



## ARTICLE

Consortium d'animation sur la persévérance et la réussite en enseignement supérieur



### **Le service d'aide au métier d'étudiant de l'UQAC : des consultations individuelles sur les stratégies d'apprentissage**

**Esther Laprise**

Responsable

Vie étudiante

Université du Québec à Chicoutimi

**Michèle B. Tremblay**

Consultante

Service d'aide au métier d'étudiant

Université du Québec à Chicoutimi

Le *Service d'aide au métier d'étudiant* (le SAME) est un service de consultation et de formation individuelles mis sur pied pour aider les étudiants de l'Université du Québec à Chicoutimi à mieux réussir leur projet d'études. Il s'agit donc de former et d'accompagner les étudiants dans l'apprentissage de quelques 10 stratégies de base reliées au métier d'étudiant. On parle ici de gérer son temps, de se concentrer, d'écouter et prendre des notes, de lire activement, de mémoriser, de préparer et passer des examens, de réaliser des travaux longs, de faire des exposés oraux, de travailler en équipe et de s'automotiver. Voilà donc plusieurs compétences, essentielles à la réussite d'un projet d'études, mais qui ne s'acquièrent pas nécessairement en criant ciseau!

#### **Les 10 stratégies de bases**

##### **ÉTUDIER : UN MÉTIER QUI S'APPREND**

###### **1<sup>re</sup> STRATÉGIE : GÉRER SON TEMPS**

Apprenez à gérer votre temps!  
Demeurez maître de la situation!  
Ne gaspillez pas votre temps!

###### **2<sup>e</sup> STRATÉGIE : SE CONCENTRER**

Qu'est-ce que la concentration?  
Comment mieux vous concentrer?  
Quelques difficultés particulières

###### **3<sup>e</sup> STRATÉGIE : ÉCOUTER ET PRENDRE DES NOTES**

Sachez bien écouter!  
La prise de notes

###### **4<sup>e</sup> STRATÉGIE : LIRE ACTIVEMENT**

La volonté de se concentrer  
La lecture active

**5e STRATÉGIE : MÉMORISER**

Merveilleuse mémoire  
Une faculté qui se développe  
Des façons d'aider votre mémoire

**6e STRATÉGIE : PRÉPARER ET PASSER DES EXAMENS**

Se préparer mentalement  
Se préparer concrètement  
Passer un examen  
Devant différents types d'examen

**7e STRATÉGIE : RÉALISER DES TRAVAUX LONGS**

La base de votre réussite  
Conserver vos données  
La rédaction  
La présentation

**8e STRATÉGIE : FAIRE DES EXPOSÉS ORAUX**

La préparation  
La présentation  
Parler en public  
La communication non verbale

**9e STRATÉGIE : TRAVAILLER EN ÉQUIPE**

Qu'est-ce qu'une équipe?  
La gestion des conflits dans une équipe  
Savoir communiquer  
Trois recommandations de base

**10e STRATÉGIE : S'AUTOMOTIVER**

Qu'est-ce que l'automotivation?  
Présentation de quelques techniques  
L'automotivation : un support aux autres stratégies

### **Les adultes qui reviennent**

Être étudiant universitaire, c'est en effet participer activement à une démarche intellectuelle et pour l'étudiant qui effectue un retour aux études, elle peut être beaucoup plus difficile. Après plusieurs années sur le marché du travail, le besoin d'actualiser ses stratégies d'apprentissage peut rapidement devenir pour plusieurs une nécessité. Malgré une grande motivation, ces étudiants se sentent souvent démunis devant la grande variété de compétences qu'ils doivent rapidement acquérir pour être en mesure de suivre le rythme.

En fait, ce sont bien souvent d'excellents élèves. Ils sont sérieux, engagés, perfectionnistes, très exigeants envers eux-mêmes. On sent que leur désir de poursuivre des études supérieures est profondément enraciné en eux. Ils n'ont souvent pas pu le faire lorsqu'ils étaient plus jeunes et la décision de retourner aux études a souvent été difficile à prendre. Parfois, ils ont dû abandonner un emploi rémunérateur pour le faire. Dans ce contexte, leur volonté de réussir est grande et ils sont plus ouverts à demander des conseils pour être efficaces.

## Un peu d'histoire

Il y a plusieurs années, nous offrons des ateliers de trois heures sur l'une ou l'autre des différentes stratégies. Au départ, bon nombre d'étudiants éprouvant des difficultés s'y inscrivaient. Cependant, nous constatons avec le temps que la popularité de ce type de consultations diminuait considérablement et que les étudiants préféraient les rencontres individuelles leur permettant ainsi de travailler à leur rythme et en toute confidentialité. C'est ainsi que le *SAME* a vu le jour.

Démarré en janvier 1998, le *SAME* profite, depuis lors, d'une croissance régulière. De septembre 1999 à la mi-février 2000, une cinquantaine d'heures de consultation ont été offertes.

Que se passe-t-il donc lors de ces consultations? Le plus grand besoin concerne souvent la gestion de temps. Les étudiants arrivent essoufflés, fatigués, certains ne dorment presque plus et commencent même à se dévaloriser. Notre première intervention est souvent une d'écoute et de réconfort. Ils ont besoin d'entendre qu'ils vont y arriver et qu'ils possèdent tout ce qu'il faut pour cela. Le fait de savoir que nous pouvons les aider leur enlève rapidement une bonne partie de leur stress.

Le menu composé des 10 stratégies est ensuite présenté. Certains veulent toutes les voir, d'autres en choisissent seulement quelques-unes. Pour la suite, il s'agit simplement d'un travail d'encadrement individuel, variable selon les besoins de chaque étudiant.

## Un service qui fait des petits

Le *SAME* ne s'est cependant pas arrêté aux consultations individuelles. Pour être en mesure de mieux supporter les étudiants dans leurs efforts d'actualisation, le service s'est donné un support écrit original. En décembre 99, nous avons fait le lancement d'un volume intitulé *Guide du métier d'étudiant*. Celui-ci comprend l'ensemble des informations relatives aux 10 stratégies d'apprentissage.

Il était important que les étudiants puissent avoir accès en tout temps aux différents trucs, exemples, informations et savoir-faire reliés aux stratégies. De plus, l'écriture du Guide nous a permis de concevoir les 10 stratégies comme un système global d'appropriation des connaissances et des compétences. En réalité, lorsqu'un étudiant apprend à gérer son temps, il augmente du même coup sa capacité de concentration et de mémorisation. Lorsqu'il apprend à bien prendre des notes en classe, il apprend simultanément à lire de façon plus profitable. Il s'agit d'un ensemble de capacités qui s'enrichissent les unes les autres.

Au fond, l'étudiant qui désire acquérir l'une des stratégies réalise souvent le bénéfice que d'autres stratégies pourraient lui apporter. C'est ainsi que le *SAME* a parallèlement renouvelé la formule des ateliers offerts. D'une durée de sept heures, ils portent maintenant sur l'ensemble des 10 stratégies. Ces formations intensives sont offertes de façon ponctuelle, en une seule journée. Il s'agit d'un encadrement supplémentaire que nous offrons à toute la communauté universitaire et il permet, dans bien des cas, de rendre les étudiants qui effectuent un retour aux études au même niveau que l'ensemble des étudiants.

D'ailleurs, ce besoin de mise à niveau est déjà reconnu par les cégeps depuis plusieurs années avec l'implantation des sessions d'intégration. Ceux-ci se basent sur les notes obtenues par les étudiants lors de leurs dernières années d'études secondaires. Mais lorsque les étudiants s'inscrivent à l'Université sur une base d'expériences de travail pertinentes, il est difficile d'identifier ceux qui ne possèdent pas les stratégies d'apprentissage requises. C'est dans cette direction que nous travaillons maintenant.

Comme en témoigne l'augmentation régulière du nombre d'adultes qui effectuent un retour aux études depuis quelques années, le *SAME* continuera sans aucun doute à répondre à des besoins essentiels.

Nous sommes convaincus que si nous intervenons dès le départ, nous améliorerons considérablement leur motivation et les chances de réussite tout au long de leur formation.

NDLR : Outre l'UQAC, d'autres établissements de l'Université du Québec offrent des activités reliées au métier d'étudiant.

Mars 2000