



# Le travail de mémorisation<sup>1</sup>

Fiche de la Boîte à outils pour et par des parents d'enfants dys, TDA/H et HP



<sup>1</sup> Mise à jour le 30 janvier 2020

# Le travail de mémorisation

## 1. Introduction

Le travail de mémorisation exige efforts, répétitions, attention soutenue ; il ne se fait pas tout seul. Pour certains enfants, le processus de mémorisation est très laborieux. Il peut être intéressant d'expliquer à notre enfant comment fonctionne sa mémoire en visionnant ensemble une vidéo explicative et de réfléchir ensemble à ses voies d'encodage préférées (visuelles, auditives, kinesthésiques...). Il existe un documentaire d'une trentaine de minutes de l'émission « C'est pas sorcier » qui s'intitule « Peut-on améliorer sa mémoire ? ».



<https://www.youtube.com/watch?v=Crh3MtpVZxM>

Préalablement à toute mémorisation, il est essentiel de s'assurer auprès de notre enfant que la matière est bien comprise. Par ailleurs, les méthodes utilisées pour mémoriser vont dépendre de la nature de la matière et des voies d'entrée de chacun. La mémoire utilise cinq chemins : les yeux, le corps, la bouche, la main et les oreilles<sup>2</sup>.

<sup>2</sup> Y. Warnier - *Méthodo* – Le coach des élèves – De Boeck

Chemins	Moyens utilisés
Yeux	Regarder ses notes, schémas, formules et les photographier dans sa mémoire, mettre des couleurs, des dessins, des icônes, réaliser une mindmap
Corps	Mimer, marcher, jouer au professeur, réciter en sautant sur un trampoline
Bouche	Parler, expliquer son cours, chanter son cours
Main	Dessiner, copier, écrire, surligner, réaliser une carte mentale
Oreilles	Écouter sa voix ou faire revenir dans sa mémoire celle de l'enseignant pendant le cours, chanter son cours.

Cette fiche ne se veut pas une liste de conseils, un recueil de recettes à appliquer aveuglément. Chaque parent connaît son enfant et pourra choisir ce qui pourrait le mieux convenir à son profil d'apprentissage. En cas de doute ou de difficulté à le déterminer, des professionnels peuvent vous guider.

## 2. Étapes préliminaires

- Tout d'abord, s'assurer de la compréhension de la matière.
- Demander à notre enfant d'expliquer ce qu'il connaît déjà sur la matière à mémoriser, que cela soit par ses connaissances personnelles, par ses souvenirs du cours ou de sa précédente mémorisation. Aider notre enfant à relier les nouvelles informations à mémoriser à celles qu'il connaît déjà. Plus la mémoire fait des liens, mieux les informations sont intégrées dans un réseau de données. Cette étape pourra se réaliser peu à peu de manière autonome.
- Construire une table des matières ou une carte mentale pour avoir une vue d'ensemble et identifier le fil conducteur du cours en partant du général pour aller vers le particulier.

### 3. Trucs et astuces (à chacun de piocher ce qui lui convient dans la liste)

- Expliquer son cours à son chien ou chat ou poisson rouge ou à voix haute, comme si on avait quelqu'un en face de nous, ou jouer au « prof » et donner cours en utilisant un tableau.
- Faire une mini-synthèse reprenant les formules ou définitions ou fiches difficiles à mémoriser.
- Établir un schéma, une carte mentale colorée qui permet de faire des liens entre les chapitres, les différents éléments de la matière.
- Mettre une mélodie sur la définition difficile à retenir.
- Recourir à des mimes pour retenir, jouer avec l'intonation de la voix, se raconter une histoire.
- Répéter, répéter et répéter ! (oui, c'est lassant, mais, en rythme, c'est mieux). Le faire sur plusieurs jours. Si la mémorisation est bien échelonnée, la matière se fixera plus intensément.
- Mettre un fond musical aidant à la concentration (chacun déterminera ce qui lui convient) ou mettre un casque antibruit ou des bouchons antibruit.
- Utiliser de la couleur (fluos).
- Chercher des moyens mnémotechniques. Il en existe déjà pas mal sur le web. Exemple : site d'orthographe avec dessins de mots<sup>3</sup> ; sinon, en inventer.
- Transformer poésies, définitions, synthèses, etc., en dessins et schémas pour les mémoires visuelles.
- Visionner des vidéos pour les cours d'histoire, de sciences, de géographie... Aller un peu plus loin ; redécouvrir la matière autrement aide à fixer la matière à connaître. Citons par exemple les émissions « C'est pas sorcier », la Khan Academy<sup>4</sup>, le coffre à outils de la scientothèque<sup>5</sup>, Dyspraxiatheca<sup>6</sup> ...
- Révisions plus ludiques (exemple : dire un mot de vocabulaire à l'enfant et lui lancer simultanément une balle ; ce genre d'exercice le contraint à la concentration pour rattraper la balle et écouter le mot).

<sup>3</sup> <http://melaniebrunelle.ca/orthographe-illustree/>

<sup>4</sup> <https://fr.khanacademy.org/>

<sup>5</sup> <http://coffreaoutils.lascientotheque.be/>

<sup>6</sup> <https://www.dyspraxiatheca.eu/fr/>

- Ne pas hésiter à occuper l'espace en collant des fiches, des schémas sur la porte de la garde-robe, le frigo de cuisine, la cage d'escalier, les murs des toilettes... (exemple : la liste des « het-woorden » (si le nom ne s'y trouve pas, c'est que ce n'est pas un nom neutre)).
- Manipuler machinalement, automatiquement un objet favorise également la concentration (exemples : balle antistress, « handspinner », faire tourner son marqueur ou sa gomme...).
- Placer les listes à mémoriser dans une chemise en plastique. Cela permet à notre enfant de barrer au marqueur effaçable ce qu'il connaît déjà sans colorer sa feuille.
- Réaliser des slides (power point) avec les mots ou les syllabes à retenir et les visionner régulièrement.
- S'isoler ou s'installer dans une pièce plus active dans la maison, selon le besoin de l'enfant.
- Alternner les lieux d'étude en fonction des matières à étudier.
- Utilisation des lieux pour retenir dans l'ordre : méthode du palais mental : [https://www.youtube.com/watch?v=N9fz\\_071WX8](https://www.youtube.com/watch?v=N9fz_071WX8)
- Choisir le moment opportun (plus concentré (e) le matin tôt ou le soir...)
- Placer le cahier contenant la matière à mémoriser par l'enfant dans la pièce d'à côté, et sur le trajet, il reste concentré sur les éléments à mémoriser pour venir les écrire dans l'autre cahier (ou sur un petit tableau) près de vous.
- Le dictaphone ou smartphone : s'enregistrer est une voie d'entrée pour les mémoires auditives. Réécouter l'enregistrement en lisant ou non ses notes. Optons pour des modèles qui permettent de sauvegarder les fichiers audio sur ordinateur. Ainsi, le temps des examens venu, notre enfant pourra les écouter à nouveau.
- Étudier sur le trampoline, mimer, marcher, bouger, écrire sur un grand tableau ou une affiche...
- Quizlet<sup>7</sup> : le logiciel Quizlet permet de créer des listes à deux colonnes et peut donc être utilisé pour la mémorisation de vocabulaire, de dates et d'événements historiques, de formules chimiques, etc. Différentes activités d'entraînement et d'évaluation sont proposées offrant un côté ludique à certains apprentissages parfois un peu rébarbatifs ! Il permet donc d'étudier et de

<sup>7</sup> Voir Fiche 5 « Outils de mémorisation en ligne sur le principe des cartes mémoires » dans rubrique « Fiches outils numériques ».

s'autoévaluer dans la plus grande autonomie. Le site [www.quizlet.com](http://www.quizlet.com) est un site consultable en ligne ou via une application. La version gratuite est déjà excellente et présente une configuration d'utilisation simple, même si elle est en anglais.

- Fiches recto-verso avec mots de vocabulaire, avec tables de multiplication...
- 

*Et si malgré toutes les propositions énoncées et de nombreux efforts, certaines définitions ou matières restent impossibles à mémoriser, restons philosophes et évitons l'acharnement !*

#### 4. Pour aller plus loin sur les intelligences multiples

Howard Gardner, le père du concept des intelligences multiples, déclare : *On peut tout enseigner de plus d'une manière. Et tout ce qui est compris peut être restitué de plus d'une manière.*

Notre enfant ne va donc pas nécessairement adopter nos propres chemins de mémorisation. A nous parents de l'aider à explorer les différentes voies.

Les fiches de bonnes pratiques<sup>8</sup> réalisées dans le cadre du projet Erasmus + sont très accessibles et regorgent d'exemples concrets sur les huit intelligences multiples.

[http://www.wallonie-bruxelles-enseignement.be/docs/ERAS-intelligences\\_multiples.pdf](http://www.wallonie-bruxelles-enseignement.be/docs/ERAS-intelligences_multiples.pdf)

<http://www.wallonie-bruxelles-enseignement.be/docs/ERAS-logimath.pdf>

<http://www.wallonie-bruxelles-enseignement.be/docs/ERAS-spatiale.pdf>

<http://www.wallonie-bruxelles-enseignement.be/docs/ERAS-interpers.pdf>

<http://www.wallonie-bruxelles-enseignement.be/docs/ERAS-corpkin.pdf>

<http://www.wallonie-bruxelles-enseignement.be/docs/ERAS-musrythm.pdf>

<http://www.wallonie-bruxelles-enseignement.be/docs/ERAS-nature.pdf>

<http://www.wallonie-bruxelles-enseignement.be/docs/ERAS-ling.pdf>

<http://www.wallonie-bruxelles-enseignement.be/docs/ERAS-intrapers.pdf>

---

<sup>8</sup> Recueil de pratiques pédagogiques observées en Angleterre, aux Pays-Bas, en Italie et en Belgique.

Grâce au décret du 7 décembre 2017<sup>9</sup> qui formalise la mise en place d'aménagements raisonnables au profit des élèves inscrits dans l'enseignement ordinaire, fondamental et secondaire, et présentant des « besoins spécifiques » attestés par un diagnostic posé par des spécialistes, des aménagements raisonnables doivent être mis en place par les enseignants.

<sup>9</sup> [http://www.gallilex.cfwb.be/document/pdf/44807\\_000.pdf](http://www.gallilex.cfwb.be/document/pdf/44807_000.pdf)