



**HAL**  
open science

## Préparer les élèves à l'oral scolaire : une nécessité

Jordan Colomies, Marina Érichot, Mathilde Padilla, Cécilia Pallud

► **To cite this version:**

Jordan Colomies, Marina Érichot, Mathilde Padilla, Cécilia Pallud. Préparer les élèves à l'oral scolaire : une nécessité. Education. 2019. dumas-02429195

**HAL Id: dumas-02429195**

**<https://dumas.ccsd.cnrs.fr/dumas-02429195v1>**

Submitted on 6 Jan 2020

**HAL** is a multi-disciplinary open access archive for the deposit and dissemination of scientific research documents, whether they are published or not. The documents may come from teaching and research institutions in France or abroad, or from public or private research centers.

L'archive ouverte pluridisciplinaire **HAL**, est destinée au dépôt et à la diffusion de documents scientifiques de niveau recherche, publiés ou non, émanant des établissements d'enseignement et de recherche français ou étrangers, des laboratoires publics ou privés.



Distributed under a Creative Commons Attribution - NonCommercial - NoDerivatives 4.0 International License



## **MEMOIRE**

**Pour l'obtention du Master MEEF**

**Mention Second degré**

**Parcours technologiques et professionnels**

**Présenté et soutenu par :**

**Jordan COLOMIES, Marina ERICHOT,**

**Mathilde PADILLA, Cécilia PALLUD**

**Le : 12 juin 2019**

**Titre : Préparer les élèves à l'oral scolaire :  
une nécessité**

**Directrice de mémoire : Maryvonne DUSSAUX**

# Sommaire

<b>1</b>	<b>STRESS ET EPREUVE ORALE .....</b>	<b>5</b>
1.1	STRESS ET BIEN-ETRE A L'ECOLE.....	6
1.1.1	<i>Qu'est-ce que le stress ?</i> .....	6
1.1.2	<i>Les sources du stress</i> .....	7
1.2	L'ORAL A L'ECOLE .....	8
1.3	L'ORAL : UN APPRENTISSAGE NECESSAIRE.....	9
<b>2</b>	<b>DE L'ACQUISITION DE CONNAISSANCES AU FORUM ANIME PAR LES ELEVES .....</b>	<b>10</b>
2.1	ACQUISITION DU SAVOIR DISCIPLINAIRE .....	11
2.2	ATELIERS D'APPRENTISSAGE DE L'ORAL.....	11
2.3	FORUM « BIEN-ETRE AU QUOTIDIEN » .....	13
<b>3</b>	<b>MIEUX PREPARES, LES ELEVES SONT PLUS CONFIANTS .....</b>	<b>15</b>
3.1	STRESS OBSERVE ET STRESS RESSENTI .....	15
3.1.1	<i>Observer le niveau de stress des élèves</i> .....	15
3.1.2	<i>Comprendre le ressenti des élèves</i> .....	16
3.1.3	<i>Observer les réactions lors du forum</i> .....	16
3.2	LES ELEVES APPRENNENT A GERER LE STRESS LIE A L'EPREUVE ORALE.....	17
3.2.1	<i>Sans préparation, des inquiétudes face à l'épreuve</i> .....	17
3.2.2	<i>Après les ateliers, une amélioration de l'aisance à l'oral</i> .....	19
3.2.3	<i>Les participants au forum ont exprimé leur intérêt et leur satisfaction</i> .....	21
	<b>BIBLIOGRAPHIE .....</b>	<b>25</b>
	<b>SITOGRAPHIE .....</b>	<b>26</b>
	<b>SOMMAIRE DES ANNEXES.....</b>	<b>27</b>

Dans le cadre du dispositif « Dimension Educative du Métier d'Enseignant » (DEME) nous nous sommes intéressés au stress dans le milieu scolaire. Cette réflexion était déjà présente dans l'établissement dans lequel va se dérouler l'action puisque l'équipe éducative a développé en direction des élèves de terminale de la série ST2S (Sciences et Technologies de la Santé et du Social) un projet nommé « 100% bien être » afin de faciliter la réussite au baccalauréat. Cette action s'inscrit également dans la spécificité de l'établissement qui est labélisé « lycée des métiers de la Santé et du Social ». Nous avons souhaité nous inscrire dans cette dynamique d'établissement mais en travaillant avec des élèves de seconde qui seront les premiers à présenter la nouvelle épreuve du baccalauréat : le grand oral.

Les sources de stress sont nombreuses, mais nous nous sommes particulièrement intéressés à une situation particulière : l'oral. Nous l'observons en classe régulièrement : l'oral est une situation source d'angoisse et de stress pour les élèves. Il peut résulter de l'absence de connaissance des codes de cette situation, et par extension des attendus. Or, force est de constater que dans nos pratiques d'enseignants, mais également dans celles de nos collègues, il est rare de consacrer du temps à l'étude de l'oral comme un objet d'apprentissage en soi. Pourtant il est essentiel dans notre société.

Déjà en 1943, Jean Zay écrivait dans *Souvenirs et solitude* « *L'écolier apprend à lire, à écrire, à compter, à raisonner, non à parler. Or, c'est en parlant que bien souvent il devra exercer sa profession ; c'est en parlant, en tout cas, qu'il lui faudra presque toujours défendre ses intérêts, soutenir sa pensée, convaincre ses interlocuteurs. Trop souvent les meilleurs sujets de nos lycées en sortent enrichis de connaissances, mais inhabiles à en tirer une argumentation verbale, incapables quelquefois de faire prévaloir les ressources de leur intelligence. Ils seront dans la vie la proie de quelque bavard, expert au langage courant. Ils rédigeront parfaitement à tête reposée ; mais ils improviseront mal. (...) À personne, l'art de discuter, de mener méthodiquement une controverse, fut-elle d'ordre purement pratique, de choisir et de mettre en ordre des arguments, de vaincre la timidité, n'a été enseigné* ». <sup>1</sup>

Il nous semble donc fondamental de laisser une place à l'apprentissage et la pratique de cet art. C'est bien dans ce sens que la mission de réflexion autour de l'avenir du baccalauréat a proposé la mise en place du désormais célèbre « Grand Oral », mesure phare de la réforme du Baccalauréat 2021. Dans le rapport rédigé par Pierre Mathiot et remis au ministre de l'Education nationale), il est bien défini que l'épreuve proposée a vocation « *à être un exercice terminal*

---

<sup>1</sup> Cité dans le rapport Mathiot, 2018.

*et propédeutique (...) car il constituera un temps particulièrement adapté à ce qui attend les élèves dans l'enseignement supérieur et, plus largement, dans la vie après le lycée » (Mathiot, 2018).*

L'objectif de notre travail est de montrer comment les enseignants peuvent se mobiliser afin de mieux préparer les élèves aux épreuves orales présentes dans le cursus scolaire en agissant à la fois sur les connaissances et les compétences liées au stress.

Dans un premier temps, nous mettrons en évidence le lien entre le stress des élèves et l'épreuve orale. Puis, dans un second temps, nous présenterons l'action pédagogique que nous avons conçue et mise en œuvre pour permettre aux élèves d'apprendre à gérer leur stress. Enfin, dans un troisième temps, nous montrerons la pertinence de préparer les élèves aux épreuves orales.

# 1 Stress et épreuve orale

L'action est née au sein du lycée Charles de Gaulle pour répondre à une problématique spécifique observée au sein de l'établissement. En effet, le proviseur constate que pour un certain nombre d'élèves (près d'un tiers de l'effectif du lycée), plus ou moins en difficulté scolaire, il y a une désillusion (défiance, « décroyance ») aussi bien de la part des élèves que des familles. Selon le proviseur, certains jeunes se retrouvent souvent livrés à eux-mêmes, leurs parents rentrant tard du travail. Par ailleurs, les distances entre le lycée et le lieu de vie, ainsi que les difficultés dues au réseau de transport scolaires entraînent des journées particulièrement longues. Les repères d'hygiène de vie sont très souvent absents au sein de certaines familles.

La corrélation entre certaines pratiques ou situations en dehors de l'école et les difficultés de concentration en classe a pu être mise en évidence. Ainsi, le « baromètre annuel du rapport à l'école des enfants de quartiers populaires »<sup>2</sup> montre que globalement, les enfants qui déclarent ne pas aimer l'école se couchent plus tard (28 % se couchent après 23 heures contre 11 % de ceux qui déclarent aimer l'école). Ils sont également moins nombreux à prendre un petit-déjeuner tous les matins (47 % contre 61 % des enfants aimant l'école). L'incompréhension des attentes de l'école entre également en jeu. À la question « En classe, est ce que tu comprends toujours ce que l'on te demande de faire ? » 68 % des élèves interrogés ne comprennent pas « certaines fois », 16 % ne comprennent pas « souvent ». Ces situations peuvent entraîner stress et mal-être : 23 % des élèves interrogés déclarent ressentir un sentiment de malaise. Ce mal-être peut également se traduire par des signes physiques : 35 % des enfants interrogés présentent des troubles du sommeil et 35,9 % des maux de ventres (dont 25 % l'expliquent par le stress).

Agir sur le stress dans l'école est fondamental car il participe à la qualité du climat scolaire et a un impact sur les apprentissages. Daniel Favre, enseignant chercheur en sciences de l'éducation à l'université de Montpellier, insiste sur l'importance de prendre en compte cet élément. L'apprentissage nécessite une déstabilisation. Or, « *toute situation qui demande de s'adapter de changer est source de stress et d'anxiété* » (Favre, 2014). Il est donc nécessaire de ne pas ajouter du stress aux situations d'apprentissage.

---

<sup>2</sup> Voir : [https://www.unaf.fr/IMG/pdf/Barometre\\_AFEV\\_2008.pdf](https://www.unaf.fr/IMG/pdf/Barometre_AFEV_2008.pdf)

Avant d'entrer dans le détail des actions à mettre en place, précisons ce qu'est le stress à l'école, son lien avec les épreuves orales et la façon dont on peut préparer les élèves.

## **1.1 Stress et bien-être à l'école**

Une relation étroite est mise en évidence entre stress, climat scolaire et réussite scolaire. La politique éducative demande aux établissements scolaires de prendre en compte le bien être des élèves et de développer une éducation à la santé qui facilite l'acquisition de connaissances mais aussi le développement de compétences.

D'une part, la loi n° 2013-595 du 8 juillet 2013 fait de « *l'amélioration du climat scolaire une priorité pour refonder une École sereine et citoyenne* ». Climat scolaire et stress font l'objet d'une circulaire (n° 2016-045 du 29-3-2016) qui précise les outils, structures et entrées pédagogiques permettant de travailler sur ces thématiques. Parmi les éléments à travailler se trouve la « *qualité de vie à l'école* ».

D'autre part, la circulaire du 28 janvier 2016 émise dans le cadre de la mise en place du parcours « Santé pour tous les élèves » définit l'enjeu institutionnel : « *la promotion de la santé en milieu scolaire constitue l'un des meilleurs leviers pour améliorer le bien-être et réduire les inégalités* ». *La santé, dans « ses dimensions physique, psychique, sociale et environnementale, est un élément essentiel de l'éducation de tous les enfants et adolescents<sup>3</sup>»*. *C'est dans ce cadre que s'intègre notre travail et plus précisément dans le cadre du développement des compétences sociales (confiance en soi, capacité à exprimer ses émotions, gestion du risque et du stress...)*.

### **1.1.1 Qu'est-ce que le stress ?**

Il faut avant tout définir ce que l'on entend ici par stress. Les deux termes stress et anxiété sont particulièrement proches et la frontière entre les deux est mouvante selon les auteurs. Catherine Hellemans définit le stress comme étant « *l'ensemble des transactions entre la personne (ses caractéristiques personnelles, sa perception de la situation, ses émotions, etc.) et l'environnement (ses caractéristiques dites « objectives », tel que la complexité de la situation, l'ambiguïté de la situation, son caractère inhabituel, etc.)* » (Hellemans, 2004). Elle observe que « *la majorité des auteurs s'accordent cependant, dans l'ensemble, sur le fait qu'il s'agit d'une émotion négative, ou du moins déplaisante,*

---

<sup>3</sup> Circulaire du 28 janvier 2016 : Mise en place du parcours Santé pour tous les élèves

*liée à l'anticipation ou à l'appréhension subjective d'une difficulté, d'une demande ou d'une menace émanant de l'environnement, et que ses manifestations s'accompagnent de l'activation physiologique du système nerveux autonome ».* Nous retiendrons cette définition quand nous parlerons du stress et en particulier du « stress scolaire ».

Si ce phénomène de stress est naturel et salutaire dans un contexte donné (face à un danger), il peut être la cause d'un mal-être s'il est prolongé. Daniel Favre, définit deux catégories de stress : le stress occasionnel et le stress chronique. Si le premier permet de se surpasser et a un effet positif sur l'apprenant, le second, lui, présente indéniablement un effet délétère dans l'apprentissage. Afin de poursuivre notre réflexion il est nécessaire de déterminer quels sont les éléments qui influencent le stress.

### 1.1.2 Les sources du stress

Les sources du stress sont multiples, variées et personnelles. Elles peuvent être classées en plusieurs catégories. Nous proposons ici une liste non exhaustive de facteurs à l'origine de stress.

<b>Maitrise des codes</b>	<b>Hygiène de vie</b>	<b>Environnement</b>
- Connaissance des codes de l'école	- Sommeil	- Contexte social
- Maitrise des codes sociaux	- Alimentation	- Contexte familial : histoire familiale, conflit de loyauté, ...
- Gestion des émotions	- Activité physique	- Contexte économique
		- Climat scolaire

Vera Walburg, dans l'article « Les croyances rationnelles et irrationnelles en lien avec le niveau de stress des étudiants confrontés à l'idée d'un échec aux examens universitaires » (Walburg, 2013), explore les origines de ces croyances et leurs impacts. A l'inverse des croyances irrationnelles, les croyances rationnelles ont un impact positif. Les croyances irrationnelles ont différentes origines et se construisent tout au long de la vie de l'élève. L'auteur identifie une seconde catégorie de source de stress pour les étudiants : les éléments issus de l'environnement de l'étudiant (problèmes économiques ou pression familiale, par exemples). Nous pouvons également évoquer d'autres sources de stress comme le sens donné aux études par les élèves (angoisse de l'avenir, histoire familiale, conflit de loyauté, etc.) ou le climat scolaire.

De même, certaines situations peuvent être une source de stress comme l'évaluation. Ce stress est souvent associé à une sensation de « non-maitrise » de l'objet.

## 1.2 L'oral à l'école

Se pose alors la question de l'oral. Du fait de la volubilité de certains élèves, il est parfois considéré que ceux-ci sont à l'aise avec l'oral. Or, force est de constater que lors d'une épreuve orale dans le cadre scolaire, cela n'est pas le cas. Que ce soit pour des questions de codes non maîtrisés, de timidité, de manque de pratique, de difficultés à transmettre un savoir, de nombreux écueils peuvent être rencontrés par les élèves. Les élèves ayant le moins de repères à la maison sont ceux qui sont les plus en difficulté dans ce type d'épreuve. Le constat de la difficulté de la gestion de cet exercice par les élèves a été fait en classe. La plupart des professeurs ont pu en faire l'expérience : lors de la présentation d'exposés de nombreux élèves rencontrent des difficultés.

A partir des travaux de Christian Dumais, nous avons pu les classer en plusieurs catégories

- ✓ L'attitude non-verbale : postures, gestes, regards.
- ✓ Les compétences linguistiques - voix : timbre et portée de la voix, rythme, rires nerveux.
- ✓ Les compétences linguistiques - langue : les types de langage, barbarisme, utilisation de mots à mauvais escient.

Se retrouve sous le terme « oral » l'ensemble des situations de communication par la parole. Nous pouvons distinguer plusieurs types d'oral dont voici une liste non exhaustive : la conversation, le débat, l'exposé, l'échange questions-réponses. Nous nous intéresserons ici à la situation d'un oral ayant pour objectif une transmission de savoir, pouvant être argumentée, que nous appelons un « oral savant ». L'épreuve orale du Baccalauréat 2021, telle qu'elle est présentée, semble répondre à cette définition.

Élisabeth Bautier, dans son article « Et si l'oral pouvait permettre de réduire les inégalités ? » souligne que l'aisance à l'oral, notamment dans le cadre scolaire, est variable suivant les milieux sociaux. Il incombe à l'école, dont la mission est entre autres de favoriser la réussite scolaire et sociale pour tous, de travailler sur ce point. En effet, « *savoir s'exprimer dans un français correct est essentiel pour les études, pour la vie personnelle et professionnelle* » (Bautier, 2016).

L'oral est une épreuve particulière dans le contexte scolaire. Il s'agit d'une situation faisant rarement l'objet d'un enseignement en soit, qui est plutôt utilisé pour sa finalité : un partage, une présentation de savoir.

Claudine Garcia Debanc, dans son article portant sur l'enseignement de l'oral, souligne la difficulté que représente cet exercice. « *L'oral implique l'ensemble de la personne : la voix, le corps, les habitudes culturelles, ... Il s'agit d'une projection d'une image de soi. Il peut donc y avoir un sentiment d'insécurité associé à une pratique de l'oral et les aspects psychologiques et affectifs ont un impact fort. L'auteur souligne également que l'oral est fortement marqué par « les pratiques sociales de références »* (Garcia Debanc, 2001).

L'autoévaluation des élèves sur ce sujet est d'autant plus compliquée que les élèves n'ont pas les repères pour identifier les attendus et confondent « oral scolaire » avec « expression orale » dans le cas d'une conversation entre amis. Même si les contenus sont préparés, la présentation, la transmission du savoir, posent des difficultés à un grand nombre d'élèves.

### **1.3 L'oral : un apprentissage nécessaire**

L'argument avancé pour la mise en place de la nouvelle épreuve orale du baccalauréat est le suivant : « *Parce que l'aisance à l'oral constitue un marqueur social, il convient justement d'offrir à tous les élèves l'acquisition de cette compétence* »<sup>4</sup>. Si l'oral dans la vie quotidienne est un marqueur social, l'école doit agir pour corriger cette inégalité. Il s'agit donc bien de mettre en place un nouvel objet d'apprentissage. Comment, en tant qu'enseignant, pouvons-nous proposer cet enseignement, accompagner cet apprentissage ?

Il s'agit bien ici d'un oral « savant » avec une transmission de savoir, et même d'une capacité d'argumentation. Dans un entretien réalisé pour présenter le nouveau baccalauréat au grand public, le ministre de l'Education nationale souligne un point qui nous semble crucial : il s'agit pour les futurs bacheliers de « *développer des arguments autour d'un projet que l'on a travaillé* » (Blancher, 2018). En plus de l'acquisition des éléments constituant le « fond » du projet, il est indispensable aux élèves d'acquérir la forme, les clés de la transmission. Il s'agit donc d'aborder l'oral comme un enseignement en soit, au-delà de son contenu, de décoder avec nos élèves les codes, les attendus.

Dans son article « Atelier pour un enseignement de l'oral », Christian Dumais souligne un élément qui nous semble fondamental : l'oral s'enseigne. Il propose une méthodologie pour mettre en place des ateliers d'apprentissage de

---

<sup>4</sup> Dossier de Presse « Baccalauréat 2021 »

l'oral ainsi qu'un ensemble d'observables de l'oral pouvant faire l'objet d'enseignement. Nous fonderons notre action sur ces travaux en mettant en œuvre des ateliers d'apprentissage de l'oral pour travailler les éléments d'enseignement correspondant aux principales difficultés rencontrées chez les élèves. L'objectif de cette action est de faciliter la réussite des élèves en leur donnant les clés de la gestion de leur stress. Cette démarche entre pleinement dans les prescriptions de l'Education nationale dans le cadre du parcours éducatif de santé. En effet, l'un des enjeux de ce parcours est le développement des compétences psychosociales des élèves. Il s'agit des compétences donnant la capacité « *qui permet à une personne de répondre avec efficacité aux exigences et aux épreuves de la vie quotidienne. C'est l'aptitude d'un individu à maintenir un état de bien-être mental, en adaptant un comportement approprié et positif, à l'occasion des relations entretenues avec les autres, sa propre culture et son environnement* ». « *L'acquisition de ces compétences par les élèves, au regard des normes de l'OMS, est un levier pour la prévention et l'accompagnement du développement d'individus responsables et libres* »<sup>5</sup>.

Ces compétences sont liées à l'estime de soi et aux capacités relationnelles. On y retrouve par exemple : savoir gérer son stress et ses émotions, savoir communiquer. Ces compétences sont ancrées dans les contenus disciplinaires comme au travers de l'hygiène de vie. A partir de l'action pédagogique, nous chercherons à savoir si un apprentissage de l'oral, organisé autour de différents éléments d'enseignement, permet de diminuer le stress, observé et ressenti, des élèves devant s'exprimer lors d'une épreuve orale.

## **2 De l'acquisition de connaissances au forum animé par les élèves**

Nous venons de voir qu'agir sur le stress à l'école est bien une des missions de l'enseignant. Mais, comment faire ? Quels sont les leviers pour l'action ?

Notre postulat de départ est qu'agir sur le contexte scolaire ne suffit pas, mais qu'il faut donner aux élèves les clefs pour qu'ils arrivent à mieux gérer leur stress. Or, cela nécessite à la fois des connaissances et des compétences.

Nous avons choisi de créer avec des élèves, et à destination d'autres élèves, un forum sur l'hygiène de vie.

---

<sup>5</sup> Guide d'accompagnement des équipes pédagogiques et éducatives pour le parcours éducatif de santé

Les élèves « organisateurs » du forum devront dans un premier temps acquérir des connaissances sur le stress, puis des compétences pour transmettre ce savoir. Cette situation peut être une source de stress pour les raisons vues précédemment. Se préparer à cette transmission est un moment privilégié pour travailler l'oral (en dehors de son contenu).



Notre action s'est déroulée en trois temps. Premier temps : l'acquisition des savoirs disciplinaires nécessaires à la transmission ; second temps : travail sur l'oral comme objet d'apprentissage ; Troisième temps : organisation du forum.

## 2.1 Acquisition du savoir disciplinaire

Afin de pouvoir transmettre un savoir, il est nécessaire d'acquérir ce savoir. Les notions d'hygiène de vie et l'impact d'un déséquilibre sur la santé entrent parfaitement dans le cadre de l'enseignement d'exploration Santé-Social (EDE Santé-Social) de seconde. Une classe de seconde est donc toute indiquée pour organiser le forum. C'est donc lors des heures d'EDE Santé-Social, dans une classe divisée en deux groupes, que le professeur a pu travailler les notions nécessaires à notre projet

Après une réflexion avec les élèves sur la notion d'hygiène de vie, les thèmes à présenter lors du forum ont été choisis par les élèves. Ils ont retenu sommeil, activité physique, alimentation, addictions et sexualité. Le professeur a ensuite pu proposer un travail sur les connaissances liées à ces thématiques. Bien que la dynamique n'ait pas été la même (notamment face à l'idée de rester deux heures de plus un mercredi) sur les deux groupes (groupe à effectif réduit) le projet a globalement suscité de l'enthousiasme. Les élèves se sont impliqués, souhaitant trouver un nom au forum, un éventuel logo.

## 2.2 Ateliers d'apprentissage de l'oral

Dans la deuxième étape de l'action éducative, nous avons proposé aux élèves une séance dédiée à l'apprentissage de l'oral (centrés sur l'oral savant). Nous avons fait le choix de suivre les recommandations de Christian Dumais quant à l'organisation de cette séance.

### **L'élément déclencheur :**

Afin de cibler les éléments que nous souhaitons travailler et susciter la mobilisation des élèves nous avons proposé à des élèves volontaires de faire une présentation en introduisant les éléments à travailler mais de façon exagérée. L'analyse de cette situation a servi de base à la discussion avec les élèves autour de ces éléments.

### **Les ateliers :**

Les élèves ont ensuite été répartis sur trois ateliers, centrés sur trois objets d'enseignement différents. Une rotation a permis à chaque élève de participer à chacun des ateliers. La thématique des ateliers a été déterminée en fonction des besoins observés lors de précédentes présentations. Voici les ateliers que nous avons mis en place pour répondre aux difficultés souvent rencontrées par nos élèves. Chaque atelier comporte une phase d'apprentissage et une phase de mise en pratique.

#### ○ Atelier Langage

Dans un premier temps une présentation des différentes « erreurs » de langages rencontrées à lieu : les différents types de langage, répétition des mêmes termes (je vais aller...), anglicismes (s'il y en a), impropriétés (emploi incorrect d'un mot), barbarismes ("aéroport", "enduire en erreur"), pléonasmes (ex : au jour d'aujourd'hui). Dans un second temps sous forme de jeux audio, les élèves ont dû reconnaître les différentes fautes, les classer dans leur catégorie et les corriger.

#### ○ Atelier linguistique et voix

A partir d'activités, différents paramètres impactant l'écoute ont été identifiés : Timbre et portée de la voix, débit, rythme, ... L'activité proposée était une lecture de texte enregistrée puis l'écoute et l'analyse des enregistrements. Nous avons travaillé sur l'articulation qui permet d'éviter un débit trop rapide, la posture qui favorise l'élocution ainsi que sur les liaisons et le débit.

#### ○ Atelier communication non-verbale

Là encore il s'agissait d'identifier les éléments qui interviennent dans la communication non verbale et de prendre conscience de l'impact de celle-ci dans notre communication. Lors de cet atelier, différentes activités ont été proposées :

Activité 1 : à partir d'une vidéo de discours, analyser le discours non verbal et déterminer l'impact de la communication non verbale.

Activité 2 : mime avec des actions sans parole (les élèves doivent deviner l'émotion). Il s'agit de maîtriser sa communication non verbale.

Activité 3 : mise en situation des élèves avec des jeux de rôle.

Une synthèse générale a été réalisée à l'issue des ateliers permettant de faire le point sur les éléments travaillés, mais également s'assurer de la compréhension générale du groupe.

### 2.3 Forum « bien-être au quotidien »

La troisième étape de notre action fut un forum, organisé sous forme de stands, qui a eu lieu le mercredi 3 Avril.

Lors de la première étape, cinq thèmes avaient été retenus et sélectionnés pour former cinq stands : le sommeil, l'activité physique, l'alimentation, les addictions et la sexualité.

Thème	Notions abordées
Sommeil	<ul style="list-style-type: none"><li>- Les éléments impactant le sommeil</li><li>- Les conséquences d'un manque de sommeil</li></ul>
Activité physique	<ul style="list-style-type: none"><li>- L'importance de l'activité physique</li><li>- Les différents types d'activité physique</li></ul>
Alimentation	<ul style="list-style-type: none"><li>- Les différents groupes d'aliments et leurs apports</li><li>- Les conséquences d'un déséquilibre alimentaire</li></ul>
Addictions	<ul style="list-style-type: none"><li>- Les conséquences de l'addiction</li><li>- Les différentes sources d'addiction</li></ul>
Sexualité	<ul style="list-style-type: none"><li>- Prévention contre les risques de grossesse et d'IST</li></ul>

Chaque stand était tenu par un groupe d'élèves qui présentait dans un premier temps le thème. Suite à cette présentation, il y avait une partie application avec des jeux. Cet ensemble de présentations et applications durait environ 10 à 15 minutes.

Lors de cette étape, chaque élève de la seconde 6 a pu mettre en pratique les méthodes de transmission du savoir et ainsi partager à leurs camarades d'autres classes, les savoirs disciplinaires.

Plusieurs classes ont pu assister au forum : une classe de seconde professionnelle ASSP (Accompagnement, soins et services à la personne) , une première L, une seconde générale, une première et une terminale ST2S. Toutes les trente minutes une classe différente venait assister à la présentation des élèves. Afin qu'un maximum d'élèves ait accès aux différents stands, un système de rotation a été mis en place. La classe invitée au forum était divisée en groupe de 3

ou 4 élèves. Chaque groupe avait un ordre de passage aux différents ateliers pour qu'il y ait une répartition équilibrée des élèves au niveau des stands. Les élèves de la seconde 6 ont donc pu faire plusieurs présentations pour chaque classe.

Ce forum a été très apprécié par les élèves qui y ont participé, certains sont revenus pour avoir des informations complémentaires.



*Photos prises lors du forum "Bien-être au quotidien"*

Ainsi le forum a eu un impact sur les élèves qui l'ont préparé, mais également sur les élèves invités à y participer.

## 3 Mieux préparés, les élèves sont plus confiants

La sensibilisation d'un maximum d'élèves à des notions d'hygiène de vie n'était pas notre unique objectif. Notre observation portait sur le stress observé et ressenti lors de présentations orales.

### 3.1 Stress observé et stress ressenti

Comprendre et analyser l'impact de notre action a nécessité de nous doter d'outils méthodologiques précis. Nous avons choisi plus spécifiquement de rendre compte des manifestations du stress telles que nous pouvions les observer, mais aussi d'écouter les élèves sur leur ressenti.

#### 3.1.1 Observer le niveau de stress des élèves

Nous avons fait le choix d'avoir recours à une « observation armée » (Mialaret, 2004). Mialaret décrit l'observation comme un élément essentiel dans le développement de l'éducation et l'amélioration des situations d'éducation. L'observation est une technique d'analyse qui s'apprend. On ne peut observer sans une réflexion au préalable. Ainsi, plusieurs facteurs sont à considérer avant une observation :

- Choisir le sujet ou le groupe étudié,
- Prendre en compte les réactions du sujet qui peuvent changer en fonction de sa conscience d'être observé ou non,
- Le contexte
- Le positionnement de l'observateur.

La posture de l'observateur est un élément important, notamment au niveau de son objectivité. Dans notre cas, l'observation s'est faite par un membre de l'équipe qui ne connaissait pas les élèves. L'utilisation d'une grille détaillée avec une échelle qualitative et une définition précise de la position du chercheur permet de limiter le biais de la subjectivité de l'observateur. L'utilisation de grilles d'observation permet de comparer et d'observer plusieurs paramètres. Elles aident l'observateur à focaliser son attention sur des aspects répondant aux besoins de la recherche. Pour établir la grille d'observation, il faut définir les objectifs nettement explicités et lister tous les comportements possibles. Le regroupement des traits observés nous a permis de réaliser des comparaisons.

Pour répondre à notre question de recherche, nous avons organisé deux temps d'observation :

- Lors de la 1<sup>ère</sup> présentation des oraux, à la fin du temps 1. Cette observation nous a permis d'avoir les informations « avant atelier » et donc de définir en quelque sorte « l'état initial » du stress des élèves avant toute préparation à l'épreuve orale.
- Lors de la 2<sup>nd</sup> présentation des oraux, à la fin du temps 2. Cette deuxième série d'observations nous a permis de mesurer l'impact des ateliers de préparation à l'oral sur les manifestations du stress.

Les observations se sont faites à l'aide d'une grille nous permettant d'indiquer la présence ou non d'un certain nombre de signes de stress. Nous avons en particulier observé les compétences communicatives : la relation avec l'auditoire ; le dynamisme ; les gestes ; le regard et les compétences linguistiques : articulation et élocutions ; timbre et portée de voix ; rythme et débit ; vocabulaire (voir annexe 2).

Pour compléter ces observations, il nous a semblé également utile de percevoir les émotions des élèves.

### **3.1.2 Comprendre le ressenti des élèves**

Il nous a semblé que la seule observation des manifestations du stress n'était pas suffisante. Il fallait également prendre en compte le ressenti de l'élève. Nous avons donc fait le choix de mettre en place un formulaire d'autoévaluation du ressenti (Annexe 1). Ce « trombinoscope : Comment Chat va ? », proposé par André De Peretti, permet de faire « *un retour sur soi, sa position dans le groupe, son état d'esprit* » (De Peretti, 2005). Cet outil permet d'aider à exprimer des sentiments, chose qui n'est pas simple lorsque les personnes n'ont pas été formées. Cette autoévaluation sera utilisée avant et après les ateliers. Nous avons également proposé aux élèves de la remplir avant l'oral pour essayer de déterminer leur ressenti à ce moment.

Les résultats obtenus seront analysés de façon quantitative afin de déterminer l'état d'esprit du groupe et voir si un certain consensus ressort. Par ailleurs, nous allons faire le comparatif avant et après l'atelier.

### **3.1.3 Observer les réactions lors du forum**

Les présentations réalisées dans le cadre du forum se sont faites dans une situation bien différente et les paramètres variaient trop (présences des autres classes, d'autres professeurs, répétition du même propos...) pour que les observations se fassent sur la même base que pendant les présentations en classe. Nous avons donc conçu un dispositif spécifique.

D'une part, nous avons demandé aux professeurs accompagnateurs ayant assisté aux présentations de nous donner leur avis sur certains points précis grâce à un questionnaire.

D'autre part, les membres du groupe ont réalisé des observations des différentes présentations, sans rechercher des éléments précis (pas de grille d'observation). Un entretien informel avec un groupe d'élève était prévu à la prochaine séance de cours, mais les élèves nous ont spontanément fait part de leurs impressions à la fin du forum.

Le questionnaire professeur permet d'évaluer un instant donné, la qualité de la présentation des élèves. Dans ce questionnaire on trouve trois catégories :

- La relation avec l'auditoire - Le dynamisme
- La fluidité du discours
- Signes de stress

Ces différents paramètres sont quantifiables à l'aide d'une échelle de 1 à 10 (voir annexe 3, attention les attendus ne sont pas de 10 pour chaque item ! se référer au « score parfait »). Ces paramètres permettent d'observer si les élèves ont réinvesti les conseils et les connaissances apportés sur l'oral durant les différentes séances de préparation.

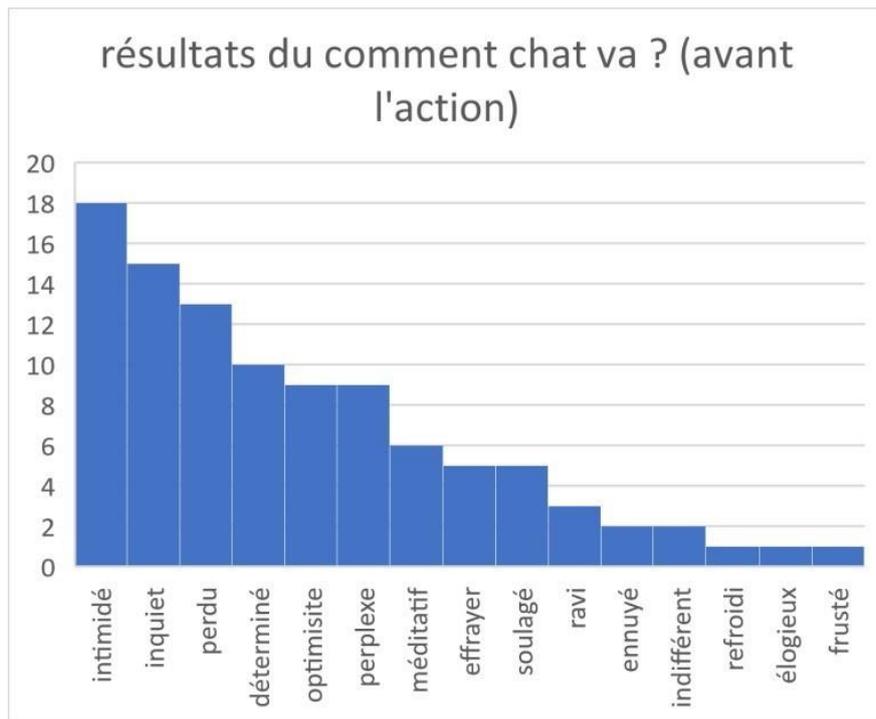
## **3.2 Les élèves apprennent à gérer le stress lié à l'épreuve orale**

Ces différentes observations et le recueil des impressions des élèves nous ont permis d'analyser l'évolution des manifestations de stress et du ressenti lors d'un oral. Il nous a également été possible d'estimer l'acquisitions des notions vues lors des ateliers.

### **3.2.1 Sans préparation, des inquiétudes face à l'épreuve**

#### **Le « comment chat- va ? »**

Lors de la première observation la fiche « comment chat-va ? » a été rempli par les élèves. Voici la compilation des résultats obtenus.



On remarque que les trois mots qui ressortent le plus chez les élèves sont « intimidé », « inquiet » et « perdu ».

Le choix de ces adjectifs montre une relation peu sereine à l'oral. Il faut toutefois souligner que cohabite dans le groupe et parfois même chez les mêmes élèves des sentiments plus positifs comme « déterminé », « optimiste » ou « soulagé ». Cela dénote de la complexité de la relation à l'oral qui peut être contradictoire, au sein du groupe, mais également pour un même individu.

Voici également quelques phrases écrites sur l'autoévaluation du ressenti : « Je stresse, je n'aime pas l'oral » ; « Je n'aime pas passer à l'oral » ; « Je suis déterminé et optimiste à avoir une bonne note et je suis stressé de me tromper » ; « Confiant car bon travail mais un peu stressé » ; « Je suis déterminée à bien présenter mais en même temps je ne suis pas trop sûre » ; « Je n'aime pas passer à l'oral car je n'aime pas parler devant les gens ».



*Extraits de l'autoévaluation de deux élèves avant l'action.*

Les élèves sont, dans l'ensemble, stressés de passer à l'oral car ils ont peur, mais parallèlement ils sont déterminés à bien réussir. Cela confirme cette ambivalence face à l'oral. L'envie de bien faire, de réussir et le travail sont présents mais pourtant les élèves sont stressés. On constate une appréhension face à l'exercice même (« déterminée à bien présenter mais en même temps je ne suis pas trop sûre ») entraînant une antipathie pour cette situation (« je n'aime pas parler devant les gens »).

### **La grille d'observation**

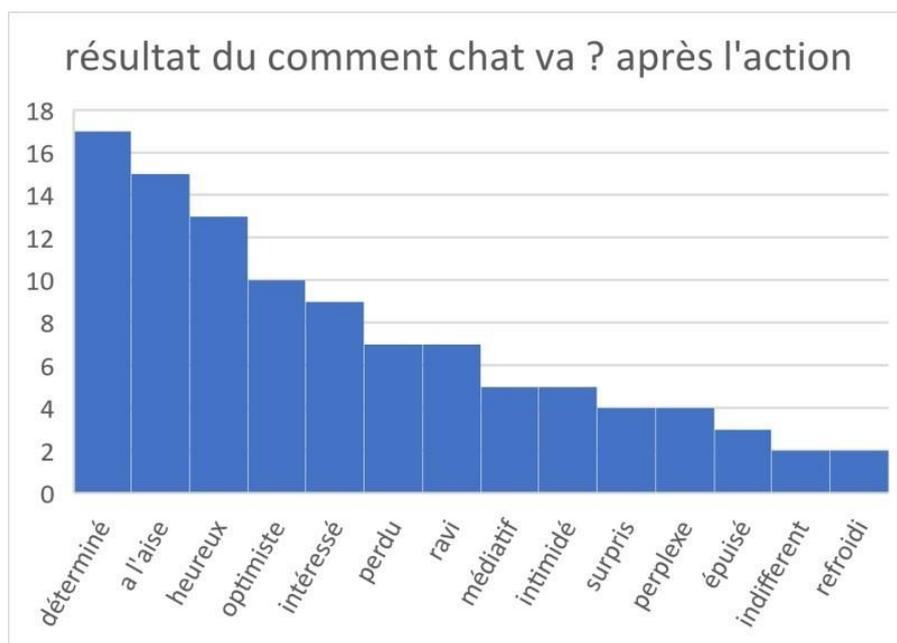
L'annexe 2 présente la compilation des résultats obtenus lors de la première observation (lundi 4 février). Nous avons indiqué le nombre d'individus pour lequel le signe de stress (ou d'aisance) a été observé. Nous pouvons constater que les manifestations de stress sont plus importantes que celles d'aisance d'un point de vue quantitatif. Il est possible de faire une corrélation entre ces observations et le ressenti des élèves.

Ce constat conforte le bilan fait grâce au « comment chat va ? » et nous permet d'orienter nos ateliers. L'enseignement de l'oral pourrait leur permettre de réduire ce stress et d'augmenter leur détermination tout en valorisant leur travail.

### **3.2.2 Après les ateliers, une amélioration de l'aisance à l'oral**

Après les ateliers sur l'oral nous avons demandé aux élèves de présenter une nouvelle fois leur travail. Ces présentations ont également été observées et les élèves ont pu faire part de leur ressenti. Les résultats obtenus montrent une évolution. Lors des observations (annexe 2) nous avons pu constater que les signes révélateurs de stress ou de manque d'aisance à l'oral diminuent, passant de 84 signes de stress observés à 56. En parallèles les signes d'aisance observés passent de 63 à 95. Si on analyse ces données plus finement, on observe que des progrès ont été réalisés dans la catégorie de la communication non verbale (gestuelle, regards, sourire) mais également au niveau de l'articulation et du rythme de parole. Il n'y a cependant pas de différences notables pour ce qui est du timbre de voix ou le choix du vocabulaire (ou erreur langagière).

Ces constats dénotent d'une part une efficacité d'une partie des ateliers et d'autre part que la maîtrise des compétences transmises n'est pas totale. Pour pouvoir avoir un vrai recul, il faudrait envisager de mettre en place une progression afin de pouvoir travailler les différents aspects, mais également prévoir des temps pour remobiliser ce qui a été vu en atelier. Les notions ayant également été différemment assimilées, il pourrait être intéressant d'envisager de modifier les ateliers proposés.



Si l'on regarde maintenant les ressentis des élèves on constate une évolution favorable dans les émotions exprimées par les élèves qui semblent mieux gérer leur stress.

En effet, les émotions majoritairement exprimées avant l'action étaient : « intimidé », « inquiet » et « perdu ». Cependant après la séance d'enseignement de l'oral, la tendance a été complètement inversée. En effet, les émotions majoritaires sont : « déterminé » « à l'aise » et « heureux ». Des émotions que l'on pourrait qualifier de « moins positives » sont toutefois encore présentes. Il est à noter que si « perdu » et « intimidé » sont encore présents, l'adjectif « inquiet » n'est plus cité. Il était pourtant indiqué 15 fois lors de la première autoévaluation. Il s'agit dans le « comment chat va ? » du terme qui s'approcherait le plus de « stressé » ou « angoissé ».

L'impact des ateliers est également confirmé par certaines phrases des élèves comme par exemple « j'étais déterminé car je savais ce que je devais faire » ou encore « j'étais à l'aise car je maîtrisais mon oral ». Les élèves sont plus confiants pour passer à l'oral. Et l'observation le confirme. Les signes de stress non catégorisés (« signes divers »), qui ne correspondent pas à un des thèmes

travaillés mais relève du stress en général, nous montre une amélioration. Vingt-six signes ont été notés lors de la première observation contre quatorze lors de la seconde.

Nous pouvons donc conclure que l'enseignement des codes de l'oral a eu un effet bénéfique sur la mise en confiance de l'élève face à une situation dont il connaît les attentes.

### **3.2.3 Les participants au forum ont exprimé leur intérêt et leur satisfaction**

Une mise en œuvre concrète des apprentissages a été réalisée lors du forum. Les élèves de la seconde 6 devaient animer leur stand en organisant des présentations orales mais également des activités plus ludiques.

Nous avons observé une évolution et progression des élèves. Nous avons pu faire différents constats :

- Les groupes les plus à l'aise (fluidité du propos, tonalité, répartition de la parole, absences de lecture d'un texte préétabli) sont ceux s'étant le plus investis dans le travail ;
- Tous les groupes ont progressé dans leur présentation au cours de la matinée. Nous avons pu faire des rappels entre chaque passage sur des points ayant été travaillés lors des ateliers (regards, non verbale, tonalité...). Ces éléments ont immédiatement été réinvestis par les élèves
- Le groupe le plus en difficulté est celui qui n'était pas présent lors de la session d'atelier de travail de l'oral ;
- Des élèves habituellement en difficulté dans ce genre d'exercice et identifiés lors du diagnostic ont fait des présentations où un certain nombre de signes d'aisance, absent jusque-là ;  
○ ont pu être identifiés (pas de lecture de note, distribution du regard, articulation claire, tonalité suffisamment forte).
- Il semble évidemment que pour avoir un réel impact sur le long terme plusieurs ateliers de travail de l'oral sont nécessaires. La mise en place d'une progression, comme pour tout apprentissage, permettrait une évolution dans l'apprentissage. Par ailleurs une mise en application régulière permettrait d'ancrer les notions travaillées. La motivation et l'investissement de l'élève dans ce travail est également un paramètre majeur de son efficacité.

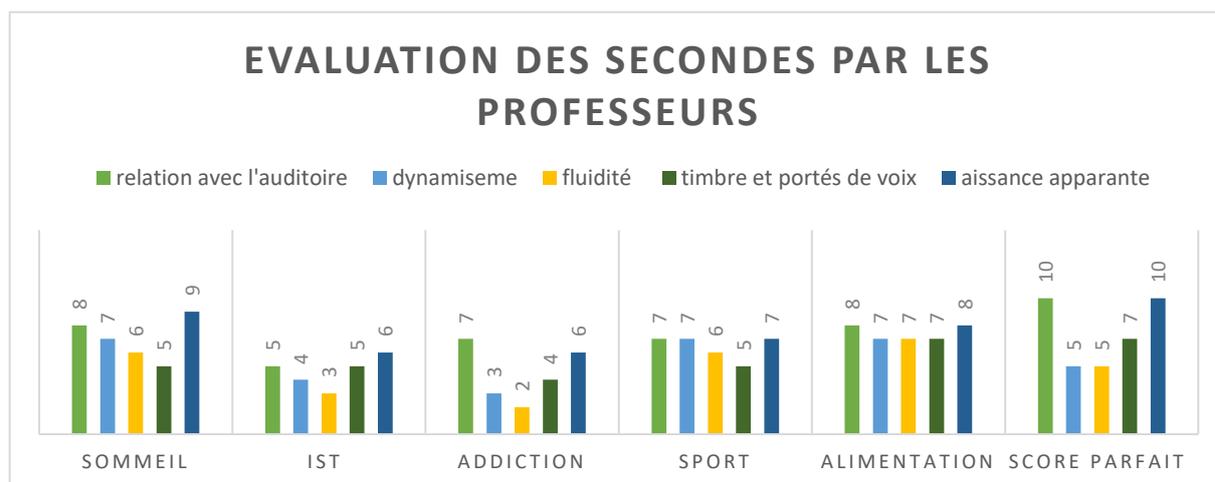
A la fin du forum nous avons pu nous entretenir avec différents élèves. Voici un extrait des remarques ayant été faites par les élèves : « *J'ai été surprise de*

*mes performances mais je me suis demandée si j'avais bien présenté mon projet » ; « J'ai apprécié d'apporter du savoir à des gens » ; « J'étais très content de faire ce forum. » ; « J'étais très à l'aise et détendu. Le forum était vraiment bien, seulement certains élèves venus voir le forum n'étaient absolument pas investis » ; « Je savais que ça allait bien se passer mais c'était épuisant de répéter » ; « C'était super intéressant et très sympathique ».*

Dans un premier temps, les élèves ont eu peur de présenter leur travail devant d'autres élèves. Ils pensaient qu'ils allaient faire un exposé devant une classe entière. Un autre point négatif est la motivation de l'auditoire. Cependant, le fait de s'exprimer devant très peu d'élèves les a rassurés, et certains élèves étaient très motivés. Ils ont proposé des jeux, une décoration de leur stand.

Après cette journée, les élèves ont globalement apprécié de présenter, d'animer cette journée. Ils se sont sentis importants et investis d'une mission envers les autres élèves du lycée.

Le questionnaire distribué aux enseignants nous a permis de connaître leur appréciation positive du forum.



On remarque que, sur certains stands, tous les élèves ne maîtrisent pas encore les codes de l'oral. Les élèves participant aux stands « sexualité » et « addictions » sont ceux qui présentent le plus de difficultés à l'oral. Cela peut être expliqué par le fait qu'une partie des élèves étaient absents lors des ateliers et pendant la préparation des séances pour le forum.

Néanmoins, la majorité des élèves ont présenté de façon tout à fait correcte et très satisfaisante leur thématique. Ils ont su avoir un timbre de voix correct et une posture convenable.

Nous avons fait le choix de nous questionner sur la place du stress et de sa gestion dans la réussite scolaire. Convaincus que les enseignants ont un rôle important dans la préparation des élèves aux épreuves orales, nous avons mis en place une action éducative qui avait pour objectif de faire acquérir aux élèves des connaissances et des compétences nécessaires à la gestion du stress à l'école.

L'organisation d'un forum "Bien-être au quotidien" par des élèves de seconde et à destination de leurs condisciples était la finalité de cette action. Ce forum a permis de donner aux élèves certains repères pour acquérir une bonne hygiène de vie. Un questionnaire à l'issue du forum a permis de recueillir le ressenti des élèves y ont participé. 70% disent avoir appris des choses et 85% sont contents d'être venus assister au forum. Pour la plupart, le temps passé sur le forum (30 minutes) était trop court. Ces retours sont encourageants. Nous espérons qu'ils seront une motivation pour que cette action soit réitérée l'an prochain au sein de l'établissement.

La mise en place d'action de sensibilisation sur différentes notions d'hygiène de vie (sommeil, alimentation, ...) en plus des cours dispensés sur ces sujets est un premier pas pour essayer de diminuer le stress et améliorer le climat scolaire. Le fait que ce soit des élèves qui présentent ces notions permet d'aborder les choses différemment avec, peut-être, un rejet moins important du fait que l'enseignement soit délivré par les pairs. Nous pourrions également envisager de sensibiliser les parents, de mettre en place des défis (« la semaine sans écrans après 20h ») ainsi que plusieurs autres actions dans le cadre du parcours éducatif de santé.

Le second axe de travail était l'apprentissage de l'oral pour diminuer le stress, observé et ressenti, des élèves devant s'exprimer lors d'un oral. Nous avons pu voir qu'après le travail en atelier de certains éléments de l'oral les élèves présentent moins de signes de stress ne relevant pas des éléments de communication vus en atelier (26 signes de stress non classifiés avant les ateliers, 14 après). Un certain nombre d'éléments transmis lors des ateliers semblent avoir été intégrés.

Daniel Favre conclut que « si on ne peut agir sur l'origine socio-économique des élèves, il me semble qu'on peut apporter des solutions pour rendre le climat de classe moins stressant, dégagé du double écueil du découragement ou de l'ennui » (Favre, 2014). L'explicitation des codes et des attendus est une des

solutions à notre portée. L'une des conclusions du rapport PISA 2015 (Programme international pour le suivi des acquis des élèves) est que « les enseignants peuvent réduire l'anxiété et le stress de leurs élèves en leur apprenant régulièrement des méthodes de travail efficaces. »<sup>6</sup>

La problématique du stress ou du moins de l'incompréhension des attentes de l'oral est actuellement un des sujets d'inquiétude des enseignants autour de l'épreuve du Grand Oral. Ce sont les élèves issus des classes populaires qui, statistiquement, risquent d'être pénalisés dans cette épreuve si l'Ecole ne propose pas un accompagnement et une préparation adaptée. Pierre Mathiot souligne cet écueil dans son rapport : « Il est très important que les conditions soient réunies afin que cette épreuve n'introduise pas une forme de cens social en fonction des origines des élèves. Cela suppose que les conditions soient réunies pour que sa préparation et son passage respectent des principes d'égalité : temps dédié dans les emplois du temps, aide à la préparation spécifique de l'oral, ... » (Mathiot, 2018).

De façon plus large l'oral et sa maîtrise ne doivent pas être négligés. Comme le souligne Elisabeth Bautier, et comme déjà le faisait remarquer Jean Zay, il s'agit d'un formidable outil, qui permet de construire la pensée, la réflexion et le raisonnement. Il est également à la base de la communication, à l'école mais également dans la vie citoyenne.

---

<sup>6</sup> Résultats du PISA 2015 (Volume III) : Le bien-être des élèves.

## Bibliographie

- Bautier E. (2016). Et si l'oral pouvait permettre de réduire les inégalités ? *Les dossiers des Sciences de l'Education*, 39, 109-129
- Bavoux P. et Pugin V. (2013). Baromètre annuel du rapport à l'école des enfants en quartiers populaires, Enquête réalisée par *Trajectoires - groupe reflex* auprès de 500 élèves suivis par l'AFEV
- De Peretti A. (2005). *Encyclopédie de l'évaluation en formation et en éducation*. Paris : ESF éditeur
- Dumais, C. (2010). Atelier pour un enseignement de l'oral. *Québec français*, 157, 58-59
- Favre D. (2014). Stress et apprentissage, *Animation & Education : Revue pédagogique Office Central de la Coopération à l'École (OCCE)*, 238, janvier-février 2014
- Garcia-Debanc C., Delcambre I. (2001). Enseigner l'oral ? *Repères, recherches en didactique du français langue maternelle*, n°24-25, p. 3-21
- Gosselin M.J., Turgeon L. (2015). Prévention de l'anxiété en milieu scolaire : les interventions de pleines consciences. *Le stress à l'école*, 43(2).
- Hellemans C. (2004). Stress, anxiété et processus d'ajustement face à un examen de statistique à venir, *L'orientation scolaire et professionnelle*, 33/1, 141-170
- Mathiot P. (2018). Rapport "Un nouveau baccalauréat pour construire le lycée des possibles"
- Mialaret G. (2004). *Méthode de recherche en sciences de l'éducation*. Paris : Presses Universitaires de France
- Saleh D, Camart N. & Romo L. (2015). Intervention de gestion du stress par Internet chez les étudiants. *Revue de la littérature*. Mémoire, université Paris Ouest Nanterre La Défense, Nanterre
- Walburg V., Arnault S. & Callahan S. (2013). Les croyances rationnelles et irrationnelles en lien avec le niveau de stress des étudiants confrontés à l'idée d'un échec aux examens universitaires, *Journal de thérapie comportementale et cognitive*.

# Sitographie

Blanquer J.M. (15 février 2018). Bac 2021 : les cours du socle commun et le grand oral : Chaine Youtube de l'Education Nationale.

[https://www.youtube.com/watch?v=xUoMd7\\_Shk](https://www.youtube.com/watch?v=xUoMd7_Shk)

Circulaire n° 2016-008 du 28 janvier 2016 : Mise en place du parcours Santé pour tous les élèves.

[http://circulaire.legifrance.gouv.fr/pdf/2016/02/cir\\_40508.pdf](http://circulaire.legifrance.gouv.fr/pdf/2016/02/cir_40508.pdf)

Favre D. Influence du stress sur le processus d'apprentissage. *Interview diffusé par le réseau Canopé*. <https://www.reseau-canope.fr/climatscolaire/agir/ressource/ressourceId/influence-du-stress-sur-le-processus-dapprentissage.html>

Guide d'accompagnement des équipes pédagogiques et éducatives pour le parcours éducatif de santé.

<https://eduscol.education.fr/cid105644/le-parcours-educatif-sante.html>

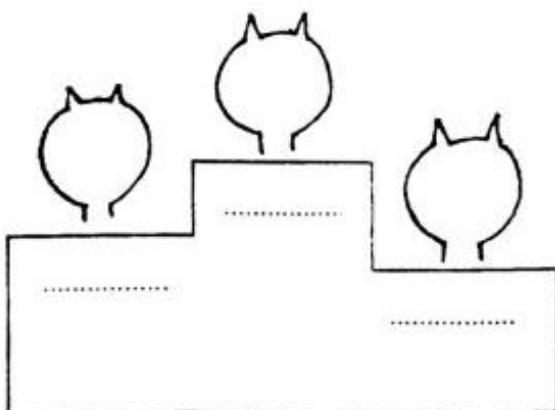
# Sommaire des annexes

<b>ANNEXE 1 : COMMENT CHAT VA ?</b>	<b>28</b>
<b>ANNEXE 2 : COMPILATION DES OBSERVATIONS 1 ET 2</b>	<b>29</b>
<b>ANNEXE 3 : GRILLE D’EVALUATION DE L’ORAL DES ELEVES</b>	<b>30</b>
<b>ANNEXE 4 : FICHE DE LECTURE : INTERVENTION DE GESTION DU STRESS PAR INTERNET CHEZ LES ETUDIANTS</b>	<b>31</b>
<b>ANNEXE 5 : FICHE DE LECTURE : LES CROYANCES RATIONNELLES ET IRRATIONNELLES EN LIEN AVEC LE NIVEAU DE STRESS DES ETUDIANTS CONFRONTES A L’IDEE D’UN ECHEC AUX EXAMENS UNIVERSITAIRES</b>	<b>33</b>
<b>ANNEXE 6 : FICHE DE LECTURE : PREVENTION DE L’ANXIETE EN MILIEU SCOLAIRE : LES INTERVENTIONS DE PLEINES CONSCIENCES</b>	<b>36</b>
<b>ANNEXE 7 : FICHE DE LECTURE : ATELIER POUR UN ENSEIGNEMENT DE L’ORAL</b>	<b>38</b>
<b>ANNEXE 8 : FICHE DE LECTURE : ET SI L’ORAL POUVAIT PERMETTRE DE REDUIRE LES INEGALITES ?</b>	<b>40</b>
<b>ANNEXE 9 : FICHE DE LECTURE : ENSEIGNER L’ORAL ?</b>	<b>42</b>
<b>ANNEXE 10 : FICHE DE LECTURE : OBSERVATION DES FAITS ET DES SITUATIONS</b>	<b>44</b>

# Annexe 1 : Comment chat va ?

Outil conçu par André de Peretti

## COMMENT CHAT VA ?



EN UNE PHRASE,  
EXPLIQUEZ VOTRE CHOIX :

.....

.....

.....

.....

## Annexe 2 : Compilation des observations 1 et 2

		Signe de stress		Signe d'aisance			
		Critères	Présence		Critères	Présence	
Compétences communicatives	Relation avec l'auditoire	Regard fuyant	10	5	Regarde tout le monde	17	23
		De dos	7	2	Tourné vers le public	7	9
		En biais par rapport au public					
	Dynamisme	Discours monotone	7	6	Discours rythmé	3	8
		Immobile	5	2	Quelques mouvements	7	10
		Trop de va-et-vient	2	2	Utilise les mains	3	3
	Expression du visage	Tendu	7	7	Sourit	9	15
Geste qui appuie le discours	Absence			Présence		2	
Regard	Fuyant, vers le bas, dans un coin			Non fuyant			
Compétences linguistiques	Articulation et élocution	Bégayement (non fluide)	11	7	Claire et précise	6	13
	Timbre et portée de la voix	Discret, inaudible	5	4	Parole assez fort	8	6
	Rythme et débit	Lent ou très rapide		1	Assez rapide		2
	Vocabulaire	Langage familier, barbarisme	4	5	Langage scolaire	6	6
Signes divers		Rougeur importante	2	3	<u>Observation autre :</u> Nombreux élèves lisent le diaporama ou leurs notes sans regarder le public		
		Sueur abondante		0			
		Rigole nerveusement	8	4			
		S'arrête au milieu des phrase	10	5			
		Reprend les mêmes phrase	2	2			
		N'arrive pas à continuer le discours	4				

Observation 1 en vert

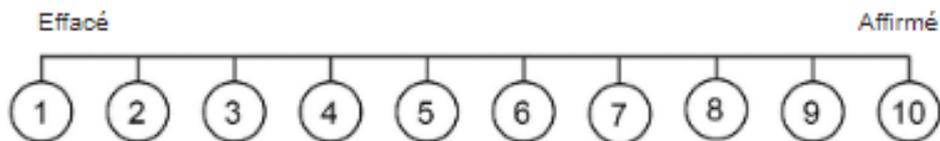
Observation 2 en rouge

## Annexe 3 : grille d'évaluation de l'oral des élèves

Dans le cadre de notre master métiers de l'enseignement nous avons réalisé un travail de préparation de l'oral avec les élèves de 2<sup>nd</sup> 06.  
Nous souhaiterions avoir votre retour sur les présentations d'aujourd'hui. **Merci pour votre participation.**

Quel est votre ressenti général sur :

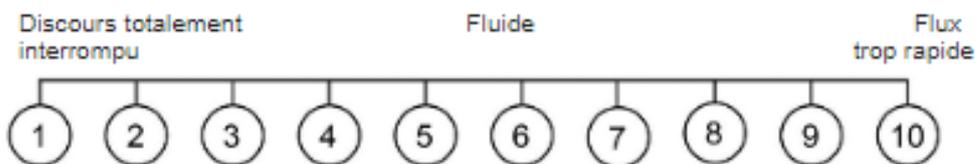
- Relation avec l'auditoire (positionnement, regard, ...)



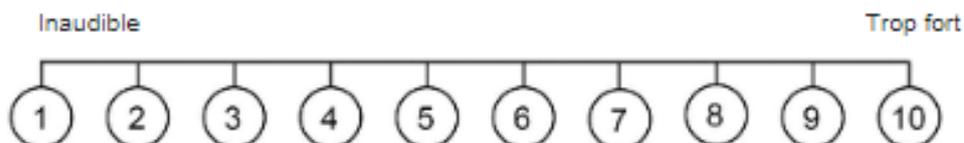
- Dynamisme (discours, gestuelle)



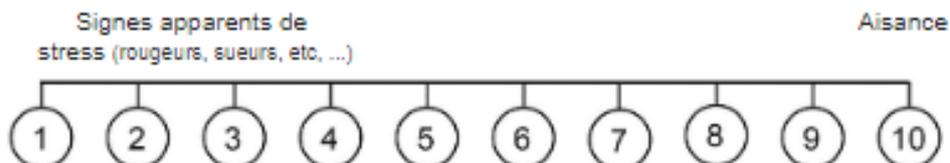
- Fluidité du discours



- Timbre et portée de la voix



- Aisance apparente



Autres commentaires :

## Annexe 4 : Fiche de lecture - Intervention de gestion du stress par Internet chez les étudiants

Référence : Dalia Saleh, Nathalie Camart, Lucia Romo, (2015), Intervention de gestion du stress par Internet chez les étudiants : revue de la littérature. Mémoire, université Paris Ouest Nanterre La Défense, Nanterre.

L'article présenté est un article paru dans « annales Médico-psychologiques, revue psychiatrique ». Le thème de cet article est la gestion du stress et plus particulièrement la gestion du stress par internet. Les auteurs ont remarqué qu'internet devient de plus en plus indispensable et on retrouve des rubriques telles que l'aide par soi-même. L'utilisation du stress par internet en est une. Elle repose sur la participation à un programme qui propose une intervention à visée thérapeutique. Les auteurs présentent dans cet article des méthodologies et techniques de gestion du stress les plus fréquemment proposées. De plus, ils détaillent leur efficacité, intérêts ainsi que leurs limites. L'article présente des études différentes. Cette gestion du stress par internet peut être un véritable bénéfice pour les utilisateurs car elles sont souvent faciles d'accès peu onéreuse, cependant elle présente quelques limites.

Les questions qui se posent dans cet article sont les suivantes : peut-on gérer le stress par internet ? les différentes études réalisées sont-elles satisfaisantes sur la diminution du stress ? Quels sont les limites à ces études ?

Résumé de l'article : Le stress est défini comme une réaction de l'organisme suite à sa sollicitation. Les études ont été basées sur la recherche du stress chez des élèves et des étudiants : 79 % des étudiants déclarent être stressés. Chez eux le stress peut se traduire par un mal-être psychologique, des difficultés dans leurs études conduisant à diverses pathologies plus ou moins importantes. On note que le niveau de stress dépend entre autres du niveau scolaire de l'élève : c'est le cas des étudiants qui est ici observé, dont le stress est influencé par la difficulté du parcours et aboutit parfois à un dérèglement émotionnel et à la « toxicomanie ». C'est sous cette mise en lumière du stress et ses facteurs que l'importance de sa gestion est soulignée dans un second temps. La gestion du stress est perçue comme un apport d'information et d'entraide à caractère psychologique, cadrée dans le temps, qui permet de poser un nouveau regard sur les sources possibles de stress. La gestion de stress pose tout de même des problèmes de ressources personnelles et temporelles auxquels on a répondu par l'usage d'internet. Les étudiants, adolescents ou jeunes adultes sont familiers à cet outil et la présence de programmes confidentiels, dans lesquels il est possible de communiquer avec des professionnels de la santé, favorise leur utilisation. L'avantage de ces programmes réside par exemple dans le ciblage des réactions pathologiques des étudiants et leur utilisation individuelle ou collective de ces mêmes programmes.

Les programmes de gestion du stress sont accessibles par une recherche documentaire. Les mots-clés et le contenu sont les éléments essentiels pour un résultat optimal via l'utilisation d'internet et ses bases de données sauvegardées. « Internet, social network, email, stress, préventions » sont un exemple de mots clés utilisés.

Les six articles étudiés présentent un degré d'efficacité divers, soit par leur usage unique, soit par une complémentarité de certains programmes entre eux.

Les interventions variées trouvées sur internet sont alors discutées, chacune demandant des critères sociaux tels que la profession ou encore l'âge, ou des données personnelles à des fins de communication. L'efficacité des programmes d'intervention sont mesurés par divers outils numériques. Les études visent également à observer la motivation des étudiants à suivre une intervention afin de modifier, voire éliminer leur taux de stress et ses répercussions. Celle-ci s'avère être efficace, vue la réduction des symptômes, et ce, suivant n'importe quelle intervention étudiée. Les techniques les plus fréquentes de gestion du stress présentées sur le net

(compréhension du stress, relaxation, résolution d'un problème, gestion du temps, restructuration cognitive, soutien social et conseils pour le sommeil) sont utilisées et validées. Cependant, une intervention par le net est efficace mais ne remplace pas un entretien avec un professionnel. Sa durée est variable et elle est susceptible d'être soumise à une amélioration. Les résultats restent difficiles à estimer et interpréter du fait de leur proposition sans ciblage de besoins et demandes préalables par un groupe d'individus identifié. La nouveauté de ces programmes d'intervention et leur sous-nombre semble être un inconvénient, tout comme le fait qu'internet soit un outil ouvert sur le monde et pour tout le monde, induisant des problèmes de piratage, donc de confidentialité.

La population étudiante, principalement concernée par les soucis de stress, est un public intéressant pour l'usage des programmes d'intervention de gestion du stress sur internet. Il s'agit d'un public qui consulte peu de professionnels. Les interventions se veulent aussi préventives, sensibilisantes, peu coûteuses, accessibles, anonymes et efficaces. Les résultats demandent encore à être confirmés par des études plus pointues sur un public plus large. Ces interventions sont, bien entendu, des compléments à une entrevue avec un professionnel de la santé, idéalement psychothérapeute.

Commentaire : Cet article aborde un problème facilement observable chez l'élève et propose une solution moderne. La consultation d'un professionnel étant sans doute moins abordable (et pratique) pour l'étudiant est remplacée (peut-être à tort) par son auto-diagnostic et l'apport de solutions variées et efficaces. Internet, très utilisé des adolescents et jeunes adultes, est une des issues proposées par l'article étudié. Il présente l'avantage d'un accès facilité, d'une réponse immédiate, contrebalancé par l'imprécision, le manque de confidentialité et de suivi de l'intervention. Il est vrai que cet emploi du net permet une diminution du stress mais pas sa disparition. Il serait plus intéressant dans ce cas de conduire l'élève, l'habituer à prendre contact avec un médecin spécialisé, avec lequel il pourrait suivre une thérapie plus satisfaisante.

Nous avons choisi cet article car notre mémoire abordera les questions du stress à l'oral. En effet, le but est de sensibiliser les élèves à la reconnaissance, la cause et la gestion de celui-ci. Nous pouvons nous interroger sur la manière de corriger les états de stress des élèves en utilisant des programmes préconisés par l'article. Une séance dédiée aux programmes d'intervention de gestion du stress sera dédiée. Il s'agirait d'une séance organisée avant la présentation d'un travail à l'oral afin de conforter les élèves dans leur travail et leur donner confiance pour passer une évaluation en toute sérénité. En amont de cette séance, il serait intéressant de construire une discussion avec les élèves autour de la notion de stress afin de démarrer un travail de sensibilisation qui complétera la séance de recherche.

## Annexe 5 : Fiche de lecture - Les croyances rationnelles et irrationnelles en lien avec le niveau de stress des étudiants confrontés à l'idée d'un échec aux examens universitaires

### 1. Identification du texte

Walburg V., Arnault S., Callahan S. (2013). *Les croyances rationnelles et irrationnelles en lien avec le niveau de stress des étudiants confrontés à l'idée d'un échec aux examens universitaires*, Journal de thérapie comportementale et cognitive.

### 2. Introduction

Il s'agit d'un article concernant la thérapie comportementale et cognitive. Cet article parle du stress dans le contexte scolaire et plus précisément lors d'examens. Dans cet ouvrage les auteurs souhaitent démontrer que les croyances des étudiants ainsi que leur environnement, qui est propre à chacun, a un impact sur le stress face à l'échec d'un examen. Ainsi la problématique de cet article est la suivante : Quels sont les facteurs influençant le stress chez les étudiants lors d'examens ?

### 3. Résumé du texte

#### **Introduction :**

**Définition des croyances irrationnelles :** « Des pensées dysfonctionnelles, ayant été introduites involontairement dans notre système de croyances au cours de notre enfance à travers notre éducation et nos expériences de vie »

**Exemples de pensées irrationnelles :** « il faut que cela soit ainsi, j'exige », « si cela n'arrive pas, c'est insupportable », « si je n'arrive pas à le faire, je suis nul »

**Exemples de pensées rationnelles :** « j'aimerais que cela soit ainsi, mais je sais que parfois les choses ne se passent pas comme je le souhaite », « si je n'arrive pas à faire cela, c'est dommage mais je pourrais le supporter »

Les croyances irrationnelles ont un impact négatif sur les sentiments des individus et sur l'estime de soi. Le stress peut également avoir des effets à long terme sur l'individu, notamment sur sa santé mentale. Des études ont été menées afin de mettre en relation l'environnement des étudiants et leur stress. En effet, certaines préoccupations des étudiants telles que la scolarité, leur gestion financière ainsi que la répartition du temps entre les études et les loisirs, sont des importantes sources de stress. Les études montrent une hausse de stress chez les étudiants lors de l'adaptation aux premières années d'études supérieures et pendant les périodes d'examens. Une mauvaise gestion du stress peut entraîner des échecs pendant des examens alors que la plupart du temps ce stress est dû à l'envie de réussite et à la peur de l'échec vis-à-vis du regard d'autrui. Ainsi, les croyances rationnelles et irrationnelles affectent le stress des étudiants.

**Hypothèse n°1 :** La présence de croyances rationnelles va diminuer le niveau de stress dispositionnel et situationnel à l'idée d'échouer aux examens.

**Hypothèse n°2 :** la présence de croyances irrationnelles va augmenter le niveau de stress dispositionnel et situationnel à l'idée d'échouer aux examens.

#### **Méthode :**

Etude sur 200 étudiants dont l'âge moyen est de 22ans et de filières et sexes différents, cependant étudiant dans le même domaine des sciences humaines. L'étude portera sur le stress en période d'examen en se basant sur des questionnaires remplis par les étudiants selon des items. Parmi les items, cinq concernent les croyances rationnelles et cinq items les croyances irrationnelles ainsi que deux items tampons.

Cette étude permet de mettre en lien et comparer différentes variables :

1. Corrélation entre les trois facteurs de stress, l'âge et les croyances
2. Comparaison entre le sexe et la situation universitaire
3. Corrélation entre les différents items relatifs aux croyances rationnelles et les trois dimensions du stress (dispositionnels, situationnels, cognitifs)
4. Analyse de l'influence des croyances rationnelles, irrationnelles et les variables socio-démographiques sur les trois dimensions du stress.

#### **Résultat :**

- Les croyances rationnelles corrèlent négativement avec la dimension dispositionnelle et situationnelle du stress
- Les croyances irrationnelles corrèlent positivement avec la dimension dispositionnelle et situationnelle
- L'âge et la dimension cognitive ne sont pas corrélés avec aucune variable
- Les femmes ont des scores de stress significativement plus élevés pour les dimensions dispositionnelles et situationnelles que les hommes
- La dimension cognitive n'est pas influencée par le sexe des participants
- Les personnes en situation de reprise d'études ont une moyenne de stress moins élevée pour la dimension situationnelle donc liée à l'environnement et l'entourage.

Identification des prédicteurs de différentes dimensions du stress :

- Stress dispositionnel = lié à un contexte personnel
  - Cr  
oyances rationnelles, croyances irrationnelles puis variables sociodémographiques (sexe, âge, situation universitaire)
- Stress situationnel = lié à l'environnement et l'entourage
  - Cr  
oyance rationnelles, croyances irrationnelles puis variables sociodémographiques
- Stress cognitif  
Aucune variable ne le prédit

Hypothèse 1 et 2 => validé

### Discussion :

Les femmes sont plus sujette au stress. (la population étudiée était dans le domaine des sciences humaines, qui est plus représentée par des femmes que par des hommes)

Les personnes en situation de reconversion et donc généralement plus âgées ont moins de stress à l'idée d'échouer. Cependant dans l'étude ni l'année universitaire, ni l'âge n'étaient liés au stress dispositionnel, situationnel ou cognitif.

**Hypothèse n°1** : un niveau de croyance rationnelles élevé est lié à un niveau de stress plus faible dans les domaines dispositionnels et situationnels.

**Hypothèse n°2** : résultat attendu => les croyances irrationnelles sont positivement corrélées au stress dispositionnel et situationnel.

L'étude semble montrer que c'est surtout le lien entre les croyances irrationnelles et le niveau de stress ressenti lié à des causes internes et externes en relation avec l'idée d'échouer aux examens chez les étudiants qui est à retenir. Les croyances irrationnelles augmentent le risque de ressentir du stress à l'idée d'échouer à un examen sur le plan dispositionnel, c'est-à-dire en lien avec des facteurs personnels. Mais ils augmentent encore plus le risque de stress lié à des facteurs environnementaux et notamment au niveau du regard d'autrui.

Le stress dispositionnel peut affecter négativement l'estime de soi alors que le stress situationnel peut influencer sur le rapport avec les autres.

Une étude menée par Meyer et al. auprès d'étudiants en psychologie a montré que des comportements de santé tels que la pratique d'un sport, un temps de sommeil correct, une alimentation équilibrée et de la régulation émotionnelle pouvaient réduire le niveau de stress ressenti. On peut donc imaginer la mise en place d'ateliers de psychoéducation pour les étudiants de licence et particulièrement les premières années leur permettant de prendre du recul et de relativiser l'inquiétude de l'échec aux examens.

De nombreux exercices sur le développement de soi sont possibles de manière préventive face au stress.

### Conclusion :

On peut en conclure que les croyances irrationnelles influent donc sur le niveau de stress dispositionnel et situationnel éprouvé par les étudiants à l'idée de passer des examens et surtout à l'idée d'échouer.

Les croyances irrationnelles peuvent être modifiés par des interventions de psychoéducation préventives sous formes d'ateliers.

### 4) Commentaires

Cet article est directement lié à notre de travail de mémoire car en plus de chercher la cause du stress auprès d'étudiants, il propose des solutions pour réduire cette source de stress. En

effet dans ce texte, il est dit que la principale cause du stress chez ces étudiants sont leurs croyances irrationnelles. Or celles-ci sont modifiable à travers des activités d'éducation psychologique face à l'estime de soi et la vision positive des situations. Il y a également des facteurs externes sur lesquels nous pouvons travailler (stress situationnel): le sommeil, le sport, ect.

## Annexe 6 : Fiche de lecture - Prévention de l'anxiété en milieu scolaire : les interventions de pleines consciences

Marie-Joëlle Gosselin et Lyse Turgeon, Université de Montréal, Québec, Canada

Gosselin, Turgeon. 2015. Prévention de l'anxiété en milieu scolaire : les interventions de pleines consciences. *Le stress à l'école*, 43(2).

Thème : l'anxiété et le stress en milieu scolaire. Plusieurs études réalisées autour de ce thème mais très peu dans le milieu scolaire.

Problématique : Est-il pertinent d'intégrer les stratégies basées sur la pleine conscience dans des programmes de prévention de l'anxiété chez les enfants et les adolescents en milieu scolaire ? L'auteur est convaincu qu'au vu des bienfaits de la pleine conscience sur les adultes, les adolescents, et les enfants, il serait intéressant de l'appliquer chez les enfants et les adolescents en milieu scolaire.

Résumé

Avant tout, l'auteur présente la différence entre stress et anxiété :

*Stress = transaction entre l'individu et son environnement*

*Anxiété = Etat chez l'individu*

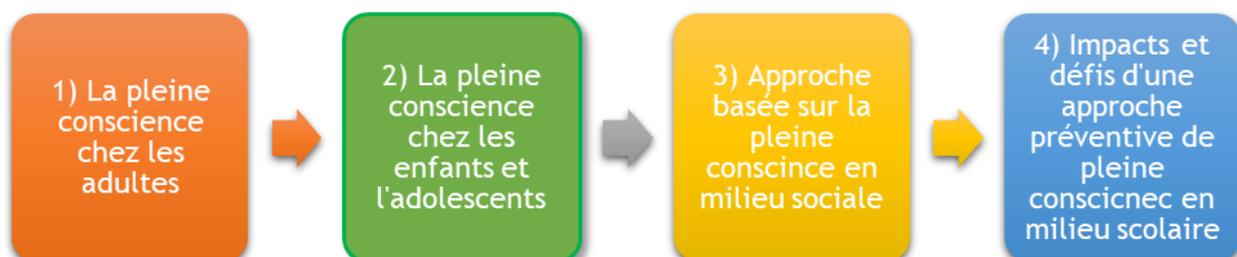
Il existe deux approches :

La thérapie cognitivo-comportementale (= 2<sup>ème</sup> vague) : elle s'intéresse aux relations causales entre les variables inhérentes à l'individu (pensée, émotions, sentiments), et son environnement → Si modifications d'une variable, modification de la réponse de l'individu à son environnement.

La pleine conscience (= 3<sup>ème</sup> vague). But : influencer le lien qu'entretient l'individu et ses émotions/sensations. Au lieu de changer son comportement face à son environnement, cette approche tend à amener l'individu à prendre conscience de ses émotions, puis les observer avant de réagir de quelques manières que ce soit.

Ces deux approches sont complémentaires. La 3<sup>ème</sup> vague permet de prendre conscience de ses émotions ce qui donne le temps à l'individu de les analyser pour se remettre en question (ce qui correspond à la 2<sup>ème</sup> vague).

Présentation du thème de l'adulte à l'enfant :



La pleine conscience chez les adultes : Les bienfaits de la pleine conscience se caractérisent par une réduction de l'anxiété, du stress et des symptômes dépressifs ; que ce soit sur des adultes sains ou des adultes souffrant de troubles alimentaires, de troubles bipolaires, de pensées suicidaires, et de cancer.

Diverses techniques sont appliquées telles que le yoga.

La pleine conscience chez les enfants et l'adolescents. L'objectif des études menées est d'apprendre les enfants et adolescents à concentrer leur attention et ralentir leurs pensées anxieuses, donc à les apaiser. Chez les enfants, l'âge minimum requis est 8-9ans. A cet âge, ils sont capables de suivre des consignes, de maintenir leur attention, de contrôler leur respiration et d'accepter de participer. L'adolescent lui, est dans une période de changements rapides sur le plan neurologique, et donc un développement rapide des fonctions exécutives. L'intégrer d'étudier les adolescents est qu'ils ont une difficulté à réguler ses émotions et résoudre ses problèmes de façon efficace. Ces facteurs favorisent l'apparition du sentiment d'anxiété et de dépression du fait de devoir faire face à un sentiment d'impuissance dans ces situations.

Les bienfaits observés sont les suivants : Diminution de symptômes physiques liés au stress ; Meilleure prise de conscience de ses émotions ; Meilleure gestion du stress et de l'anxiété.

Approche basée sur la pleine conscience en milieu sociale. Présentation du milieu scolaire comme anxiogène. Les résultats des études précédentes ont montré de nombreux effets positifs (élèves plus calmes, meilleures capacités de concentration). Certaines études ont été réalisées selon les genres, les origines sociales. Mais les échantillons choisis étaient trop petits pour être généralisés.

Impacts et défis d'une approche préventive de pleine conscience en milieu scolaire. La principale difficulté est la limite de l'approche : Comment impliquer les parents dans l'instauration de tels programmes ?

La formation du personnels enseignements et leur motivation à animer des exercices de pleine conscience en classe ; Faire une étude avec des groupes contrôles.

## Annexe 7 : Fiche de lecture - Atelier pour un enseignement de l'oral

Dumais, C. (2010). Atelier pour un enseignement de l'oral. *Québec français*, 157, 58-59

### **Introduction :**

Cet article est issu d'une revue de promotion de la langue française : Québec français. Il a été écrit par Christian Dumais Chercheur de l'Équipe de recherche en littératie et inclusion (ÉRLI) et professeur de didactique du français au département des sciences de l'éducation, Université du Québec à Trois-Rivières.

Ce chercheur québécois a publié différents ouvrages et articles autour de la pédagogie et la didactique de l'oral.

Cet article se situe au début de son travail de recherche.

### **L'article :**

L'auteur soutient que l'oral est un objet d'enseignement à part entière, « L'oral s'enseigne réellement ». L'objet de cet article est de répondre à la question : Quelle démarche proposer pour l'apprentissage de l'oral ?

L'auteur propose la mise en place d'ateliers formatifs. Il souligne l'importance de la détermination des sujets d'enseignement, de la situation déclenchante et propose une structure pour ce type d'atelier.

Dans un premier temps l'auteur définit ce qu'est un atelier formatif. Il s'agit d'un temps d'enseignement, de durée variable, permettant de travailler des éléments d'enseignement, abordés séparément.

Dans un second temps les objets d'apprentissage, donc les contenus de ces ateliers, sont définis précisément :

- « L'apprentissage des rôles à jouer », permettant aux élèves d'être médiateur, critique, expert, évaluateur, meneur de jeu ou encore animateur selon la situation ;
- « L'apprentissage lié aux types de pratique », qui permet d'acquérir les caractéristiques propres aux différents genres tels que les types de débat, la structure d'un exposé oral explicatif, etc. ;
- « L'apprentissage de faits de langue », qui permet d'appréhender les spécificités de l'oral telles que les variétés de langue (différentes catégories de langage), le non-verbal et le verbal ;
- « L'apprentissage des techniques d'écoute », en développant la capacité à poser des questions, à reformuler ou encore à évaluer l'oral d'un pair. Ce travail permet une meilleure interaction entre les élèves mais sert également à l'élève lors de sa prise de parole.

Dans un troisième temps est abordé la façon dont les objets d'apprentissage à travailler sont choisis. Il est possible de travailler à partir de difficultés observées dans une situation où des élèves ont eu à prendre la parole ou bien de demander à des élèves de se mettre dans la situation à travailler (par exemple un débat), sans apprentissage préalable, et d'analyser la production. Les éléments identifiés peuvent alors être travaillés lors d'ateliers formatifs. Dans le secondaire, l'auteur recommande de ne pas travailler plus de quatre à cinq éléments à la fois (contre deux à trois en primaire). Plus d'éléments risque d'entraîner une surcharge cognitive. Par ailleurs l'auteur rappelle qu'un élève ne peut être évalué que sur les items qu'il a appris.

Enfin l'auteur propose un déroulé en cinq étapes pour ces ateliers formatifs.

1. L'évènement déclencheur : il sert à présenter le ou les éléments à travailler dans un contexte de communication. Il peut être de nature diverse (scène, vidéo, audio, ...);
2. Etat de connaissance : A cette étape les élèves font part des points forts et des points faibles de l'éléments déclencheur. Cela permet d'estimer les connaissances des élèves sur l'éléments à travailler ainsi que la représentation qu'ils en ont ;
3. Enseignement : A partir de la représentation des élèves, l'élément est « enseigné » en le décortiquant et le replaçant dans différents contextes.
4. Mise en pratique : les notions apprises sont maintenant mises en pratique en petits groupes. Il n'est pas nécessaire que tous les élèves participent, l'observation étant également source d'apprentissage.

5. Retour : une synthèse collective est réalisée. Elle permet de s'assurer de la bonne compréhension de tous. Une mise en pratique peut être réalisée pour reprendre tous les points.

Pour conclure l'auteur insiste sur l'intérêt de l'atelier dans l'apprentissage de l'oral, avec une phase d'apprentissage et une phase de mise en pratique.

### **Commentaires**

L'auteur propose une approche concrète de la mise en place d'atelier en vue d'enseigner l'oral aux élèves.

La démarche utilisée se rapproche des démarches pédagogiques mise en place pour les formations très pratiques tels que les formations de premiers secours (ex. PSC1). La démarche avec l'élément déclencheur permet d'ancrer l'apprentissage. Il est nécessaire que celui-ci fasse écho à une situation vécue/ familière à l'élève. Vient ensuite la phase d'apprentissage à proprement parler composé de deux étapes : l'enseignement et la mise en pratique. Enfin la dernière phase de synthèse est fondamentale pour s'assurer de la compréhension de tous mais également pour permettre la reformulation et donc une meilleure appropriation des nouvelles connaissances.

Cet article pourra nous servir de base dans notre projet pour la construction de nos ateliers de travaux sur l'oral.

Le lien suivant renvoie à une vidéo du même auteur portant sur ce sujet.

[https://www.youtube.com/watch?v=QFVb11\\_E490](https://www.youtube.com/watch?v=QFVb11_E490)

## Annexe 8 : Fiche de lecture - Et si l'oral pouvait permettre de réduire les inégalités ?

Référence :

Article d'Élisabeth Bautier - Université Paris 8 - Équipe Circeft Escol

L'article présenté est issu d'un recueil d'article « L'enseignement de l'oral » publié dans Les dossiers des sciences de l'éducation coordonné par Michel Grandaty en 2006. Ce dossier présente neuf articles basés sur l'oral. L'article qui a été sélectionné est celui écrit par Elisabeth Bautier, intitulé « Et si l'oral pouvait permettre de réduire les inégalités ? »

Cet article permet la distinction en langue et langage. De plus, il présente l'importance d'un oral pour apprendre. Une problématique est également présente, c'est l'utilisation de l'oral pour réduire les inégalités. Les observations présentées dans cet article présentent également quelques paradoxes. Doit-on enseigner l'oral ? et celui-ci a-t-il une fonction de réduire les inégalités ?

L'article, en se basant sur des recherches, commence par expliquer que la place de l'oral accroît les inégalités sociales des apprentissages. En effet, l'utilisation de l'oral en classe suppose des modes de socialisation langagière bien défini et spécifique à la classe que tous les élèves ne partagent pas du fait de leurs habitudes langagières. De plus, il indique que l'utilisation de l'oral pour apprendre, s'interroger, comprendre ne fait que rarement objet d'un apprentissage scolaire ou d'un enseignement. Dès lors, les élèves ne maîtrisant pas cet oral ont peu de chance de valider les objectifs.

L'auteur fait également un petit point historique. Elle indique, que la place de l'oral et l'écrit alterne suivant les époques, et que l'oral est de plus en plus présent depuis les années soixante-dix. La communication orale est au centre des préoccupations et on remarque aussi qu'une partie des élèves ont des difficultés avec l'oral scolaire. C'est un oral scolaire, c'est-à-dire un oral ayant un but d'apprentissage et différent du langage extra-scolaire que doivent maîtriser les élèves. Les nouveaux programmes scolaires depuis 2015 base l'oral au centre des apprentissages.

Elle continue en indiquant que l'oral et l'écrit ne peuvent être dissocié pour un apprentissage optimal mais qu'initialement l'écrit était plus présent. Dès les années 1885, on a conscience que la parole est l'outil essentiel des acquisitions de connaissances. La participation à l'école a permis une facilitation des apprentissages. C'est à partir de ce moment que l'auteur indique la confusion entre langue et langage. De plus, les différentes situations d'oral, la différence entre oral et écrit ne permet pas de réduire les inégalités. Également, elle présente la confusion entre langue et langage pour les enseignants ainsi que la difficulté de l'enseignement de l'oral car : les élèves parlent déjà, l'oral est difficile à analyser et à évaluer, il ne laisse pas de trace pour ce faire, l'écrit est davantage la mission de l'École. Elle s'interroge sur ce qu'il doit être enseigner et elle pense : ne faudrait-il pas centrer davantage « l'enseignement de l'oral » sur des conduites langagières à acquérir, car nécessaires aux apprentissages.

Dans la troisième partie l'auteur s'attache à développer des différents objets de l'oral et lesquels doit on enseigner ? Des usages spécifiques comme le débat, l'interview, mais aussi utiliser pour l'oral des disciplines. Par exemple, l'explication la descriptions et l'argumentations ou parler en public pour présenter ses opinions. A partir de ce moment l'auteur présente différents paradoxes de l'auteur.

La prise de parole au quotidien est donc différente de celle en classe.

Une réception de l'expression oral pour certains élèves est trop éloignée de l'oral scolaire ce qui cause des inégalités.

Elle présente également un défaut des enseignants et de l'éducation pensant que les élèves sont capables de mimétismes et peuvent acquérir un usage oral scolaire. Mais une maîtrise de cet oral et des échanges professeurs-élèves et élèves-élèves est nécessaire pour un apprentissage optimum.

On remarque aussi que le discours des élèves est de plus en plus quotidien que scolaire, donc ils parlent davantage mais cela ne facilitera pas leur apprentissage.

Dans la partie suivante, elle présente une approche de l'oral pour tenter de réduire les inégalités.

L'idéal serait de mettre de côté l'aspect technique du langage par le programme et de laisser les élèves s'exprimer sans jugement pour capter toutes les différences « qualitatives » afin de proposer une acquisition plus efficace pour tous les élèves.

De plus, la réponse par oral peut amener différentes interprétations et réponses par les élèves. On remarque alors que l'oral permet une relation entre une réflexion et un cheminement intellectuel par le langage. L'élève va se poser des questions et le langage lui permettra de trouver les réponses.

L'usage de l'oral permet aux élèves de travailler les différents registres de langues, propices à la structuration d'une pensée. A partir de là, l'élève pourra faire la différence entre un usage spontané de la langue et un usage plus réfléchi.

Il est important de faire la différence entre tous les usages du langage et en cela, la maîtrise de la langue orale aura peu de chance à se transformer chez l'élève dans langage spontané.

Lors de l'usage du langage oral, le professeur pourra faire face à une faiblesse du vocabulaire de l'élève dû au milieu sociaux professionnel des apprenants.

L'auteur présente par la suite trois types de langage :

- Le langage quotidien
- Le langage culturel
- Le langage scolaire

Il est nécessaire de distinguer ces trois langages dans le cadre d'une situation d'apprentissage en premier lieu puis d'une pratique adaptée à tous types de situations. Par exemple, l'élève pour parler d'une orange, pourra dire fruits ou agrumes. Une catégorisation se met en place lors du processus de transmission oral du langage.

L'école peut faciliter le travail de certains élèves en explicitant ces types de langages et une acquisition du lexique spécifique à chaque situation.

Pour finir l'auteur détaille qu'il faut réduire les ambiguïtés des situation l'oral en explicitant qu'oral et oralité sont souvent confondus.

La recherche de la maîtrise d'une langue standard limitée par les programmes scolaires semble avoir l'objectif primordial de mettre les bons mots sur les pensées correspondantes. De ce fait, la différence entre les différents types de langage et les usages tout aussi variés peuvent être un frein à la compréhension des attendus par l'élève.

Pour conclure, l'auteur voit en l'expression orale l'occasion pour l'élève d'appliquer à la fois une transformation de la pensée en langage, une sociabilisation avec autrui et à partir de cela une émancipation de l'élève lors de la prise de parole dans la classe et au dehors.

Il est important pour l'élève de comprendre qu'il ne s'agit pas d'une simple acquisition de l'oral dans le cadre scolaire mais l'acquisition de connaissance et l'apprentissage des notions qui passent au travers de mobilisations langagières. C'est pour cela que l'enseignement de l'oral est une priorité pour l'Education nationale. Les professeurs devront être capables eux-mêmes d'identifier les formes linguistiques et langagières spécifiques à la mise en activité des élèves et leur acquisition des connaissances.

Commentaire :

Cet article aborde les différents obstacles sur lesquels peuvent se heurter les élèves, comme les enseignants, au cours de l'apprentissage de la maîtrise du langage oral. Un langage scolaire, qui doit se détacher de tous les autres registres, langage familier contre soutenu. Mais cette distinction n'est pas si évidente pour les élèves venant de milieux sociaux variés, et dont le vocabulaire peut être assimilé à des degrés divers. Il s'agira dès lors pour le professeur de faire en sorte à ce que les élèves s'approprient les registres de langue pour parcourir l'ensemble des possibilités de construction langagière qui se présenteront dans des contextes divers au cours de sa vie. Il est important que l'élève comprennent les enjeux de la maîtrise de l'oral qui ne s'inscrit pas seulement dans le cadre d'un programme scolaire à valider mais d'une exploration de la langue et de son oralisation dans le but de verbaliser ses pensées avec une palette lexicale étendue grâce à la connaissance des différents types de langage.

Pour notre mémoire, il est donc intéressant de s'appuyer sur cet article pour nous baser sur l'assimilation d'un langage scolaire initial qui apportera les transformations nécessaires pour les élèves. Il existe de nombreuses modalités orales pour lesquelles les élèves doivent être préparés, comme pour le Grand Oral du baccalauréat 2021.

## Annexe 9 : Fiche de lecture - Enseigner l'oral ?

### Références :

Garcia-Debanc Claudine, Delcambre Isabelle. **Enseigner l'oral ?** In: Repères, recherches en didactique du français langue maternelle, n°24-25, 2001. Enseigner l'oral. pp. 3-21;

### Introduction :

Claudine Garcia Debanc est professeur à l'ESPE de Toulouse en Didactique du français langue première. Cet article est écrit en introduction d'une revue dans un contexte où l'oral est enfin reconnu comme objet d'enseignement mais où il n'y a encore que peu de propositions d'activités pour l'enseigner.

### L'article :

L'auteur définit les difficultés et enjeux d'un enseignement de l'oral, retrace une perspective historique de la relation entre l'oral et l'école, propose des pistes pour déterminer des objets d'enseignement de l'oral et enfin essaye de déterminer quel est la place de l'enseignant dans cet enseignement.

C. Garcia Debanc détermine un certain nombre de difficultés d'un enseignement de l'oral. D'une part la position de l'oral : sa pratique est transversale à toute les disciplines et est même spontanée aussi bien au sein de l'école qu'en dehors. Il est donc difficile pour l'école de lui donner une place et il n'y a que peu de temps (attention, articles écrit en 2001) que l'apprentissage de l'oral est intégré aux missions de l'école.

Par ailleurs l'oral implique l'ensemble de la personne : la voix, le corps, les habitudes culturelles, ... Il s'agit d'une projection d'une image de soi. Il peut donc y avoir un sentiment d'insécurité associé à une pratique de l'oral et les aspects psychologiques et affectifs ont un impact fort.

L'oral est fortement marqué par « les pratiques sociales de références ». Les variations du aux variations culturelles peuvent être vécues comme agressives, notamment par les enseignants (les élèves parlent trop fort, trop vite, etc...). Une analyse et des comparaisons des pratiques (familiales, scolaires, groupales, ...) est-elle souhaitable ? L'auteur est catégorique : une hiérarchisation de ces pratiques, en plaçant les pratiques scolaires en haut et les pratiques familiales en bas n'est pas souhaitable. L'auteur pose également la question de la maîtrise de la variation linguistique. Elle est présentée comme un gain pour les élèves, mais pourquoi ne l'est-elle pas pour l'enseignant ?

Se pose enfin la question de l'évaluation de l'oral : il est difficile et long à observer et analyser (multiples paramètres), il ne laisse pas de trace. Il peut éventuellement être enregistré mais cela pose d'autres questions. Comment « apprécier » un oral ? L'oral est souvent mis en opposition avec l'écrit, jugé plus « négatif » (« c'est de l'oral »). Dans certains milieux sociaux, la culture écrite donne les règles de la pratique orale. Ce sont également les exigences de l'école. L'écoute fait intégralement partie de l'oral et ce point est très difficile à évaluer et travailler. Il n'est pas toujours évident de mettre en place des situations pour travailler ce point.

Enfin la difficulté de l'outil : peu de matériel pédagogique est proposé aux enseignants. De même les indicateurs de maîtrise de l'oral, selon les niveaux, ne sont pas clairement identifiés. Les enjeux sont notamment des enjeux sociaux, politiques et citoyens immenses. L'oral a une place majeure dans les examens. La pratique de l'oral est également un exercice de la démocratie (dont l'apprentissage se fait à l'école). Il a également été montré qu'une pratique régulière de l'argumentation est un moyen de prévenir les élèves contre les effets de la parole manipulée.

L'aisance à l'oral étant variable suivant les milieux sociaux, il incombe à l'école, dont les missions sont, entre autres, de favoriser la réussite scolaire et sociale, de travailler sur ce point. L'institution donne une réelle place à l'oral (inscription dans les livrets de compétences depuis Collège2000). Les enseignants n'ont cependant pas encore les outils (notamment indicateurs, maîtrise de l'évaluation) pour pouvoir. Enfin, la place donnée à l'oral dans la classe est un reflet de la façon de travailler et de concevoir l'apprentissage de l'enseignant.

Dans les années 70 : libération de l'expression, notamment donné place aux langues régionale des recherches sur la didactique de l'oral se développe depuis.

L'oral est présent dans les Instructions Officielles depuis très longtemps mais ce qu'il représente évolue avec le temps : oralisations de l'écrit, composition orale, exercice d'élocution, description, narration, ... Cette conception évolue avec les préoccupations politiques (maîtrise du français courant, Français langue seconde, ...)

Comment déterminer les objets d'enseignement de l'oral ?

Tout d'abord il faut déterminer l'oral dont il est question. Est-il polygéré (travail de groupe) ou monogéré (exposé). Dans quel objectif ce travail est-il mené ? Une réussite aux examens, dans ce cas c'est plutôt l'oral monogéré qui sera travaillé ou se préparer à un rôle dans la vie citoyenne (oral polygéré).

L'auteur se questionne sur la place pour un travail métalinguistique : l'oral ne doit pas être pensé comme l'écrit. Il n'est donc pas souhaitable de tenter de « réécrire » un oral mais plutôt de proposer des situations suffisamment proches pour que les compétences puissent être réinvesties.

Enfin quelle articulation entre l'oral et l'écrit ?

Il est important de faire ressortir les différences entre oral et écrit d'une même langue (il ne s'agit pas de deux langues différentes mais bien de deux facettes d'une même langue). Une complémentarité de ces deux modalités existe. « Il faut penser l'oral avec l'écrit et non contre l'écrit ».

Le rôle du maître dans cet enseignement est de mettre en place des situations de prise de parole en nombre suffisamment, régulières. Il doit également garantir les conditions d'expressions et l'écoute de chacun.

L'explicitation d'objectifs et d'indicateurs de réussite est nécessaire pour permettre à l'enseignant et à l'élève de situer les progrès. L'enseignant doit également gérer les interactions et accompagner les prises de parole (étayage efficace : aider l'élève à faire ou dire ce qu'il ne pourrait faire ou dire seul)

L'article se termine par une brève présentation des articles composant la revue, qui concernent essentiellement l'apprentissage de l'oral au primaire.

**Commentaires** L'auteur propose une liste de difficultés qui nous permet d'appréhender une partie des écueils que nous pourrions rencontrer dans notre projet mais également dans notre pratique professionnelle.

La question de l'approche nous concerne tout particulièrement. Faire des ateliers sur un autre sujet que le sujet de la présentation permet de travailler les objets d'enseignements en évitant la « réécriture » de l'oral.

Les enjeux de l'oral, notamment les enjeux sociaux et citoyens soulignent l'actualité et l'à-propos de notre projet.

**Citation :** « Faire pratiquer l'oral, en effet, ne suffit pas pour le faire travailler. »

## Annexe 10 : Fiche de lecture - Observation des faits et des situations d'éducation in *Méthode de recherche en sciences de l'éducation*

### I) Identification du texte

Mialaret G. (2004). *Observation des faits et des situations d'éducation*, Méthode de recherche en sciences de l'éducation (Presses Universitaires de France)

### II) Introduction

Cet article détaille les différentes techniques d'observations applicable dans le domaine de l'éducation. Dans ce texte l'auteur détaille les précautions à prendre avant toute observation et les méthodes possibles pour recueillir les données.

### III) Résumé du texte

- **Rappel de définition**

**Situation d'éducation** : situation sociale qui se situe dans un cadre nettement défini et qui se structure en au moins deux sous-ensemble d'individus.

**Fait d'éducation** : Segment de situation d'éducation qui a un sens par rapport à l'ensemble de cette situation.

- **L'observation : généralités**

L'observation est un élément essentiel dans le développement de l'éducation et l'amélioration des situations d'éducation. L'observation est une technique d'analyse qui s'apprend. On ne peut observer sans une réflexion au préalable. Ainsi, plusieurs facteurs sont à considérer avant une observation :

1) Il faut dans un premier temps choisir le **sujet ou le groupe étudié**, et prendre en compte les réactions du sujet qui peuvent changer en fonction de sa conscience d'être observé ou non.

2) La posture de l'**observateur** est également un élément important, notamment au niveau de son objectivité. Il est très difficile d'observer un enfant sans lui prêter quelque chose de nos sentiments ou de nos intentions. Cependant, le point de vue de l'observateur peut nuancer le rapport et apporté une réalité différente. Le bon observateur doit se situer entre ces deux situations.

3) Le dernier élément à prendre en considération est le **contexte**, c'est-à-dire l'atmosphère psychologique, pédagogique, politique, religieuse... De plus le moment, le lieu, les sexes en présence sont aussi des facteurs qui peuvent modifier l'interprétation ou les faits.

Lors de l'observation, il faut noter immédiatement, aussi minutieusement que possible, les observations faites ; le bon chercheur ne se fie pas à sa mémoire. De plus, la position et le statut du chercheur doit être déterminée : soit il assiste en personne à la situation, soit il assiste à la situation tout en restant invisible des observés ou il participe à la situation en tant qu'acteur.

- **Techniques d'observation**

1) **Observation dite « simple »**

Observation qui se pratique uniquement avec les sens de l'observateur (vision, audition, olfaction, ...). Les observations utilisant des instruments complémentaires, comme les questionnaires ou test, sont appelés « observation armée ». Pour noter les observations, le chercheur doit toujours expliciter le code adopté pour la transcription ainsi qu'établir une échelle qualitative. Celle-ci permet à l'observateur d'apporter plus de précision dans ses notations.

L'utilisation de grilles d'observation permet de comparer et d'observer plusieurs paramètres. Elles aident l'observateur à se focaliser son attention sur des aspects répondant aux besoins de la recherche. Pour établir une grille d'observation il faut définir les objectifs nettement explicités et lister tous les comportements possibles. Le regroupement des traits observés permettra les comparaisons.

2) **Observation balayante**

Cette méthode permet d'observer les sujets d'une façon discontinue. On peut ainsi obtenir la fréquence de chaque comportement repéré.

Le compte rendu d'une observation peut se présenter sous trois formes différentes : la description séquentielle (les faits et la durée), la description fréquentielle (selon la fréquence) et la description globale.

3) **Observation continue**

Cette technique d'observation consiste en un suivi sur une longue période du sujet observé. Dans le cadre de l'éducation, suivre l'enfant au long de sa croissance mentale, recueillir

et organiser le maximum de données sur les différents moments de sa personnalité en fonction des circonstances qui en sont le contexte. Cela peut conduire à la rédaction d'un dossier scolaire.

#### **4) Observation en milieu ouvert**

L'observation en milieu ouvert permet d'étudier les sujets dans leur milieu naturel de vie. Cette méthode fait appel aux observations indirectes réalisées par les adultes en contact avec l'enfant.

#### **IV) Commentaire**

Ce texte guidera notre enquête de recherche car il détient les clés pour l'observation de l'évolution des élèves à l'oral. Ainsi, on pourra également observer l'évolution du ressenti des élèves face au stress, avec et sans les codes nécessaires aux présentations orales.

## **Mémoire de master MEEF 2018-2019 – ESPE de l'académie de Créteil**

### **Préparer les élèves à l'oral scolaire : une nécessité**

Jordan COLOMIES, Marina ERICHOT, Mathilde PADILLA, Cécilia PALLUD

Sous la direction de Maryvonne DUSSAUX

Mots-clés : oral, stress, réussite scolaire, éducation à la santé, grand oral, réforme.

C'est l'une des grandes nouveautés du Bac 2021 : le grand oral fait son apparition et représentera 15 % de la note finale à l'examen. Un exercice périlleux qui nécessite une préparation.

D'une façon générale, la préparation des épreuves orales à l'école est centrée sur le contenu à transmettre, mais pas sur les compétences nécessaires à cette transmission. Or, après une observation dans une classe de seconde, nous nous sommes rendus compte que les codes de l'oral ne sont pas acquis par les élèves. De plus, les travaux de recherche montrent le lien entre le stress, le climat scolaire et la réussite éducative. La question du stress ne peut donc pas être ignorée par les enseignants. Mais, comment faire ? Quels sont les leviers d'action ?

Nous avons choisi de travailler plus précisément sur l'oral savant et avons conduit une action pédagogique auprès d'une classe de seconde pour leur donner à la fois les connaissances et les compétences liées au stress. Bien préparés, ces élèves ont été ensuite en capacité d'accueillir d'autres élèves de l'établissement dans le cadre d'un forum pour leur transmettre des connaissances sur les différentes thématiques qu'ils ont choisies : alimentation, activité physique, addiction, sexualité, sommeil.

Notre action s'est faite auprès d'élèves d'une classe de seconde et s'est déroulée en trois temps : préparation des exposés, ateliers de préparation à l'oral et animation de stands en direction d'autres élèves de l'établissement. Tout au long de cette action, nous avons conduit un travail d'observation de l'évolution des élèves. Nous avons en particulier mis en évidence que des ateliers de préparation à l'oral permettaient aux élèves d'être moins inquiets et plus confiants. Grâce à l'outil « comment chat va ? » conçu par André de Peretti, nous avons pu comparer leur ressenti avant les ateliers de préparation de l'oral et après face à la même épreuve. Cela montre la nécessité de travailler avec les élèves sur les codes du langage, la voix et la communication non verbale. Le forum « bien-être » a permis de placer cette thématique dans la dynamique de l'établissement. Tous les participants que ce soit les élèves ou les enseignants ont exprimé leur satisfaction.