

Impact du stress chez les étudiants de la Haute Ecole Pédagogique du Valais (HEPVS) sur leurs apprentissages et leurs motivations.

Auteurs : Barras Hervé et Cansu Karaguelle

L'objectif de cette recherche est d'évaluer l'effet du stress chez les étudiants de la HEPVS. Le stress est une réaction physiologique de défense de l'organisme face à un stimulus (Graziani & Swendsen, 2004). Il est modulable par la représentation personnelle ou l'évaluation cognitive faite de ce stimulus (Grandjean & Scherer, 2009). Les étudiants modulent leur manière d'apprendre en surface ou en profondeur en fonction de leur représentation des demandes de l'enseignement (Philippe, Romainville, & Willocq, 1997). De plus, cette représentation est modulée par le type de motivation, intrinsèque ou extrinsèque, qui sous-tend l'apprentissage (Deci & Ryan, 2008). Nous pouvons donc nous questionner sur l'effet du type d'apprentissage et de motivation sur le stress ressenti par les étudiants.

Cent-neuf étudiants des trois filières de la HEPVS ont répondu à un questionnaire en ligne sur leur état de stress. Ils indiquent leur degré d'accord à des items portant sur leur niveau de stress, leurs motivations, les pressions ressenties et leur estime de soi. Les résultats sont colligés et traités afin de garantir l'anonymat.

Une première analyse corrélationnelle montre des effets du stress sur l'apprentissage profond ($\tau = -.21$, $p = .005$), la motivation ($\tau = .20$, $p = .008$), les attributions causales ($\tau = .46$, $p < .001$)

Ces données suggèrent un effet des représentations sur le stress déclaré des étudiants. Il serait intéressant de développer une connaissance du stress chez les étudiants afin d'en réduire l'impact durant la formation mais aussi de favoriser une transposition dans leur pratique professionnelle pour eux et leurs élèves. De plus, des solutions pédagogiques favorisant des apprentissages profonds et des évaluations authentiques devraient être investiguées afin de diminuer l'effet du stress chez les étudiants. Il serait enrichissant de connaître l'impact d'une formation par projets sur le stress.

Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2008). Favoriser la motivation optimale et la santé mentale dans les divers milieux de vie. *Canadian Psychology/Psychologie canadienne*, 49(1), 24-34.
doi:10.1037/0708-5591.49.1.24

Graziani, P., & Swendsen, J. (2004). *Le stress, émotion et stratégie d'adaptation*. Paris: Nathan.

Philippe, M.-C., Romainville, M., & Willocq, B. (1997). Comment les étudiants anticipent-ils leur apprentissage à l'université ? *Revue des Sciences de l'Éducation*, 23(2), 309-325. Retrieved from <http://www.erudit.org/revue/RSE/1997/v23/n2/031918ar.pdf>

Impact du stress chez les étudiants de la HEPVS sur leurs apprentissages et leurs motivations



HEPVS | PHVS

AIPU 2016

Impact du stress chez les étudiants de la Haute Ecole Pédagogique du Valais sur leurs apprentissages et leurs motivations

Hervé Barras, prof/chargé de cours HEPVS
Cansu Karagülle, étudiante HEPVS

1

Objectifs

- Déterminer l'effet du stress chez les étudiant-e-s de la haute école
- Lier stress avec stratégies d'apprentissage et type de motivation

Stress

- Mécanismes physiologiques assurant la survie de l'organisme (Selye, 1950 ; Graziani & Swendsen, 2004)
- Mécanismes modulables par l'évaluation cognitive (Grandjean & Scherer, 2009)

Impact du stress chez les étudiants de la HEPVS sur leurs apprentissages et leurs motivations**Stratégies d'apprentissage**

- Profondeur
 - Favoriser des liens avec la structure existante
 - Surface
 - Favoriser le bachotage
 - Stratégique
 - Favoriser ce que je m'imagine que peut vouloir l'enseignant-e
- Biggs (1984), Entwistle (1988), Ramsden (1992)

Motivation

- Intrinsèque (Deci & Ryan, 1998)
 - Poursuit un objectif personnel (développement, curiosité,...)
- Extrinsèque (Deci & Ryan, 1998)
 - Poursuit un objectif externe à l'individu (social, pression,...)
- Localisation de la cause (Weiner, 1979)
 - Interne
 - Externe

Hypothèses

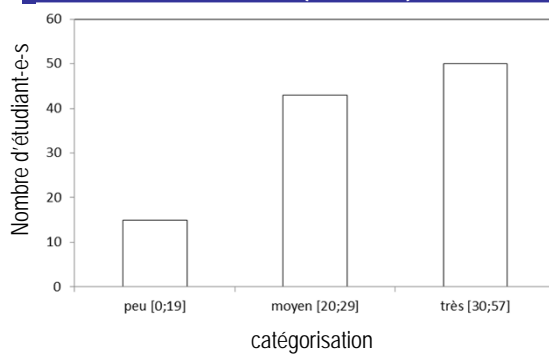
- Le style d'apprentissage et le type de motivation favorisé modifie le stress ressenti par l'étudiant-e-s.

Impact du stress chez les étudiants de la HEPVS sur leurs apprentissages et leurs motivations

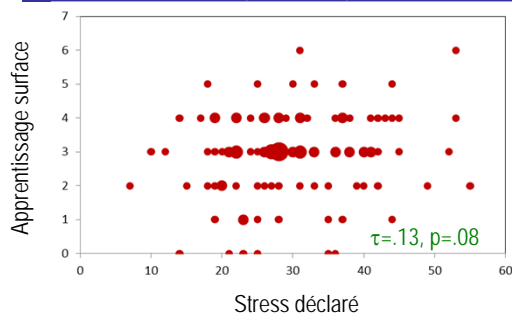
Méthode

- Population 108 étudiant-e-s HEPVS (19 hommes)
- Variables
 - Evaluation du stress Dortu (1992)
 - Échelle de fréquence
 - Somme du questionnaire
 - Catégorisation en peu, faiblement et fortement stressé
 - Représentations (degré d'accord)
 - Apprentissage (somme des items)
 - Motivation (somme des items)
- Matériel questionnaire anonyme en ligne

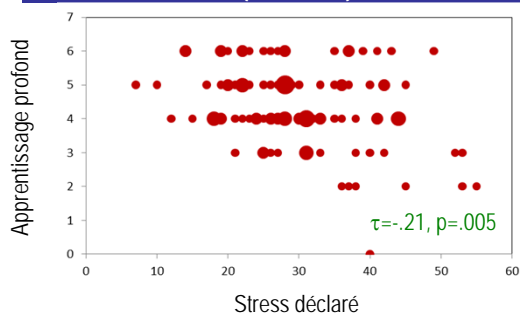
Catégorisation selon le stress déclaré (N=108)

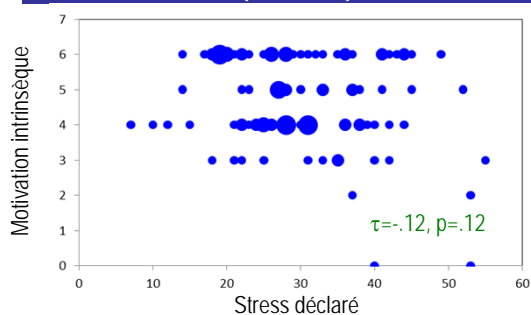


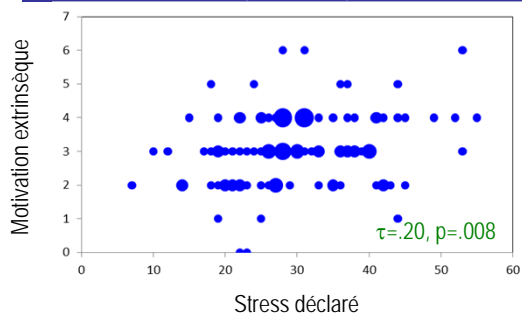
Stress et apprentissage surface (N=108)



Impact du stress chez les étudiants de la HEPVS sur leurs apprentissages et leurs motivations

Stress et apprentissage profond
(N=108)

Stress et motivation intrinsèque
(N=108)

Stress et motivation extrinsèque
(N=108)

Impact du stress chez les étudiants de la HEPVS sur leurs apprentissages et leurs motivations**Corrélation avec le stress ressenti**

- Apprentissage de surface $\tau=.13$, $p=.08$
- Apprentissage en profondeur $\tau=-.21$, $p=.005$
- Motivation interne $\tau=-.12$, $p=.12$
- Motivation externe $\tau=.20$, $p=.008$
- Attribution causale interne $\tau=.35$, $p<.001$
- Attribution causale externe $\tau=.46$, $p<.001$

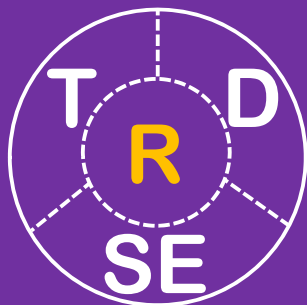
Discussion

- Beaucoup de stress déclaré chez les étudiant-e-s
- Un apprentissage profond «diminue» le stress
- Motivation intrinsèque «diminue» le stress
- Motivation extrinsèque «augmente» le stress
- L'attribution «augmente» le stress

Conclusion

- Chez l'enseignant-e
 - Favoriser un apprentissage profond
 - Se questionner sur la motivation des étudiant-e-s
- Chez l'étudiant-e
 - Réfléchir et questionner son interprétation des phénomènes
 - Pratique réflexive / Position de chercheur/euse
- Travailler les normes et les valeurs

Modèle de la formation



Missions HEP

Art. 4 Missions de l'école

*¹La HEP-VS a la mission générale d'assurer la **formation professionnelle** initiale des candidats à l'enseignement, notamment pour les écoles enfantine, primaire et pour les écoles du secondaire du 1er et/ou du 2e degré. Elle contribue à l'**épanouissement de leur personnalité**. Elle garantit un niveau d'exigences permettant les reconnaissances intercantonale et internationale des titres d'aptitudes à l'enseignement qu'elle délivre.*

Loi concernant la Haute école pédagogique du Valais (1996)



HEPVS | PHVS

Merci pour votre attention

Herve.Barras@hepvs.ch

Impact du stress chez les étudiants de la HEPVS sur leurs apprentissages et leurs motivations**Références bibliographiques**

- Biggs, J. (1984). Learning strategies, student motivation patterns and subjectively perceived success. In J. R. Kirby (Ed.), *Cognitive strategies and educational performance* (pp. 111-136). New-York, NY: Academic Press.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2008). Favoriser la motivation optimale et la santé mentale dans les divers milieux de vie. *Canadian Psychology/Psychologie canadienne*, 49(1), 24-34. doi:10.1037/0708-5591.49.1.24
- Dortu, J. (1991). *L'anti-stress de l'étudiant*. Paris : Les éditions d'organisation.
- Entwistle, N. (1988). Motivational factors in student's approaches to learning. In R. R. Schmeck (Ed.), *Learning strategies and learning styles* (pp. 21-51). New-York, NY: Plenum Press.
- Grandjeand, D., & Scherer, K. (2009). Théorie de l'évaluation cognitive et dynamique des processus émotionnels. In D. Sander & K. Scherer (Eds.), *Traité de psychologie des émotions* (pp. 42-76). Paris: Dunod.
- Graziani, P., & Swendsen, J. (2004). *Le stress, émotion et stratégie d'adaptation*. Paris: Nathan.
- Ramsden, P. (Ed.) (1992). *Learning in higher education*. London: Routledge.
- Selye, H. (1950). Stress and the general adaptation syndrome. *British medical journal*(4667), 1383-1393.
- Weiner, B. (1979). A theory of motivation for some classroom experiences. *Journal of Educational Psychology*, 71: 3-25.
