

PERFECTIONNISTE VISUEL				
Compréhension	<p>Caractéristiques : La compréhension s'effectue principalement par ce qui est vu. Apprentissage global ou simultané, texte aéré ou coloré est un facilitateur.</p> <p>Aérer les notes - visualiser dans sa tête ce que l'enseignant dit - utiliser un code couleurs et souligner/surligner les mots clés</p>			
Attitude face au travail	<p>Il a horreur de mal faire ou d'être pris en défaut. Il a donc tendance à aller très loin dans les détails pour faire un travail. Il a une faculté de voir ce qui pourrait aller de travers. Petit, il préfère rendre un devoir inachevé mais dont les questions traitées ont été bien faites selon lui. Il peut corriger cet aspect dans l'enseignement supérieur. Il passe son temps sur l'essentiel mais il a toujours cette tendance à vouloir faire toutes les choses bien, voire très bien. Ceci peut engendrer parfois une lenteur d'exécution comme pour l'intellectuel.</p> <p>Soucieux et inquiet, il prend le temps de faire les choses correctement. Il aime la perfection (selon lui), l'organisation et maîtriser (planifier), il apprécie l'honnêteté. Il fuit la critique, toutefois il critique et s'auto-critique en permanence. Il doit maîtriser les sujets pour être motivé à apprendre. Il peut être fortement sujet à la dévalorisation de soi quand il s'aperçoit qu'il fait trop d'erreurs à son goût. Il n'aime pas particulièrement la pédagogie par projet. Lors d'un exposé oral, il ne se sent pas bien préparé. Il aurait aimé avoir plus de temps. Il se sent bien dans un environnement où règnent l'ordre, le travail, le rangement, l'honnêteté. Il aime se soumettre à l'autorité. Il respecte les règles bien volontiers mais il ne tolère pas ceux qui ne les respectent pas.</p> <p>Caractéristiques :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Il décortique l'information pour tout comprendre et tout maîtriser - Il n'écoute pas les personnes qui tentent de le rassurer, mais il est sensible aux formules "qu'est-ce qui pourrait être mieux ?" - Il a besoin de beaucoup d'informations - Il apprécie une intervention très structurée - Ne pas demander "la" bonne réponse mais demander "sa" réponse - Ses affaires sont impeccables et bien tenues - Très ordonné - Honnête et discipliné - Travailleur <p>Attention à la gestion du temps et à gestion du stress. Peur de faire des erreurs - AXE d'amélioration : distinguer l'essentiel de l'accessoire</p> <p>Prise de notes (un maximum pour structurer ensuite pour l'étude)</p> <p>Se mettre en situation d'examen = > apprendre à équilibrer son stress (anciens questionnaires, jeux de rôles)</p> <p>Etre très attentif à ce que l'enseignant écrit ou donne comme information visuelle. Dans les cas de PowerPoint avoir, si possible, visualisé les diapositives avant pour pouvoir les compléter plus facilement au cours</p> <p>Reproduire les schémas, les graphiques, les dessins écrits au tableau pour illustrer la théorie et rendre la matière plus concrète</p> <p>A la prise de notes, bien organiser sa page. Mettre éventuellement les exemples (dessin, picto) sur la page de gauche du syllabus.</p>			
Motivation	QUELLE UTILITE ?	VAIS-JE APPRENDRE ?	AVEC QUI ?	OU CA SE SITUE ?
Description	<p>La motivation dépend du degré d'utilité perçue de l'enseignement. Ces personnes aiment davantage le concret. Pour étudier: faire des synthèses.</p>	<p>La motivation réside dans le fait d'apprendre quelque chose. Ces personnes sont curieuses d'esprit et aiment avoir beaucoup d'informations. Consulter les autres ressources conseillées par l'enseignant. Chercher des explications supplémentaires (bibliothèque, internet,...)</p> <p>Anticiper le cours en préparant des questions sur la base des supports de cours déjà reçus. Lister les concepts qu'il a appris. Prendre le temps de faire une synthèse personnelle en introduisant des couleurs, symboles, dessins, graphiques,</p>	<p>La motivation est centrée sur les personnes. Besoin d'avoir un contact et d'apprécier la personne. Développer la neutralité par rapport à une personnalité - voir le prof autrement.</p>	<p>La motivation vient d'un besoin de situer les choses, dans un plan global ou dans la vision globale, dans un lieu. Importance du plan du cours. Suivre la progression de son apprentissage. Commencer chaque période d'étude en se référant à la table des matières ou à une vue d'ensemble du cours.</p>
En classe	<p>Va au cours pour visualiser les supports de cours et noter exemples concrets et illustrations du cours qui seront donnés. Relie-les aux concepts clés sous forme d'une image mentale. = gestion du stress.</p>	<p>Pour comprendre, sois très attentif aux descriptions par graphique, dessins, formules écrites au tableau.</p>	<p>Essaie, autant que possible, de créer une relation personnelle avec l'enseignant/assistant. Pose des questions par mail si possible/si autorisé. Recherche le contact visuel. Essaie de développer la confiance en toi et de gérer ton stress. Cherche les informations déjà données dans les documents.</p>	<p>Avant le cours, survole le syllabus pour situer la matière qui sera vue dans la table des matières.</p>
	<p>Sois attentif aux explications écrites du professeur qui donne la structure globale du cours.</p>	<p>Prends notes en couleurs.</p>		<p>Fais le suivi en fluorant les parties vues.</p>
	<p>Au début et à la fin des cours, sois très attentif aux objectifs du cours commentés par l'enseignant ainsi qu'aux modes et critères d'évaluation (canalise le stress et aide à la planification).</p>			<p>Suis le plan (fil conducteur) de l'enseignant avec le syllabus.</p>

<p>A la maison (Attention à ne pas trop se disperser et prendre trop de temps)</p>	<p>Dans le syllabus, identifie et relie les applications concrètes aux concepts clés : surligne et entoure, utilise des couleurs. Mets en évidence les liens entre les concepts clés pour en avoir une vision globale.</p>	<p>Consulte les différents supports dias, syllabus, références externes, compare-les pour comprendre en profondeur.</p>	<p>Choisis un ou 2 étudiants proches avec lesquels tu pourras comparer tes notes avant de faire ta synthèse.</p>	<p>Garde des notes claires et structurées en référence à la table des matières.</p>
	<p>S'il n'y a pas d'exemples concrets, consulte d'autres sources (vidéo, internet, notes d'autres étudiants...).</p>	<p>Cherche des exercices nouveaux pour tester ses connaissances.</p>		<p>Construis une table des matières et complète-la en réalisant des schémas, graphiques, cartes mentales (= synthèses), repère les idées principales, les liens, etc.</p>
	<p>Fais des exercices en te faisant des représentations visuelles (= décortique), indique dans un schéma les étapes (de résolution par ex. en physique).</p>	<p>Personnalise les schémas ou graphiques du cours, se les approprier (mettre à sa sauce).</p>		

PERFECTIONNISTE AUDITIF

Caractéristiques : La compréhension s'effectue principalement par l'écoute de manière linéaire Lire à voix haute ou lire dans sa tête - rédiger de manière linéaire - réaliser des fiches - enregistrer et capturer l'important par les changements de ton - se faire réciter les choses à apprendre - créer un texte à partir d'un schéma à apprendre

Il a horreur de mal faire ou d'être pris en défaut. Il a donc tendance à aller très loin dans les détails pour faire un travail. Il a une faculté de voir ce qui pourrait aller de travers. Petit, il préfère rendre un devoir inachevé mais dont les questions traitées ont été bien faites selon lui. Il peut corriger cet aspect dans l'enseignement supérieur. Il passe son temps sur l'essentiel mais il a toujours cette tendance à vouloir faire toutes les choses bien, voire très bien. Ceci peut engendrer parfois une lenteur d'exécution comme pour l'intellectuel.

Soucieux et inquiet, il prend le temps de faire les choses correctement. Il aime la **perfection** (selon lui), l'organisation et maîtriser (planifier), il apprécie l'**honnêteté**. Il fuit la **critique**, toutefois il critique et s'auto-critique en permanence. Il doit maîtriser les sujets pour être motivé à apprendre. Il peut être fortement sujet à la dévalorisation de soi quand il s'aperçoit qu'il fait trop d'erreurs à son goût. Il n'aime pas particulièrement la pédagogie par projet. Lors d'un exposé oral, il ne se sent pas bien préparé. Il aurait aimé avoir plus de temps. Il se sent bien dans un **environnement** où règnent l'ordre, le travail, le rangement, l'honnêteté. Il aime se soumettre à l'**autorité**. Il respecte les règles bien volontiers mais il ne tolère pas ceux qui ne les respectent pas.

Caractéristiques :

- Il **décortique** l'information pour tout comprendre et tout maîtriser
- Il n'écoute pas les personnes qui tentent de le rassurer, mais il est sensible aux formules "qu'est-ce qui pourrait être mieux ?"
- Il a besoin de **beaucoup d'informations**
- Il apprécie une intervention **très structurée**
- Ne pas demander "la" bonne réponse mais demander "sa" réponse
- Ses affaires sont impeccables et bien tenues - Très **ordonné**
- **Honnête et discipliné**
- **Travailleur**

Attention à la gestion du temps et à gestion du stress. Peur de faire des erreurs - **AXE d'amélioration : distinguer l'essentiel de l'accessoire**
 Prise de notes limitée Identifier des mots clés pour ne pas se perdre
 Se mettre en situation d'examen => apprendre à équilibrer son stress (anciens questionnaires, jeux de rôles)

QUELLE UTILITE ?	VAIS-JE APPRENDRE ?	AVEC QUI ?	OU CA SE SITUE ?
La motivation dépend du degré d'utilité perçue de l'enseignement. Ces personnes aiment davantage le concret.	La motivation réside dans le fait d'apprendre quelque chose. Ces personnes sont curieuses d'esprit et aiment avoir beaucoup d'informations. Consulter les autres ressources conseillées par l'enseignant. Chercher des explications supplémentaires (bibliothèque, internet,...) Anticiper le cours en préparant des questions sur la base des supports de cours déjà reçus. Lister les concepts qu'il a appris.	La motivation est centrée sur les personnes. Besoin d'avoir un contact et d'apprécier la personne.	La motivation vient d'un besoin de situer les choses, dans un plan global ou dans la vision globale, dans un lieu. Importance du plan du cours. Suivre la progression de son apprentissage.
Va au cours pour écouter le professeur et entendre les exemples concrets et illustrations du cours qui seront donnés. Relie-les aux concepts clés.	Complète les informations reçues en posant des questions à l'enseignant, va plus loin, sois curieux.	Mets-toi autant que possible dans une relation personnelle avec l'enseignant/assistant => poser des questions aux intercourses, après le cours. Privilégier des situations avec tuteurs (par exemple dans les cours en ligne).	Sois attentif au plan du cours, à l'ordre des idées, au fil conducteur du cours verbalisés par l'enseignant Demander de re-situer si des éléments ne sont pas clairs.
Sois attentif aux explications verbales du professeur qui donne la structure globale du cours.	Note uniquement certaines choses, reste attentif à ce qui est dit pour comprendre le sens général.		
Au début et à la fin des cours, sois très attentif aux objectifs du cours commentés par l'enseignant ainsi qu'aux modes et critères d'évaluation.			

<p>Demande oralement à d'autres experts davantage d'explications concrètes ou de synthèse de la matière (Assistant, séances de remédiation, tuteurs...).</p>	<p>En te remémorant les explications du professeur, demande-toi comment tu l'expliquerais toi-même.</p>	<p>Choisis un ou 2 étudiants proches avec qui tu pourras discuter de la matière enseignée avant de faire ta synthèse.</p>	<p>Réfère-toi à la table des matières, à ton plan linéaire. Apprends-le éventuellement par cœur.</p>
<p>Répète la structure globale du cours en lien avec les objectifs/finalités de l'enseignement.</p>	<p>Complète les informations reçues en posant des questions à l'assistant, au monitorat, à des étudiants proches.</p>		
<p>Souviens-toi des concepts clés énoncés lors des séances de cours.</p>			

PERFECTIONNISTE KINESTHESIQUE

Caractéristiques : La compréhension s'effectue par ce qui est ressenti. Besoin de comprendre le pourquoi des choses, saisir l'origine
Fais des modèles, manipuler, sentir la matière, écrire pour se concentrer, sensible aux gestes des enseignants, refaire des schémas,

Il a horreur de mal faire ou d'être pris en défaut. Il a donc tendance à aller très loin dans les détails pour faire un travail. Il a une faculté de voir ce qui pourrait aller de travers. Petit, il préfère rendre un devoir inachevé mais dont les questions traitées ont été bien faites selon lui. Il peut corriger cet aspect dans l'enseignement supérieur. Il passe son temps sur l'essentiel mais il a toujours cette tendance à vouloir faire toutes les choses bien, voire même très bien. Ceci peut engendrer parfois une lenteur d'exécution comme pour l'intellectuel.

Soucieux et inquiet, il prend le temps de faire les choses correctement. Il aime la **perfection** (selon lui), l'organisation et maîtriser (planifier), il apprécie l'**honnêteté**. Il fuit la **critique**, toutefois il critique et s'auto-critique en permanence. Il doit maîtriser les sujets pour être motivé à apprendre. Il peut être fortement sujet à la dévalorisation de soi quand il s'aperçoit qu'il fait trop d'erreurs à son goût. Il n'aime pas particulièrement la pédagogie par projet. Lors d'un exposé oral, il ne se sent pas bien préparé. Il aurait aimé avoir plus de temps. Il se sent bien dans un **environnement** où règnent l'ordre, le travail, le rangement, l'honnêteté. Il aime se soumettre à l'**autorité**. Il respecte les règles bien volontiers mais il ne tolère pas ceux qui ne les respectent pas.

Caractéristiques :

- Il **décortique** l'information pour tout comprendre et tout maîtriser
- Il n'écoute pas les personnes qui tentent de le rassurer, mais il est sensible aux formules "qu'est-ce qui pourrait être mieux ?"
- Il a besoin de **beaucoup d'informations**
- Il apprécie une intervention **très structurée**
- Ne pas demander "la" bonne réponse mais demander "sa" réponse
- Ses affaires sont impeccables et bien tenues - Très **ordonné**
- **Honnête et discipliné**
- **Travailleur**

Attention à la gestion du temps et à gestion du stress. **Peur de faire des erreurs - AXE d'amélioration : distinguer l'essentiel de l'accessoire**
Prise de notes (un maximum pour structurer ensuite pour l'étude)

Identifier des mots clés pour ne pas se perdre

Se mettre en situation d'examen = > apprendre à équilibrer son stress (anciens questionnaires, jeux de rôles)

Etre très attentif à ce que l'enseignant écrit ou donne comme information visuelle. Dans les cas de power point avoir, si possible, visualisé les diapositives avant pour pouvoir les compléter plus facilement au cours

Reproduire les schémas, les graphiques, les dessins écrits au tableau pour illustrer la théorie et rendre la matière plus concrète

A la prise de notes, bien organiser sa page. Mettre éventuellement les exemples (dessin, picto) sur la page de gauche du syllabus.

QUELLE UTILITE ?	VAIS-JE APPRENDRE ?	AVEC QUI ?	OU CA SE SITUE ?
La motivation dépend du degré d'utilité perçue de l'enseignement. Ces personnes aiment davantage le concret.	La motivation réside dans le fait d'apprendre quelque chose. Ces personnes sont curieuses d'esprit et aiment avoir beaucoup d'informations. Consulter les autres ressources conseillées par l'enseignant. Chercher des explications supplémentaires (bibliothèque, internet,...) Anticiper le cours en préparant des questions sur la base des supports de cours déjà reçus. Lister les concepts qu'il a appris.	La motivation est centrée sur les personnes. Besoin d'avoir un contact et d'apprécier la personne.	La motivation vient d'un besoin de situer les choses, dans un plan global ou dans la vision globale, dans un lieu. Importance du plan du cours. Suivre la progression de son apprentissage. Avant le cours, s'approprier la table des matières, relire le cours précédent (se remettre les concepts clés en tête).
Va au cours pour entendre le professeur et visualise les supports de cours et note/demande les/des exemples concrets et illustrations du cours afin de lier théorie et pratique .	Pour comprendre, voir l'enseignant, être attentif à ses gestes, mouvements et ce qui est ressenti pour capter un maximum d'informations et élargir ses connaissances et horizons.	Se mettre autant que possible dans une relation personnelle avec l'enseignant/assistant => poser des questions par mail si possible/si autorisé - rechercher le contact visuel >< développer la confiance en soi et gérer son stress / chercher les informations déjà données dans les documents.	Avant le cours survoler le syllabus pour situer la matière qui sera vue dans la table des matières.
Il faut profiter des cours pratiques pour comprendre en touchant, manipulant, faisant des exercices.	Prends note pour rester attentif.		Représenter les parties vues.
			Suivre le plan (fil conducteur) de l'enseignant avec le syllabus.

<p> motive-toi à étudier en te remémorant ton ressenti lors des explications concrètes de l'enseignant (particulièrement utile lorsque la matière est théorique). Cherche en quoi le cours peut être utile pour ton métier futur ou dans ta vie quotidienne, Redessine les schémas, refais les gestes, manipule (par exemple en anatomie). Exerce-toi à faire des exercices d'intégration, pas nécessairement beaucoup mais en profondeur. Prends le temps pour comprendre les étapes du raisonnement et de la résolution (p.ar exemple en physique).</p>	<p> Remémore-toi les contenus du cours et retravaille-les en te demandant comment tu aurais fait pour expliquer le même contenu ? (pareil, personnel, différent...).</p>	<p> Remémore-toi des scènes, événements. Réexplique le cours et teste ta capacité à réexpliquer les concepts clés.</p>	<p> Si le syllabus n'est pas clair, prends le temps de faire un plan et une synthèse structurée en les complétant par des exemples concrets.</p>
<p> Exerce-toi, fais des exercices d'intégration, pas nécessairement beaucoup mais en profondeur. Prends le temps pour comprendre les étapes du raisonnement et de la résolution (par exemple en physique).</p>			<p> Construis ta table des matières et complète-la en réalisant des schémas, graphiques, cartes mentales (= synthèses), repère les idées principales, les liens, etc.</p>
<p> Utilise des cartes mentales en précisant les exemples concrets pour avoir une vision globale.</p>			