

## POUR ACQUÉRIR LA VITESSE STÉNOGRAPHIQUE, EST-IL BON OU MAUVAIS DE S'ENTRAÎNER À REFAIRE LA MÊME DICTÉE DE NOMBREUSES FOIS?

Waldir Cury

Sténographe-réviseur retraité de l'Assemblée Législative  
de l'État de Rio de Janeiro (Brésil)

Professeur de Sténographie

Traduction portugais/français: François Ducerisier

Ceux qui s'entraînent à la vitesse sténographique posent souvent la question suivante :

*Répéter de nombreuses fois la même dictée, n'est-ce pas une perte de temps, puisque le sténographe apprend pratiquement le texte "par coeur" ?*

La réponse est la suivante :

S'il était vrai que l'élève "retient" le texte, dans le sens de "l'apprendre par coeur, le garder en mémoire" (ce qui inclut le fait de "retenir" tous les mouvements et tracés sténographiques référant au texte en question - principalement les mots difficiles à tracer), ce serait déjà une victoire spectaculaire. Imaginez : répéter une dictée dix, vingt fois et assimiler - en profondeur - tous les tracés sténographiques qui y sont présents ! Alors, la conclusion la plus évidente que l'on devrait en tirer serait : *cela ne serait pas une perte de temps que de s'entraîner en répétant la même dictée. Tout au contraire, il serait fort recommandable de s'entraîner à répéter une même dictée !*

La vérité, cependant, est que l'élève n'a que l'*illusion* d'avoir "*retenu*" le texte, car si nous prenons le même texte et si nous le dictons à une vitesse supérieure (par exemple, à 80 mots/minute, si l'élève s'entraîne à 60 mots/minute), l'élève aura beaucoup de mal à transcrire sténographiquement ce même texte qu'il a soi-disant "retenu" - principalement s'il s'agit d'un texte comportant de nombreux mots au tracé sténographique difficile.

Il faut également remarquer que - contrairement aux apparences - chaque moment de la saisie sténographique constitue une expérience unique, dans laquelle entre en action un mécanisme complexe consistant à "entendre le son, le codifier en signes sténographiques (tâche exécutée par le cerveau) puis envoyer les signes codifiés, via le système nerveux, vers le bras, la main et le papier". Tout ce processus - il est bon de le

rappeler - s'accomplit en quelques fractions de secondes, fractions qui diminuent au fur et à mesure que la vitesse augmente.

L'on peut donc aisément en déduire que, même si le texte en écriture ordinaire a été "mémemorisé", le texte *sténographié* ne le sera pas, puisque les neurones du cerveau devront toujours effectuer, à chaque fois que l'on sténographiera, le travail important et complexe d'élaboration des signes sténographiques.

Ce qui se produit en réalité – si nous poussons notre raisonnement jusqu'au bout – c'est que s'entraîner à plusieurs reprises avec la même dictée, les mêmes phrases et – principalement – les mêmes mots, signifie donner peu à peu au cerveau (à force de répétition) la capacité d'effectuer "l'opération de codification" plus rapidement, avec plus de désinvolture, plus de fluidité, et de la manière la plus instantanée possible.

Ce n'est que grâce à cet entraînement répétitif des mêmes mots et de la même dictée que l'on parvient, graduellement, à éliminer *le doute et l'hésitation mentale, la titubation, le vacillement* (principalement en ce qui concerne les mots au tracé sténographique difficile), qui sont les principaux facteurs qui font prendre du retard et, par conséquent, manquer des mots lorsque l'on sténographie.

C'est, sans aucun doute, grâce à la RÉPÉTITION que l'on parvient à éliminer *l'hésitation mentale* qui se produit parfois lorsque l'on effectue le tracé sténographique et à rendre le cerveau capable de travailler avec de plus en plus d'agilité, de plus en plus d'assurance et de plus en plus d'automatismes. Comme le dit si bien le proverbe latin : "Repetitio mater studiorum est" – **La répétition est la mère des études.**

LA RÉPÉTITION est, par conséquent, la méthode la plus sûre et la plus efficace pour l'acquisition de la fluidité et de la vitesse sténographique.

Il est également essentiel de **mûrir** à chaque vitesse, avant de passer à la vitesse suivante, ce que l'on obtient à travers un entraînement conséquent et beaucoup de répétition.

Quant à la "méthode" – malheureusement assez répandue – consistant à sauter d'une dictée à l'autre, sans prendre le temps d'étudier et d'approfondir chaque dictée, quel résultat donne-t-elle ? Elle donne :

DES DIFFICULTÉS INSURMONTABLES, UN MANQUE TOTAL D'ASSURANCE, DES PROGRÈS DOUTEUX, UNE VITESSE MÉDIOCRE, UN MANQUE TOTAL DE MÂTURATION STÉNOGRAPHIQUE ET UNE ÉNORME FRUSTRATION.

\*\*\*