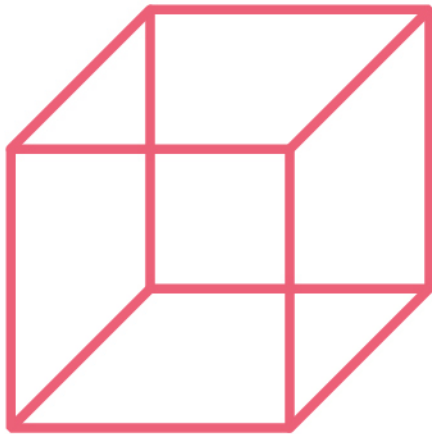




Quand tu perçois la réalité, tu es limité par tes sens, qui ne peuvent pas tout capter. En plus, pour fonctionner, ton cerveau ne peut pas tout enregistrer : il va filtrer certains aspects de ton expérience en éliminant des éléments.

### Petit jeu pour comprendre

**Observe bien ce cube, appelé cube de Necker.**  
D'après toi, quelle est la face avant ?



Il y a deux réponses possibles ! Cela dépend de ta manière de regarder ce cube. Si tu n'arrives pas à voir les deux possibilités, aide-toi de l'image ci-dessous... Maintenant, entraîne-toi à passer d'une façon de voir à l'autre... C'est de plus en plus facile, n'est-ce pas ?

Chaque personne a donc une manière particulière d'aborder le monde. Comme une paire de lunettes qui filtre la réalité et met l'accent sur certaines choses et moins sur d'autres. On appelle cela des "habitudes" mentales !



### Avec quel sens préfères-tu recevoir les informations ?

Certains élèves sont plus attentifs ou retiennent mieux quand ils écoutent le professeur. D'autres préfèrent lire le cours ou les consignes. On dit souvent des premiers qu'ils "sont" auditifs, et des autres qu'ils "sont" visuels. Ce sont des clichés !

Ce qui est vrai, c'est qu'on peut avoir une préférence pour recevoir les informations : l'œil ou l'oreille. Toi, par exemple, que préfères-tu ? Voir ou entendre ?

Si tu as une préférence, c'est sympa de le savoir. Tu devras de toute façon apprendre à utiliser tes yeux et tes oreilles pour recevoir les informations. Ton cerveau va les traiter ensuite. Que tu écoutes ou que tu vois, l'important, c'est d'être actif dans ta tête. Car apprendre, c'est surtout dans la tête ! Pour ce faire, utilise aussi ton corps. Faire des mouvements, marcher ou manipuler soutient tes apprentissages.

### Comment tes "habitudes" mentales influencent tes apprentissages

Découvrir avec quelles lunettes, toi, tu regardes le monde, c'est une clé précieuse pour tes apprentissages. D'abord, tu peux te servir de ces habitudes pour te motiver, pour te guider sans épuiser tes ressources. Ensuite, pour apprendre, cela peut être bénéfique de changer de "lunettes". Par exemple, pour lire, on a besoin de faire la différence entre les lettres, même quand on aime observer ce qui est identique. Rappelle-toi : tu n'es pas tes lunettes. Dans tes apprentissages, c'est parfois nécessaire d'en changer. Entraîne-toi à cette flexibilité mentale, qui est un grand atout quand on apprend !

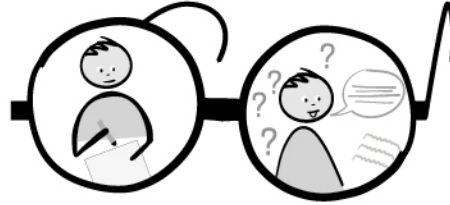
Tu es curieux de découvrir quelques "lunettes" avec lesquelles tu observes le monde et filtres la réalité ? Regarde vite à la page suivante.

## Les manières de voir utiles dans l'apprentissage

Lis les questions. Choisis ce qui est le plus vrai pour toi. Tu sauras alors quelles sont tes "lunettes" préférées pour entrer dans le monde (et l'apprentissage). Après, ne t'enferme pas dans tes préférences, enrichis-toi des autres manières d'aborder la réalité.

Commencer par des exercices est plus agréable et plus efficace pour toi ? As-tu l'impression de mieux comprendre quand tu fais toi-même, avec des recettes ou astuces ? Aimes-tu trouver par toi-même comment ça fonctionne, sans lire le mode d'emploi ?

Tu portes des lunettes d'**APPLIQUANT**.

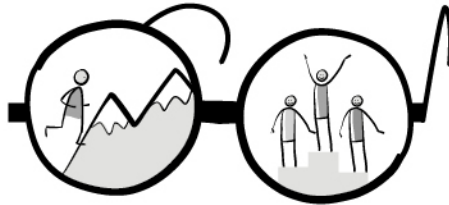


Commencer par la théorie et les règles est plus agréable et plus efficace pour toi ? Aimes-tu recevoir des explications sur ce que tu dois faire ou expliquer toi-même ? As-tu besoin d'explications pour apprendre : pourquoi est-ce / dit-on / fait-on comme cela ?

Tu portes des lunettes d'**EXPLIQUANT**.

Vises-tu la progression par rapport à toi-même et non par rapport aux autres ? Aimes-tu y arriver seul, repousser tes propres limites et prouver ainsi tes capacités ?

Tu portes des lunettes de **RECORDMAN**.

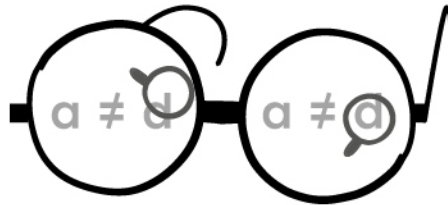


Donnes-tu le meilleur de toi-même quand tu es en compétition avec d'autres ? As-tu besoin de te comparer, de montrer aux autres, pour améliorer tes propres performances ? Aimes-tu y arriver avant les autres ?

Tu portes des lunettes de **COMPÉTITEUR**.

Remarques-tu d'abord ce qui contraste, ce qui s'oppose ? Aimes-tu jouer au jeu des 7 différences ? Recherches-tu d'abord les exceptions qui confirment la règle ?

Tu portes des lunettes d'**OPPOSANT**.

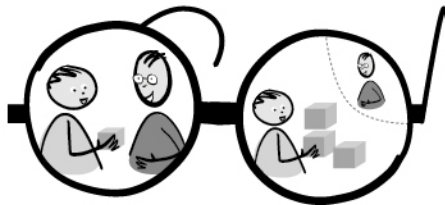


Remarques-tu d'abord les ressemblances ? Aimes-tu rester en accord avec les autres ? Recherches-tu d'abord les indices allant dans le sens des idées développées ?

Tu portes des lunettes de **COMPOSANT**.

Est-ce que tu t'intéresses d'abord à la personne qui te montre ou qui t'apprend ? As-tu besoin de l'intermédiaire de quelqu'un pour entrer en contact avec la matière ou l'objet ? Aimes-tu être accompagné ou aidé ?

Tu portes des lunettes **AVEC LES ÊTRES**.



Est-ce que tu t'intéresses d'abord à des choses que tu as envie d'apprendre, même si personne n'a le même intérêt autour de toi ? Aimes-tu commencer par faire seul, sans être accompagné ou aidé ?

Tu portes des lunettes **AUPRÈS DES CHOSES**.

Te sens-tu facilement rassuré ou sécurisé en reprenant à l'identique ? Préfères-tu partir d'un modèle ? Aimes-tu mettre dans ta tête une copie fidèle de ce que tu as perçu ?

Tu portes des lunettes de **REPRODUCTEUR**.

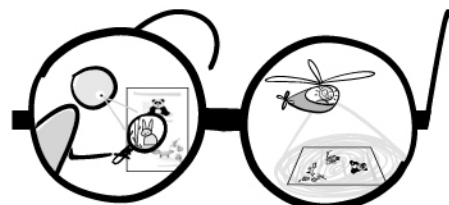


Te sens-tu facilement poussé à traduire à ta façon ce que tu reçois comme information ? Aimes-tu transformer les choses à ta manière pour mieux les comprendre ou les apprendre ?

Tu portes des lunettes de **TRANSFORMATEUR**.

Est-ce facile pour toi de te rappeler les souvenirs des détails ? Aimes-tu enchaîner une idée, puis une autre, accumuler une suite d'éléments ? Préfères-tu travailler morceau par morceau, petit bout par petit bout, pour te sentir encouragé ?

Tu portes des lunettes **SÉQUENTIELLES**.



Aimes-tu voir tout dans sa totalité, du début à la fin, pour savoir où tu vas ? À table, préfères-tu connaître tout le menu à l'avance ? As-tu besoin de connaître le programme pour te mettre au travail ?

Tu portes des lunettes **GLOBALES**.