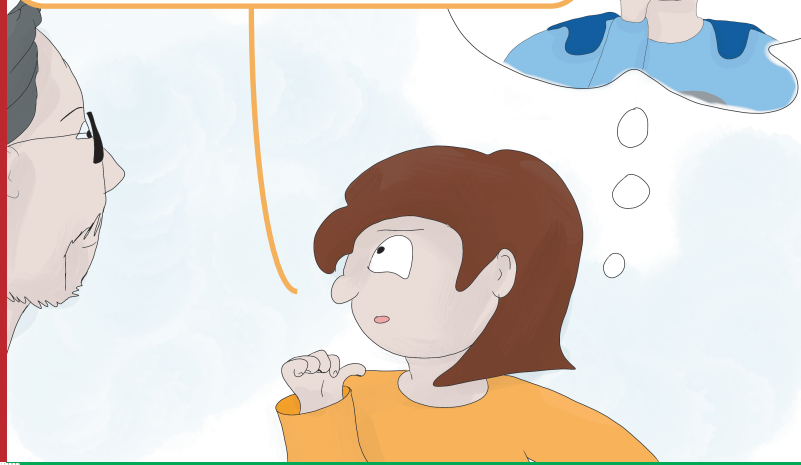




Memory man - Episode 2/2

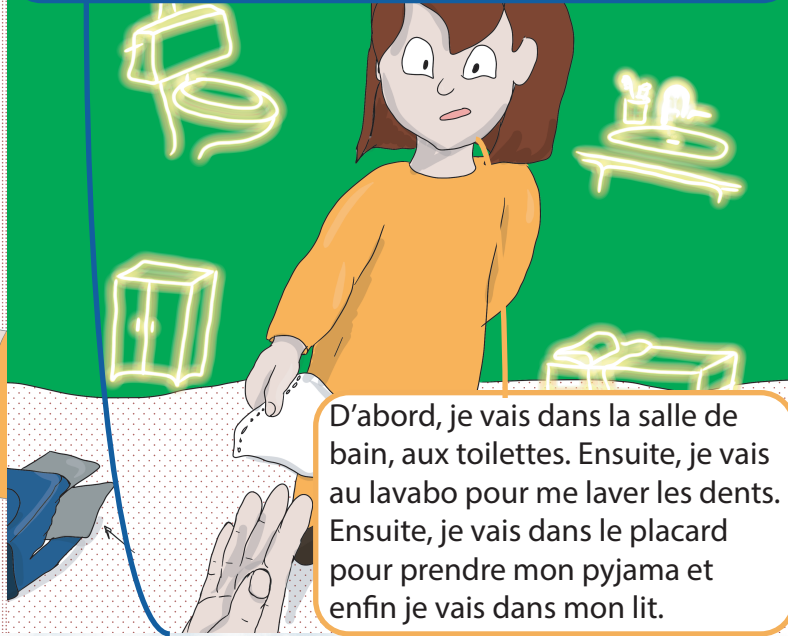
C'est marrant ! Vous savez, quand ma mère m'envoie acheter quelques ingrédients au supermarché, j'oublie toujours quelque chose. Y a-t-il une méthode pour que je me rappelle de tous les ingrédients ?



J'ai une idée ! Qu'est-ce que ta maman te demande d'acheter ?

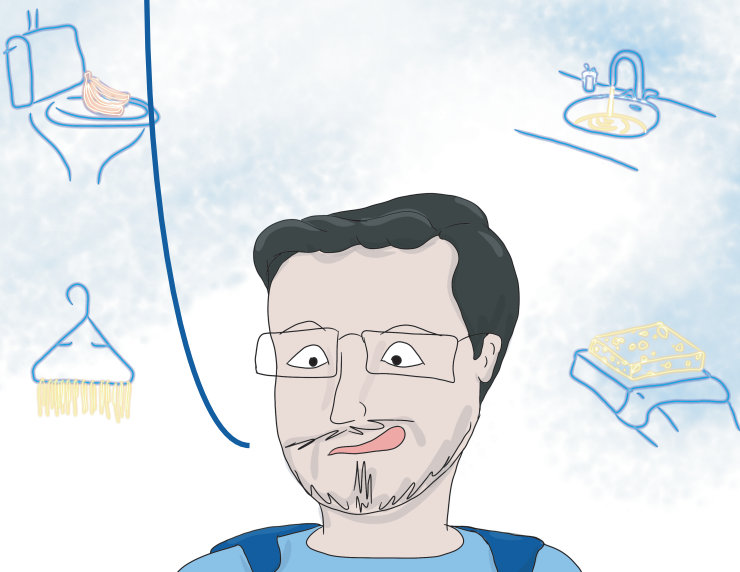
Bananes
lait
spaghetti
fromage.

Maintenant, donne-moi une liste d'endroit où tu vas dans ta maison avant d'aller au lit.



D'abord, je vais dans la salle de bain, aux toilettes. Ensuite, je vais au lavabo pour me laver les dents. Ensuite, je vais dans le placard pour prendre mon pyjama et enfin je vais dans mon lit.

Imagine que tu trouves des bananes dans les toilettes, que la lavabo est rempli de lait au lieu d'eau, que dans le placard, les spaghettis sont pendus aux cintres au lieu des vêtements et que ton oreiller est un énorme fromage.



Maintenant, quand tu vas au supermarché, imagine juste ce parcours avant d'aller au lit et d'étape en étape, tu vas te rappeler de ces drôles de situation et tu retrouveras ta liste d'ingrédients !



Méthode de lieux

La méthode des lieux est utilisée pour apprendre des choses (dans un certain ordre si besoin). C'est une des méthodes de mémoire les plus compliquées. Mais, si c'est bien fait, c'est très utile. Cela dépend de ta mémoire de localisation et c'est basé sur la création de liens entre les lieux et le savoir. Pour utiliser la méthode des lieux, il faut utiliser les lieux que tu connais et y mettre des objets à apprendre en créant une histoire pour s'en rappeler. Si ta mémoire est une bibliothèque, des fois, tu as deux livres qui doivent être utilisés ensemble mais sont sur des étagères différentes. On peut utiliser la méthode des lieux pour construire une connexion entre les deux étagères, par exemple en traçant au sol le chemin entre les deux. En suivant la route, vous trouverez les livres dont vous avez besoin.

Les bananes dans les toilettes et les spaghettis dans le placard : ce sont des images amusantes, je m'en souviendrai. Mais est-ce que je m'en souviendrai encore durant le test ? J'ai peur car il n'y a rien de drôle à propos du test, ça fait juste peur. Y a-t'il un moyen que je me rappelle de ces informations ?



Pour apprendre certaines choses comme le vocabulaire, un bon moyen d'apprendre et de retenir l'information, est de se tester. Tu peux utiliser des cartes flash, demander à tes parents ou à un ami de t'aider. Si tu es interrogé sur ce que tu as appris, cela t'aide à mieux te rappeler des informations. Se faire interroger sur les choses que l'on a apprises est un bon moyen de vérifier ce que l'on connaît bien et ce que l'on a besoin de réviser de nouveau. Donc en fait, ton enseignant t'aide à apprendre en te donnant un contrôle d'espagnol.



C'est okay, Maya. Je sais exactement comment tu te sens et comment t'aider.

Se tester

La méthode de test est la plus répandue. La mémoire a besoin d'être réactivée régulièrement pour ne pas être oubliée. C'est pourquoi il est important de se tester en utilisant des cartes flash ou en demandant de l'aide à quelqu'un. C'est aussi une raison qui explique pourquoi nous avons des tests à l'école. Vous pouvez penser à la mémoire comme une bibliothèque. Quand on apprend de nouvelles choses et que l'on se teste, c'est comme si on s'entraînait à trouver le bon livre dans les étagères. Cela rend plus facile de trouver un livre quand on en a besoin. Sur le long terme, si on ne s'occupe pas de cette bibliothèque, les livres vont s'empoussiérer et les étagères peuvent se casser. Dans une bibliothèque sale et cassée, c'est difficile de trouver le bon livre. Pour garder la poussière hors des livres et éviter les besoins de réparations des étagères, il faut réactiver son savoir par exemple, en se testant.

Merci pour ton aide, Memory Man.

Pas de problème, Maya. J'espère que tu vas t'entraîner avec ces astuces et devenir "Memory Girl". Bon courage et au revoir !

Salut Maya, c'est moi ! A qui parlais-tu ? Oh pardon, tu es en train d'étudier !

Oui, j'étudie pour le test d'espagnol. Est-ce que tu peux m'aider en m'interrogeant ? Si tu m'aides, je t'aide aussi. Et je peux t'apprendre des astuces de mémoire que j'ai apprises !