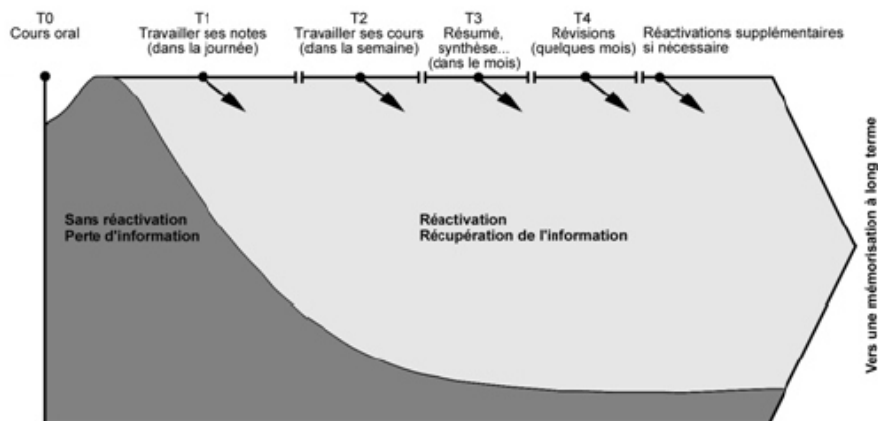


Découvrir de nouvelles méthodes de travail

Organiser son travail pour faciliter la mémorisation

Votre **façon de travailler la matière**, mais également votre **organisation** déterminent en grande partie l'efficacité de votre mémorisation. En **travaillant la matière régulièrement**, vous facilitez la mémorisation. En effet, après quelques heures, vous aurez déjà oublié près de 50% des informations entendues au cours ! Il est donc essentiel de travailler la matière à plusieurs moments-clés afin de favoriser son passage dans la mémoire à long terme.

Voici les différentes étapes qui vous permettront de "réactiver" la matière à plusieurs moments-clés :



Temps 0	Assister aux cours et prendre des notes	Une écoute active accompagnée d'une prise de notes efficace permet déjà de retenir spontanément certaines notions, de se focaliser les concepts "clés" et les informations importantes, de repérer la hiérarchie des informations, de structurer une première fois la matière, de situer le niveau d'exigences et les attentes du professeur... Autant d'informations importantes pour la suite !
Temps 1 <i>Dans la journée</i>	Retravailler les notes	Compléter ses notes à partir des supports écrits, vérifier sa compréhension, structurer davantage en soulignant, en ajoutant des titres, en numérotant, en ajoutant un schéma... Ce travail est idéalement à faire dans la journée, mais si votre horaire ne le permet pas, consacrez-y du temps dès que possible avant d'avoir oublié trop d'informations.
Temps 2 <i>Dans la semaine</i>	Lire activement ses supports	Lire activement les parties concernées dans le syllabus et/ou le livre de référence , en surlignant les concepts-clés et les relations qui les lient, en annotant dans la marge pour baliser la matière afin de retrouver facilement un passage important ou pour signaler l'emplacement d'une définition, d'un exemple, d'une question d'examen possible... Toutes ces opérations permettent de réactiver la matière tout en préparant le terrain pour la suite.
Temps 3 <i>Après avoir vu un chapitre</i>	Créer des outils de travail	Il peut être utile de passer à l'élaboration d'un résumé ou de schémas afin d'intégrer les différentes informations dans un même outil de travail, qui servira pour réviser. Une fois le résumé terminé, il pourra être intéressant d'élaborer un plan ou une synthèse de certaines parties de matière plus importantes, complexes... afin de faire apparaître les liens entre les différentes notions en "sortant" de la structure proposée par le professeur.
Temps 4 <i>En bloque et avant les examens</i>	Réviser	En utilisant vos propres outils réorganisés et synthétisés plutôt que les documents de départ, vous réactiverez plus facilement des notions déjà travaillées. Une nouvelle fois, veillez à être actif : récitez à voix haute, utilisez des images mentales, associez, regroupez l'information, posez-vous des questions en anticipant sur celles du professeur, exercez-vous à répondre aux questions-types disponibles...

Source : Université de Liège