Apprentissage

Cinq conseils pour faciliter l’apprentissage à domicile

Le succès de l’apprentissage en ligne ne repose pas seulement sur la technologie.

Lire 4 minutes

Tandis que le monde est toujours aux prises avec la pandémie, les établissements scolaires et universitaires s’efforcent de repenser l’apprentissage en accordant une importance toute particulière aux approches hybrides. Si certains étudiants sont retournés en classe, beaucoup d’autres combinent encore enseignement présentiel et distanciel. Pour d’autres, enfin, l’apprentissage demeure exclusivement virtuel. La crise n’étant toujours pas maîtrisée, un retour à la normale dans les établissements élémentaires, secondaires et universitaires reste une perspective lointaine, et les prochaines vagues épidémiques pourraient continuer d’influencer les modes et les espaces d’apprentissage.

Les enseignants et les étudiants contribuent à l’évolution rapide et significative de l’usage de la technologie dans le domaine de l’apprentissage. Cependant, si la technologie constitue un élément clé des modèles hybrides, elle ne suffit pas à garantir leur succès. Les étudiants ont également besoin d’un environnement confortable et fonctionnel, ainsi que d’un accès à des outils et à un mobilier performants.

Voici cinq conseils qui vous permettront d’optimiser votre expérience :

1. Identifiez un espace spécialement dédié à l'apprentissage.
Quel que soit l'endroit où vous étudiez – dans votre chambre de cité universitaire ou chez vous –, vous devez avant tout passer en mode « apprentissage » afin de rester concentré. Une pièce entière n'est pas indispensable : vous pouvez par exemple travailler sur un bureau d'angle ou sur une table qui peut de nouveau être transformée en table de salle à manger après 17 heures. Si possible, utilisez des espaces différents en fonction de votre activité : asseyez-vous à votre bureau pour rédiger un devoir, résolvez vos problèmes de mathématiques sur un grand tableau, etc. Vous vous ennuierez moins facilement si vous changez de décor au cours de la journée.

2. Aménagez vous-même votre espace.
L'apprentissage a plus de chances d'être productif si vous aménagez votre espace en fonction de vos préférences. Non seulement vous tirerez des leçons précieuses de cette expérience, mais cette dernière vous permettra également de découvrir dans quelles conditions vous êtes le plus efficace. Agrémenter l'espace de photos et d'objets personnels est également une manière de se sentir en phase avec son environnement et de renforcer sa motivation.

3. Ne sous-estimez pas l'importance du confort et de l'ergonomie. Peu d'employés disposent d'éléments de mobilier spécialement conçus pour le travail ou l'apprentissage. En conséquence, ils adoptent des positions inconfortables et se déconcentrent rapidement. Une position assise prolongée requiert un siège ergonomique adapté. Le siège Node de Steelcase, doté d'une tablette écritoire mobile, est une solution idéale pour les petits espaces. Il est primordial d'encourager le mouvement – y compris les micro-mouvements. Un bureau réglable en hauteur permettant de changer de postures au cours de la journée et un éclairage adéquat limitant la fatigue visuelle vous seront également très utiles.

4. Prévoyez des espaces pour afficher vos idées. Pour développer et communiquer vos idées facilement, vous pouvez ajouter des tableaux blancs aux surfaces verticales. Ces tableaux vous offriront également un espace où afficher vos projets à venir, vos travaux en cours et vos devoirs achevés. Vous renforcerez ainsi plusieurs compétences : autonomie, gestion du temps, gestion des priorités et sens de l'organisation.

5. Ajoutez des éléments de biophilie à votre espace afin de créer une atmosphère propice à la créativité. D'après diverses études, la lumière et les matières naturelles, les plantes et les couleurs favorisent le bien-être. Il a été démontré que les étudiants bénéficiant d'un éclairage naturel et de vues sur l'extérieur obtenaient de meilleurs résultats. Et pour cause : les environnements multi-sensoriels mettent nos sens en éveil et améliorent nos capacités cognitives, motrices et relationnelles.

Tout comme le télétravail, l'apprentissage à distance peut se révéler difficile à mettre en œuvre lorsque l'environnement de travail est inadapté. Quel que soit votre objectif – rédiger une dissertation ou développer une stratégie marketing –, retenez ceci : votre espace de travail est un facteur clé de votre performance.