

Méthodes de travail : comment puis-je apprendre à étudier efficacement ?

Ces conseils s'adressent aux élèves du gymnase. Cette période entre l'école obligatoire et les écoles de type HES/HEU est cruciale pour l'apprentissage de méthodes de travail efficaces qui permettront d'envisager sereinement les études ultérieures

1). Planifier mon temps et en particulier mes différents temps d'étude. J'apprends à gérer le temps consacré à mon travail personnel, aux cours, aux activités extra-scolaires et mon temps libre de la meilleure façon. Remplir un agenda avec toutes les activités prévues sur une semaine est une excellente solution. Combien de temps suis-je prêt à consacrer à l'étude ? Combien de temps me reste-t-il en dehors des heures de cours et de travail personnel ? Un travail régulier est plus efficace à long terme qu'un travail ponctuel ; par exemple, je dois éviter de travailler uniquement pour les tests ! Souvent, des élèves viennent voir l'enseignant après un test car ils sont déçus de leur note: ils ont beaucoup travaillé et n'ont pas obtenu la note espérée : en les questionnant, il s'avère que la plupart du temps, c'est parce qu'ils ont attendu la veille du test pour réviser ! Cela n'est évidemment pas optimal : je planifie un moment de travail chaque semaine pour chaque branche.

2). Prendre des notes de façon utile. Cela se fait à la main, surtout pas avec un ordi, et pas n'importe comment : je dois synthétiser en continu le discours de l'enseignant et noter des idées déjà en partie digérées (donc il ne faut surtout pas noter sans comprendre...). Cela nécessite d'être concentré et à l'écoute durant les phases d'enseignement. Si mes notes ont des trous, que faire ? Demander aux camarades ou à l'enseignant ! Parfois, le polycopié accompagnant le cours permet de compléter. Je dois aussi prendre des notes de façon rapide, donc en évitant d'être trop méticuleux dans l'écriture.

3). Etre méthodique dans la résolution des exercices. Il faut appliquer une méthode rigoureuse, en principe fournie par l'enseignant lors des corrections des exercices en classe, pour résoudre les problèmes de physique. Je dois m'entraîner régulièrement à résoudre les problèmes avec la méthode indiquée par l'enseignant. Ces exercices proposés régulièrement par l'enseignant permettent de tester ma compréhension : c'est important de les faire et de suivre également la correction donnée par l'enseignant. En cas d'erreur, il est important que je sache ce que j'ai fait faux et pourquoi.

4). Apprendre de mes erreurs. C'est la réflexion sur ma propre pratique de résolution de problèmes et de travail en général. Je passe en revue mes habitudes d'apprentissage et je vérifie qu'elles fonctionnent bien pour moi. L'enseignant permet aussi de mettre le doigt sur mes erreurs : cela vaut la peine de lui demander conseil ! Je dois savoir ce que je fais faux pour y remédier, m'améliorer et progresser.

5). Réviser mes cours de manière efficace. Il est recommandé de faire régulièrement des résumés structurés des cours suivis, c'est-à-dire de réécrire, de mémoire si possible, ce qui a été vu. En tous les cas il s'agit de synthétiser et de réécrire et de ne pas recopier ou relire simplement le cours, ce qui n'est pas efficace. Il est suggéré de réorganiser l'information et de s'entraîner à se souvenir. Cela permet de tester de manière efficace ma compréhension du cours. Je travaille généralement seul, mais aussi de temps en temps avec d'autres camarades. Expliquer les choses aux autres est très efficace pour comprendre la matière.

6). Gérer le stress et la pression. Les situations délicates ont lieu généralement lors des diverses évaluations, tests ou examens. Je dois apprendre à gérer ces situations au mieux. J'en discute avec mes parents, mes camarades ou les enseignants. Le sport, pratiqué de manière régulière et sans excès, peut m'aider à gérer le stress.