



À VOS AFFAIRES

CONSOMMATION/FORMATION

Lire plus vite et mieux comprendre

Les cours de lecture rapide ont connu leur apogée dans les années 60. Encore aujourd'hui, cette formation a de nombreux adeptes désireux de lire plus et même mieux.

Au terme de ses 30 heures de cours, Alain Stanké a lu L'Étranger de Camus en 12 minutes et il a passé haut la main le test de compréhension qui suivait l'exercice.

Au Québec, toutes les formations offertes en lecture rapide sont inspirées, de près ou de loin, des principes et techniques mis au point par Evelyn Wood.

« L'apprentissage de la lecture rapide consiste à acquérir des techniques visuelles qui permettent d'augmenter la capacité de décoder rapidement plusieurs mots », résume le psychologue Christian Bégin, de l'Université du Québec à Montréal.

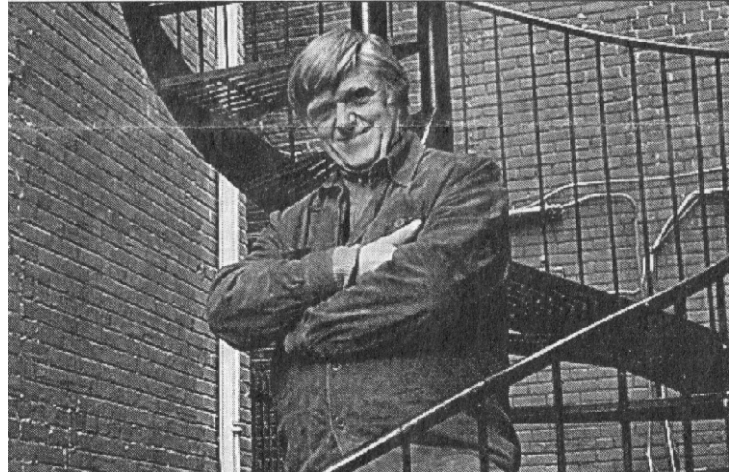
Pour augmenter leur vitesse, les lecteurs doivent utiliser un repère - un doigt, un crayon, par exemple - et entraîner leurs yeux à suivre son défilement sur le texte, de plus en plus vite. « Le doigt entraîne l'oeil et non l'inverse », précise-t-il.

Selon M. Bégin, la vitesse augmente la compréhension et la rétention des informations. « Plus on lit de mots à la fois, mieux on en comprend le sens et moins on les oublie », explique-t-il.

Dans les années 90, il a suivi un cours de 30 heures au Centre de lecture rapide (CLR) de Montréal et s'est exercé ensuite une heure par jour, sept jours sur sept, pendant huit semaines. Déjà, après un mois, il était passé de 300 à plus de 900 mots à la minute.

Sur son site Internet, le CLR affirme que sa formation de 30 heures peut permettre d'augmenter de trois à sept fois sa vitesse alors que les séries de cours de 21 heures peuvent provoquer un gain de deux à cinq fois.

Christian Bégin recommande cet institut à ses étudiants, notamment à cause de



Alain Stanké

PHOTO ARCHIVE LA PRESSE

l'encadrement plus serré et du suivi des progrès par ses formateurs. Il croit qu'il est préférable de suivre une formation qui se déroule en plusieurs semaines, afin de pouvoir corriger ses erreurs.

Le psychologue croit néanmoins qu'il est possible de doubler sa vitesse de lecture après une formation d'une journée, comme le proposent Denis Gagnon, des Séminaires de lecture rapide Denis Gagnon, et René-Louis Comtois, de Formations qualité temps.

« En quelques heures, il est possible de transmettre les techniques de base de la lecture rapide. Le danger, avec des formations de courte durée, est d'en perdre rapidement les acquis, faute d'encadrement dans la pratique », précise M. Bégin.

L'autre danger est de croire que quiconque peut atteindre les performances des lecteurs prodiges comme JFK et Alain Stanké.

Christian Bégin, de l'UQAM, note que les lecteurs qui fracassent des records sont généralement des gens qui lisent énormément, qui possèdent un vocabulaire étendu ou encore

ceux qui sont habitués à la structure et aux contenus des textes. « Un lecteur habitué de La Presse pourra la lire à 800 mots par minute alors que la même personne, moins habituée au Monde, le lira à 500 mots. Un lecteur habitué de publications scientifiques les lira plus vite que s'il plonge dans un roman russe du début du XXIe siècle », donne-t-il en exemple.

Rassurons-nous : même Alain ne lit pas tout à la vitesse de l'éclair. « J'utilise la lecture rapide pour m'informer. Pour la poésie ou pour approfondir des oeuvres, j'apprécie la lecture plus lente. »

LECTURE RAPIDE À L'AGENDA

Formations de plusieurs jours
Centre de lecture rapide
Formateur :
Raymond-Louis Laquerre
Séances d'informations gratuites :
2 et 4 mai, à Montréal
Cours de 30 heures
du 31 mai au 13 juin ou du 26 juin au 27 juillet
Coût : 535 \$ plus taxes.
Universitaires, 425 \$.
60 ans et plus, 475 \$
Cours intensifs de 21 heures
Du 1^{er} au 4 juin
Coût : 435 \$. Universitaires : 375 \$
(514) 484-9962 ou www.clrdirect.com