

COMMENT APPRENDRE PLUS RAPIDEMENT



Prendre des notes

Réécrivez ce que vous lisez avec vos propres mots



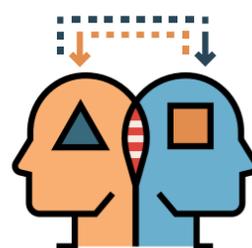
Essayez l'auto-test

Testez votre mémoire en récitant tout ce que vous venez d'apprendre



Intégrer la pratique

Vous aidera à maîtriser une compétence plus rapidement



Faire une analogie

C'est une comparaison pour illustrer des propos. Mode de pensée par lequel nous établissons une ressemblance entre deux objets de nature différente : on parle aussi **d'association d'idées.**



Dispositif mnémorique

qualifie une méthode qui facilite la mémorisation, qui permet à une règle, une leçon, d'être intégrée.



Utiliser la répétition

pour mieux mémoriser, avec la courbe de l'oubli d'Ebbinghaus. Relire vos notes à fréquence régulière: après 10 mn, 1 jour, 1 semaine, 1 mois et 6 mois.