

Apprendre à apprendre ? Et si c'était la clef du succès ?

Ça y est, banco, vous avez décidé de changer d'orientation professionnelle... de repasser votre bac ... d'aller jusqu'à la maîtrise à la fac... de passer un concours qui va vous permettre de monter d'un échelon dans votre boîte, bref, dans tous les cas de figure, vous êtes prêt à apprendre, apprendre, apprendre et apprendre encore.

Mais Stop !

Avant de foncer, il est essentiel de savoir et de comprendre que tout ne repose pas sur votre seule volonté, aussi solide puisse-t-elle être, mais dans la méthode que vous allez utiliser pour parvenir à vos fins.

En bref, si vous ne savez pas *comment* apprendre, autant vous le dire tout de suite, vous êtes dans de sales draps.

Eh oui, mon bon monsieur, l'apprentissage est une science, pas un cadeau Bonux.

Et savoir *comment faire* est un réel avantage dans l'existence qui vous permettra de mieux réussir, d'atteindre plus facilement vos objectifs, voire même et surtout, de les dépasser.

Considérez donc que l'apprentissage est un métier et qu'il faut d'abord apprendre à apprendre.

Bien trop souvent, nous ne comprenons pas - culturellement - comment fonctionne l'apprentissage.

Peter Brown, Henry Roediger, et Mark McDaniel, les auteurs du livre « *Faites que ça marche : la science de l'apprentissage réussi.* » considèrent que « la manière d'enseigner est en grande partie un mélange de théorie, de traditions et d'intuition ».

Ce n'est que très récemment que l'apprentissage a été soumis à la rigueur

empirique de la psychologie cognitive – qui a fait ressortir les nombreuses et mauvaises habitudes qui nous collent et que nous avons tous tendance à avoir héritées de l'école.

Voici quelques exemples des façons « terribles » que nous utilisons pour apprendre :

En lisant, lisant et relisant encore.

Rappelons-nous de cette époque, sur les bancs de l'école. Lorsque vous vouliez préparer un examen, vous passiez un temps infini penché sur les mêmes textes à les relire pendant des heures.

Plus de 80% des étudiants disent que la relecture est leur stratégie principale d'étude. Brown, Roediger, et McDaniel citent trois raisons pour lesquelles cela ne fonctionne pas :

1/ La relecture prend une éternité. Vous pourriez sans doute apprendre mieux, dans un plus court laps de temps, avec d'autres stratégies.

2/ Des études montrent que de multiples lectures d'un texte ne procurent aucun avantage pour le mémoriser.

3/ La relecture est trompeuse. Maîtriser un texte n'est pas la maîtrise des idées derrière le texte. Relire un texte vous donne qu'une « illusion de savoir. » On a ainsi le sentiment que ce que dit un texte nous est très familier mais nous n'en avons, en réalité, qu'une connaissance superficielle.

Plutôt que de relire sans cesse, pensez à tester vos connaissances.

Cela est cent fois meilleur pour cultiver, puis ancrer profond, ses souvenirs à long terme.

Le Bachotage

Brown, Roediger et McDaniel parlent à plusieurs reprises de cette méthode « d'apprentissage de masse », que nous connaissons tous – l'étude rapide et intense d'un texte ou d'un livre pendant une très courte période de temps.

Synthétisant plusieurs décennies de recherche, ils notent que :

« La *Pratique Massive* nous donne la douce sensation que nous maîtrisons le sujet car le travail en boucle fait appel à notre mémoire à court terme, mais sans faire appel à notre mémoire à long terme qui seule, permet la construction efficace de notre savoir.

C'est pourquoi le bachotage rend notre connaissance du sujet uniquement efficace sur le court terme. Notre croyance en la maîtrise du sujet, là aussi, est illusoire. »

La maîtrise réelle d'une matière n'est obtenue qu'à partir d'une reconstruction de la connaissance.

Cela signifie que l'on doit d'abord se forcer à faire resurgir de notre mémoire la connaissance que l'on a d'un sujet, avant de le compléter ou de le reconstruire.

Nourrir votre «style d'apprentissage»

Vous savez probablement déjà si vous êtes plutôt un apprenant visuel, auditif ou kinesthésique (c'est à dire « *physique* »).

Car dans le monde, les apprenants visuels représentent 65% de la population, les auditifs 30%, les kinesthésiques 5%.

Sachez, cependant, qu'il est possible que vous vous trompiez.

« L'idée que les individus ont des styles d'apprentissage distincts a été répandu pendant suffisamment longtemps pour faire partie du folklore de la pratique de l'éducation et partie intégrante de la façon dont beaucoup de gens se perçoivent en tant qu'apprenants » écrivent les auteurs.

«Le principe veut que les gens reçoivent et traitent l'information nouvelle, tous différemment. Qui plus est, la théorie veut que les gens qui ne reçoivent pas d'informations dans leur style d'apprentissage préféré - par écrit, oralement, etc. - échouent. »

« Ce sentiment -insistent les auteurs- est toxique, car dire que vous avez un style d'apprentissage et pas un autre, vous donne le sens, corrosif et mensonger, que votre potentialité d'apprentissage est diminuée »

Si vous vous identifiez comme quelqu'un avec une « faible capacité

d'apprentissage kinesthésique », alors vous vous éloignerez probablement de l'athlétisme, de l'escalade, de la danse, du yoga, ou de l'une des différentes façons de prendre avantage d'avoir un corps.

De la même manière, si vous vous identifiez comme un « auditif faible », vous vous détournerez alors probablement de l'écoute de la musique, des conférences, et autres.

Être persuadé que l'on ne peut apprendre que d'une seule et même manière est un appauvrissement.

Au lieu de cela, Brown, Roediger et McDaniel vous encouragent à adopter l'idée d'une « intelligence à succès » : c'est à dire une attitude consistant à rassembler tous vos outils à la table d'apprentissage.

Oui, il existe différents types d'intelligences et, c'est en cela que réside la nouveauté : elles peuvent cohabiter !

Robert Sternberg, Psychologue à l'Université Cornell dit que cette intelligence peut être analytique, créative et pratique - mais rien n'indique qu'obligatoirement vous deviez choisir entre un modèle et un autre.

C'est pourquoi, lorsque vous essayez de maîtriser une idée, abordez-la avec toute l'étendue de vos intelligences.

Plutôt que de vous en tenir à un « style d'apprentissage » qui risque de limiter vos capacités, utilisez tous les moyens qui sont à votre disposition, ne vous cantonnez pas à vos habitudes, tentez de nouvelles approches, donnez-vous la chance d'apprendre autrement.

Voilà, maintenant vous savez. Vous savez que vous ne savez pas et qu'en tout premier lieu, il va falloir vous réapprendre à apprendre... pour mieux savoir.

Mais vous êtes super motivé, on le sait depuis le début de l'article. Donc, vous êtes sur la bonne voie, celle du plaisir, qui est le meilleur des soutiens pour dépasser toutes les limites, les vôtres, et montrer à tous qu'avec de la volonté, les montagnes sont des tas de sable et les océans des baignoires.

Et comme disait *Astérix* lui-même :

« Je ne connais pas encore ce genre de traversée mais, par Toutatis, je suis certain de m'en sortir très vite ! »