



**HAL**  
open science

## Le doudou de trousse pour développer la confiance en soi face aux évaluations scolaires et réduire le stress

Cendrine Mercier, Léa Kostyrka, Marie Meslin, Ludivine Compain, Nolwenn Genet, Loane Levistre, Marion Nacka, Marjorie Teissier

### ► To cite this version:

Cendrine Mercier, Léa Kostyrka, Marie Meslin, Ludivine Compain, Nolwenn Genet, et al.. Le doudou de trousse pour développer la confiance en soi face aux évaluations scolaires et réduire le stress. Nantes Université. 2023. hal-03935213

**HAL Id: hal-03935213**

**<https://hal.science/hal-03935213>**

Submitted on 11 Jan 2023

**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.

Rapport scientifique – « Doudou de trousse »  
Climat scolaire

**Le doudou de trousse pour développer la confiance en soi face aux  
évaluations scolaires et réduire le stress**

Cendrine Mercier

MCF à Nantes Université / INSPE

Centre de Recherche en Éducation de Nantes (UR 2661)

En collaboration avec les étudiants de Master MEEF  
séminaire de recherche « bien-être à l'école »

Kostyrka Léa

Meslin Marie

Compain Ludivine

Genet Nolwenn

Levistre Loane

Nacka Marion

Teissier Marjorie

## Table des matières

Introduction .....	3
Résultats de l'enquête préliminaire .....	3
Méthodologie et population.....	3
Résultats .....	4
Conclusion de la pré-enquête .....	7
Enquête bonus : .....	8
Protocole de recherche – « doudou de trousse » .....	10
Problématique et hypothèses de recherche.....	10
Variables.....	10
Méthodologie – recrutement des participants.....	10
Instruments et méthodologie .....	10
Conclusion.....	14
Bibliographie : .....	15

## Introduction

Dans le cadre d'un projet de recherche amorcé par Cendrine Mercier autour du concept de « doudou de trousse », les résultats d'une enquête préalable sont présentés pour rendre compte des comportements de triche chez un groupe d'adultes au cours de leur scolarité. Ces résultats permettent d'étayer différents travaux de recherche en cours avec deux étudiantes en Master MEEF<sup>1</sup> et deux enseignants titulaires. Notre étude vise à identifier la place et le rôle de l'antisèche (« doudou de trousse ») pour les élèves au cours d'une évaluation en classe.

La tricherie a fortement été médiatisée notamment durant les périodes d'examens importants dans le second degré ou à l'Université (Strom & Strom, 2008). Ici, nous souhaitons travailler sur cette notion avec des élèves d'élémentaire afin d'explorer les justifications du recours ou non à la tricherie (Guibert & Michaut, 2012). L'idée pour nous n'est pas de sanctionner, mais bien de comprendre l'intérêt de cet outil dans l'activité de l'élève pour, peut-être, à court terme réduire son anxiété face aux évaluations que l'on sait anxiogène (Mercier et al., 2022). La tricherie a toujours existé et est un phénomène fréquent. Nous étudierons ici un type particulier de comportement de tricherie, initié par les enseignants pour les élèves : l'utilisation des antisèches lors d'une évaluation (Bushway & Nash, 1977). Travailler sur ces comportements pourrait nous permettre de travailler sur l'intégrité des élèves dans le système scolaire en prenant conscience de leurs points d'appuis, mais aussi de leurs difficultés (Kilmer, 2017).

## Résultats de l'enquête préliminaire

### Méthodologie et population

Une enquête en ligne de 20 questions (dont 5 questions ouvertes) a été élaborée et développée par des étudiants de Master 1 MEEF du séminaire de recherche piloté par Cendrine Mercier. Elle trouve ses origines dans un projet de recherche plus large permettant de travailler sur le stress des élèves face aux évaluations. L'ensemble des questions vise à étudier les comportements de triche des adultes dans leur parcours scolaire. Le questionnaire a été complété sur la période du 14 au 24 novembre 2022.

---

<sup>1</sup> Les Masters Métiers de l'Enseignement, de l'Éducation et de la Formation

## Site de Le Mans

Au total, ce sont 240 personnes qui ont apporté des réponses et le taux de complétude se situe dans l'intervalle [0,55 ; 1,0] et a pour moyenne 0,93 (93,0%). Pour apporter plus de précisions, le tableau 1 suivant donne des indications sur le sexe, l'âge, le niveau et milieux scolaires des participants au moment de l'enquête et la filière<sup>2</sup> entreprise.

Indicateurs	Échantillon global (n = 240)
<b>Sexe :</b>	
Femme	59,6%
Homme	39,6%
Sans préférence	0,8%
<b>Âge :</b>	
Moyenne (ans)	29,60
(écart-type)	12,18
<b>Niveau scolaire :</b>	
Licence	20,0%
Master	34,6%
Activité professionnelle	35,8%
Autres	9,6%
<b>Filière :</b>	
Sans réponse	25,4%
SES	11,7%
L	21,7%
S	34,2%
Autres	7,0%
<b>Milieu scolaire :</b>	
Urbain	57,5%
Rural	42,5%

Tableau 1 : caractéristiques de l'échantillon global

Les analyses sont descriptives et inférentielles à partir du logiciel IBM SPSS24®. Les analyses de contenu de texte sont réalisées avec le logiciel Tropes®<sup>3</sup>, IRaMuTeQ® ou WordItOut®<sup>4</sup> (pour donner le plus d'exemples aux étudiants au cours de la séance d'analyse des données) à partir des occurrences dans le discours des participants.

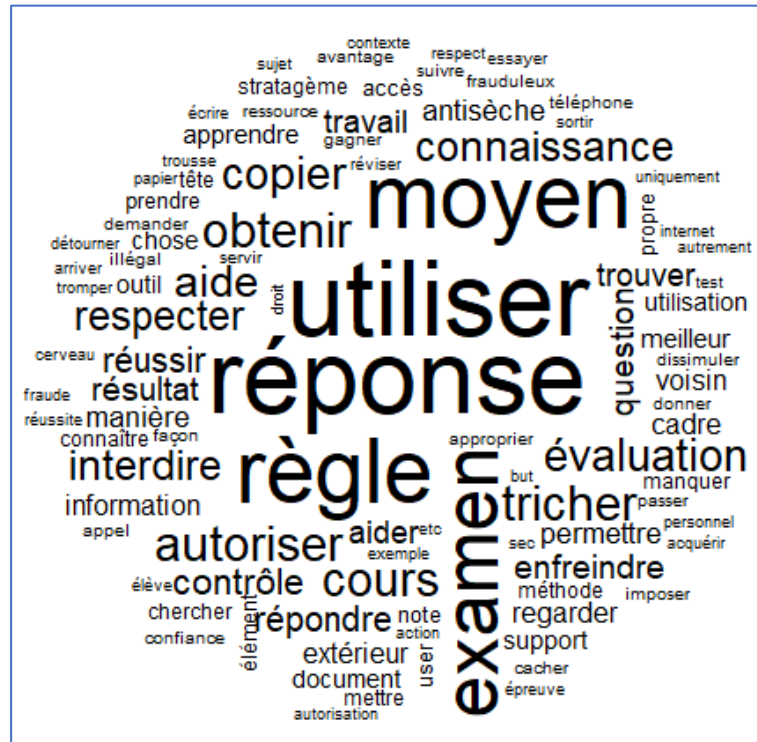
### Résultats

À la question « Pouvez-vous nous définir ce qu'est la triche selon vous ? », les répondants indiquent que c'est le fait, ou un « moyen » (x41), « d'utiliser » (x49) une « réponse » (x49) / une « aide » (x17) au cours d'un « examen » (x34) / d'une « évaluation » (x18) / d'un « contrôle » (x14) alors que cela est contraire à la « règle » (x41) ou que cela n'est pas « autorisé » (x20) pour « réussir » (x13).

<sup>2</sup> Même si cette notion n'a plus beaucoup de sens depuis la loi de 2020 ? réforme du BAC

<sup>3</sup> <https://www.tropes.fr/>

<sup>4</sup> <https://worditout.com/word-cloud/create>



*Nuage de mots 1 (réalisé avec IRaMuTeQ) : occurrences de mots en lien avec la définition de la triche*

Voici quelques réponses pour illustrer le nuage de mots : Sujet 12 « L'utilisation de moyens non autorisés en vue de connaître des informations capables d'améliorer notre résultat à une évaluation. » ; Sujet 7 « C'est l'utilisation d'un outil quelconque avec écrit des informations dessus pouvant nous aider à tous moments dans une évaluation, un devoir. » ; Sujet 233 « Utiliser des moyens interdits (par la Loi, les règles, la "morale", l'éthique, etc.) pour parvenir à ses fins ».

La définition semble claire pour les participants et pourtant il est possible de souligner que 82,1% (plus de 8 personnes sur 10) ont déjà triché durant leur parcours scolaire. Les

Plus de 8 personnes sur 10 déclarent avoir eu un comportement de tricherie dans leur parcours scolaire.

hommes (85,3%) semblent avoir davantage adopté un comportement de triche par rapport aux femmes (79,7%)<sup>5</sup>. Cependant, notons que le sexe n'est pas dépendant de la réponse à la question en lien avec la question « Avez-vous déjà triché durant votre

<sup>5</sup> Échantillon n=238

## Site de Le Mans

scolarité? ». De plus, le milieu scolaire (rural ou urbain) n'est pas non plus dépendant de la réponse à cette même question.

Pour les personnes ayant répondu « oui » au fait d'avoir déjà triché, les motifs les plus sollicités sont les suivants : 52,8% parce qu'ils n'ont pas appris le cours et 52,8% pour se rassurer. D'autres réponses sont indiquées comme le fait d'avoir peur d'oublier des réponses (40,0%) et pour obtenir une meilleure note (26,2%). Toujours pour les personnes ayant déjà adopté un comportement de

Les motifs de la tricherie sont en lien avec le fait de ne pas avoir appris son cours (52,8%) ou pour se rassurer (52,8%).

triche et indiquant que cela était prémédité, les moyens utilisés sont les suivants : créer une antisèche (55,4%) ou copier sur son voisin/sa voisine. D'autres encore indiquent avoir utilisé leur téléphone portable (25,6%).

Une question originale permet de connaître les premiers moments de triche des

Les premières expériences de tricheries se déroulent au collège (48,7%) ou au lycée (33,3%).

répondants. Majoritairement, ce comportement apparaît au collège (48,7%) et dans une moindre mesure au lycée (33,3%). Il est intéressant de constater que des participants indiquent, et se souviennent, d'avoir commencé les comportements de triche en maternelle (1,5%) et d'autres en

élémentaire (8,2%). Quelques personnes affirment avoir triché en niveau post-BAC (5,6%).

Parmi ceux ayant répondu qu'ils avaient déjà triché au cours de leur scolarité, 65,6% ont décidé d'arrêter un jour. Une majorité (74,9%) est d'accord pour dire que la sanction est un frein dans le fait de tricher et 72,8% des personnes sont d'accord pour dire que les sanctions sont assez menaçantes. Paradoxalement, les répondants ayant déjà triché indiquent que cette pratique n'entraîne pas à un sentiment de bien-être, et ce pour 81,5%. En effet, si la triche réduit le stress face aux examens, elle fait apparaître d'autres sentiments : sentiments

Paradoxalement, les répondants ayant déjà triché indiquent que cette pratique n'entraîne pas à un sentiment de bien-être, et ce pour 81,5%.

de culpabilité, remords et peur (x83) / plus de stress donc agit sur la santé (x13) / sentiment de tromper/trahir le professeur (x7). Pour eux, un « coup de pouce » ou, comme l'a nommé

## Site de Le Mans

Cendrine Mercier, un « doudou de trousse » permettrait de vérifier ses connaissances (x24) / l'enseignement (x20) / augmenter le sentiment de confiance (x19) / d'avoir un effet sur la santé en gérant son stress (x16).

### Conclusion de la pré-enquête

Le taux déclaré de comportements de tricherie, dans notre enquête (82,1%), est proche de celui indiqué par Palmer (2022), soit 85,0%. Les résultats de cette enquête montrent que plus de 8 personnes sur 10 déclarent avoir triché dans leur parcours scolaire. Les motifs de la tricherie sont liés à un manque de préparation (52,8%) ou au besoin de se rassurer (52,8%). Les premières expériences de tricherie ont lieu au collège (48,7%) ou au lycée (33,3%). Pourtant, les répondants ayant déjà triché indiquent que cela ne leur a pas procuré un sentiment de bien-être, pour 81,5%. Il est donc important de travailler sur la confiance en soi et le bien-être des apprenants pour lutter contre cette pratique rejetée par la société.

Les expressions utilisées dans la littérature scientifique pour désigner les comportements de tricheries sont lourdes de sens et font écho à ce qu'ils représentent dans la société. Arsenio et al. (2022) parlent de « malhonnêteté académique » et d'autres proposent l'expression suivante « le machiavellianisme et le désengagement moral » chez les adolescents (Touloupis, 2022) ou encore « l'inconduite scolaire » (Coetzee et al., 2022) en lien avec le niveau d'espoir, le sentiment d'appartenance.

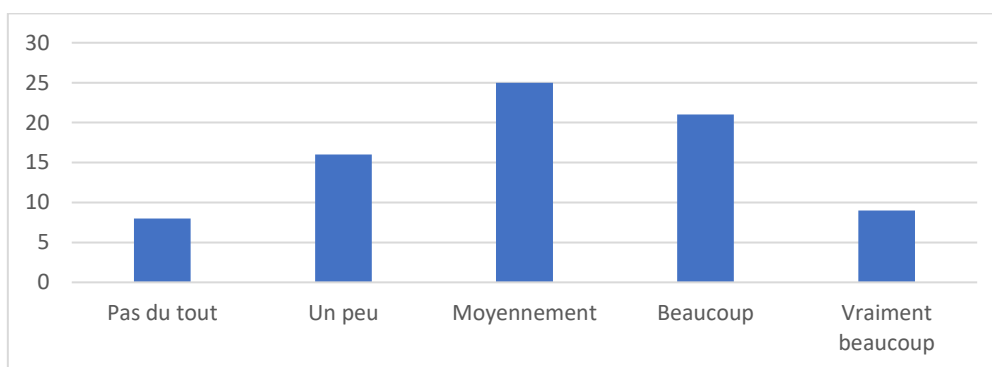
Alors que pendant des années, la coopération et la collaboration sont enseignées à l'école, comment questionner les comportements de tricherie dans le parcours scolaire ? Les apprenants sont systématiquement en alerte de stress face à une évaluation. Pourquoi ne pas remplacer le mot « triche » par « aide » dans les activités en classe comme le fait un enseignant dans les travaux de Isaac et al. (2022).

Ces comportements de tricherie engendrent évidemment du stress et nous cherchons à utiliser un moyen pour augmenter le sentiment de sécurité et d'estime de soi des apprenants pour ne plus recourir à cette méthode et donc éviter le sentiment de culpabilité.



## Enquête bonus :

Au cours de l'évaluation proposée en fin de semestre 1 (2022), nous avons posé deux questions à nos étudiants de Master 1 MEEF. L'évaluation était un QCM avec supports de cours autorisés. Nous voulions connaître, dans ces conditions, le niveau de stress et l'utilisation des supports de cours. Ce sont 79 étudiants qui ont répondu à ces deux questions (81,0% de femmes et 19,0% d'hommes). La première question est formulée de la façon suivante : « Sur une échelle de 1 à 5 (1 pas du tout et 5 vraiment beaucoup), quel est votre niveau de stress au cours de cette évaluation ? »



*Graphique 1 : niveau de stress ressenti durant l'évaluation*

Pour une majorité, le stress est important au cours de l'évaluation (38%)<sup>6</sup>. Ensuite, un second groupe se distingue par un stress plutôt moyen (31%)<sup>7</sup> et enfin 30,4%<sup>8</sup> des étudiants ressentent un stress faible ou non existant. Pour la seconde question « Sur une échelle de 1 à 5 (1 pas du tout et 5 vraiment beaucoup), vous êtes-vous aidé de vos supports de cours pour cette évaluation ? », au niveau de l'usage des documents pour l'évaluation, une majorité indique l'utiliser moyennement (48,1%). Les autres les utilisent peu (34,2%) ou beaucoup (17,8%). Il n'existe pas de corrélation entre les différentes dimensions.

Pour les femmes, il existe une corrélation négative significative entre le niveau de stress (trois niveaux) et la note à l'évaluation ( $r = -0,253$  ;  $p < 0,05$ ). L'interprétation est la suivante : plus le niveau de stress augmente et plus la note à l'évaluation baisse. Cependant, cette corrélation reste faible. Pour les hommes, une corrélation positive tend vers une valeur

<sup>6</sup> Score de 4 ou 5

<sup>7</sup> Score de 3

<sup>8</sup> Score de 1 ou 2

## Site de Le Mans

significative pour la relation entre l'usage des documents et la note finale. Il faudrait approfondir l'enquête pour en savoir plus et indiquer alors que la note à l'évaluation augmente si l'étudiant utilise davantage ses supports de cours.

En résumé, les résultats de cette enquête montrent que la majorité des étudiants ressentent un stress important pendant les évaluations, et que la plupart d'entre eux utilisent les documents d'étude de manière modérée. Il n'y a pas de corrélation claire entre le niveau de stress et l'utilisation des documents d'étude. Cependant, les données suggèrent une corrélation négative entre le niveau de stress et les notes des femmes, même si cette corrélation reste faible. Pour les hommes, une corrélation positive tend vers une relation significative entre l'utilisation des documents d'étude et les notes. Il serait utile de poursuivre l'enquête pour mieux comprendre ces relations et améliorer la performance des étudiants en période d'évaluation.

## Protocole de recherche - « doudou de trousse »

### Problématique et hypothèses de recherche

De quelles façons le "doudou de trousse" ou coup de pouce, communément appelé antisèche, peut être un facteur de protection contre le stress chez les élèves d'élémentaire lors des évaluations ?

**H1** : Les notions sur le doudou de trousse relèvent des connaissances fondamentales de la leçon proposée

**H2** : Le stress perçu par les élèves est moindre lorsque le doudou de trousse est proposé

**H3** : La discussion sur le doudou de trousse permet aux élèves de faire de la métacognition sur leurs méthodes d'apprentissage

### Variables

**Dépendantes** : Sexe, Âge et classe de l'élève

**Indépendantes** : Contenu du coup de pouce, usage du coup de pouce, stress perçu et capacité à expliciter ses stratégies (métacognition).

### Méthodologie – recrutement des participants

- Sollicitation auprès des enseignants de deux écoles. Participation volontaire des enseignants pour un travail de co-construction
- Un accord de participation sera demandé à tous les parents d'élève impliqués dans le protocole de recherche. Seules les réponses favorables donneront suite à un recueil de données.

### Instruments et méthodologie

Proposition d'une leçon (discipline maths ou français)

Évaluation sans coup de pouce

**Site de Le Mans**

Évaluation du stress perçu

Questionnaire sans coup de pouce

Sexe : \_\_\_\_\_ ; Âge : \_\_\_\_\_ ; Classe : \_\_\_\_\_ ; initial : \_\_\_\_\_

Avant l'évaluation, je suis stressée :

1-un peu ;  2-assez ;  3-moyennement ;  4-beaucoup ;  5-vraiment beaucoup

Avant l'évaluation, j'ai peu de faire des erreurs :

1-un peu ;  2-assez ;  3-moyennement ;  4-beaucoup ;  5-vraiment beaucoup

Avant l'évaluation, j'ai confiance en moi :

1-un peu ;  2-assez ;  3-moyennement ;  4-beaucoup ;  5-vraiment beaucoup

Avant l'évaluation, j'ai envie de faire l'évaluation

1-un peu ;  2-assez ;  3-moyennement ;  4-beaucoup ;  5-vraiment beaucoup

----

Evaluation

----

Après l'évaluation, je suis stressée :

1-un peu ;  2-assez ;  3-moyennement ;  4-beaucoup ;  5-vraiment beaucoup

Après l'évaluation, j'ai peu de faire des erreurs :

1-un peu ;  2-assez ;  3-moyennement ;  4-beaucoup ;  5-vraiment beaucoup

Après l'évaluation, j'ai confiance en moi :

1-un peu ;  2-assez ;  3-moyennement ;  4-beaucoup ;  5-vraiment beaucoup

Après l'évaluation, j'ai envie de faire l'évaluation

1-un peu ;  2-assez ;  3-moyennement ;  4-beaucoup ;  5-vraiment beaucoup

## Site de Le Mans

Débattre avec les élèves de leurs stratégies pour répondre à l'évaluation

Commentaires du PE sur la phase de métacognition :

---

---

---

---

---

Proposition d'une leçon (discipline maths ou français)

Évaluation avec coup de pouce : choix du nombre de coups de pouce par l'enseignant en fonction du contenu de la leçon (1 à 5).

Fiche coup de pouce

Sexe : \_\_\_\_\_ ; Âge : \_\_\_\_\_ ; Classe : \_\_\_\_\_ ; initial : \_\_\_\_\_

Aujourd'hui pour l'évaluation tu as le droit à \_\_\_\_ coup(s) de pouce

1/ \_\_\_\_\_

2/ \_\_\_\_\_

3/ \_\_\_\_\_

4/ \_\_\_\_\_

5/ \_\_\_\_\_

**Site de Le Mans**

Évaluation du stress perçu

Questionnaire avec coup de pouce

Sexe : \_\_\_\_\_ ; Âge : \_\_\_\_\_ ; Classe : \_\_\_\_\_ ; initial : \_\_\_\_\_

Avant l'évaluation, je suis stressée :

1-un peu ;  2-assez ;  3-moyennement ;  4-beaucoup ;  5-vraiment beaucoup

Avant l'évaluation, j'ai peu de faire des erreurs :

1-un peu ;  2-assez ;  3-moyennement ;  4-beaucoup ;  5-vraiment beaucoup

Avant l'évaluation, j'ai confiance en moi :

1-un peu ;  2-assez ;  3-moyennement ;  4-beaucoup ;  5-vraiment beaucoup

Avant l'évaluation, j'ai envie de faire l'évaluation

1-un peu ;  2-assez ;  3-moyennement ;  4-beaucoup ;  5-vraiment beaucoup

----

Evaluation

----

Après l'évaluation, je suis stressée :

1-un peu ;  2-assez ;  3-moyennement ;  4-beaucoup ;  5-vraiment beaucoup

Après l'évaluation, j'ai peu de faire des erreurs :

1-un peu ;  2-assez ;  3-moyennement ;  4-beaucoup ;  5-vraiment beaucoup

Après l'évaluation, j'ai confiance en moi :

1-un peu ;  2-assez ;  3-moyennement ;  4-beaucoup ;  5-vraiment beaucoup

Après l'évaluation, j'ai envie de faire l'évaluation

1-un peu ;  2-assez ;  3-moyennement ;  4-beaucoup ;  5-vraiment beaucoup

J'ai utilisé ma fiche coup de pouce durant l'évaluation ?

oui ;  non

Si oui, je surligne au fluo ce que j'ai utilisé sur ma fiche coup de pouce.

Merci de rendre les fiches coups de pouce à l'enseignant.

## Site de Le Mans

Débattre avec les élèves de leurs stratégies pour répondre à l'évaluation

Commentaires du PE sur la phase de métacognition :

---

---

---

---

---

---

Une différence avec la première étape sans le coup de pouce ?

---

---

---

---

---

---

Reproduire le processus deux fois pour avoir 4 jeux de données.

Faire parvenir toutes les fiches élèves (scannées au besoin), la leçon et l'évaluation proposée.

Une analyse des données sera faite pour toutes les classes (individuellement et en groupe) pour un retour aux enseignants impliqués dans le travail de recherche collaboratif.

## Conclusion

En conclusion, cette enquête met en lumière la fréquence de la tricherie dans les parcours scolaires et les motivations qui y sont liées. Il est important de continuer à explorer ces sujets afin d'améliorer les expériences d'apprentissage pour tous les étudiants. Si vous souhaitez utiliser notre protocole de recherche pour approfondir ces sujets dans votre propre contexte, n'hésitez pas à nous contacter. Nous serions ravis de vous accompagner et de discuter des résultats pour améliorer l'expérience d'apprentissage de tous.

## Bibliographie :

- Arsenio, D., Lena, C., Cecilia, D. L., Maria, Catherine, P., & Louisito, C. (2022). Academic Dishonesty : Lived Experiences of Students Receiving Services from Online Academic Commissions. *International Journal of Multidisciplinary Research and Analysis*, 05(11), 2990-2996. <https://doi.org/10.47191/ijmra/v5-i11-04>
- Bushway, A., & Nash, W. R. (1977). School Cheating Behavior. *Review of Educational Research*, 47(4), 623-632. <https://doi.org/10.3102/00346543047004623>
- Coetzee, T., Pryce-Jones, K., Grant, L., & Tindle, R. (2022). Hope moderates the relationship between students' sense of belonging and academic misconduct. *International Journal for Educational Integrity*, 18(1), Art. 1. <https://doi.org/10.1007/s40979-022-00121-0>
- Guibert, P., & Michaut, C. (2012). Pourquoi les étudiants trichent-ils ? *Notes du CREN*, 8. <https://hal.archives-ouvertes.fr/hal-01116432>
- Isaac, A. R., Trumbull, E., & Greenfield, P. M. (2022). Cultural Values (Mis) Match in Two US Elementary School Classrooms : Examining the Impact of Cultural Theory on Teaching Practice. *School Community Journal*, 32(2).
- Kilmer, R. (2017). High School Stress and Cheating : Developing an Understanding of the Factors that Influence Stress and Cheating in High School Students. *Education Doctoral*. [https://fisherpub.sjf.edu/education\\_etd/339](https://fisherpub.sjf.edu/education_etd/339)
- Mercier, C., Zanna, O., & Florin, A. (2022). Les évaluations scolaires à domicile en période de Covid-19 : Le point positif ? *Diversité. Revue d'actualité et de réflexion sur l'action éducative*, 200. <https://doi.org/10.35562/diversite.1879>
- Palmer, M. (2022). *What Your Employees Need and Can't Tell You : Adapting to Change with the Science of Behavioral Economics*. Mango Media Inc.



## Site de Le Mans

Strom, P. S., & Strom, R. D. (2008). Cheating in Middle School and High School. *The Educational Forum*. <https://doi.org/10.1080/00131720708984924>

Touloupis, T. (2022). Academic cheating behaviors among adolescents: The role of machiavellianism and moral disengagement. *ICERI2022 Proceedings*, 8483-8483. <https://doi.org/10.21125/iceri.2022.2226>