manière ou d'une autre. La porte de l'Athénée t'est toujours grand ouverte ! Reviens nous voir quand tu veux et donne-nous de tes nouvelles.

D'autres jeunes ont fait le pas du secondaire au supérieur avant toi. Certains nous ont laissé leurs impressions, ce pour quoi nous les remercions au passage. Nous espérons que tu feras de même à ton tour, pour alimenter notre prochaine brochure destinée bien sûr à ceux qui vont te suivre. Voici quelques-unes d'entre elles :

- « Les difficultés que j'ai rencontrées pendant ma première année sont : la prise de notes, la collaboration avec d'autres personnes de ma classe pour les travaux de groupe, la présentation orale de sujets, la gestion du temps d'étude et le fait que nous soyons livrés à nous-mêmes, sans aucun soutien des professeurs » G.
- « *Ce qu'on doit étudier à l'univ est bien plus compliqué et il y a beaucoup plus de matière à étudier qu'en secondaire. Il faut se préparer à bosser régulièrement et à assimiler la matière au fur et à mesure et non simplement étudier la veille de l'examen.* » N.
- « Je n'ai jamais vraiment eu besoin d'étudier en secondaire pour avoir des points satisfaisants et quand je suis arrivée à l'université... ce fut la catastrophe ! Lorsqu'on a 20 feuilles à connaître en humanités, on râle ; là il ne s'agit plus de 20 feuilles ou de 50 TP mais bien de 500 pages de théorie à gérer en plus des exercices, du bouquin et des démonstrations sans compter les formules... » M.-N.



Service aux étudiants et étudiantes Université de Moncton

- « *Les élèves en kot n'ont personne pour les écouter, ils sont maîtres de leur propre temps et c'est souvent là le problème. Plus personne pour leur dire : « ne fais pas ça, va dormir, et tes devoirs ? » Ce sentiment d'autonomie et de « je fais ce que je veux et quand je veux » est d'ailleurs la cause d'échec en fin d'année. ... Les élèves ont trop peu de matière à étudier et pas assez de difficultés à résoudre en humanités ; ils pensent réussir en adoptant la même méthode de travail qu'en secondaire, ce qui est totalement faux.* » G.
- « Dans certaines facultés, les horaires sont plus légers qu'en secondaire mais ce phénomène n'est pas anodin : le temps libre doit être mis à profit pour retravailler ses cours. Connaître « à peu près » est risqué. » O.
- « *Gérez bien votre temps, de sorte qu'il vous en reste pour la détente ; si vous décidez d'étudier, obligez-vous à ne rien faire d'autre.* » A.

- « Lorsqu'on arrive en supérieur, on n'a plus de devoirs, de tests, d'échéances pour les travaux. A nous de nous organiser au mieux ! Là est la difficulté : s'y mettre et être rigoureux. Il faut savoir et apprendre à s'organiser et ne pas prendre les choses à la légère ! ... Le premier blocus, c'est horrible car on n'a pas l'habitude de travailler quand les autres s'amusent ! ... Point important pour trouver sa voie : essayer de suivre quelqu'un du métier pendant une journée ou plus, car on ne se rend pas toujours compte de toutes les réalités ! » A.-L.



*Adorables volume 4 p 42 Anne-Catherine Van Santen (éditions Luc Pire – LF 2007)*

Ces quelques témoignages concrets d'« anciens » du secondaire te montrent à quel point le supérieur est différent de ce que tu as connu jusqu'à présent. Demande aux jeunes que tu connais qui viennent de sauter le pas : ils te diront la même chose. C'est justement pour t'éviter d'être pris au dépourvu que cette petite brochure a été rédigée.

Pour conclure définitivement ce livret, nous laisserons à nouveau volontiers la « parole » à l'université de Moncton (Canada) (service aux étudiants et étudiantes) en te souhaitant de tout cœur

**BONNE CHANCE !**



## **BIBLIOGRAPHIE**

### **Livres ou brochures**

- AUDETAT M.CI. et VOIROL Ch., *Méthodologie de travail et d'apprentissage* – Psynergie, Neuchatel 1998/1999
- CANTINEAUX B., *Comment étudier dans l'enseignement supérieur – Guide pour les étudiants de dernière année de l'enseignement secondaire*, éd. Atm
- DE KETELE R., DE ROO-ADRIANS S., DRAIME J. et al, *Question(s) de méthode – Comment étudier à l'université*, éd. UCL, 14<sup>e</sup> édition 2009
- DESODT Stef, *Bien étudier en étant sûr de réussir aujourd'hui et demain*, éd. Roularta Books 2010
- FENAUX A., SPIECE C., PERIN C., *Guide solidarité santé : Examens mode d'emploi*, novembre '99 – Union nationale des mutualités socialistes - <http://www.mutsoc.be/Mutsoc/MeDocumenter/Brochures/Adolescents/examens.htm>
- LAURENT N., *La mémorisation* – Collection « J'assure » - facilitateur d'étude, niveau supérieur, éd. Cogito/Luc Pire 2009
- LAURENT N., *La prise de notes* – Collection « J'assure » - facilitateur d'étude, niveau supérieur, éd. Cogito/Luc Pire 2009
- LAURENT N., *Les examens* – Collection « J'assure » - facilitateur d'étude, niveau supérieur, éd. Cogito/Luc Pire 2009
- LEVASSEUR C. et BERGERON G., *Méthodes de travail efficaces : La boîte à outils, Trucs et astuces de votre succès*, HEC Montréal 2012
- TAEYMANS B., GILKINEZ G., ZOVI M.-P., VAN DER HEYDEN M., HALLET D., GALAND F., *Ta Bloque Mode d'emploi*, éd. mutualité chrétienne/Jeunesse et Santé, Bruxelles 2010. [www.startingbloque.be](http://www.startingbloque.be)
- *Atelier Aide à la réussite Enseignement supérieur* (syllabus de l'), éd. SIEP Mons 2014
- Freezbe – CGSLB jeunes, *Prends ton envol*, 2016
- *Kit de survie pour la période des examens* FUNDP 00-01

### **Articles**

- ANTOINE Frédéric, Pour tenir le blocus, dans *La Libre Belgique*, 1<sup>e</sup> juin 1982
- BOEUR Caroline, Choisir mes études : un projet de vie ! dans *Profil* (Partenamut) n° 134, juillet/août/septembre 2015
- COLETTE Quentin, Conseils pour un blocus efficace, dans *L'Avenir* – jeudi 28 décembre 2017
- DEMELENNE Céline, Comment stimuler sa mémoire, dans *L'avenir (Deuzio)* n°1 – 7 janvier 2017
- FENAUX Anne et SPIECE Catherine, J'étudie 100% super cool, *Union nationale des mutualités socialistes – service Promotion de la santé*, 1999
- GROFILS Stéphane, Etudes supérieures : il est temps d'y penser, dans *Le Ligeur* n°4 – 6 février 2013, éd. Ligue des familles
- GROFILS Stéphane, Tous dans les « Starting-Bloquant », dans *Le Ligeur* n°9 – 17 avril 2013, éd. Ligue des familles
- F. G., Le blocus 2.0 : entre utilité et distraction, dans *L'avenir (Deuzio)* – 16 mai 2015

- HOFMAN E., DEBOURE E., PAILLARD L., Dossier Guide pratique de l'étudiant, dans *Le Vif - L'Express* 18 mars 2013
- JALLET A., Blocus : un examen pour la mémoire, dans *L'avenir* 21 mai 2013 p 6
- MARCHAL Alan, Le baptême peut briser des jeunes, dans *L'avenir* 15 octobre 2015
- MOREAU Catherine, Dormez, c'est bon pour la mémoire dans *PROF*, décembre 2013 p 38 et 39
- RESTIAU Julie, Vivre son blocus..., Etudier..., Se faire accompagner, dans *L'avenir (Deuzio)* – 2 décembre 2017
- TORREKENS Michel, Réussir sa 1<sup>e</sup> année en supérieur : un sacré défi !, dans *Le Ligueur- Actu parents* n°20 p 22-23 – 9 octobre 2013, éd. Ligue des familles
- Les exams ? Même plus peur !, *Profil*, magazine trimestriel Euromut (mutualité libre) n° 125 2<sup>e</sup> trimestre 2013 p 14-15
- Son 1<sup>er</sup> bachelier, comment le réussir après l'échec ? *Faits et gestes*, n°42 Fédération Wallonie Bruxelles, Printemps 2015

### Sources internet et autres

- Que faire après la rhéto, ULB: [http://www.ulb.ac.be/apres\\_la\\_rheto/3.html](http://www.ulb.ac.be/apres_la_rheto/3.html)
- Hoger onderwijs. Wat na het secundair onderwijs ? 2017  
<https://www.onderwijskiezer.be/v2/index.php>
- Son premier bachelier, comment le réussir après l'échec? Version numérique de l'article mentionné précédemment :  
[http://www.directionrecherche.cfwb.be/index.php?eID=tx\\_nawsecuredl&u=0&file=fil\\_eadmin/sites/srfg/upload/srfg\\_super\\_editor/srfg\\_editor/FG\\_pdf/FG\\_42\\_pdfweb.pdf&hash=28f1108a7e05b252c6444523a2979070d5c2b27b](http://www.directionrecherche.cfwb.be/index.php?eID=tx_nawsecuredl&u=0&file=fil_eadmin/sites/srfg/upload/srfg_super_editor/srfg_editor/FG_pdf/FG_42_pdfweb.pdf&hash=28f1108a7e05b252c6444523a2979070d5c2b27b)
- Conseils pour un blocus efficace. Version numérique de l'article mentionné précédemment : [http://www.lavenir.net/cnt/dmf20171227\\_01104717/conseils-pour-un-blocus-efficace](http://www.lavenir.net/cnt/dmf20171227_01104717/conseils-pour-un-blocus-efficace)
- SCIEUR Aude, les fiches thématiques du kit Starting-Bloque  
<https://www.jeunesseetsante.be/outils/les-fiches-thematiques-du-kit-starting-bloque> 2017
- TORREKENS Michel, Réussir sa 1<sup>e</sup> année en supérieur : un sacré défi !  
<https://www.laligue.be/leligueur/articles/reussir-sa-premiere-annee-en-superieur-un-sacre-defi-> 9 octobre 2013/ mise à jour le 7 octobre 2014
- VERBIST Audrey, Seconde session : pour ne plus avoir peur des QCM  
[http://www.lavenir.net/cnt/dmf20130824\\_00350382](http://www.lavenir.net/cnt/dmf20130824_00350382) 24 août 2013
- WEBER H., 4 conseils pour améliorer l'efficacité de votre méthode de travail et 6 conseils pour améliorer votre attention en classe : <http://donnezdusens.fr>
- Réussir à l'Université de Mons, cellule de pédagogie universitaire et qualité – centre d'information, de conseil et d'orientation  
[https://portail.umons.ac.be/FR/universite/admin/aff\\_academiques/Pedagogie\\_Qualite/cico/Pages/CICO.aspx](https://portail.umons.ac.be/FR/universite/admin/aff_academiques/Pedagogie_Qualite/cico/Pages/CICO.aspx) 2017
- Méthode d'étude –Service aux étudiantes et étudiants, Université de Moncton
- <https://www.jeunesseetsante.be/outils/les-fiches-thematiques-du-kit-starting-bloque>
- <https://www.google.be/search?q=seconde+session%3A+pour+ne+plus+avoir+peur+des+QCM>

## ANNEXES

Tableau des abréviations des mots les plus courants					
c a d	c'est-à-dire	ql	quel		
cf.	confère, voir	qq.	quelque		
c	comme	qqf.	quelquefois		
cpdt	cependant	qqu.	quelques-uns		
ds	dans	ss	sous		
ex.	exemple	st	sont	$\exists$	il existe
ê	être	svt	souvent	$\nexists$	il n'existe pas
pê	peut-être	tj.	toujours	$\subset$	inclus dans, fait partie de
gal	général	t.	temps	$\not\subset$	n'est pas inclus dans
gd	grand	tt	tout	$\notin$	ne fait pas partie de, est en dehors de
pt.	petit	ts	tous	$\forall x$	quelque soit x, pour tout x
id.	identique, idem	Adm.	administration	$\varepsilon$	quantité très petite
m	même	ab <sup>II</sup>	abréviation	$\infty$	infini, très grand
ms	mais	arc <sup>II</sup>	accélération	$\lambda$	quelconque
nb.	nombre	bu <sup>I</sup>	bouleversement	$\omega$	fin suprême et dernière
nbx	nombreux	b <sup>SC</sup>	baisse	$\nabla$	théologie
ns, vs	nous, vous	c <sup>II</sup>	conclusion	$\sphericalangle$	christianisme
obs.	observation	dv <sup>I</sup>	développement	$\mu$	musique - mathématiques
ort.	orientation	déf <sup>II</sup>	définition	$\pi$	pédagogie
pb.	problème	év <sup>II</sup>	évolution	$\delta$	sémantique - sémiologie
sol.	solution	gal <sup>II</sup>	généralisation	$\alpha$	algèbre
prtt	pourtant	n <sup>III</sup>	numérique	$\lambda$	philosophie

pr	pour	obs <sup>n</sup>	observation	ψ	psychologie
part.	partie	p <sup>n</sup>	permutation	ψα	psychanalyse

q.	que	q <sup>lé</sup>	qualité	λ	rhétorique
qd	quand	rev <sup>n</sup>	révolution	γ	grammaire, géographique
intro.	introduction				

Tableau des symboles usuels					
	conclusion		décroissance, baisse	↗	croissance, s'élève
→	implique, entraîne	≥	plus grand que	±	plus ou moins
→	n'implique pas	≤	plus petit que	≈	sensiblement égal à

=	égal à	+ -	plus ou moins	≠	différent de
---	--------	-----	---------------	---	--------------

Exemples d'abréviations propres à un cours ou un sujet particulier					
<i>Par exemple, pour un cours de mathématique</i>					
fr.	fraction	Fule.	formule	>	Plus grand que
equ.	équation	Sol.	solution	<	Plus petit que
th.	théorie	Fct.	fonction	≥	Plus grand ou égal
thm.	théorème	cll.	calcul	φ	diamètre
α	algèbre	±	Plus ou moins	∑	somme

Méthodologie de travail et d'apprentissage M.CL Audétat et Ch. Voirol – Psynergie – Neuchâtel, 1998

*Et aussi...*

- Comme : cō
- Femme : fê
- Homme : hô
- -tion : -t°
- Et : &
- ...