

SAVOIR INTERVENIR EN CLASSE



SE FAIRE CONFIANCE ET DÉDRAMATISER LA SITUATION

Bien souvent, tu n'es pas la seule personne à se poser cette question ou encore à ne pas comprendre l'explication. Tu as le droit à la parole et à l'erreur. Comme le disait Nelson Mandela: "Je ne perds jamais, soit je gagne, soit j'apprends."

PRÉPARER SON INTERVENTION

Sois attentif à ce qui est dit en classe. Si tu poses une question, elle doit être courte et bien formulée. Si tu as besoin de précisions, indique à quel moment tu n'arrives plus à comprendre plutôt que de dire que tu n'as rien compris.

- Afin de mieux comprendre, pouvez-vous réexpliquer à partir de ...?
- Si je comprends bien ce que vous expliquez...



POSER SA QUESTION OU PROPOSER SON IDÉE

N'aie pas peur de prendre ta place. Sois également attentif aux interventions de tes collègues. Si le rythme est trop rapide, tu peux demander à l'enseignant s'il y aura une période de questions avant la pause ou à la fin du cours. Tu peux alors écrire tes questions afin de ne pas les oublier.

- Quel autre exemple pourriez-vous me donner afin de mieux comprendre...
- Quel est le synonyme ou quelle est la définition de ce mot?



ESTIME DE SOI ET PRISE DE PAROLE

C'est également important de se faire confiance. Voici quelques stratégies afin de cultiver l'estime de soi.

- Remplacer ses croyances négatives par des croyances positives ou constructives. Au lieu de te dire que tu pourrais avoir l'air niais de poser la question, dis-toi que tu vas aider plusieurs étudiants en l'adressant à l'enseignant.
- Affirmer ses besoins, ses limites, ses désirs et ses attentes.
- Ne pas se comparer aux autres.