

Stratégies Mnémotechniques

Avant de commencer, il faut faire attention à un point. "La mémoire n'est pas un muscle". Ce n'est pas parce que l'on exerce sa mémoire que celle-ci va devenir plus performante. Le fait d'effectuer des exercices de mémoire ne servira à rien dans l'amélioration de la mémoire dans la vie quotidienne.

Par exemple, si une personne fait très souvent des mots-croisés, elle deviendra très performante pour les mots-croisés spécifiquement. C'est ainsi que fonctionne la mémoire. Si l'on se dit qu'il faut répéter un certain exercice de mémoire pour que celle-ci reste performante, tout ce que l'on réussira à obtenir est de devenir performant dans cet exercice-même.

Nous parlons à présent de stratégies mnémotechniques. Il faut maintenant également faire attention à un point. L'apprentissage de stratégies mnémotechniques ne va non plus pas améliorer la mémoire des personnes. Les stratégies mnémotechniques sont des facilitateurs du fonctionnement mnésique. En effet, en utilisant une stratégie mnémotechnique, nous allons pouvoir mémoriser des items de façon plus adéquate et donc plus facilement. Cependant, cette facilitation de la mémoire ne se fera que pour la tâche spécifique pour laquelle nous utiliserons la stratégie. Il ne s'agit en aucun cas d'arriver à une généralisation vers d'autres domaines de la mémoire grâce aux procédés mnémoniques.

Utiliser une stratégie mnémotechnique est fort simple, surtout si une personne nous dit quelle stratégie adopter pour quelle tâche. Il suffit d'utiliser la stratégie et effectivement la mémorisation d'items est facilitée. Le problème vient dans l'apprentissage de ces stratégies. Quand faut-il utiliser telle stratégie pour une tâche spécifique? Il faut en effet grâce à un bon apprentissage arriver à automatiser des moyens mnémotechniques ou des procédés d'encodage efficaces, afin de les utiliser efficacement, quand cela devient nécessaire, dans la vie quotidienne. C'est là que se trouve le problème: réussir à adopter spontanément un procédé facilitateur lorsqu'il serait vraiment efficace demande un bon apprentissage.

Nous présentons dans MNEMOTHEQUE quelques stratégies mnémotechniques. Voici ces stratégies:

- la méthode de la table de rappel

Le sujet doit associer dans une image mentale les informations à mémoriser avec des items-pivots numérotés qu'il a préalablement appris. Lors de l'apprentissage d'une liste d'informations, le sujet crée une image interactive entre le premier item-pivot de la table de rappel et la première information à mémoriser. Au moment du rappel, le sujet évoque d'abord le numéro d'ordre, ce numéro indice le rappel de l'item-pivot, celui-ci indice le rappel de l'image interactive; enfin, le sujet décompose l'image interactive afin d'accéder à l'information-cible.

- la méthode des localisations

On demande au sujet de créer des images mentales qui associent les informations à mémoriser à des localisations précises dans un espace connu (par exemple, une rue qu'il connaît bien ou les différentes pièces de sa maison). Supposons qu'une rue ait été choisie; une image mentale de la

première information à mémoriser est associée à la première caractéristique distinctive de la rue (par exemple, la première maison). L'information suivante est liée à la deuxième caractéristique, et ainsi de suite. Pour récupérer les informations, il suffit de parcourir mentalement la rue, d'examiner chaque endroit et d'identifier les images qui ont été formées.

- la réorganisation du matériel à apprendre

L'apprentissage chez l'humain doit être organisé. Une bonne organisation est importante à trois niveaux : "premièrement, celui de l'organisation qui existe déjà dans la mémoire à long terme de chacun; deuxièmement, l'organisation qui peut être perçue ou générée à partir du matériel à apprendre; et enfin troisièmement, une organisation reliant ces deux premiers niveaux et permettant ainsi de retrouver le matériel de la façon et au moment voulu" (Baddeley, 1993). Dès que le matériel à mémoriser est organisé de façon adéquat pour l'apprenant, il devient plus facile à retenir.

- la réduction du codage

Cette stratégie mnémotechnique tend à réduire l'ensemble de l'information stockée. Un exemple est celui des deux méthodes les plus employées pour se souvenir de l'ordre des couleurs du spectre, c'est-à-dire, rouge, orange, jaune, vert, bleu, indigo, violet. Le codage réductif utilise les lettres initiales pour créer un acronyme prononçable et facilement répétable tel que ROJUBIV. Le codage élaboratif équivalent considère aussi les lettres initiales, mais en les utilisant de façon à générer une phrase telle que: "Roger Organise Jeudi Vers Bordeaux une Initiation à la Voile". Un avantage des procédés mnémotechniques de réduction de codage est qu'ils peuvent être répétés très rapidement et être maintenus verbalement lors du traitement d'une autre tâche.

Activités

- 1) [Activités dans le laboratoire](#)
- 2) [Activités dans la brocante](#)
- 3) [Activités dans la ville](#)
- 4) [Apprentissage par analogie](#)

Les différents lieux de l'environnement de MNEMOTHEQUE contiennent chacun des activités spécifiques à la méthode d'apprentissage qu'ils illustrent. Nous allons décrire les activités se déroulant dans chacun des lieux : le laboratoire béhavioriste, la brocante constructiviste et la ville situationniste. Nous prendrons un exemple d'activité pour chaque lieu. Il est aussi important de stipuler que les épreuves demandées à l'apprenant ne concernent que la mémoire déclarative (i.e mémorisation de listes d'items par exemple). Les épreuves demandés aux apprenants seront du rappel. Il serait également intéressant de permettre aux élèves utilisant cet hypermédia de s'expliquer sur les stratégies qu'ils ont eux-mêmes employés; ce feed-back ne pouvant être analysé par l'ordinateur, il serait destiné au professeur.

1) Activités dans le laboratoire

Le laboratoire propose des activités de type béhavioriste. Il s'agira donc surtout de répétition de tâches amenant à un apprentissage par renforcement.

La première activité proposée dans le laboratoire par un savant fou est un ensemble de listes à apprendre par coeur. On propose à l'apprenant la stratégie mnémotechnique à utiliser. Cela consiste à apprendre par coeur une liste de base, et à partir de celle-ci construire des images mentales. L'apprenant doit réussir à appliquer cette stratégie correctement plusieurs fois.

La deuxième activité proposée est une suite de lettres aléatoires à apprendre. On propose au sujet de recombinaison ces lettres afin qu'elles forment un mot ou des mots sémantiquement valides. Avec cette stratégie, le sujet doit pouvoir redonner la suite de lettres sans en oublier aucune. Cette tâche serait également répétée plusieurs fois.

2) Activités dans la brocante

La brocante propose des activités de type constructiviste. Il s'agit pour l'utilisateur de réaliser un apprentissage par exploration.

L'activité consiste à mémoriser une liste d'objets appartenant à un stand d'une brocante. Il va y avoir deux tâches proposées à l'utilisateur. Dans un premier temps, il visualisera pendant une minute 16 objets (sous forme de dessins); il devra ensuite taper leur noms au clavier (sans limite de temps). Dans un second temps, l'apprenant sera invité à visualiser une nouvelle liste de 16 objets pendant une minute et à les organiser en catégories. Il devra de nouveau les restituer. Normalement, le taux de rappel dans la seconde épreuve devra être supérieur à celui de la première. Nous espérons ainsi avoir fait découvrir la stratégie d'organisation sémantique à l'apprenant. Cette activité a été implémentée avec Authorware.

3) Activités dans la ville

Dans la ville, les activités sont contextualisées. Il s'agit pour l'utilisateur de se débrouiller dans des situations concrètes de la vie quotidienne qui demande de mémoriser des items.

La première activité propose au personnage de mémoriser une liste de courses à faire. Par une stratégie d'association mot-image, l'utilisateur devrait pouvoir mémoriser cette liste. L'apprenant est invité à se représenter le chemin qu'il a de chez lui jusqu'au supermarché et d'associer différents lieux de ce trajet à sa liste de commissions. Cela lui permet de retenir correctement la liste de courses étant donné qu'il connaît bien son trajet.

La deuxième activité propose au personnage de se mettre dans la peau d'un garçon de café. Il doit mémoriser des commandes venant des clients et pouvoir les reformuler. La stratégie utilisée pourrait être une réorganisation sémantique pouvant faciliter cette mémorisation.

4) Apprentissage par analogie

Les activités dans cette zone consisteront en la répétition des activités précédentes quelque peu modifiées (contexte plus ou moins proches, items différents...). Mais il s'agira pour l'apprenant de trouver lui-même la meilleure stratégie à appliquer pour bien réussir la tâche demandée. Il devra donc procéder à un transfert analogique des compétences acquises pendant la première phase.

<http://www.ado-mode-demploi.fr/trucados/trucs-et-astuces/tout-plein-de-petites-astuces-mnemotechniques-a-apprendre-a-votre-ado/>

5. Les astuces orthographiques

- Mourir ne prend qu'un " r " car on ne meurt qu'une fois.
- Nourrir prend deux " r " car on se nourrit plusieurs fois.
- Courir ne prend qu'un " r " car on manque d'air en courant, mais quand on arrive on prend tout l'air qu'on peut.
- L'hirondelle prend deux " l " car elle vole avec ses deux ailes.
- La vieille ne peut marcher qu'avec ses deux bâtons.
- Appuyer prend deux « p » car on s'appuie mieux sur deux jambes.
- Un balai prend un seul " l " car il n'y a qu'un manche.
- Un ballet prend deux " l " car pour danser il faut deux jambes.
- Toujours, toujours un " s " et à jamais, ne jamais l'oublier.
- J'aperçois sur une jambe mais j'apparais sur les deux.
- Le chapeau de cime est tombé dans l'abîme.
- Satellite prend 2 l car c'est plus pratique pour voler. (et un seul t car il ne tourne qu'autour d'une seule terre)
- On dit chapeau pour la tâche accomplie et non pas chapeau pour la tache au complet.
- Liste de mots qui ne prennent qu'un r .Un paresseux couronné caressait une carotte avec un air intéressé :
- Échapper prend deux « p » car on s'échappe mieux avec deux pieds.
- Culotte prend deux t car il y a deux jambes pour une culotte

Mnémotechnique : Art de développer, d'aider la mémoire.

Chacun apprend selon les chemins de sa mémoire.

Certains auront une mémoire auditive, d'autres, une mémoire visuelle, enfin, certains et notamment les adultes, acquièrent une mémoire associative.

C'est cette dernière qui est sollicitée lorsqu'on emploie la mnémotechnique.

Elle reste une excellente méthode d'apprentissage.

J'y suis très attachée et je vous transmets ici tout ce qui m'est revenu en mémoire.

Libre à vous ensuite de créer vos propres moyens pour retenir les règles.

Conjugaison

Moyen mnémotechnique

2 verbes se suivent	Quand deux verbes se suivent le second se met à l'infinitif. <i>J'aime manger – Je veux acheter – Il faut suivre</i>
Participe en -é ou infinitif en -er?	Si je remplace le verbe par vendu -> c'est un participe <i>J'ai acheté du pain. -> J'ai vendu du pain. (vende)</i> Si je remplace le verbe par vendre c'est un infinitif. <i>Je vais acheter du pain. -> Je vais vendre du pain. (vendtt)</i>
Jamais de T après 'je'.	Phrase à retenir : Je n'aime pas le thé. (Je – n'aime pas le T) <i>Je jouais et non je jouait.</i>
Les verbes qui se conjuguent avec l'auxiliaire –être-	Phrase à retenir : DR (et) MRS P. VANDERTRAMP -> (d escendre, r entrer, m ourir, r evenir, s ortir, p asser p ar, v enir, a ller, n âître, d evenir, e ntre, r etourner, t omber, r ester, a rriver, m onter, p artir)
Hypothèse	Phrase à retenir : Les si n'aiment pas les rais -> Jamais de conditionnel après si: <i>Si j'avais du temps (oui) – Si j'aurais du temps (non)</i>

Un peu de mathématiques

- J'avais toujours du mal en cours à retenir l'ordre des opérations

mathématiques. Donc pour m'en souvenir, je mémorisais :

« **P E M D A S** »

parenthèses, les **e**xposants, les **m**ultiplications, les **d**ivisions,
les **a**dditions et enfin, les **s**oustractions.

- Nombres divisibles par **3** ou **9**

Comment savoir rapidement si un nombre est divisible par 3 ?

Additionner tous ses chiffres et si le résultat est divisible par 3,

c'est que votre nombre l'est aussi.

C'est identique avec 9.

Mnémotechniques pour booster sa mémoire

- Les mnémotechniques sont, comme le mot l'indique, des techniques de mémorisation qui facilitent l'accès aux informations stockées dans le cerveau. Chacun possède, selon sa spécialité, ses centres d'intérêts, ses nécessités professionnelles, des méthodes dont le principe fondamental est d'encoder ce qui doit être retenu au moyen d'une image, d'une phrase, d'un dicton, de formes géométriques, de chiffres, etc.
- Il existe des dizaines d'encodage possibles pour créer des associations d'idées efficaces pour la mémoire.

10 trucs de profs pour apprendre et s'amuser



Transformer l'heure des leçons et des devoirs en synonyme de plaisir et de complicité: mission impossible? Pas pour nos experts! Des enseignantes et une orthopédagogue nous dévoilent leurs trucs.

Par Catherine Mainville-M.

1. Congé de crayon... pour apprendre le vocabulaire

Dans la journée, les enfants utilisent beaucoup les crayons et le papier. Aussi, le soir venu, de nouveaux moyens s'imposent pour leur faire écrire les mots à réviser. Proposez-leur des estampes, les jetons d'un jeu de Scrabble, ou encore des lettres aimantées à coller sur le réfrigérateur. Les céréales alphabet sont aussi très appréciées des enfants, puisque le mot bien écrit peut ensuite être mangé. De la crème à raser étendue sur la porte-fenêtre donne une surface d'écriture ludique où l'enfant peut tracer les lettres avec son doigt. *Isabelle Claude, enseignante de 2e année à l'école Douville, à Saint-Hyacinthe, et Karine Trudeau, enseignante de 2e année à l'école Monseigneur-Gilles-Gervais, à Saint-Bruno-de-Montarville*

2. Tic-tac-toe... pour réviser les équations et l'orthographe

L'enfant écrit les opérations ou les mots à maîtriser dans chacune des neuf cases du jeu. Pour apposer leur X ou leur O, les joueurs doivent, à tour de rôle, avoir résolu une équation ou épilé un mot. Le premier à constituer une ligne avec ses symboles remporte la partie. *vJulie Cromer, orthopédagogue*

3. Jeu de cartes... pour s'exercer aux opérations mathématiques

Rien de mieux qu'un bon vieux jeu de cartes pour faire de l'arithmétique! Après avoir sélectionné et mélangé les as et les cartes de 2 à 9, on sépare le paquet en deux tas égaux qu'on dépose respectivement, à l'envers, devant chacun des deux joueurs. Ceux-ci décident ensemble du type d'opération mathématique à faire pour cette manche (addition, soustraction, multiplication...). Puis, simultanément, chacun retourne la première carte de son tas. Le premier à résoudre l'opération prévue avec les chiffres des deux cartes remporte ces dernières. Le joueur qui aura amassé le plus de cartes sera le vainqueur. *Karine Trudeau*

4. À deux, c'est mieux... pour réviser l'orthographe

Il est amusant de faire la lecture à deux. On peut lire les pages chacun son tour. Plus drôle encore, on peut lire en chœur. De cette façon, l'enfant, en imitant la tonalité du parent, apprendra à lire avec fluidité plutôt que de façon saccadée. *Karine Trudeau*

5. Jeu de mémoire... pour réviser les tables

L'enfant inscrit les multiplications à étudier sur des cartons d'une couleur, puis les réponses sur des cartons d'une autre couleur. On mélange ensuite les cartons, face contre table. L'enfant doit retourner un carton de chaque couleur dans le but de jumeler l'opération à la réponse correspondante. S'il réussit, il garde les cartes. Sinon, il doit fournir la bonne réponse. *Julie Cromer*

6. Petit prof... Pour apprendre les leçons

L'une des meilleures façons de mémoriser une connaissance est de l'exposer soi-même. Il s'agit ici de laisser l'enfant jouer à l'enseignant et de l'interroger sur la matière à réviser. Pourquoi ce mot prend-il un « x » au pluriel ? Qu'est-ce qu'une forme concave? *Julie Montour, enseignante de 5e année à l'école Monseigneur-Gilles-Gervais, à Saint-Bruno-de-Montarville*

7. À go, on pige... Pour réviser les conjugaisons

On aura besoin de deux contenants. Dans le premier, l'enfant déposera des cartons sur lesquels il aura inscrit les verbes à apprendre (ex.: entendre, appeler). Dans le second, il déposera des cartons sur lesquels il aura noté les temps à l'étude (ex.: imparfait, futur). Il devra ensuite piger un temps et un verbe, puis conjuguer ce dernier à haute voix. *Julie Montour*

8. Les dés lancés... Pour faciliter et encourager la lecture

Pour chacun des mots à mémoriser, l'enfant doit lancer le dé. S'il obtient 1, il épellera le mot normalement; s'il obtient 2, il épellera le mot à l'envers; s'il fait 3, il devra uniquement épeler une lettre sur deux; s'il fait 4, il comptera les voyelles; avec 5, il devra compter les consonnes, et avec 6, compter le nombre total de lettres. *Isabelle Dancause, enseignante de 2e cycle à l'école Barthélemy-Vimont, à Montréal*

9. Bingo! Pour réviser l'orthographe

Ce jeu s'inspire du bingo. L'enfant inscrit d'abord les mots à apprendre dans les cases d'une carte de bingo qu'il a préparée. Il réécrit ensuite ces mots sur des bouts de papier et les dépose, pliés, dans un contenant. L'adulte pige un papier et lit le mot à haute voix. L'enfant doit le retrouver sur sa carte et l'épeler, également à haute voix. S'il l'a fait correctement, il dépose un jeton sur le mot, et ainsi de suite jusqu'à ce qu'il remplisse une ligne ou, mieux, la carte entière. *Julie Cromer*

10. On bouge! Pour apprendre les leçons

Après une journée passée assis sur leurs chaises, les enfants ont besoin de bouger. Le jeu de l'escalier permet de réviser l'orthographe, les opérations mathématiques ou d'autres matières de façon active. D'abord, on lance dans l'escalier de petits papiers sur lesquels on a inscrit une question. Pour descendre une marche d'escalier, l'enfant doit avoir répondu correctement à une question. S'il n'a pas donné la bonne réponse, il retourne sur la marche précédente. *Julie Montour*

Source: *Enfants Québec*, février-mars 2014