

Il faut faire preuve de Bon Sens lorsque l'on s'entraîne à la Vitesse Sténographique.

Prof. Waldir Cury

(Traduction Portugais/Français: François Ducerisier)

Dès qu'un étudiant en sténographie termine l'apprentissage de la méthode, il commence à s'occuper de l'"acquisition de la vitesse sténographique". Cette conquête s'effectue à travers deux procédés associés:

- ***le perfectionnement théorique incessant*** : approfondissement de l'apprentissage des règles de la méthode, des signes initiaux et terminaux ; insistance ininterrompue dans l'assimilation des "signes conventionnels", réalisation de copies/transcriptions, bref, tous les procédés qui servent à l'amélioration totale de la partie théorique.
- ***dictées progressives de vitesse.***

Il faut donc prendre certaines précautions : l'élève ne doit pas s'entraîner sur des dictées dont la vitesse dépasse ses capacités. C'est ce que recommandent les plus grands maîtres de la sténographie mondiale!

L'acquisition de la vitesse sténographique se fait à travers la conquête de "petites victoires". C'est comme un escalier dont vous devez monter les marches sans en sauter aucune, sans "brûler les étapes". Pour cela, il n'est pas avantageux (et aucun étudiant en sténographie ne doit faire cela) de s'entraîner sur des dictées de vitesse dont l'on manque plus de 10 % des mots. Cela fait trop travailler le cerveau sans que l'on n'obtienne aucun résultat ! Au contraire, cela peut faire croire à l'élève qu'il est "incompétent", alors qu'en réalité l'"incompétence" réside dans le fait de vouloir s'entraîner à une vitesse à laquelle le cerveau n'est pas préparé.

Chaque vitesse à laquelle l'on s'entraîne (en effectuant un certain nombre de dictées à une vitesse donnée) a pour effet la création de nouvelles synapses (connexions) dans le cerveau. Pour simplifier, lorsqu'un élève s'entraîne sur plusieurs

dictées à une vitesse donnée, il prépare son cerveau à "cette nouvelle compétence-là", c'est-à-dire, celle de tracer les signes sténographiques à ce niveau de vitesse. Oui, c'est exactement cela : chaque vitesse signifie "une nouvelle compétence" !

Une "étude rigoureuse" basée sur la répétition des mots, la révision incessante des signes terminaux et initiaux, l'étude systématique des signes conventionnels et l'entraînement continu et quotidien sur des dictées à la vitesse que l'on veut dépasser, vont donc contribuer à "éduquer" le cerveau et à lui "donner la capacité" de sténographier à cette nouvelle vitesse. Le cerveau apprend progressivement à "écouter les sons et à les transformer en signes sténographiques de plus en plus vite".

Le temps nécessaire à cette "maturation", à chaque niveau de vitesse, varie d'un élève à l'autre. Personne, aucun professeur, aucun spécialiste en la matière ne pourra dire de combien de jours, de combien de semaines, ou de combien d'heures d'études un élève donné aura besoin, en s'appliquant, pour conquérir une vitesse donnée. La seule chose que tout le monde pourra affirmer - sans craindre de se tromper -, c'est qu'aucun élève ne doit s'entraîner sur des dictées à des vitesses supérieures à celle à laquelle il arrive à s'entraîner avec des résultats satisfaisants. Comme paramètre, l'on a établi le chiffre de 10 % d'erreurs.

De sorte qu'un élève qui s'entraîne sur des *dictées de 90 mots à la minute avec 25 % d'erreurs de transcription*, n'a qu'une voie à suivre (aussi "frustrant" que cela soit ou que cela puisse paraître) : **réduire la vitesse d'entraînement** ! C'est la seule tactique qui fonctionne : *reculer pour avancer* ! Bien mûrir à chaque vitesse et monter les marches progressivement, une par une !
