



## AIDE À LA RÉUSSITE

### APPRENDRE À APPRENDRE

L'intelligence n'est pas statique. Bien qu'en partie héréditaire, notre potentiel est, la plupart du temps, mal exploité, comme un élastique que l'on n'étire pas à sa pleine longueur. Notre société et notre système d'éducation, en insistant sur le résultat et la performance, freinent et retardent parfois le développement de certaines habiletés de base nécessaires à la construction de l'intelligence. Nous sacrifions la démarche d'apprentissage au profit de l'efficacité. Au cégep, si l'enseignant suppose que l'étudiant sait comment apprendre, il risque de se centrer sur la difficulté scolaire de ce dernier plutôt que sur sa manière d'apprendre ou son attitude. Or, l'intelligence s'apparente à l'enfant qui découvre le monde. Elle exige tout au long de son développement, temps, accompagnement, conseils et stimulation.

### Le rôle du médiateur

À l'origine, nos parents, nos grands-parents et nos professeurs ont agi sur notre intelligence en nous transmettant non seulement des connaissances mais surtout des habitudes intellectuelles. En fait, ils ont joué un rôle de médiateur. En plus de nous aider à filtrer et à organiser l'information, ils nous ont appris à utiliser et à développer nos outils intellectuels. Ils rendent le monde extérieur plus accessible et, comme le vieux pêcheur qui inculque les rudiments de la pêche à son apprenti, ils guident l'apprenant, l'amènent à prendre du recul, l'incitent à analyser et à critiquer, contribuent au développement de méta-stratégies (méta signifiant « ce qui dépasse, englobe »). Celles-ci chapeautent nos apprentissages. Comment dois-je m'y prendre pour résoudre ce type de problème? Pourquoi ai-je échoué à cet examen? Quelle est la méthode la plus efficace pour se préparer aux examens? Un bon médiateur (un bon parent ou un bon professeur) encouragera ce type de réflexion en s'efforçant d'accompagner l'apprenant dans sa recherche d'une réponse significative et « intelligente ».

### Un obstacle majeur : les fausses perceptions

Avec les années, les fausses croyances (*Il y a des gens doués et d'autres non.*) et l'autocritique excessive (*J'étais nul en maths au secondaire, alors, pour mon cours de comptabilité, ça va être le désastre!*) nous ont réduits à l'impuissance. Des étudiants brillants et motivés, devenus désorientés et isolés, en viennent à douter de leurs capacités (*J'investis plusieurs heures dans mes études, mais j'ai du mal à appliquer mes connaissances aux examens. J'ai l'impression de prendre plus de temps que les autres, de me perdre dans les*



détails et d'être incapable de saisir l'essentiel.) Il est peut-être temps de rechercher le soutien d'un médiateur ou d'amorcer un questionnement métacognitif!

Il n'est jamais trop tard pour compenser un manque de médiation. Pour y arriver, il faut prendre le temps de s'arrêter, de se poser les questions pertinentes, de s'entendre réfléchir, de planifier et organiser sérieusement son étude, de chercher le soutien nécessaire.

## Débrancher le pilote automatique

Partons d'un exemple concret. Prenons l'énigme suivante : vous avez fait naufrage et vous êtes prisonnier d'une tribu de cannibales. On vous remet deux sabliers. Le premier mesure exactement quatre minutes et l'autre, sept minutes. Le chef de la tribu vous demande de lui signaler lorsque neuf minutes seront écoulées. Si vous réussissez, vous serez libre. Sinon, vous servirez de repas. Comment faire pour compter précisément neuf minutes à l'aide de ces deux sabliers? Certaines personnes seront tentées de décrocher avant même de commencer. Par manque d'intelligence? Sûrement pas! C'est d'abord un problème d'attitude. Elles diront : « C'est en plein le genre d'exercices que je ne réussis jamais. »

Par conséquent, il faut chercher d'abord à mater nos réflexes, à contrôler notre impulsivité. Il faut éviter de chercher immédiatement la solution en y allant au hasard ou en consultant le solutionnaire. Cherchez à décomposer le problème, à vous construire une méthode. Vous pouvez vous inspirer des étapes suivantes :

- 1) Prenez le temps. Avant de résoudre le problème, avez-vous bien pris connaissance de la nature de l'exercice? Avez-vous essayé de reformuler l'énigme pour tâcher de la simplifier?
- 2) Écoutez-vous réfléchir. Est-ce que vous avez porté une attention particulière à ce que vous vous dites intérieurement et avez-vous planifié mentalement votre démarche? Par quoi devriez-vous commencer? Avez-vous déjà eu à résoudre ce genre d'exercices?
- 3) Planifiez et organisez sérieusement la démarche. Avez-vous mis vos pensées sur papier ou transformé l'information en dessin? Le fait d'écrire et de visualiser permet de classer et d'organiser plus facilement la démarche.
- 4) Interrogez-vous. Si vous bloquez, laissez le problème de côté quelques instants. Pourquoi cette tâche vous rebute-t-elle? Lorsque vous avez senti la tension monter, avez-vous pris du recul? Puis, en reprenant l'exercice, vous êtes-vous obstiné dans votre façon d'aborder le problème? Avez-vous fait un effort pour sortir du cadre et pour imaginer d'autres hypothèses de solution? Avez-vous essayé de faire preuve d'un peu de créativité?
- 5) Demandez conseil. Avez-vous tenté d'expliquer le problème à quelqu'un ou avez-vous fait rapidement vérifier votre stratégie afin de la modifier ou de l'améliorer?

Toutes ces étapes sont fondamentales, mais très souvent escamotées sous prétexte qu'elles exigent trop de temps. Certains n'y voient aucun intérêt et se concentrent uniquement sur le résultat. Plus vous prendrez le temps d'analyser votre méthode de résolution de problème, plus vite vous développerez de bons réflexes qui seront transférables et utiles dans d'autres sphères d'activités. Une attitude stratégique n'est pas spontanée, car nous préférons naturellement procéder par intuition, par essais et erreurs ou encore par imitation. Au fond, il s'agit de retrouver le plaisir et la curiosité propres à l'enfance et de les mettre au service de votre intelligence. Amusez-vous à faire des expériences, à chercher une stratégie adaptée au problème. Persévérez au-delà des premiers obstacles sans pour autant vous imposer une pression inutile.



## La foi... en vos capacités

Si l'on s'y arrête quelques instants, on constate que résoudre un problème, de quelque nature qu'il soit (scolaire, professionnel, personnel), sollicite *grosso modo* les mêmes stratégies de base. Comme l'illustre l'exercice précédent, le fait de réfléchir à voix haute nous aide à mieux nous adapter à des problèmes nouveaux et, à long terme, améliore notre efficacité et nos performances. Plus nous prenons le temps de décortiquer les étapes nécessaires à la résolution d'un problème, plus il est facile de réviser et d'améliorer les stratégies employées et de les adapter à des contextes différents. Par exemple, si on a bien pris soin de comprendre les mécanismes d'organisation d'un travail, il sera d'autant plus facile de réaliser des tâches analogues (rapports, exposés, rédaction d'un article, d'un texte, etc.). Il s'avère donc possible de modifier en tout temps la structure de notre intelligence. Des exercices réguliers, des jeux, des lectures, des discussions entre amis ou avec vos professeurs alimenteront votre curiosité, vous rendront plus confiant et motivé. Vous serez alors en mesure de réaliser l'extraordinaire potentiel qui sommeille dans le labyrinthe infiniment fécond de votre cerveau.

De même, si vous avez pris le temps de résoudre le problème précédent, il sera alors possible d'appliquer ces stratégies à des tâches sans lien apparent (pensez à un domaine où vous éprouvez de la difficulté). Vous pourrez ainsi faire face à des problèmes avec une toute nouvelle attitude.

**BIBLIOGRAPHIE :** AUDY, P., RUTH, F. et M. RICHARD, *La prévention des échecs et des abandons scolaires par l'actualisation du potentiel intellectuel (A.P.I.)* Revue québécoise de psychologie, volume 14, no 1, p. 151 - 189. (1993).  
WUJEC, T. *Ayez un cerveau musclé*, Sainte-Marie-de-Beauce, Québec, agenda (1989).

**Publié par le Centre d'aide à la réussite**

3000, avenue Boullé, Saint-Hyacinthe (Québec) J2S 1H9

Téléphone : 450 773-6800

514 875-444, poste 2442

Rédigé par Éric Chassé, aide pédagogique au Centre d'aide à la réussite

Coordination du projet : Roger Bouchard

Version révisée en mai 2014

**Reproduction autorisée avec la permission de l'auteur**