

# COMMENT RÉUSSIR EN SCIENCES HUMAINES ET SOCIALES ? (ÉTUDIANTS LICENCE + MASTER)

## Introduction

Réussir en sciences humaines, ce n'est pas seulement obtenir de bonnes notes. C'est apprendre à comprendre le monde, à penser avec méthode, à douter avec intelligence et à s'exprimer avec clarté.

Les sciences humaines : philosophie, sociologie, psychologie, histoire, anthropologie... ne sont pas des disciplines abstraites : elles nous parlent de l'être humain, de ses croyances, de ses comportements, de ses institutions et de ses rêves.

Elles exigent curiosité, rigueur et ouverture d'esprit.

Comme le disait Michel Foucault : « La connaissance n'est pas faite pour comprendre : elle est faite pour trancher. »

Étudier les sciences humaines, c'est apprendre à trancher entre le vrai et le vraisemblable, entre le raisonnement et la croyance.

## **I. COMPRENDRE LA NATURE DES SCIENCES HUMAINES**

Les sciences humaines étudient l'homme dans sa dimension sociale, psychologique et culturelle. Leur but n'est pas de juger, mais de comprendre.

### **1. Définition et objectifs**

Les sciences humaines cherchent à expliquer les comportements humains, les institutions, les croyances et les valeurs. Elles utilisent des méthodes qualitatives (entretiens, observations, analyses de textes) et quantitatives (statistiques, questionnaires).

### **2. Les grandes disciplines**

Philosophie : réfléchir sur les fondements de la pensée, de la morale et du savoir.

Sociologie : comprendre les structures sociales et les comportements collectifs.

Psychologie : étudier la pensée, les émotions et les comportements individuels.

Anthropologie : explorer les cultures et leurs logiques internes.

Histoire : analyser le passé pour comprendre le présent.

### **3. L'esprit critique et la rigueur**

Réussir en sciences humaines, c'est apprendre à penser contre soi-même. Nietzsche écrivait : « Le plus grand ennemi de la vérité n'est pas le mensonge, mais les convictions. »

Avoir l'esprit critique, c'est savoir se méfier de ses propres certitudes.

## **II. APPRENDRE À PENSER COMME UN CHERCHEUR**

Les sciences humaines ne donnent pas des réponses, elles enseignent à poser des questions.

### **1. Distinguer opinion et savoir**

Une opinion repose sur une impression ; un savoir se fonde sur une argumentation et des preuves.

Comme le disait Platon : « L'opinion est la pire des ignorances : celle qui croit savoir. »

### **2. La démarche scientifique**

Elle repose sur trois étapes :

Observer un phénomène

Formuler une hypothèse

Vérifier l'hypothèse par des faits ou des arguments logiques

### **3. La posture réflexive**

L'étudiant doit apprendre à se questionner lui-même : pourquoi je pense cela ? qu'est-ce qui influence mon jugement ?

La réflexivité est le cœur de la pensée critique.

## **III. MÉTHODES DE TRAVAIL EFFICACES**

### **1. Organisation**

Planifie ton travail chaque semaine. Fixe-toi des plages horaires réalistes. Relis tes notes après chaque cours.

### **2. Prise de notes**

Ne cherche pas à tout écrire : note les idées principales, les définitions, les exemples. Utilise des flèches et des couleurs pour relier les notions.

### **3. Fiches de révision**

Une bonne fiche contient :

Le concept

Sa définition

L'auteur associé

Une citation clé

Un exemple concret

#### **4. Lecture de texte**

Lis une première fois pour comprendre le sens général, une deuxième pour repérer la structure, une troisième pour noter les idées essentielles.

#### **5. Dissertation**

Une bonne dissertation en sciences humaines repose sur une problématique claire, une argumentation logique et une conclusion ouverte.

Structure :

**Introduction : amener le sujet, poser la problématique**

**Développement : deux ou trois parties équilibrées**

**Conclusion : réponse synthétique et ouverture**

#### **6. Commentaire de texte**

Lis le texte plusieurs fois. Repère la thèse, les arguments, les exemples.  
Analyse la structure et les notions philosophiques ou sociologiques mobilisées

### IV. DÉVELOPPER SON ESPRIT CRITIQUE

#### **1. Analyser un discours**

Demande-toi : qui parle ? dans quel contexte ? avec quel but ?

#### **2. Identifier les sophismes**

Un sophisme est un raisonnement qui semble vrai mais ne l'est pas. Ex : "Si tout le monde le dit, c'est que c'est vrai."

### **3. Construire une argumentation solide**

Une bonne argumentation combine faits, logique et valeurs.

### **4. Croiser les savoirs : l'importance de l'interdisciplinarité**

Ne reste pas enfermé dans une discipline : un bon étudiant relie la psychologie à la sociologie, la philosophie à l'histoire, etc.

## **V. LA CULTURE GÉNÉRALE COMME LEVIER DE RÉUSSITE**

### **1. Pourquoi lire ?**

La lecture développe l'imagination et la rigueur.

Sartre disait : « Lire, c'est reprendre la liberté d'un autre pour la faire sienne. »

### **2. Œuvres essentielles à connaître**

Philosophie : Platon, Descartes, Kant, Nietzsche

Sociologie : Durkheim, Weber, Bourdieu

Psychologie : Freud, Piaget, Rogers

Anthropologie : Lévi-Strauss, Mead

Littérature : Camus, Dostoïevski, Beauvoir

### **3. Lire activement**

Souligne, annote, interroge le texte. La lecture doit être un dialogue.

## **VI. LES ERREURS LES PLUS FRÉQUENTES**

1. Lire sans comprendre
2. Apprendre sans réfléchir
3. Copier sans citer
4. Ne pas problématiser
5. Croire qu'il suffit d'être "intéressé"

La réussite n'est pas une question d'intelligence mais de méthode et de discipline.

## **VII. RÉUSSIR LES ÉPREUVES UNIVERSITAIRES**

### **1. Dissertation**

Sois clair, ordonné, rigoureux. Ne cherche pas à briller, cherche à démontrer.

### **2. Oral**

Structure ton propos, articule, respire. Parle lentement. Soutiens ton regard. Une idée claire vaut mieux qu'un flot de mots.

### **3. Mémoire ou dossier**

Choisis un sujet qui t'inspire. Sois rigoureux dans les références. Construis ton plan avant d'écrire.

## **VIII. DÉVELOPPER UNE ÉCRITURE CLAIRE ET PERCUTANTE**

L'écriture est le miroir de la pensée.

Évite les phrases longues, le jargon inutile et les répétitions.

Simone de Beauvoir écrivait : « Ce qui se conçoit bien s'énonce clairement. »

## **IX. CULTIVER LES QUALITÉS HUMAINES DU CHERCHEUR**

### 1. La patience

Le savoir se construit lentement.

### 2. L'humilité

Admettre que l'on ne sait pas est déjà une forme de savoir.

### 3. La curiosité

Tout peut devenir objet de réflexion.

### 4. La rigueur morale

Respecte les sources, cite les auteurs, évite le plagiat.

## **X. CONSTRUIRE SON IDENTITÉ D'ÉTUDIANT ET DE FUTUR PROFESSIONNEL**

### **1. Donner du sens**

Les sciences humaines t'apprennent à penser le monde pour mieux y agir.

### **2. Relier théorie et pratique**

Chaque concept éclaire un aspect du réel : les appliquer, c'est leur donner vie.

### **3. Gérer le stress**

Respire, médite, relativise. Le stress vient souvent d'un manque de clarté ou de méthode.

### **4. Trouver l'équilibre**

Travail, santé, spiritualité, relations : tout doit s'harmoniser.

## **XI. OUTILS ET RESSOURCES INDISPENSABLES**

### **Livres de base:**

Les Règles de la méthode sociologique (Durkheim)

L'Interprétation des rêves (Freud)

L'Éthique (Spinoza)

La Condition de l'homme moderne (Arendt)

### **Outils numériques :**

Zotero (bibliographie)

Google Scholar (recherches académiques)

Cairn.info (revues scientifiques)

## **XII. CONSEILS FINAUX POUR EXCELLER**

1. Travaille un peu chaque jour.
2. Cherche à comprendre, pas à réciter.
3. Discute avec d'autres : penser, c'est dialoguer.
4. N'aie pas peur de douter : le doute est le moteur du savoir.
5. Reste fidèle à ton idéal : comprendre l'humain pour mieux le servir.

# **Conclusion**

Réussir en sciences humaines, c'est devenir plus lucide, plus libre et plus humain.

C'est apprendre à penser avec exigence, à écouter avec profondeur, et à écrire avec justesse.

Ce n'est pas seulement un parcours d'études, c'est un chemin d'éveil intellectuel et moral.

SUPPORT PÉDAGOGIQUE RÉALISÉ PAR LA SOCIÉTÉ RÉUSSITE POUR  
TOUS

ENSEMBLE POUR RÉUSSIR !

**« Soyez des étudiants solidaires, curieux et  
audacieux pour construire un monde meilleur »**