

Améliorer son écoute

		Autoévaluation		
		Date	Date	Date
Se préparer mentalement à écouter	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Réviser ses notes de cours. ▪ Faire une lecture en lien avec la matière. ▪ Discuter avec quelqu'un de la matière vue en classe en dehors des heures de cours. 			
Se préparer physiquement à écouter	<ul style="list-style-type: none"> ▪ S'asseoir le plus près possible de l'enseignant. ▪ Lui faire face et le regarder. ▪ Éviter de boire ou de trop manger avant le cours. 			
Faire de l'écoute active	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Se concentrer sur ce que dit l'enseignant. ▪ Associer la matière avec ses propres connaissances (ça me fait penser à ...). ▪ Se donner comme consigne de retenir l'essentiel. ▪ Prendre des notes en utilisant une mise en page ordonnée. 			
Jouer le rôle d'un bon interlocuteur	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Regarder la personne qui parle. ▪ Exprimer ses idées et opinions clairement. ▪ Poser des questions. ▪ Participer activement au cours. 			

Pour que les idées restent...

- Ouvrir son esprit au sujet traité.
- Mettre ses préjugés de côté.
- Poser des questions à l'enseignant.
- Choisir une bonne place en classe.
- Aménager adéquatement l'espace de travail.

Parmi les stratégies proposées :

- 1) Surligne en jaune celles que tu as ajoutées à tes habitudes
- 2) Surligne en vert celles que tu trouves les plus efficaces

Qu'as-tu appris de nouveau sur ta façon d'écouter en utilisant ces stratégies?

