

## Accompagnement personnalisé : un exemple d'atelier pour répondre à des besoins spécifiques identifiés.

---

### *L'enjeu de la mémorisation dans le cadre d'une formation Baccalauréat professionnel Conduite Routière*

---

Dans le cadre du Baccalauréat professionnel Conduite Routière, les élèves doivent passer et obtenir le permis B la première année. Cet examen fait partie intégrante de leur formation. L'échec au Code de la Route est alors réhibitoire car il ôte la possibilité d'obtenir le diplôme. La réussite à cet examen est souvent faible avoisinant seulement les 50 % de réussite. Ce faible taux est attribué à un manque de méthode d'apprentissage ou à un défaut de mémorisation. A la demande d'un enseignant de Conduite Routière, responsable de l'apprentissage du Code de la Route, un module d'intervention a été spécialement conçu pour cette section. Pour une classe de 20 candidats, sur un semestre, avant le passage de l'examen, l'objectif était triple :

- sensibiliser sur le sujet de la mémoire et de la mémorisation
- découvrir le potentiel mnésique et le profil cognitif de chacun
- découvrir des techniques de mémorisation pour se les approprier

Après des tests d'évaluation (voir annexe 1), les premières séances ont attiré l'attention sur ce que recouvrait la notion de mémoire. Par exemple, lors du premier contact des questions du type : « Ecrivez tous les numéros de téléphone que vous connaissez. Qu'avez-vous mangé hier ? Comment étiez-vous habillé le jour de la rentrée scolaire ? » étaient destinées à faire appel à différents types de mémoire. La question qui a suscité le plus d'intérêt était : "Quel est votre souvenir le plus lointain ?" : celle-ci a pu montrer à quel point la mémoire était constitutive de chaque individu et qu'elle régissait l'ensemble des activités intellectuelles et affectives.

Le programme leur a également permis d'avoir des conseils pour entretenir leur mémoire (hygiène de vie voir annexe 2) et d'identifier leur propre profil cognitif : visuel, auditif, kinesthésique. En effet, chaque individu possède un canal privilégié pour accéder au savoir (voir annexe 3). Discerner le profil de chaque élève permet de lui offrir des conseils personnalisés sur les méthodes d'apprentissage qui lui conviennent le mieux et de renforcer ce canal privilégié. Ainsi un auditif a compris que les bavardages ou le bruit en cours est plus pénalisant pour lui que pour quelqu'un de visuel. Ensuite chacun a pu découvrir d'autres méthodes comme la méthode associative, les méthodes spatiales (exemple : j'apprends chaque partie de mon cours dans une pièce différente de la maison) ou des méthodes plus spécifiquement applicables pour la mémorisation auditive. Nous avons choisi de travailler sur des écoutes de texte (et non la lecture) pour laisser la place à l'épanouissement de la mémoire des auditifs et aussi éviter les difficultés liées à la lecture en général et au code écrit.

Enfin la dernière partie de ce module a insisté sur des exercices de concentration, classés par difficulté croissante, où il s'agissait d'évaluer la mémoire immédiate (voir annexe 4). On pourrait aussitôt rétorquer que stimuler des fonctions de reconnaissance de la mémoire spatiale n'active en aucun cas l'apprentissage du Code de la Route. Mais ces éléments ont fait la preuve qu'ils renforçaient l'attention et la concentration des élèves. La mémorisation n'est pas une question de capacité mnésique mais plutôt d'attention. Le professeur B. Deweer, chercheur au CNRS, révèle que les difficultés liées à la mémoire sont « plus des problèmes d'attention que des troubles de mémoire à proprement parler et concernent toutes les tranches d'âge »<sup>1</sup>. Conscients de l'importance de ce module, les candidats se sont montrés motivés : le taux d'échec cette année-là a été ramené

---

<sup>1</sup> AZZOPARDI G. (2008). "Votre mémoire. Plus de 200 Exercices pour la tester et la booster", Paris, First Editions, p. 7.

à un seul candidat. Nous pouvons donc affirmer qu'un travail de sensibilisation sur la mémoire est indispensable pour renforcer ces compétences. Les modules d'accompagnement personnalisé sont un moment propice pour concevoir ce type d'approche surtout lors de circonstances précises, lorsque l'élève est à même d'identifier le caractère nécessaire de l'intervention et les enjeux qui y sont liés.

## ANNEXE 1 : Extrait du test d'évaluation

1. Quels signes étaient présents dans le tableau 1 ? (Le candidat pouvait observer le tableau pendant 1 minute)

Tableau 1	oui	non	Tableau 1	oui	non
€			+		
Ω			Ä		
£			•		
¥			ж		
©			й		



TABLEAU 1

## ANNEXE 2 : Conseils d'hygiène de vie pour améliorer sa mémoire

- Etre positif. Ne dites pas sans arrêt « Je n'ai pas de mémoire ! ». A force de répéter cette phrase, le subconscient va accepter cette pensée négative et va s'organiser pour la concrétiser.
- Apprendre à se relaxer. Le stress a un effet négatif sur la mémoire.
- Pour retenir une information il faut avoir une image mentale claire de ce que l'on veut retenir. Ce qui est bien représenté, se retient bien. Exemple : pour une liste de courses de quatre ou cinq ingrédients à acheter, il faut visualiser les rayons du magasin où il faudra se rendre. On peut également apprendre chaque partie d'un cours dans un endroit différent de la maison ou encore imaginer une boîte (d'une couleur particulière avec un titre évocateur, etc.) contenant le cours à connaître. Ouvrir mentalement la boîte permet d'avoir accès à son contenu. Un individu ayant un profil kinesthésique aura plutôt besoin de bouger pour apprendre, marcher par exemple.

- Avoir une bonne hygiène de vie : alimentation équilibrée, aliments riches en magnésium comme le pain complet, le chocolat, les légumes, en phosphores en en calcium comme le fromage, le lait, en vitamines B comme la levure de bière, le germe de blé, etc.  
Dormir au moins entre 8 heures par nuit.  
Faire du sport, boire au moins 1 litre ½ d'eau par jour.

## ANNEXE 3 : Exemple de questions destinées à évaluer le profil cognitif

- 1. Vous devez monter un meuble en kit... :**
  - a. Vous demandez d'abord à un adulte
  - b. Vous commencez par regarder les schémas
  - c. Vous essayez tout de suite de le monter vous-même.
- 2. Vous avez un rendez-vous important, on vous explique comment venir :**
  - a. Vous écoutez et répétez le trajet pour confirmation
  - b. Vous venez en repérage la veille et faites une première fois le trajet
  - c. Vous prenez des notes ou regardez le plan sur Mappy.fr.
- 3. Vous assistez à un cours ou votre prof vous projette un film historique sur lequel il vous interrogera.**
  - a. Vous réalisez un schéma à partir des informations qui défilent à l'écran
  - b. Vous écoutez attentivement pendant le film
  - c. Vous êtes captivé par le jeu plus ou moins bon des acteurs.

## ANNEXE 4 : Exemple d'exercices de concentration

1. Trouvez le nombre de triangle dans cette figure.

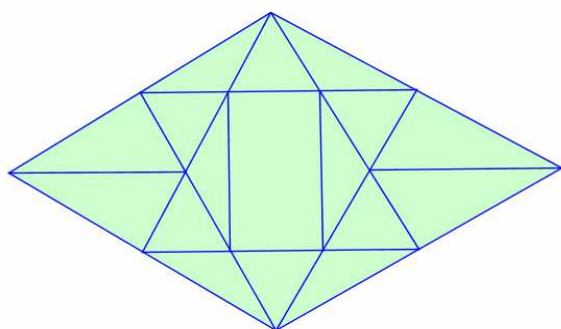


Figure 2

Autres énoncés :

2. Voici une liste de 15 groupes de symboles. Cochez dans chaque groupe de droite le ou les symboles présentés à gauche. Vous avez trente secondes!

1. ☉ □                      ♁ ☉ ◆ ♁ □

2. ◆ □

☒ □ ℓ • ✕

3. ∂ ■

⌘ ∞ ℓ ● ○

3. Dans cette liste : quelles lettres sont en double exemplaire ?

あ い お た

う き し の

お う あ し

## BIBLIOGRAPHIE

AZZOPARDI G. (2008). "*Votre mémoire. Plus de 200 Exercices pour la tester et la booster*", Paris, First Editions.

GEISSELHARDT R. et Hofmann C. (2009). "*Entraîner sa mémoire. Techniques de mémorisation et de concentration*", Bruxelles, Ixelles.

GIORDAN A. et SALTET J. (2007). "*Apprendre à apprendre*", Paris, Librio.

LAPP D. (2006). "*Améliorez votre mémoire à tout âge*", Paris, Dunod.

LIEURY A. (2005). "*Mais où est donc ...ma mémoire*", Paris, Dunod.