



JOURNAL LE MONDE DES AFFAIRES AU CENTRE-VILLE DOWNTOWN BUSINESS NEWS

6 PAGES
DOSSIER
FORMATION

Vol. 1 N° 2
AOÛT / AUGUST 1995

LECTURE RAPIDE

«LES SCEPTIQUES SERONT CONFONDUS»

par BENOÎT BOLDUC

Une «jeune» dame de 73 ans, originaire de France et venue ici dans le but d'achever un doctorat sur saint Jérôme, s'était empressée dès son arrivée de s'inscrire à un cours de lecture rapide offert par le **CLR**. Stupéfaite par ses nouvelles performances en lecture, elle s'était exclamée un peu dépitée en pensant à toutes ces années passées à lire à la vitesse d'un pas de tortue : «*Que de temps perdu!*». Mais elle était transportée de joie; elle savait qu'elle pourrait terminer son doctorat trois fois plus rapidement que prévu grâce au cours qu'elle venait juste de suivre au Centre de Lecture Rapide.

Certaines choses nous paraissent douteuses tant que l'on ne s'en est pas approché, puis laissé convaincre de leur indéniable utilité.

Apprendre que notre vitesse de lecture peut passer de 200 à 1000 mots à la minute, et cela après seulement trois séances de formation intensives, a de quoi nous laisser perplexe. On se dit : «*Soit, mais qu'en est-il de la compréhension?* »

M. Raymond-Louis Laquerre, directeur du Centre de lecture rapide ri est pas à cours d'arguments face à ce genre d'objections. Preuves à l'appui, il nous assure que grâce aux méthodes en vigueur au **CLR** on peut non seulement augmenter notre vitesse de lecture mais aussi améliorer de beaucoup notre compréhension de texte.

Il explique que le principe général de la technique préconisée par le Centre qu'il dirige consiste à remplacer la lecture sous-vocale par une lecture idéographique. «*Au lieu de prononcer les mots un à un, dit-il, on habitude les yeux à voir par groupes de mots et à percevoir les informations par concepts ou idées clefs.*»

Le développement de ces habiletés est rendu possible par une série d'exercices de vision et de perception qui augmentent considérablement la préhension visuelle et la vitesse de lecture. De plus, des exercices de schématisation permettent de développer l'esprit de synthèse et de favoriser la mémorisation et le rappel des idées générales, secondaires ou détaillées.

«*Les techniques d'apprentissage de la lecture rapide reposent sur une réalité toute simple, souligne M: Laquerre: Le cerveau humain fonctionne assurément au moins quatre fois plus vite que la parole; il est donc certain que, si nous lisons à la vitesse de celle-ci, notre cerveau sera «sous-alimenté» et nous serons facilement distraits. Pendant que nous «sous-vocalisons», régressons, et faisons du mot à mot, le cerveau attend; c'est à ce moment que la «folle du logis» s'infiltré inopinément dans notre cerveau et fait obstacle à la concentration.*»

La technique d'apprentissage du **CLR** s'articule autour de trois volets principaux : la visualisation, la visuo-motricité et la cognition. Pour être capable de bien visualiser, le lecteur doit être détendu



**«Soit, mais qu'en est-il de la compréhension"?
Raymond-Louis Laquerre.**

physiquement et mentalement; la relaxation favorisera une perception intuitive et synthétique des concepts et des idées dont il est question dans le texte.

La motricité quant à elle exige aussi du sujet qu'il soit détendu. La relaxation favorise l'attention, la concentration et l'identification des mots et prédispose aux exercices de focalisation qui, à proprement parler, permettent d'augmenter la vitesse de préhension des concepts et des idées clefs.

A ce sujet, M. Laquerre insiste sur le fait que nos habitudes de lecture traditionnelles réduisent de beaucoup notre capacité de perception. «*L'oeil humain a un champ de vision qui lui permet de voir au moins cinq mots à la fois, dit-il. En exerçant notre vision périphérique, on peut en arriver à voir dix, quinze, vingt ou même 25 mots d'un seul coup d'oeil. Pour en arriver à une telle performance, il suffit tout simplement de s'habituer à voir par groupes de mots, à exploiter la vision périphérique attentive.*»

Au plan cognitif, la lecture rapide assure une meilleure compréhension au lecteur pour deux raisons principales. Premièrement, l'assimilation d'images mentales, lors de la lecture d'un roman par exemple, facilite la rétention et le rappel des événements et des faits puisque ceux-ci font référence à des images



mentales précises plutôt qu'à des symboles abstraits. Le même phénomène se produit pour des textes techniques alors que la lecture idéographique plutôt que phonographique favorise le rappel des connaissances acquises. A noter que ces procédés ne sont pas sans rappeler les moyens mnémotechniques permettant de se rappeler des noms de personnes, de rues, de faits ou d'événements.

Deuxièmement, le fait de lire trois, quatre, et même cinq ou six fois plus vite, nous autorise à revenir sur le texte pour y repérer et y glaner les informations recherchées sans crainte de perdre notre temps.

Un autre facteur favorisant une meilleure compréhension découle d'un principe cher aux Allemands, la *Gestalt*, qui veut que le tout soit plus important que la somme de ses parties. C'est pourquoi il est important d'avoir une idée globale d'un livre avant de le parcourir linéairement d'un couvert à l'autre. Une lecture rapide performante au plan de la vitesse et de la rétention comporte trois phases : la prélecture, la lecture proprement dite et la postlecture. M. Laquerre explique qu'en général un livre s'articule autour d'une seule idée de base. *« Tout auteur veut nous convaincre de quelque chose qui nous est habituellement révélé dans la conclusion, dit-il; dans l'introduction, l'auteur explique la démarche qui lui a servi à démontrer sa conclusion. C'est au moment de la prélecture que le lecteur prends connaissance de celle-ci et en parcourant la bibliographie, la table des matières et l'index se fait une idée générale du livre. La prélecture M pour lui l'occasion de glaner l'essence d'un texte sans avoir à le parcourir en entier. Elle est une préparation mentale à la lecture proprement dite qui, elle, tient lieu de touche finale à la charpente préalablement établie lors de la prélecture. La postlecture quand à elle permet de retrouver certaines informations précises dans le texte. »*

Tout en insistant sur le fait que la lecture rapide s'adresse à tous les publics, M. Laquerre fait remarquer que les administrateurs, les avocats, les ingénieurs et les professionnels de toutes provenances en sont les plus férus. D'après lui, un professionnel qui possède déjà un esprit de synthèse développé peut, en une fin de semaine de cours intensifs, augmenter sa vitesse de lecture de trois à quatre fois. *« Mais il faut faire preuve d'humilité pour que la technique soit efficace nous dit-il; la plupart des professionnels ont souvent 20 ou 30 ans de lecture sous-vocale à leur actif et il est parfois difficile pour eux d'accepter de changer radicalement leur façon de percevoir les mots écrits sur une page. Faire des exercices de perception de mots à haute vitesse en acceptant de ne pas comprendre le texte qu'ils lisent constitue souvent pour eux un obstacle important. »*

Cet effort de déconditionnement constitue un aspect important de l'apprentissage de la lecture rapide. Avant de prétendre maîtriser les techniques de lecture proprement dites il faut réviser nos vieilles habitudes de a à z. L'approche globale que préconise le **CLR** prend en compte la posture, l'éclairage, l'oxygénation de la pièce et l'état psychologique du sujet et considère que ces aspects de la lecture, la plupart du temps négligés par les lecteurs, favorisent l'utilisation efficace des différentes techniques qu'il enseigne. *Cours*

intensifs conçus pour répondre aux besoins des cadres et des professionnels, ceux-là d'une durée de 21 heures, échelonnés sur trois jours consécutifs et comprenant un module de rappel offert un mois plus tard pour consolider sa formation.

À noter qu'en plus des cours de lecture- rapide, le **CLR** offre des ateliers complémentaires en différents domaines tous reliés au développement des potentialités inhérentes à la personne. *Vision et*

ordinateur; Nos mémoires, une source d'avenir, la prise de notes imagées et potentialiser son énergie intérieure sont offerts respectivement en séminaires de trois heures, six heures et douze heures et sont dirigés par des sommités du domaine de l'optométrie, de la neurologie, des arts visuels et de la santé communautaire.