

Comment saisir et retenir l'essentiel dans un cours

Suivre un cours en écoutant attentivement et prendre des notes est parfois un exercice difficile dépendant de plusieurs facteurs :

- le degré de nouveauté ou de difficulté que présente la matière;
- le style différent de chaque professeur, variable selon son élocution, sa personnalité, les méthodes qu'il emploie, la nature et le contenu du cours (théorie, pratique; connaissances, compétences, etc.);
- la capacité d'attention et la motivation de celui ou de celle qui écoute, variables selon le moment de la journée, le type de cours;
- l'aisance à faire plusieurs choses à la fois : écouter, comprendre et écrire.
- etc.

Pourtant, la présence attentive et active au cours représente généralement une bonne part du travail et un gain de temps; il est faux de croire que l'on peut faire aussi bien en étudiant seul parce qu'une part du travail de synthèse que vous auriez à faire dans ce cas est déjà faite par le professeur. De plus, les interactions, ainsi que les questions qui sont posées en classe apportent généralement un éclairage différent de ce qui se trouve dans les manuels et les notes de cours. Dites-vous enfin que c'est vous le premier responsable de votre apprentissage et que votre attitude est en grande part garante de l'intérêt que vous prendrez au cours : c'est à vous de donner sens à ce que vous faites.

Concrètement, il existe plusieurs façons d'être attentif dans le cadre d'un cours : certains s'efforcent de tout noter, tandis que d'autres au contraire préfèrent se concentrer sur ce qu'ils écoutent et prendre très peu ou pas du tout de notes. Il n'existe pas de méthode universelle parfaite pour tous : c'est à chacun de trouver la sienne, qui se situe peut-être dans un juste milieu. Comme il s'agit avant tout d'essayer de réfléchir sur ce qui est exposé à votre jugement, c'est une écoute active qui est à privilégier.

Tout noter, recopier ou enregistrer sont à proscrire

La tentation ou la tentative de tout noter n'est pas la solution idéale, car elle mobilise toute votre énergie à transcrire le cours intégral plutôt qu'à analyser et à retenir ce qui est important : à rester au niveau des mots vous risquez ainsi de perdre le fil de la pensée et de manquer l'information importante. C'est la même chose si vous recopiez vos notes : vous aurez de belles notes de cours, mais cela vous prendra beaucoup de temps pour un résultat peu efficace en termes d'apprentissage ; relisez plutôt vos notes et complétez-les en essayant de comprendre et de mémoriser le contenu le plus tôt possible après le cours. Enregistrer le cours n'est pas plus recommandable : cela vous prendra le double de temps de le réécouter et vous ne deviendrez jamais autonome en termes de prise de notes, or dites-vous bien que dans la vie professionnelle vous n'aurez pas toujours la possibilité d'enregistrer et de réécouter... entraînez-vous dès maintenant.

Écouter sans écrire?

À l'autre extrême, l'écoute sans prise de notes est risquée; elle oblige certes à se concentrer et à faire confiance à sa mémoire. Elle opère d'entrée de jeu une sélection axée sur la compréhension immédiate; sa principale limite est le manque de points de repère après coup, surtout quand vient le temps de réviser pour les examens. Disons que cette méthode peut convenir à quelques rares personnes dans certains cours, mais pas pour tous.

Écouter et noter

À mi-chemin entre ces deux attitudes se trouve celle qui consiste à noter l'essentiel pour se doter de points de repère utiles à la compréhension et lors des révisions. Mais d'abord comment reconnaître l'ESSENTIEL?

L'essentiel en principe est ce qui compte, ce dont on ne peut se passer, ce qui est absolument nécessaire..., ce qui se distingue de ce qui est secondaire...

Certains disent que dans un cours tout est essentiel; en effet, un cours est généralement un condensé, mais un cours laisse aussi place à des exemples qui servent à expliquer, illustrer... Les exemples concrets sont importants (ils peuvent vous servir, par analogie, à reconstituer un raisonnement), mais ils sont interchangeables; ils vous servent à comprendre le fonctionnement des principes d'une théorie qui, eux, sont essentiels.

Exemples et principes théoriques ne se situent pas sur un même plan. Vous pouvez donc les distinguer sur votre feuille en variant la couleur ou la typographie ou en jouant sur l'espace quand vous prenez vos notes; si vous êtes attentif au discours de la personne qui parle en avant (professeur, conférencier, étudiant qui fait un exposé), vous entendrez même les introducteurs pédagogiques du type : «prenons par exemple...»

Suggestions

- **Indiquer le titre et la date du cours** (= se doter de points de repère).
- Essayer de **faire ressortir la structure** ou les grandes parties du cours en utilisant l'espace, les marges et les ressources typographiques (majuscules, soulignement, surlignement, etc.); **faire des liens** d'une idée à l'autre en utilisant des flèches ou tout autre moyen de mise en relief.
- De même, indiquer par une étoile ou un signe quelconque les points sur lesquels le professeur a insisté (voir ci-dessous comment les reconnaître).
- Utiliser le point d'interrogation pour les notions qui ne vous semblent pas claires et qui méritent de poser des questions soit au professeur soit à vos collègues.
- **Repérer** l'essentiel se fait en écoutant attentivement non seulement le contenu mais aussi **les articulations du discours** : les phrases ou les mots de transition et les marqueurs de relation indiquent que l'on passe à autre chose et ils aident, du fait même à structurer la pensée en établissant des liens logiques entre les idées.

En voici quelques exemples, introduisant :

- une répétition : autrement dit, en d'autres termes... Or, ce que l'on répète est généralement important et digne d'être noté et souligné;
 - une progression : premièrement, deuxièmement, etc. et leurs synonymes : en tout premier lieu, ensuite, puis, finalement...;
 - une insistance (à noter impérativement!) : particulièrement, le plus important, etc. ;
 - une opposition, une différence : contrairement à, cependant, or;
 - une comparaison : comme on l'a vu pour...;
 - un rapport de cause à effet : en raison de, c'est pourquoi, en effet...;
 - un résumé important à noter : bref, par conséquent, pour toutes ces raisons, en conclusion.
- **Observer les gestes et les signes non verbaux** : variations de la voix et du débit, hausse ou baisse de ton, silences, déplacements, écriture au tableau, utilisation de matériel audiovisuel, etc. sont des moyens de mettre l'accent sur certains aspects ou d'indiquer que d'autres sont secondaires (comme lorsque vous utilisez des parenthèses).
 - **Écrire en style télégraphique** ou en abrégé sans perdre le sens (développer votre propre technique en utilisant les abréviations que vous connaissez ou que vous êtes sûr de pouvoir décoder ensuite); s'entraîner à savoir résumer rapidement une idée en ses propres mots (peut se faire en lisant).
 - **Vous initier à faire des «cartes conceptuelles» schématiques** pour synthétiser le contenu (ex : en biologie, dessiner des boîtes résumant le ou les systèmes de classification vous permettra d'y voir plus clair et de mieux retenir la matière).
 - **Vous préparer au prochain cours** : lire sur le sujet, les notes de cours servent à cela en particulier; relisez les notes que vous avez prises au cours précédent; faites ou refaites les exercices qui vous aideront à mieux comprendre et à mieux cibler ce qu'il est important de retenir et donc de prendre en note.
 - **Comparer vos perceptions à celles de vos collègues.**

Rédigé par Élisabeth Haghebaert, Centre d'aide à la réussite, août 2007.

Sources :

BÉGIN, Christian (1992), *Devenir efficace dans ses études*, Éditions Beauchemin.

DUBÉ, Dominique, psychologue, «L'écoute en classe», Centre d'orientation et de consultation psychologique, Université Laval, en ligne :

[http : //www.cocp.ulaval.ca/sgc/cache/bypass/pid/1104?print=1](http://www.cocp.ulaval.ca/sgc/cache/bypass/pid/1104?print=1), consulté le 30 juillet 07.

TREMBLAY, Raymond Robert & PERRIER, Yvan (2000), *Savoir plus*, Les éditions de la Chenelière.

