

REPUBLIQUE DU CAMEROUN

*Paix – Travail – Patrie*

\*\*\*\*\*

UNIVERSITE DE YAOUNDE I  
ECOLE NORMALE SUPERIEURE  
DEPARTEMENT DE SCIENCES DE  
L'EDUCATION

\*\*\*\*\*



REPUBLIC OF CAMEROUN

*Peace – Work – Fatherland*

\*\*\*\*\*

UNIVERSITY OF YAOUNDE I  
HIGHER TEACHER TRAINING COLLEGE  
DEPARTMENT OF SCIENCES OF EDUCATION

\*\*\*\*\*

## **ACCOMPAGNEMENT PSYCHOLOGIQUE ET ADAPTATION SOCIALE DES ADOLESCENTS TIMIDES EN MILIEU SCOLAIRE**

Présentée en vue de l'obtention du Diplôme de Professeur de l'Enseignement  
Secondaire deuxième grade  
Mémoire de D.I.P.E.S II

Par :

**KANA SONTSA Viviane**  
**Licence en droit**

Sous la direction  
**Dr Evelyne AMANA**  
Chargée de Cours à L'ENS Yaoundé



Année Académique  
2015-2016



## AVERTISSEMENT

Ce document est le fruit d'un long travail approuvé par le jury de soutenance et mis à disposition de l'ensemble de la communauté universitaire de Yaoundé I. Il est soumis à la propriété intellectuelle de l'auteur. Ceci implique une obligation de citation et de référencement lors de l'utilisation de ce document.

D'autre part, toute contrefaçon, plagiat, reproduction illicite encourt une poursuite pénale.

Contact : [biblio.centrale.uyi@gmail.com](mailto:biblio.centrale.uyi@gmail.com)

## WARNING

This document is the fruit of an intense hard work defended and accepted before a jury and made available to the entire University of Yaounde I community. All intellectual property rights are reserved to the author. This implies proper citation and referencing when using this document.

On the other hand, any unlawful act, plagiarism, unauthorized duplication will lead to Penal pursuits.

Contact: [biblio.centrale.uyi@gmail.com](mailto:biblio.centrale.uyi@gmail.com)

**TABLE DES MATIERES**

**TABLE DES MATIERES**..... i

**REMERCIEMENTS** ..... v

**LISTE DES ABREVIATIONS** ..... vi

**LISTE DES TABLEAUX**..... vii

**RESUMÉ** ..... viii

**ABSTRACT**..... ix

**INTRODUCTION GÉNÉRALE** ..... 1

**CHAPITRE 1 : PROBLEMATIQUE DE L’ETUDE**..... 3

    1. Contexte et justification de l’étude..... 3

        1.1. Formulation et position du problème ..... 6

        1.2. QUESTION DE RECHERCHE..... 7

        1.3. OBJECTIFS DE LA RECHERCHE..... 7

            1.3.1. L’objectif général ..... 7

            1.3.2. Les objectifs spécifiques ..... 7

        1.4. INTERET DE L’ETUDE ..... 8

            1.4.1. Sur le plan pédagogique ..... 8

            1.4.2. Sur le plan scientifique..... 8

            1.4.3. Sur le plan social ..... 9

        1.5. DELIMITATION DE L’ETUDE..... 9

            1.5.1. Délimitation spatiale ..... 9

            1.5.2 Délimitation temporelle..... 9

            1.5.3 Délimitation théorique..... 9

**CHAPITRE 2 : INSERTION THEORIQUE DU SUJET**..... 11

    2.1. DEFINITION DES CONCEPTS ..... 11

        2.1.1 Accompagnement psychologique ..... 11

        2.1.2 Adaptation sociale..... 12

        2.1.3. Adolescence ..... 14

        2.1.4 Timide ..... 15

    2.2. REVUE DE LITTERATURE ..... 16

2.2.1. Stratégies de l'accompagnement.....	16
2.2.2 Accompagnement : une nébuleuse selon Maela (2002).....	18
2.2.3 L'accompagnement éducatif.....	21
2.2.4. Adaptation.....	23
2.2.5. Adolescent timide.....	24
2.3 Théorie explicative du sujet.....	27
2.3.1 L'approche constructiviste de(Piaget) et socioconstructiviste (vygotsky) de l'adaptation.....	27
2.3.2 Théorie de la construction de la personnalité selon Freud.....	29
2.3.3 La théorie de l'attachement selon Bowlby(1969).....	30
<b>CHAPITRE 3 : METHODOLOGIE DE L'ETUDE .....</b>	<b>35</b>
3.1 TYPE DE RECHERCHE.....	35
3.2 SITE DE L'ETUDE .....	35
3.3 POPULATION D'ETUDE .....	36
3.4 TECHNIQUE D'ECHANTILLONNAGE ET ECHANTILLON .....	37
3.5. TECHNIQUE ET INSTRUMENT DE COLLECTE DES DONNEES .....	38
3.5.1 Technique de collecte des données .....	38
3.5.2 Instrument de collecte des données : le guide d'entretien.....	39
3.6 METHODE DE TRAITEMENT DES DONNEES .....	41
3.6.1 Analyse de contenu des entretiens individuels.....	41
3.6.2 La retranscription des données des entretiens individuels .....	42
3.6.3 Présentation de la grille d'analyse des données des entretiens .....	42
3.6.4 Codage.....	42
<b>CHAPITRE 4: PRESENTATION DES RESULTATS DE L'ETUDE.....</b>	<b>45</b>
4.1 PRESENTATION DES ENTRETIENS .....	45
4.1.1 Présentation du sujet1.....	45
4.1.2 Présentation du sujet 2.....	46
4.1.3 Présentation du sujet 3.....	46
4.1.4 Présentation du cas sujet 4 .....	47
4.1.5 Synthèse de la présentation des cas.....	48
4.2 PRESENTATION DES RESULTATS .....	49

4.2.1. Analyse des résultats des sujets en rapport avec le thème 1 .....	49
4.2.2 Analyse des résultats des sujets en rapport avec le thème 2 .....	50
4.2.3 Analyse des résultats des sujets en rapport avec le thème 3 .....	52
4.2.4 Analyse des résultats des sujets en rapport avec le thème 4 .....	53
4.3 SYNTHÈSE DES RESULTATS .....	55
<b>CHAPITRE 5 : INTERPRÉTATION DES RESULTATS, DISCUSSION,</b>	
<b>PERSPECTIVES ET IMPLICATIONS.....</b>	<b>57</b>
5.1 RAPPEL DES THEORIES .....	57
5.2 INTERPRÉTATION DES RESULTATS.....	59
5.2.1 Relation parent/adolescent satisfaisante et adaptation sociale des adolescents timides	59
5.2.2 La pratique des activités extrascolaires et l'adaptation scolaire des adolescents timides	60
5.2.3 Le counseling et l'adaptation scolaire des adolescents timides .....	62
5.3 DISCUSSION .....	63
5.3.1 Le relation parent/adolescent satisfaisante et adaptation scolaire des adolescents timides .....	63
5.3.2 La pratique des activités extrascolaires et l'adaptation scolaire des adolescents timides	63
5.3.3 Le counseling et l'adaptation scolaire des adolescents timides .....	63
5.4 LES PERSPECTIVES .....	64
5.5 IMPLICATIONS.....	65
5.5.1 Implications théoriques .....	65
5.5.2 Implications pratiques .....	66
5.5.3 Suggestions.....	68
<b>CONCLUSION GÉNÉRALE.....</b>	<b>71</b>
<b>REFERENCES BIBLIOGRAPHIQUES.....</b>	<b>74</b>
<b>ANNEXES .....</b>	<b>76</b>

A

Mon époux MAINA Yacoub

## REMERCIEMENTS

La rédaction du présent mémoire est le fruit de mes efforts mais également de certains proches. Aussi, voudrais je leur adresser des remerciements, il s'agit de :

- Mon encadreur Dr Amana Evelyne, pour avoir accepté de guider mes pas dans cet exercice et pour la disponibilité, les conseils, encouragements et les observations d'usage ;
- L'ensemble du corps professoral du département des sciences de l'éducation de l'école normale supérieure de Yaoundé en particulier le chef de département le professeur FONKOUA pour l'intérêt qu'ils ont attaché a notre formation ;
- L'ensemble du corps enseignant et du corps administratif du Lycée de la cité des palmiers à Douala qui nous ont permis de mener nos entretiens ;
- Toutes mes camarades pour leur solidarité et pour leur présence pendant les moments de joie comme de peine durant la formation ;
- La famille Bayemi pour son soutien durant cette formation ;
- Tous ceux qui de prêt ou de loin ont apporté leur soutien

## **LISTE DES ABREVIATIONS**

MINEDUC : Ministère de l'Education Nationale

UNESCO : Organisation des Nations Unies pour l'Education la Science et la Culture

DSSE : Document de stratégie du secteur éducatif

DSCE: Document Stratégique pour la croissance et l'emploi

UNICEF : Fond des Nations Unies pour l'enfance

P.A.S : Programme d'Ajustement Structurel

## LISTE DES TABLEAUX

Tableau n°1 : <b>tableau synoptique</b> .....	33
Tableau N°2 : <b>présentation de l'échantillon de l'étude</b> .....	38
Tableau N°3 : <b>grille d'analyse des données des entretiens individuels</b> .....	45

## RESUMÉ

Cette étude porte sur l'accompagnement psychologique et l'adaptation sociale des adolescents timides en milieu scolaire. Elle soulève le problème de l'adaptation sociale des adolescents timides. Dans cette recherche, Il s'agit d'examiner la contribution de l'accompagnement psychologique sur leur adaptation sociale. La question de recherche qui découle de ce travail est celle de savoir quels stratégies d'accompagnement psychologique favorisent-t-elles l'adaptation sociale des adolescents timides en milieu scolaire? Pour atteindre l'objectif, le lycée de la cité des palmiers de Douala a été choisi comme lieu d'étude. A l'aide de la technique d'échantillonnage par choix raisonné quatre cas ont été sélectionné pour servir de sujet d'étude. L'entretien semi directif est la technique de collecte des données qui a servi sur le terrain et comme instrument de collecte des données, un guide d'entretien a été élaboré.

L'analyse des données des entretiens semi directifs a été faite au moyen de l'analyse de contenu. L'interprétation des données d'analyse a montré que ces adolescents timides s'adaptent mieux socialement a partir de l'accompagnement psychologique qui leur est soumis.

Compte tenu de ces résultats nous avons fait des suggestions à certains acteurs important de la chaine éducative en vue d'améliorer le processus d'adaptation sociale et d'intégration à l'école des adolescents en général et des adolescents timides en particulier. Nous recommandons aux adolescents timides une communication entre eux et les professionnels disposés à les aider ainsi qu'un suivi continuel proposé aux conseillers d'orientation pour ce type de cas.

## ABSTRACT

Our study is on counseling and social adjustment of shy adolescent in the school milieu. In effect, it points out the problem of social adjustment of shy adolescents. This research aims at verifying if counseling favours their social adjustments in secondary schools. The research question which results from this work is to know which counseling strategies favour the adjustments of shy adolescents in the school milieu. However, to achieve our objective, we chose Lycee de la cite des palmiers in Douala as our place of study. We selected using the purposive sampling technique four cases which served as subject of study. The semi directive interview is the data collective technic which we used on the field as a data collection instrument. We then elaborated an interview guide.

The analysis of the data from the semi directive interview was done by content analysis. The interpretation of the analysis data showed that these shy adolescents better adjust socially with counseling which they are subjected to. This brings us to the conclusion that counseling favours the social adjustment of the shy adolescent with respect to the environment in which he finds himself and his perception about himself and his shy state.

In view of these results, we have made suggestions to some important actors of the educational chain in order to ameliorate social adjustment and integration of adolescents in schools, adolescents in general and shy adolescent in particular. We remanded shy adolescents to communicate with professionals ready to help them, also a continuous follow-up has been proposed to guidance counselors for this case type.

## INTRODUCTION GÉNÉRALE

Après la conférence des Etats Africains sur le développement de l'éducation en Afrique en 1961, la politique suivie par les autorités africaines était la scolarisation à outrance afin que le développement socio-économique s'en suive. Ainsi, la direction de causalité entre les changements dans l'éducation et les changements dans le système économique se trouve renversée par rapport à l'expérience européenne.

Mais en 1980, on assiste à l'avènement de la déscolarisation à tous les niveaux d'enseignement en Afrique. Ce phénomène est dû à l'application des mesures de rigueur tel le programme d'ajustement structurel(P.A.S). Vu l'ampleur de cette déscolarisation, les institutions internationales (Banque Mondiale, UNICEF, UNESCO...) vont mettre en place des programmes pour relancer le développement du secteur éducatif d'où la refondation de l'éducation dans divers pays africains.

Ainsi au Cameroun à travers les états généraux de la culture de 1991 et ceux de l'éducation en 1995, le système éducatif camerounais est réajusté avec les nombreux problèmes auxquels il fait face. Plus tard en Avril 1998, la loi de l'orientation de l'éducation nationale vient entériner sur les valeurs que l'éducation est censée inculquer aux jeunes camerounais. Dans son article 5, dix-huit valeurs sont définies en d'objectifs spécifiques de l'éducation au Cameroun. Dès lors un produit du système éducatif devrait être enraciné dans sa culture, ouvert au monde, respectueux de l'intérêt général et du bien commun, digne, honorable, honnête, intègre, discipliné, démocrate, respectueux des droits de l'Homme, juste, tolérant, responsable, aimant la paix, le dialogue, l'effort, le travail bien fait, l'excellence et l'esprit de partenariat, créatif, entreprenant, sain d'esprit et de corps, éduqué à la vie familiale.

Reconnaissant l'éducation comme la base du développement et de la constitution d'une nation. C'est ainsi que pour assurer la formation d'un tel type d'homme, il faut faire appel aux forces sociales en l'occurrence la famille, l'école et l'orientation d'où le rôle communautaire de l'éducation tel que la préconise la culture camerounaise. Le ministre de l'enseignement secondaire en 2009 déclare « tout système éducatif soucieux de performances et d'efficacité doit pouvoir reposer sur trois piliers : l'administration, la pédagogie, et l'orientation conseil. Chacun de ces piliers s'appuie sur un personnel spécifique et, est appelé à remplir les missions

particulières. S'agissant de l'orientation conseil, ces professionnels sont appelés à jouer un rôle de premier plan dans le processus de formation des élèves. »

Pourquoi l'orientation vient-elle s'ajouter à ces deux intervenants habituels ? Tout simplement d'une part parce que les décideurs camerounais ont trouvé en l'orientation scolaire, universitaire et professionnelle une bouée de sauvetage. D'autre part parce que comme le stipule l'orientation générale de la politique de l'adaptation scolaire (1999, p.17) « aider l'élève handicapé ou en difficulté d'adaptation ou d'apprentissage à réussir sur les plans de l'instruction, de la socialisation et de la qualification ».

Dans le cahier des charges du conseiller d'orientation, un accent particulier est mis sur la personnalité des enfants et surtout sur l'aspect relationnel. Ce même cahier des charges du conseiller d'orientation paru en 2009 résume les actions du conseiller dans un établissement scolaire autour de trois grandes activités qui sont : apprendre à apprendre à l'élève, apprendre à vivre et à être, apprendre à travailler. Toutes ces dispositions marquent ainsi la volonté de l'Etat camerounais à vouloir intégrer l'orientation conseil dans les milieux éducatifs. Seulement l'aboutissement de tous ces objectifs connaît un ralentissement depuis quelques années du à la recrudescence du problème de l'adaptation scolaire et sociale. En 1999 il était estimé à 12% des cas des difficultés d'adaptation scolaire de toute sorte, aujourd'hui il est estimé à 45% des élèves en difficultés d'adaptation scolaire d'après le document de stratégies du secteur éducatif de 2008.

C'est cet état de chose qui nous a motivés à mener une étude sur l'accompagnement psychologique des adolescents timides face au problème de l'adaptation sociale. Ainsi, l'objectif général de ce travail est d'examiner si les stratégies d'accompagnement psychologique de l'adolescent timide favorisent son adaptation sociale. Pour assurer la scientificité de ce travail, il sera articulé autour de quatre chapitres :

- Un premier chapitre consacre à la problématique de l'étude,
- Un deuxième la revue de littérature et l'insertion théorique du sujet.
- Un troisième chapitre qui présentera les données collectées sur le terrain
- Un quatrième chapitre qui présentera l'analyse des résultats, l'interprétation ainsi que les suggestions.

## **CHAPITRE 1 : PROBLEMATIQUE DE L'ETUDE**

Ce chapitre inaugural jette les jalons conceptuels de cette étude. En ce sens que c'est le lieu où nous entendons fixer avec précision les orientations du sujet. De ce fait, il sera question de présenter : le contexte d'étude, la formulation du problème, la question de recherche, l'objectif de l'étude, l'intérêt de l'étude et les limites de l'étude.

### **1. Contexte et justification de l'étude**

Au cours de la structuration de la personnalité de l'enfant et de la construction de son identité, on peut constater des manifestations gênantes, douloureuses, étonnantes pour l'enfant et ou son entourage. Lorsque ces manifestations sont changeantes elles peuvent être le signe d'une souffrance psychique transitoire qui s'inscrit de façon tout à fait psychologique dans le développement (Erikson 1972). Dans le cadre scolaire, certains apprenants présentent des souffrances d'ordre psychologique qui a très souvent des répercussions sur leur vie sociale. A cet effet, les politiques et les organisations du secteur éducatif ont pour soucis majeurs l'épanouissement et la réussite des apprenants. Bien que le milieu éducatif soit un contexte complexe, ses missions devraient répondre inéluctablement au projet d'éduquer. En ce sens qu'il est concerné par « la formation de l'enfant en vue de son épanouissement intellectuel, physique, moral et de son insertion harmonieuses dans la société, en prenant en compte les facteurs économiques, socioculturels, politiques et moraux » (Art 14 de la loi N°98/004 du 14 avril 1998 d'orientation de l'éducation au Cameroun).c'est une évidence que l'éducation vise la formation globale de l'individu et ambitionne de la rendre apte à s'épanouir en tant qu'individu d'une part et en tant que membre d'un groupe social d'autre part. Avec pour dessein de contribuer au développement sain de ses apprenants et de les aider à affronter les changements et les défis de la vie, le secteur éducatif notamment celui du Cameroun est astreint de nos jours à un effort de modernisation.

Le milieu scolaire regroupe des personnes venant de divers horizons, avec des comportements tout aussi divergeant. Autrement dit, on y retrouve des jeunes avec une personnalité extravertie, intravertie etc. au-delà de ces différences, il est à noter que ce qui importe c'est l'épanouissement de chaque enfant en milieu scolaire et cet épanouissement passe par l'implication de chaque acteur de l'éducation. Depuis 2000, les ministères en charge de l'éducation ont jugé utile d'élaborer une stratégie sectorielle globale qui reflèterait la vision unitaire et cohérente de l'éducation au travail commun est confiné dans le document de stratégie sectorielle de l'éducation (DSSE). Il s'agit d'un cadre de référence dans lequel sont abordés l'épineux problème de l'échec scolaire, la préservation de la qualité et l'amélioration des performances scolaires.

Les adolescents timides qui sont au centre de notre étude vivent dès l'entame du premier cycle secondaire un phénomène quoique naturel mais délicat qu'est la puberté. Cette période est caractérisée par le corps qui connaît de nombreuses modifications simultanées qui préludent l'entrée dans la vie adulte. Pour les spécialistes de l'UNESCO, la puberté n'est pas un problème à résoudre. Elle est simplement une période de croissance physique et de développement sexuel accélérés, par laquelle passent tous les êtres humains. Mais s'ils abordent sans préparation cette phase charnière de leur vie, les apprenants peuvent éprouver un sentiment de confusion et d'abandon, qui peut ensuite porter atteinte à la qualité de leur apprentissage, à leur adaptation en milieu scolaire. Ces adolescents à cette période manifestent un peu plus leur timidité ce qui devient un grave frein à leur épanouissement dans le milieu scolaire où ils passent la majeure partie de leur temps. C'est dire que pour que le secteur éducatif réponde aux défis de l'adaptation scolaire et sociale qui englobe l'assiduité, la régularité, la ponctualité et les bonnes performances, la communication avec les camarades, la prise de la parole en publique. Il faudrait un accompagnement de qualité.

En son article 29, la loi d'orientation du 14 avril 1998 stipule que « *les activités d'orientation et de psychologie scolaire s'effectuent au cours de la scolarité de l'enfant à tous les niveaux d'enseignement* » il s'agit d'encadrer, de conseiller, de canaliser les forces et les intelligences des apprenants. Pour Meloné(1991) cette culture, nous voulons la voir s'enseigner dans nos écoles, nos collèges, nos universités. Comment développer le génie créateur camerounais ? Comment susciter le renouvellement des créateurs, l'affinement de leur sensibilité. si l'école n'est pas associée à l'Etat, à cette promotion de ce qui fait que les

camerounais soient camerounais en même temps qu'Africains et citoyens du monde un manquement s'observera toujours. Ceci montre à suffisance l'importance du conseil, de l'orientation et de l'accompagnement dans les différents niveaux du secteur éducatif.

Mais force est de constater que le ratio élève/conseiller d'orientation n'est pas du tout flatteur car on peut a priori noter non seulement une inégale répartition des conseillers d'orientation sur le terrain, mais également une insuffisance drastique de ce personnel pourtant très important pour l'envol de notre éducation. Pourtant, le Document de stratégie pour la croissance et l'emploi(DSCE) promeut une éducation de qualité pour tous. La mise en œuvre du DSCE adopté en 2009, entend mettre un accent important sur la formation du capital humain à travers la matérialisation déterminante de la politique définie dans la stratégie sectorielle de l'éducation. Les réformes prévues dans cette stratégie et leur mise à jour par rapport aux objectifs de la vision 2035 devraient aboutir, au terme de la période de la mise en œuvre du DSCE, à un système d'éducation et de formation professionnelle performante présentant les caractéristiques fondamentales à l'instar de la maîtrise réelle des effectifs indispensables pour garantir la qualité de l'enseignement, ce qui suppose la définition d'un système de régulation des flux transparent et crédible, le renforcement du dispositif d'orientation scolaire et la valorisation de la grille des salaires des métiers techniques(DSCE,2009).

Loin de faire le procès du système éducatif camerounais, cette étude voudrait révéler que la formation de l'orientation scolaire pourrait davantage contribuer à la réussite des adolescents timides si les professionnels mettent plus d'accent sur l'accompagnement psychologique notamment dans le cadre de l'adaptation sociale. Malgré certains les mécanismes d'accompagnement psychologique, beaucoup d'élèves timides continuent à mal s'adapter.

Pour orienter la réflexion, les réponses aux interrogations suivantes s'imposent : s'il est évident que l'orientation scolaire est un métier pédagogique, comment l'adaptation sociale des adolescents timides dépend de l'accompagnement psychologique ?

Autrement dit l'application des méthodes de protection contre la timidité de ces adolescents garantit-elle leur meilleure adaptation sociale ?

## 1.1. Formulation et position du problème

Pour contribuer à l'orientation, l'élève et la communauté éducative doivent respectivement être préparés à intégrer le système éducatif. Yahaya et Bomda (2014, 30). ceci a cause de nombreux problèmes qui y surgissent. Nous pouvons citer entre autre la timidité qui rentre dans les problèmes relationnels. C'est dans l'optique de pallier à ces faillites que l'UNESCO en 1995 lors de la 28<sup>ème</sup> session de sa conférence générale proposait l'instauration dans l'enseignement primaire et secondaire d'un programme approprié d'orientation et de conseil des jeunes élèves ou son renforcement là ou il existait déjà. Parmi les objectifs visés, il fallait aider l'élève à définir leurs objectifs dans la vie, choisir les stratégies pour les atteindre, tirer de leur éducation un équipement de survie qui leur permettra de gérer et d'améliorer leur existence dans leur environnement socioculturel, parvenir à l'éducation holistique comprenant une proportion équilibrée d'apports cognitifs et non cognitifs auxquels les programmes scolaires actuels ne sauraient répondre adéquatement.

Dans le cahier des charges des conseillers d'orientation, les objectifs visés sont de permettre à l'élève de connaître et de comprendre le milieu dans lequel il évolue pour mieux s'adapter et de mieux s'intégrer, ce qui réduirait les taux de déperdition scolaire et améliorerait les taux d'achèvement, d'augmenter l'employabilité des produits de l'école, ce qui permettrait aux élèves d'avoir une meilleure lisibilité des filières d'étude et de leurs débouchés, de faciliter la transition dans les parcours scolaires par l'information sur les passerelles éventuelles entre les différentes séries d'études et leurs débouchés. Dans ce même cahier de charge il est d'accompagner les élèves, les parents dans les choix académiques et professionnels en fonction du cursus scolaire, des aptitudes et des opportunités professionnelles ; l'orientation : elle s'opère par une prise de décision motivée sur la série, branche, filière de celles existantes.

Etant donné que nous nous intéressons aux adolescents, c'est la période où l'enfant se construit une identité et par là une personnalité. Selon Erikson élève de Freud, la construction de la personnalité se fait par étapes et chaque stade franchi laisse des traces gravées dans la personnalité de chacun. Il accorde beaucoup de place dans la construction à l'interaction entre l'être en devenir et son environnement social. Pour lui, l'identité d'un individu est une entité tripartite, le produit d'une interaction entre des données biologiques de base, un certain parcours

individuel à travers l'enfance puis l'adolescence et les rôles et positions que l'individu, en se développant, va pouvoir prendre dans le monde dans lequel il vit.

Or si l'interaction entre l'individu en devenir et son environnement se passe mal alors leur épanouissement dans le milieu scolaire prend un sacré coup et impacte ainsi sur leur vie entière. L'accompagnement psychologique joue donc un rôle important pour aider l'adolescent à mieux s'adapter socialement en le milieu scolaire.

## **1.2. QUESTION DE RECHERCHE**

La question de recherche est celle qui sert de fil conducteur dans un travail de recherche. Dans le cadre de la présente étude, la question de recherche est de savoir quelles stratégies d'accompagnement psychologique favorisent-elles l'adaptation sociale des adolescents timides en milieu scolaire ?

## **1.3. OBJECTIFS DE LA RECHERCHE**

Selon le petit Larousse illustré, un objectif est un but à atteindre et par extension, nous pouvons dire que l'objectif est une lanterne qui permet au chercheur d'avoir une idée précise du résultat escompté de son étude, c'est la cible et le fondement d'une recherche.

Dans le cadre de cette étude, nous avons défini deux types d'objectifs à savoir : l'objectif général et les objectifs spécifiques.

### **1.3.1. L'objectif général**

L'objectif général de cette étude consiste à montrer comment l'accompagnement psychologique peut contribuer à l'adaptation sociale des adolescents timides en milieu scolaire.

### **1.3.2. Les objectifs spécifiques**

De façon objective spécifique, nous nous proposons de

1. Examiner qu'une relation satisfaisante entre l'adolescent timide et ses parents favorise l'adaptation sociale des adolescents timides

2. Montrer que la participation aux activités extrascolaires favorise l'adaptation sociale des adolescents timides.
3. Montrer que le counseling en milieu scolaire favorise l'adaptation sociale des adolescents timides.

#### **1.4. INTERET DE L'ETUDE**

L'intérêt c'est ce qui présente une certaine importance, une utilité. C'est la valeur qu'on accorde à un sujet de recherche. En gros, c'est dans l'intérêt d'une étude que se trouvent sa pertinence, sa portée et surtout son aptitude à solutionner les problèmes qui se posent dans une communauté donnée. Ainsi, cette étude revêt un intérêt sur différents plans: pédagogique, scientifique et social.

##### **1.4.1. Sur le plan pédagogique**

L'intérêt repose sur la place de l'orientation-conseil dans le secteur éducatif. En fait, les lycées et collèges doivent être dotés des services d'orientation bien aménagés avec des espaces appropriés aux consultations individuelles garantissant aux élèves assurance et confidentialité ;mettre à la disposition des conseillers du matériel technique de bureau nécessaire pour l'accompagnement psychologique des adolescents timides en milieu scolaire et dans leurs différentes tâches. Promouvoir une bonne collaboration entre les autres partenaires de l'enseignement et le conseiller d'orientation pour que les cas soient vite signalés et que les solutions soient envisagées à temps. Les jeunes timides en milieu scolaire pour mieux se construire une personnalité et mieux s'épanouir, ceci passe aussi par l'intervention d'un conseiller d'orientation.

##### **1.4.2. Sur le plan scientifique**

Notre étude se veut être l'élaboration d'un support scientifique de travail, profitable à tout le monde où besoin se fera ressentir. De ce fait, elle contribue à l'identification des paramètres utiles à l'élaboration d'un dispositif d'accompagnement psychologique en vue d'une réussite éducative. Ceci permettra au futur conseiller d'acquérir des compétences nécessaires pour faire face à ce genre de problèmes en milieu scolaire. Dès lors, notre étude sera un outil de travail pour

les conseillers d'orientation en même temps que pour les éducateurs et pour toute personne intéressée par la question de l'adaptation sociale en milieu scolaire.

### **1.4.3. Sur le plan social**

Cette étude permet de dénoncer le niveau d'adaptation sociale qui devient de plus en plus problématique dans le milieu scolaire. En effet, notre recherche vise à attirer l'attention des uns et des autres sur la nécessité de prendre en compte tous les domaines de réussite qui contribuent à l'éducation intégrale d'un individu et de la fonction que remplit le conseiller dans la société. Dans le but d'éradiquer les phénomènes observés dus à l'inadaptation scolaire, cette étude se révèle être une aide à l'accompagnement psychologique en milieu scolaire.

## **1.5. DELIMITATION DE L'ETUDE**

La délimitation d'un sujet d'étude permet de recentrer le sujet et de le mettre dans un cadre bien précis. Ainsi, nous nous proposons de circonscrire notre recherche sur les plans spatial, temporel et théorique.

### **1.5.1. Délimitation spatiale**

Le travail se limite à la région du littoral et se déploie dans la ville de Douala. Il s'intéresse notamment aux adolescents timides des classes de troisième et seconde du lycée de la cite des palmiers dans l'arrondissement de Douala V, département du Wouri.

### **1.5.2 Délimitation temporelle**

Cette étude qui a connu une phase de préparation à travers la recherche documentaire et une pré enquête. La phase dite pratique consistait à mener l'enquête à travers les entretiens et la rédaction du manuscrit. Au total, c'est un travail qui a été effectué en deux ans correspondant à nos années de formation à l'école normale supérieure.

### **1.5.3 Délimitation théorique**

Cette étude intègre le vaste champ de la recherche en sciences de l'éducation, notamment celle de l'orientation scolaire. Il s'agit ici du domaine des pratiques en relation d'aide, précisément celui de l'accompagnement psychologique et son impact sur l'adaptation sociale des adolescents timides dans le milieu éducatif. Maela (2002) parle de l'accompagnement qui répondrait au souci d'accompagner, mais est une nébuleuse dans la mesure où il existe au moins huit

techniques d'accompagnement, il fait un tour d'horizon et présente les huit pratiques, toutes différentes. Ces pratiques se présentent sous la forme d'une théorie de dominos. Car, dans le fond on ne saurait utiliser une sans faire référence à l'autre, il distingue donc : le counseling, le coaching, le sponsoring, le monitoring, le tutorat, le conseil, le parrainage, et le compagnonnage. Toutes ces pratiques visent un épanouissement sur le plan psychologique du sujet. Ainsi, le développement de notre analyse se fera sur les différents modes d'accompagnement psychologique et en retour leurs répercussions dans la résolution des problèmes d'adaptation sociale.

## **CHAPITRE 2 : INSERTION THEORIQUE DU SUJET**

Afin d'apporter des réponses à la question de recherche, dans ce chapitre il s'agit de définir les concepts du sujet, de recenser les écrits se rapportant à ce sujet, d'exposer la théorie qui soutient cette recherche. En effet une recherche sans modèle théorique, sans cadre peut être une série d'action sans fondement qui risque de ressembler davantage à de l'agitation intellectuelle, à de l'animation sans structure, à une tempête d'idée (Ouellet, 1999)

### **2.1. DEFINITION DES CONCEPTS**

Cette étude fait ressortir des expressions qui utilisées dans un contexte ou dans un autre, peuvent avoir plusieurs sens. Afin d'être unanime sur la signification retenue dans le cadre de ce travail, il importe de définir les concepts accompagnement psychologique, adolescent, timide, adaptation sociale.

#### **2.1.1 Accompagnement psychologique**

Le concept d'accompagnement est polysémique. sa définition prend sens en fonction du domaine et du contexte dans lequel on se situe. Dans sa définition classique, accompagner une personne consiste à avancer côte à côte pour aller avec l'autre dans une direction déterminée ensemble. Cela évoque l'idée d'un mouvement coordonné qui nécessite un engagement mutuel et l'instauration de la relation de proximité et d'intimité entre les protagonistes. Selon Blanchard(2010), l'accompagnement n'est pas un dispositif, mais une posture professionnelle et humaine, celle d'un guide, d'un référent, d'un tuteur, d'un conseiller. G. Weil(2009) définit l'accompagnement comme une aide accordée à une personne qui demande à voir plus clair dans une situation difficile qui le préoccupe, à discerner en elle des chemins possibles, à trouver une issue, à prendre une décision.

Dans cette perspective, l'accompagnement en milieu scolaire est centré sur l'individu et orienté vers le développement personnel de celui-ci. L'accompagnement doit tenir compte de l'état physique de l'individu, l'environnement socioculturel, les aspirations de l'accompagnée. Pour que l'accompagnement atteigne le résultat escompté qui est l'adaptation sociale des adolescents timides, il faudrait qu'il soit sous-tendu par un suivi et une assistance.

**Accompagnement comme suivi** : peut être défini comme l'art d'accompagner, d'encadrer, d'observer, d'évaluer de façon continue les adolescents tout au long de leur parcours scolaire afin d'avoir des informations complètes, plus fiables les concernant. Le suivi permet d'avoir une idée précise de l'impact des conseils prodigués sur les usagers, de leur devenir. En fait, le suivi permet de contrôler les démarches et les actions entreprises en vue de l'adaptation sociale.

**Accompagnement comme assistance** : est définie comme secours donné ou reçu. Dans le registre de l'accompagnement, l'assistance est l'ensemble des dispositions prises et mises progressivement à exécution pour matérialiser l'accompagnement. L'assistance peut être d'ordre matériel, financier, psychologique. Dans l'accompagnement assistance, il est question de déterminer au préalable les pesanteurs de la préoccupation de l'utilisateur, de les évaluer, de les classer dans l'optique de définir le type d'aide à lui apporter. la principale visée de l'assistance est d'aider l'utilisateur à résorber le problème qui l'accable ou à l'aider à être autonome dans son mode de penser, d'agir, de faire et d'être, c'est-à-dire améliorer ses conditions de vie. L'accompagnement assistance permet à l'utilisateur de se réaliser tout en réalisant ses projets grâce au soutien que lui apporte la communauté.

### 2.1.2 Adaptation sociale

D'après le dictionnaire de psychologie (2000, p.587) l'adaptation est :

« **Biologiquement** : l'ensemble des ajustements réalisés par un organisme

Pour survivre et perpétuer son espèce dans un environnement donné.» et

« **Psychologiquement**: c'est l'ensemble des modifications des conduites qui visent à assurer l'équilibre des relations entre l'organisme et ses milieux de vie et, en même temps, des mécanismes et processus qui sous-tendent ce phénomène ».

Les auteurs tels que Beaumont, Bourdon, Couture et Fortin définissent l'adaptation scolaire comme un processus transactionnel entre les élèves et leur environnement scolaire et qui

s'évalue avec un éventail d'indicateurs. Les facteurs de l'adaptation sociale et scolaire se regroupent autour des facteurs personnels familiaux et scolaires qui sont tous liés à la réussite scolaire. Selon d'autres auteurs, parler de l'adaptation scolaire implique aussi une adaptation sociale puisque la réussite éducative englobe ces deux notions. Des lors, l'adaptation sociale est considérée comme le résultat d'influences entre l'enfant et son milieu de vie sociale voir scolaire (Alles-Jardel et Ciabrini, 2000)

Par ailleurs, l'adaptation scolaire comprend trois dimensions : le rendement scolaire, l'engagement scolaire et le comportement à l'école. L'adaptation quant à elle est un processus par lequel une personne ou un groupe de personne parvient à se mettre en harmonie avec le milieu ou un environnement. Dans le cas de notre étude, l'adaptation sociale renvoie à l'ensemble des attitudes positives à adopter et à développer envers soi-même, envers ses pairs et ses enseignants, envers les activités d'apprentissage, conformément aux règles et aux normes de l'environnement scolaire afin d'éviter tout décrochage, tout abandon, tout échec et d'envisager plutôt l'intégration des nouveaux acquis et rechercher uniquement la réussite sociale, personnelle, scolaire, professionnelle. Or lorsque tout ceci n'a pas été réalisé par le sujet il se pose un problème D'adaptation.

Legendre(1993) note que l'adaptation est une modification dans le but d'assurer l'harmonie entre les éléments en interaction.il dit également d'elle que c'est l'ensemble des conduites et des comportement requis pour qu'une personne puisse établir et maintenir des relations les plus harmonieuses possibles avec son environnement familial, scolaire et social. C'est également un processus dynamique de modification d'une situation individuelle ou d'un environnement.

Darwin, Dewey et Piaget soulignent respectivement que l'adaptation est nécessaire pour qu'il y ait organisation, qu'elle est un principe primordial du développement psychologique de l'être humain et que ce dernier se développe par des modifications adaptées de ses schèmes d'assimilation et d'accommodation, constitués de données issues de son environnement.

Michelson (1993) note que l'adaptation sociale est représentée par une attitude ouverte et participative des élèves au projet éducatif de leur vie scolaire et une perception de pertinence des programmes offerts en vue de leurs occupations futures. Finalement, l'adaptation se distingue aussi du point de vue social alors que les jeunes s'investissent dans les programmes scolaires et d'apprentissages.

### 2.1.3. Adolescence

Store et Church(1973) présente l'adolescence comme : « un Etat d'esprit, une manière d'être qui débute a peu près à la puberté et se termine lorsque l'individu a acquis son indépendance d'action. C'est à dire lorsqu'il possède l'expérience et la motivation nécessaire a la réalisation du rôle d'adulte ». Dans son étymologie latine, adolescence vient de adolescere qui signifie « grandir » l'individu auquel s'applique ce terme est spécifiquement et étymologiquement celui qui est entrain de grandir et s'oppose par la même à celui dont l'opération de grandir a atteint son terme : l'adulte. L'adolescence est définie non seulement comme période du changement pubertaire mais aussi comme une période de transition entre l'enfance et l'âge adulte. Elle est caractérisée par d'importantes transformations somatiques et psychologiques et paradoxalement lors de la poussée individuelle rapproche l'enfant de l'homme ou de la femme au plan physique, alors que les contraintes et conventions sociales tendent à le maintenir dans son statut antérieur.

Dans le même sillage, Claes (1995) fait savoir que l'adolescence a un point de départ inscrit dans la biologie. Pour lui, il est aisé de convenir du point de départ. On dispose en effet d'un évènement biologique et morphologique qui marque le début de la deuxième décennie de l'existence humaine. Ce qui conduit le corps à la maturation physique et sexuelle. Les changements physiques qui surviennent à l'adolescence sont provoqués par un ensemble complexe de changements hormonaux qui débutent chez l'enfant vers l'âge de huit à neuf ans. Ces changements hormonaux provoquent l'apparition des caractères sexuels primaires associés à la reproduction ainsi que des caractères sexuels secondaires, non directement liés à la reproduction (sein, voix, barbe, etc.). Pour ce qui est de la durée et les étapes de l'adolescence, on peut selon Claes(1995) diviser l'adolescence en trois parties : le début de l'adolescence (de 11 à 14ans), marqué par l'apparition des premiers signes de puberté ; le milieu de l'adolescence (de 14 ans à 17 ans) qui est particulièrement touché par les changements dans les relations sociales, et la fin de l'adolescence ( de 17 à 20 ans), influencé particulièrement par les changements liés à l'identité. au début de l'adolescence, la puberté s'accompagne de nouvelles interrogations notamment sur l'indépendance, sur l'autonomie et sur les règles qui régissent la société. Par ailleurs, la pensée formelle permet à l'adolescent de jeter un nouveau regard sur lui-même pour mieux comprendre sa propre personne ainsi que son environnement.

L'adolescence est une période de transition, de transgression et de transaction. En effet, l'adolescence est un passage obligatoire et incontournable de l'enfance à l'Age adulte. L'adolescent n'est plus un enfant et il n'est pas encore un adulte. il vit une période comme le rappellent Marcelleri et Braconnier (1999) caractérisée par un double mouvement de reniement de l'enfance et de recherche du statut d'adulte qui constitue l'essence de la crise que traverse ce dernier. C'est une période de transition en ce sens qu'elle se déroule dans un intervalle influencé par des changements qui modifient et bouleversent l'équilibre interne du sujet, Convoquent une restructuration du moi et qui engendre de nouveaux mode d'être au monde. Ces changements divers, rapides et intenses entraînent très souvent des transgressions. Pour Sola, (1985), transgresser, c'est passer outre. C'est-à-dire une volonté de ne pas respecter les règles établies. la transgression semble utile à l'adolescence dans la mesure où elle permet aux jeunes de se défaire des liens parentaux, ainsi qu'avec l'ordre social. Cependant cette rupture est ainsi une ouverture, une accession à de nouvelles relations avec son environnement. A propos, Anna Freud, (1952) dira que :

*« L'accès à la génitalité, qui coïncide avec la poussée pubertaire, entraîne une série de perturbations qui placent l'individu dans une situation aigue de conflit et modifie toute l'organisation interne du moi et les rapports avec l'environnement ouverts d'hostilité et d'opposition. On assisterait à l'adolescence à une faillite de l'organisation du moi, comme on peut l'observer dans les névroses et certaines psychoses ».*

Cette intense période de perturbations est considérée par des liens de dépendance infantile et accéder à la maturité affective et sexuel. C'est l'absence de crise qui serait suspecte à ses yeux, puisqu'une telle absence témoignerait d'une forme prématurée et immature de la consolidation du moi. S'il y a la particularité de l'adolescence. En fait, l'adolescent formule en agissant, murit son action ou son projet autour d'un dialogue nouveau, d'une contestation qui le conduit à nouveau à une action. Ainsi, bien que fait individuel, l'adolescence est également un fait social.

#### **2.1.4 Timide**

Selon l'analyse de **J.C. Meunier**(2012) le timide est considéré comme celui qui n'est pas à l'aise en face des étrangers, qui a une peine particulière pour s'exprimer ou faire savoir son avis et dont la situation est autre lorsqu'il est en famille ou dans les lieux familiers. Le nom qui

découle de cet adjectif timide est la timidité qui se définit selon le dictionnaire français comme étant une manière d'être, caractère de celui qui manque de hardiesse, de vigueur ; incapacité à entreprendre, à se décider. C'est le manque d'aisance, d'assurance dans ses relations avec autrui, tendance à se troubler et à perdre ses moyens lorsqu'on se sent regardé, observé.

La timidité se alors définit comme l'inquiétude ou la méfiance face à la nouveauté sociale et ou des comportements exagérés de conscience de soi dans des situations où une évaluation de soi est perçue. Ce trouble du comportement peut se manifester dès la petite enfance et se poursuivre à l'âge adulte. Doutant de lui-même, le timide, sans que cela ait un rapport avec la réalité de ses moyens, les perd dès qu'il est en dehors de son milieu familial, croise tous les regards fixés sur lui quand il est dans un milieu public, a du mal à communiquer. Lorsqu'elle apparaît à la puberté, cette timidité traduit la difficulté de s'adapter aux modifications du corps, à la peur que les autres surprennent les nouveaux désirs sexuels. Quand elle est très accentuée et qu'elle n'est pas surmontée grâce à une psychothérapie, elle peut handicaper sérieusement les études, la vie amoureuse, sociale et professionnelle. Elle conduit aussi parfois à se réfugier dans une solitude douloureuse ou encore à recourir à l'alcool ou aux drogues facilitant artificiellement la relation avec les autres.

## **2.2. REVUE DE LITTÉRATURE**

Les écrits portant sur notre sujet de recherche ont été regroupés en trois grands axes. Le premier axe est celui des stratégies de l'accompagnement qui comprend la communication de Fonkoua (2008) sur le C.O et l'accompagnement, Maela (2002) l'accompagnement une nébuleuse. Le second axe est celui de l'adaptation selon divers auteurs. Le troisième et dernier axe est celui des adolescents timides selon J.C. Meunier et bien d'autres lectures sur la timidité.

### **2.2.1. Stratégies de l'accompagnement**

Dans la logique de l'orientation scolaire, le spécialiste en la matière est le conseiller d'orientation. Pour Fonkoua (2008), le conseiller d'orientation est un travailleur social aux triples compétences à savoir : les compétences liées à la connaissance de l'individu et des groupes ; les compétences liées à la connaissance du monde économique. Dans le cadre de sa formation, le conseiller d'orientation reçoit une formation axée sur les connaissances fondamentales (la psychologie, la sociologie, l'économie, la pédagogie, l'administration et la planification), les

connaissances pratiques, (la statistique, la démographie, l'informatique) et en fin les connaissances professionnelles (la pratique des tests, les techniques d'entretien, d'information, d'orientation et de conseil, l'éthique et la déontologie). Les missions assignées au conseiller d'orientation sont : conseiller et orienter au niveau scolaire, universitaire et professionnel, tout en étant capable d'être attaché aux structures utilisant la psychologie appliquée, et qui s'intéressent aux problèmes de l'insertion professionnelle, notamment pour ce qui est de l'adaptation homme-système de travail et de l'amélioration des compétences en cours de carrière. Du point de vue psychologique et individuel, le conseiller d'orientation a un rôle important et légitime partout où les problèmes d'orientation se posent à l'instar de la statistique scolaire, de la planification éducative. Sur le plan philosophico-sociologique, le professionnel en orientation-conseil aide l'école à assumer ses doubles fonctions à savoir : la fonction unificatrice et la fonction différenciatrice. Pour la fonction unificatrice, Le conseiller participe au développement chez tous les enfants d'un même ensemble de comportements physiques, intellectuels et moraux. Quant à ce qui concerne la fonction différenciatrice, il participe à l'identification des capacités individuelles et à la préparation à la diversité des rôles sociaux, grâce à ses différentes méthodes et techniques. Les activités d'orientation doivent s'effectuer à tous les niveaux de l'enseignement pendant la scolarité de l'enfant. Le métier de conseiller d'orientation vise trois objectifs principaux qui consistent à : sensibiliser et informer toute la communauté éducative et particulièrement l'élève sur les réalités du monde scolaire, les possibilités de formation et leurs débouchés professionnels. Développer chez l'élève la connaissance de soi, l'instruire sur des facteurs susceptibles de contribuer à la réussite scolaire ou aux problèmes susceptibles de perturber sa personnalité. Faire acquérir à l'élève les techniques et méthodes d'apprentissage scolaire et d'insertion professionnelle. Pour atteindre les objectifs susmentionnés, deux types d'activités s'imposent au conseiller d'orientation au bénéfice des élèves. D'abord les activités de formation qui visent à doter l'élève d'un savoir et d'un savoir-faire utile à son adaptation au milieu scolaire. Cela porte sur la connaissance des milieux éducatifs, l'aide à la réussite scolaire de l'élève, l'aide à l'insertion socioprofessionnelle de l'élève, l'aide à une gestion responsable de la sexualité chez les adolescents. Ensuite les services adaptés qui regroupent les prestations offertes aux élèves, au personnel enseignants et aux parents d'élèves à travers les tests psychologiques et les techniques de communication. Les services adaptés portent sur l'évaluation psychologique qui répond aux orientations stratégiques pour remédier aux difficultés

scolaires, contribuer à la formation de la personnalité et assurer l'insertion socio professionnelle. Le *counseling* encore appelé entretien d'aide est un processus de communication de face à face par lequel une personne est aidée à exprimer ses problèmes, à identifier les solutions possibles, à prendre des décisions conséquentes.

Pour l'auteur, cette technique d'entretien permet au conseiller d'aider l'élève à affronter ses problèmes d'ordre physique, affectif, personnel ou social, l'appui aux équipes pédagogiques par la participation à leurs réunion en tant que psychologue des apprentissages, des choix scolaire et professionnel des élèves ; l'assistance aux parents d'élèves qui consiste à sensibiliser et à informer les parents sur les problèmes (personnel, sociaux et éducatifs) des jeunes pour qu'ils les aident à s'impliquer davantage dans le travail scolaire, à améliorer leur compréhension des problèmes rencontrés par leurs enfants, à contribuer à la maturation de leurs choix scolaires et professionnels et à créer un environnement favorable aux études, en assurant un équilibre entre les activités scolaires et extrascolaires. Concernant l'accompagnement en orientation, Fonkoua poursuit en proposant qu'il faut former les conseillers d'orientation en quantité suffisante, renforcer les capacités de ceux qui sont déjà sur le terrain, promouvoir un environnement propice à l'orientation-conseil, mettre à la disposition des conseillers d'orientation des supports d'information, des ouvrages spécialisés, créer un cadre organique adéquat aux activités d'orientation.

Bien que cet auteur nous fasse état de l'accompagnement par le conseiller d'orientation dans le milieu éducatif, il ne s'intéresse pas de plus près aux différents modes d'accompagnement des adolescents a comportement particulier notamment les timides qui peine parfois a s'épanouir totalement en milieu scolaire. Notre étude vient s'attarder sur des aspects plus particuliers du comportement du jeune timide et met l'accent sur les stratégies d'accompagnement qui pourront l'aider à s'adapter dans le milieu scolaire. Toute fois les écrits de Fonkoua (2008) nous intéressent dans sens ou il nous présente en général les éléments de base de l'accompagnement scolaire.

### **2.2.2 Accompagnement : une nébuleuse selon Maela (2002)**

L'accompagnement est un concept qui, selon de nombreux dictionnaires, encyclopédies et des auteurs signifie l'action d'accompagner. Pour Maela (2002), *l'accompagnement est une nébuleuse* , car pour lui, l'accompagnement répondrait au souci d'accompagner, mais est une

nébuleuse dans la mesure où il existe au moins huit techniques d'accompagnement, il fait un tour d'horizon et présente les huit pratiques, toutes différentes. Ces pratiques se présentent sous la forme d'une théorie de dominos. Car, dans le fond on ne saurait utiliser une sans faire référence à l'autre, il distingue donc : le counseling, le coaching, le sponsoring, le monitoring, le tutorat, le conseil, le parrainage, et le compagnonnage. Dans ses travaux préalables(2002,2004), il a pu montrer comment ces pratiques reviennent sur le devant de la scène en opérant un renversement paradigmatique. Ces formes d'accompagnement en viennent à constituer une nébuleuse au sens ou elles « font système » et s'organisent entre elles à la manière d'un processus synonymique. Chaque forme s'inscrirait dans un contexte spécifique, elle s'adresserait à un public différent et en réponse à un objectif précis. Cette diversité s'en trouve justifiée par le fait qu'aucune de ces pratiques ne peut prétendre à elle seule répondre aux exigences confiées socialement aujourd'hui à la fonction d'accompagnement. La notion d'accompagnement en viendrait donc à désigner cet « englobant » amalgame des pratiques professionnelles en relation à autrui : et qui dit counseling, tutorat et autres dit accompagnement, et inversement. C'est sans doute dans ce sens qu'il serait attelé à définir toutes ces notions et à les distinguer les unes des autres. Attardons-nous sur quelques-unes :

Le coaching renverrait à l'idée d'entraînement d'une équipe, déjà constituée d'individu ayant une base professionnelle commune. L'objectif du coach, qui est ici l'expert dans le domaine professionnel mentionné, a pour principal mission de réaliser trois objectifs : rendre efficace, rendre performant et rendre excellent. Il s'agirait donc d'une forme d'accompagnement destinée aux professionnels confrontés à un problème à résoudre. La notion de counseling est de Rogers qui va le dissocier de la psychothérapie, pour ce dernier, il s'agirait d'établir une relation d'aide, car on devrait aider l'individu à prendre conscience de son problème, à murir, à faire émerger l'autonomie et enfin à sortir de son problème. Il s'agit donc d'un type d'accompagnement qui envisage de permettre à un individu de cerner le problème qui se pose autour des thèmes non structurés et des remarques nées de la causerie qui a eu cours, l'on s'attendrait donc du client, ou de l'individu qui a suivi le counseling , de mobiliser des ressources personnelles pour pouvoir trouver une issue à son problèmes. En fin de compte, il s'agirait de responsabiliser l'autre pour lui permettre d'être maître de la décision qu'il va prendre. Eviter comme le pense Tourette et Turgis (2001) « d'être responsable des décisions des autres » l'objectif du counseling serait donc de motiver, de faire agir le client ou l'élève de telle manière

que la décision qu'il prendra colle mieux à ses intérêts et soit le fruit d'un acte responsable dont lui seul est le titulaire. En milieu scolaire, le résultat attendu serait donc d'aider l'élève à se stabiliser émotionnellement, à résoudre son problème sans lui dicter une position qu'on voudrait le voir prendre, et enfin, de réussir sa scolarité.

Le conseil est un avis, le consultant est un expert qui donne cet avis. L'avis du consultant est généralement sollicité dans une situation problème, qui requiert une résolution efficiente. Son conseil répond au souci d'accompagner une personne ou un groupe de personne dans une délibération qui prépare la conduite à tenir face à une situation problème. Dans la pratique, le conseil peut être individuel, il peut aussi être collectif. L'objectif fondamental est de fournir à la personne qui demande le conseil de fournir des arguments de décisions efficientes. Par ailleurs pour obtenir avis ou conseil, il convient de consulter, le consultant est généralement un expert : savant, médecin, avocat, à qui l'on expose un cas ou une situation. Par définition, le consultant peut donner son avis mais non décider. Le terme est un anglicisme qui désignerait selon lui un ensemble de pratiques qui consistent à orienter, conseiller, aider, informer, soutenir, traiter, ce qui ne restitue pas le terme « conseil ». il serait donc probable qu'en bien des cas, l'accompagnement ne résulte que d'un simple changement d'étiquette. L'observation montre qu'il existe cependant un « noyau dur » qui témoigne de fondamentaux, quelque soit la forme de l'accompagnement. La multitude de ces acceptations constitue en effet son aspect heuristique ; parce que l'accompagnement ne relève du « sur mesure », ajusté à chaque personne et à chaque contexte et situation, il génère par conséquent une « zone floue » qui est à la fois zone d'inconfort et marge de manœuvre. Le même auteur poursuit, en disant que l'accompagnement vise d'une part, la centration sur le sujet défini comme seul capable de choisir ou il veut aller et comment il entend s'y prendre, d'autre part, la nécessité d'obligation de résultat avec une préconisation à l'autonomisation. En outre, ajoute-t-il l'accompagnement serait perçu comme :

*« Paradigme d'un sujet se construisant en interaction avec autrui, il s'avère aussi foyer fédérateur des démarches de la responsabilisation et de l'autonomisation et du « chemin faisant » autrement dit d'un « sur-mesure » intégrant les aléas d'un cheminement qui tient à la fois de la promesse et de l'aventure, du cheminement et du déroulement ».* Maela (2002.122).

Autrement dit, l'accompagnement se trouve aujourd'hui inscrit dans une nouvelle idéologie, celle d'un sujet se construisant en interaction avec autrui. Ce qui tente de se jouer dans ce changement est le passage d'une conception de l'autre comme objet à sa considération comme

sujet et acteur, partenaire d'un dialogue, à égalité par rapport au droit de débattre, questionner, réfléchir, écouter et discuter. Les tenants de ce concept d'accompagnement psychologique font référence au counseling et au conseil, dans la mesure où, son univers sémantique est celui du conseil et de l'aide à l'amélioration des performances scolaire et sur le plan social, de la guidance et de l'assistance dans le processus de développement, termes utilisés par Rogers (1941).les uns pour les autres puisqu'ils font référence à une même méthodologie de base : « *des consultations directes avec un individu en vue de l'aider à changer ses attitudes et son comportement.* ». L'intention est brève, ponctuelle parce que son registre est de l'ordre de l'intelligence organisationnelle plus que d'une compréhension des sujets. A cette posture tend à se substituer celle d'un consultant, intervenant non plus en expert mais en praticien impliqué. Même si la relation est contractuelle, il ne règle pas une commande ni ne traite un dossier, mais répond à une demande avec des sujets. Il ne se situe ni en extériorité ni entre des protagonistes : il prend part à un processus, la relation suppose un lien de réciprocité comme condition d'un dialogue authentique. Cette posture fait aujourd'hui du conseil un « *accompagnement* » par l'instauration d'une dimension relationnelle entre deux personnes considérées comme sujets-acteurs, adossée à une dimension temporelle prenant en compte le temps de maturation et l'inscription dans une histoire, sans recherche de conformité avec des modèles ou référentiels préétablis puisque le travail s'effectue « *en relation* ». Toutes ces techniques constituent ainsi des types d'accompagnement caractérisés par la centration sur des personnes « normales », la prise en compte de leur développement à l'occasion d'une situation-problème, la mobilisation de leurs ressources, l'intégration de l'interaction personne-environnement. Notons que cet accompagnement est d'abord et avant tout psychologique étant donné qu'il vise une amélioration dans le comportement de l'individu et il est à relever que le comportement présente en fait notre état psychologique. Notre étude s'appuie sur certaines techniques d'accompagnement évoquées par cet auteur pour aider l'adolescent timide en milieu scolaire.

### **2.2.3 L'accompagnement éducatif**

Danancier (2011) dans son ouvrage intitulé le projet individualisé dans l'accompagnement éducatif parle du projet d'accompagnement en trois phases. Il présente d'abord les déterminants du projet d'accompagnement, ensuite il évoque l'accompagnement, le

suivi et la prise en charge et enfin il aborde la question de l'évaluation. Dans la première partie, il mentionne deux déterminants du projet :

Le projet c'est la vie ; cela se manifeste à l'évidence en cas de maladie. La réapparition d'un projet pour la personne souffrante signifie le renouveau, c'est un signe d'espoir. Le projet s'appuie sur une idée volontariste d'un avenir à construire, il est assimilable à un territoire qu'on veut occuper. De même le projet est un ensemble de capacités à savoir : une capacité intellectuelle et une capacité psychologique ; ici la capacité intellectuelle renvoi à ce don particulier de n'être plus complètement capté et déterminé par les phénomènes de l'environnement et de pouvoir y tenir des attitudes progressives de décentralisation ; la capacité psychologique quant à elle doit mettre en évidence la possibilité de discerner le réel et l'imaginaire pour que le projet ait une valeur. Le projet comme marge de manœuvre : ici, le projet est l'expression d'une confrontation, d'une volonté individuelle ou collective avec un environnement dans lequel elle possède une marge de manœuvre lui permettant de ne pas être simplement un exécutant d'une volonté. Par ailleurs, le projet d'accompagnement englobe le suivi et la prise en charge de la personne en difficulté encore appelée usagé. D'après Danancier, le concept usagé intègre trois composantes : l'enfant, le parent ou encore la famille. Pour répondre efficacement aux préoccupations d'un usagé, cinq obligations professionnelles s'imposent à l'éducateur à savoir :

- Prendre garde qui signifie protéger, surveiller, contrôler ;
- Regarder qui veut dire observer, discerner, pouvoir rendre compte ;
- Négocier qui signifie travailler avec l'autre en tenant compte de ses conditions de vie, de son point de vue ;
- Echanger c'est-à-dire trouver des politiques de communication qui permettent à l'interlocuteur des mieux s'exprime, de mieux comprendre et d'être mieux compris ;
- Ouvrir qui signifie élargir les horizons de la personne.

La dernière partie de l'accompagnement comme projet concerne l'étape de l'évaluation et du contrôle. En effet, dans le cadre du projet d'accompagnement individualisé, l'évaluation est une action interne tandis que le contrôle est une action externe en ce sens qu'il permet de vérifier de l'extérieur la conformité par rapport aux normes. L'évaluation permet à l'usager ; de connaître son parcours. Elle est sous-tendue par trois objectifs : le renouvellement de l'action réciproque entre la valorisation du parcours de l'usagé et la visualisation dudit parcours. Les outils de

l'évaluation répondent à trois nécessité : le point de départ pour que la trajectoire de l'utilisateur ne ressemble pas à celle d'une comète, il est important d'établir le point de départ de l'évaluation sur une observation fiable ; le matériel d'observation et enfin une visualisation claire et simple du parcours.

#### **2.2.4. Adaptation**

D'après Moos repris par Guichard et Huteau (2001, 87) l'adaptation de l'individu à travers son environnement se traduit par ses performances, son estime de soi, son sentiment de bien-être la liaison entre les propriétés de l'environnement et l'adaptation est modulée par le système personnel, par la représentation que le sujet a construit de la situation et par ses capacités à s'adapter à des situations plus ou moins stressantes. Ceci nous permet de comprendre par quel processus les environnements humains peuvent permettre l'adaptation et le développement des individus. Ce modèle cité par Guichard et Huteau (2001) comprend deux systèmes : un système environnemental et un système personnel. Le système environnemental est constitué de tous les contextes dans lesquels le sujet est impliqué. Des exigences de ces contextes et des ressources qu'ils peuvent procurer. Le système personnel quant à lui est constitué des caractéristiques sociodémographiques des individus, de leurs traits de personnalité, de leur compétence générale et de leurs préférences. Les écrits de Moos cadre avec notre étude parce qu'elle met en évidence les processus par lesquels un individu s'ajuste à son environnement eu égard à ses caractéristiques personnelles. Ainsi nous pouvons dire que l'adaptation des adolescents timides à la vie scolaire pourrait être difficile à cause des contraintes liées à leur environnement qui, lorsqu'il est très contraignant réduit leurs possibilités à s'ouvrir socialement et à s'épanouir en milieu scolaire.

- **Processus d'intégration des enfants en difficultés d'adaptation**

Fonkoua (2008) pense que les missions traditionnelles du conseiller d'orientation d'après l'arrêté du 19 février 2001 du MINEDUC sont entre autres « *aider l'apprenant à s'adapter au milieu scolaire* » et relève que « les enjeux actuels des systèmes éducatifs portent sur la gestion de qualité. Et dans cette optique, le conseiller d'orientation se présente comme un maillon clé qui a une responsabilité assez élevée dans les actions de recherche de qualité en l'éducation d'un côté, en même temps que l'enfant ayant des difficultés scolaires constitue un élément majeur de

contrôle de cette qualité dans le système éducatif. Pour montrer que le conseiller d'orientation est par excellence la personne ressource qui se trouve au cœur du suivi des enfants en difficultés d'adaptation en jouant un rôle clé dans la création d'un climat de sécurité et d'épanouissement individuel et collectif du jeune.

Cette étude s'intéresse aux adolescents timides qui ont des difficultés d'adaptation sociale et dans ce sens force est de constater que leur accompagnement psychologique concerne également les conseillers d'orientation qui sont des acteurs principaux dans le processus d'accompagnement en milieu scolaire. Ainsi les écrits de Fonkoua (2008) permettent de mieux comprendre l'accompagnement psychologique des adolescents timides dans le processus d'adaptation sociale.

### **2.2.5. Adolescent timide**

Selon Meunier (2012) dans ses analyses ayant pour titre enfant/adolescent timide dans le contexte éducatif mieux comprendre pour agir, une présentation des origines de la timidité, les mécanismes de la timidité ainsi que ses effets et les facteurs de protection est faite. En ce qui

Concerne les origines de la timidité chez les adolescents le facteur contextuel y est pour beaucoup car l'environnement familial dans lequel un enfant évolue peut être mis en lien avec le développement de sa timidité. La recherche nous apprend que la timidité et, plus largement, le retrait social, sont généralement liés à une certaine prédisposition biologique chez l'individu.

Cependant, il n'existe pas *a priori* de gène de la timidité et différents facteurs historique ou contextuel peuvent précipiter ou modérer ces prédispositions. Selon Jérôme Kagan de l'université de Harvard, 15 à 20% des enfants présenteraient une telle prédisposition. Cette prédisposition, sous-tendant des sentiments internalisés d'anxiété sociale, trouverait son origine dans une plus grande excitabilité de l'amygdale (noyau situé dans le cerveau – à ne pas confondre avec les glandes de la gorge – impliqué dans la reconnaissance des émotions et permettant de décoder les *stimuli* qui pourraient être menaçants pour l'organisme) et de ses projections dans le cortex, l'hippocampe, le système nerveux sympathique, le corps strié et la matière grise. Bien que certains individus naissent probablement plus impressionnables que d'autres, le seul facteur biologique ne suffit pas à expliquer toute la complexité la timidité et la multiplicité de ces formes. Le contexte social (cf. infra, l'environnement familial, la culture et les événements vécus) dans lequel évolue l'enfant peut en effet exercer une influence incontestable

sur les prédispositions « timides » de l'enfant. Toutefois, la relation n'est pas unidirectionnelle. C'est-à-dire que les manifestations comportementales de l'enfant – sous-tendue par des bases biologiques – peuvent également susciter des patterns spécifiques de réponses de la part des adultes et des pairs (surprotection parentale, intimidation par les pairs,...). Ces réponses peuvent à leur tour influencer l'enfant timide de telle manière que ces prédispositions et leurs manifestations sont tantôt renforcées, tantôt tempérées. C'est ce qu'on appelle le principe de causalité réciproque.

D'après ce même auteur, la timidité n'est pas à comprendre comme la résultante d'un ou de plusieurs facteur(s) mais plutôt comme un mécanisme psychique qui se construit progressivement et qui amène l'enfant à développer des stratégies relationnelles inadéquates – le plus souvent inconsciemment – susceptibles de se cristalliser au fil du temps. De manière générale, la timidité est en premier ressort motivée par une crainte excessive de ne pas faire bonne figure : en situation sociale, le sujet se sent menacé par le regard de l'autre et se sent démuni face à cette menace. En ces termes, la timidité résulte bien souvent d'émotions et de motivations conflictuelles. Initialement, le sujet a la volonté d'approcher les autres pour s'engager dans des interactions sociales. Dans le même temps, toutefois, la crainte et l'anxiété sociale (crainte excessive du jugement d'autrui) atténuée, voire dissipée, cet élan et amène à une motivation contraire d'évitement social, motivation elle-même plus importante que celle initiale de vouloir s'engager dans une interaction sociale. Lazarus et Folkman parlent d'une « double évaluation » : une surévaluation de la difficulté à pouvoir surmonter la situation sociale conjointement à une sous-évaluation de sa capacité à pouvoir y faire face. En situation sociale, les effets de l'« intimidation » peuvent se révéler à plusieurs niveaux :

- sensations physiques : tremblements, pâleur, sueur, respiration courte coupée,...
- émotions : anxiété, peur, honte,...
- cognitions : hyper-focalisation sur soi, anticipation anxieuse, auto dévalorisation, pensées en tout ou rien, troubles de l'attention, contrôle excessif de l'image, des émotions ou des paroles, ...
- comportements : inhibition, retrait, fuite, état de panique ou « masques Comportementaux » (froideur, rudesse, réactions exubérantes ou exagérées...).

Au final, la solution privilégiée par le sujet timide est bien souvent la fuite ou l'évitement social. Bien que cette stratégie puisse soulager le sujet sur le court-terme, elle entraîne une aggravation sur le long-terme : le fait de se dérober augmente la sensation d'une performance sociale

décevante (p.ex. estime de soi, confiance en soi) et maintient, voire renforce, le potentiel angoissant de la situation. C'est ainsi qu'un cercle vicieux peut s'installer et renforcer la timidité.

Toutefois, D'après Meunier (2012) Considérant la variété des facteurs bénéfiques ou néfastes qui peuvent jaloner la Trajectoire de l'enfant/adolescent timide, plusieurs pistes d'intervention ont été identifiées dans la littérature. Le mécanisme par lequel phénomène d'intimidation peut être enrayeré – ou du moins atténué - réside dans le fait de dépasser l'angoisse et d'accepter de s'exposer, progressivement et à son rythme, à de nouvelles situations sociales. Les études ayant testé ces techniques dites d'exposition sont unanimes quant à leur effet bénéfique (diminution progressive de l'angoisse lors de séances d'exposition répétées). Lors de chaque exposition à une situation anxiogène, on observe : dans un premier temps, une forte montée d'anxiété ; ensuite, une stabilisation de l'angoisse ; enfin, une dissipation de l'angoisse. L'exposition répétée, lorsqu'elle est associée à un travail sur les plans cognitif et émotionnel, amène une diminution de l'anxiété.

À cet égard, le leitmotiv qui semble transparaître est le suivant : 'stimuler tout en rassurant et en évitant de brusquer'. Ceci implique à la fois de pousser doucement l'enfant à surmonter ses peurs et à rendre son environnement social moins menaçant ou lui faire comprendre qu'il est moins menaçant qu'il n'y paraît. De manière plus précise, quelques pistes d'aide aux enseignants ou aux parents ont été établies dans la littérature scientifique ou par des intervenants psychosociaux. En voici, une liste non-exhaustive :

- Aider l'enfant à surmonter son angoisse et à trouver une place significative au sein du groupe social a travers le renforcement de son sentiment d'être utile dans une collectivité, assigner des « tâches sociales » qui requièrent de communiquer avec son entourage et à occuper une place significative au sein du groupe. Il faut éviter de surprotéger ou de trop faire pour eux,... En évitant les situations qu'il appréhende, l'enfant finit par se croire incapable de faire face à celles-ci. L'identification des situations qui ne lui posent pas problème et les mesures à prendre lorsqu'il éprouve des difficultés. Faire l'inventaire de ses compétences et domaines d'intérêt et l'utiliser comme base de conversation, de valorisation ou d'apprentissage. Offrir un cadre éducatif où les erreurs font naturellement partie du processus d'apprentissage, encourager tous les progrès accomplis dans sa lutte contre la timidité. En prenant conscience, il se fera davantage confiance et aura une meilleure estime de lui-même.

- Rendre l'environnement social moins menaçant et favoriser un contexte social chaleureux et soutenant en favorisant les activités de coopération et d'entraide entre les enfants (p.ex. tutorat par les pairs, travail en groupe,...). Mettre l'accent sur les activités en petits groupes assoir l'enfant à côté d'un camarade sociable et populaire qui pourra l'aider « s'ouvrir ».
- Minimiser les épisodes de stress ou d'embarras en évitant de le mettre dans des situations qui pourraient le mettre dans l'embarras ou l'effrayer et en évitant l'étiquette « timide » ou de parler de sa timidité en public. Etre vigilant à ce que d'autres enfants ou adultes ne le stigmatisent ainsi.

### **2.3 Théorie explicative du sujet**

Selon Fisher cité par Ewolo Mvogo (2006, 27) « *une théorie peut être définie comme la formulation d'énoncées organisés et reliés logiquement entre eux. Ils ont pour but de d écrire un domaine d'observation et de fournir à son sujet un système d'explication générale, c'est –à-dire de dégager des lois propres spécifiques qui peuvent servir à comprendre des phénomènes identiques. Il s'agit des propositions cohérentes qui tendent à montrer pourquoi tels comportement se produisent et quelles relations peuvent être établies entre tels phénomènes et telles attitudes.* » Dans le cadre de cette étude trois théories ont été choisi, pouvant ainsi permettre d'expliquer l'incidence de l'accompagnement psychologique sur l'adaptation sociale des adolescents timides

#### **2.3.1 L'approche constructiviste de(Piaget) et socioconstructiviste (vygotsky) de l'adaptation**

Selon l'approche constructiviste, Piaget accorde un rôle déterminant au processus de l'assimilation et à l'action que les individus exercent sur les objets Car selon lui, c'est en agissant par assimilation active qu'il y a transmission Sociale et que l'enfant apprend à connaître. Dans un milieu éducatif, il parait déterminant pour les apprenants d'assimiler et de s'accommoder au milieu et à ses exigences pour s'adapter. Contrairement à l'approche constructiviste, l'approche Socioconstructiviste défendue par Vygotsky(1985) prône que le processus d'apprentissage est enraciné dans la sociabilité humaine avec tous les éléments sociaux et l'affectivité qui la caractérisent. Vygotsky estime que les instruments de développement psychologique qui sont les mots, les théories de recherche, les procédés mnémoniques ne sont accessibles à l'apprenant que dans le cadre de la communication avec l'adulte et de la

collaboration avec les autres. Il parle également de la zone proximale de développement (ZPD), qui sert d'équilibre entre le connu et le non connu. Cette zone représente ce que l'apprenant n'est capable de faire qu'en étant guidé par une personne plus compétente ayant les connaissances et les habiletés de base, d'où la préférence de susciter le travail d'équipe, de façon coopérative afin de permettre à l'apprenant d'ajuster ses conceptions et de structurer de nouvelles connaissances. Il parle d'auto structuration assistée en associant la notion d'échafaudage (stratégie, technique et procédures utilisées conduisant à l'acquisition des habiletés et des connaissances). Il pense donc que le rôle de l'adulte est d'outiller l'élève dans sa ZPD afin qu'il soit confronté à une situation qui pose problème, qu'il se pose des questions, qu'il s'ouvre à la construction qui intégrera les apprentissages construits tout seul. La ZPD intégrant l'interaction sociale fait appel à l'accompagnement en tant que partie intégrante de l'activité cognitive. Au total, l'adaptation constitue un processus dynamique et dialectique et non un état définitif dans le sens où une recherche d'équilibre d'ajustement entre l'organisme au milieu s'effectue en continue. Il y a dans l'adaptation à la fois une préparation à des ajustements et en même temps une insertion active qui implique une négociation. Il ne suffit pas en effet d'établir un rapport à l'école, saisie comme lieu de socialisation et d'imposition d'une certaine normativité sociale avec ses règles propres, mais d'appréhender aussi l'école comme lieu d'appropriation de savoir qui nécessite un apprentissage faisant appel à des opérations intellectuelles complexes. Ainsi, l'adaptation scolaire se manifeste dans et par des comportements à caractère surtout socio affectifs, sans exclure pour autant la dimension cognitive. Le rendement scolaire est la résultante d'une performance dans divers champs d'activités, performance qui est l'expression de comportements à caractère surtout cognitifs, mais dans lesquels aussi le socioaffectif. Dès lors les paramètres de l'adaptation se résument ainsi :

- Les interactions sociales ;
- Les opérations intellectuelles complexes ;
- La normativité sociale.

Etant donné que la notion d'adaptation est davantage centrée sur la nature des aides à apporter, des enseignements à penser ou des dispositifs à instaurer pour l'accompagnement des élèves en difficultés d'adaptation, le conseiller d'orientation devient le maillon essentiel "le partenaire adulte" de la réussite éducative qui cherche à élaborer un cadre d'adaptation pour ce type de sujet.

### 2.3.2 Théorie de la construction de la personnalité selon Freud

Freud(1972) évoque l'idée de stades à franchir et de traces que leur franchissement laisse gravées dans la personnalité de chacun; mais, à l'instar d'Anna Freud et de Blos, il réduit considérablement l'importance accordée aux forces de la libido et au ça et reporte son attention sur la construction du moi et de l'identité personnelle. A la différence de ces derniers cependant, Erikson accorde beaucoup de place dans cette construction à l'interaction entre l'être en devenir et son environnement social. Pour lui, l'identité d'un individu est une entité tripartite, le produit d'une interaction entre des données biologiques de base, un certain parcours individuel à travers l'enfance puis l'adolescence et les rôles et positions que l'individu, en se développant, va pouvoir prendre dans le monde dans lequel il vit. Cette construction de la personnalité se fait avec la construction également de l'identité. C'est pourquoi pour mieux comprendre cette notion il évoque les différentes étapes de la construction de l'identité.

Erikson (1972) découpe la vie de l'individu en 8 étapes d'inégales longueurs mais qui toutes se franchissent par le dénouement plus ou moins heureux de ce qu'il a appelé une crise; si elle est bien négociée, chaque crise permet à l'individu de sortir «élégamment» du stade antérieur et de rentrer dans le stade suivant sans que ne se fixent dans sa personnalité des traces négatives du franchissement du stade précédent. Toutefois lors de chacune de ces crises, l'individu fait preuve d'une vulnérabilité accentuée qui peut conduire à une mauvaise négociation de la crise. Cette difficulté laissera alors dans la personnalité du sujet des traces plus ou moins profondes. Ainsi, par exemple, le bébé traversera à la fin de la première année une crise de confiance, qui, si elle est bien négociée, en fera un être fondamentalement confiant dans son environnement, mais qui, en cas de difficulté, peut également le conduire à développer une suspicion latente à l'égard des gens et une crainte endémique de l'avenir. Point de passage d'un premier état d'équilibre partiel à un état d'équilibre plus évolué, la crise joue donc pour Erikson un rôle structurant fondamental dans le développement de la personnalité de tout individu.

La crise de l'adolescence, pour Erikson est celle de la formation de son identité. C'est durant cette période en effet que l'adolescent va tenter de se positionner sur le plan professionnel, idéologique et sexuel. S'il parvient, durant l'adolescence à rendre ses choix cohérents, que ce soit tout naturellement ou au contraire au travers moult tempêtes, il sortira de l'adolescence avec un sentiment d'unité, la conviction de constituer une entité homogène et stable, qui réagit aux situations qu'il rencontre de façon cohérente; si par contre, il ne parvient toujours pas à effectuer

ces choix ou qu'il s'avère incapable de les intégrer dans une image cohérente de lui-même, la crise qui en résultera se dénouera de manière insatisfaisante et le jeune adulte qu'il devient en gardera une impression de confusion, quant à l'image qu'il peut se faire de lui-même ou qu'il laisse chez les autres, sa personnalité propre, sa position sociale, son rôle et les attentes de la société à son endroit. Dans l'optique d'Erikson, le dénouement d'une crise d'un stade particulier n'est pas seulement décisif pour la personnalité adulte sur laquelle débouchera le développement. Il est aussi déterminant de la manière dont l'individu va pouvoir aborder la tâche du stade suivant. Ainsi, une résolution satisfaisante de la crise d'identité de l'adolescence est une condition nécessaire pour que l'individu puisse aborder dans de bonnes dispositions les tâches incombant à la période suivante, c'est-à-dire la recherche d'un conjoint ou d'une conjointe, la sexualité adulte et la procréation. A l'inverse, la recherche d'identité ne pourra s'opérer correctement, c'est-à-dire ne pourra déboucher sur un sentiment d'unité que si la crise du stade précédent, la crise dite d'accomplissement-infériorité a pu être résolue de manière satisfaisante.

Dans le cadre de cette étude, cette théorie de la construction de la personnalité développée par Freud et reprise par Erikson permet de mieux comprendre le développement de la personnalité des adolescents en générale et des adolescents timides en particulier. De plus, on peut comprendre qu'à l'adolescence d'autres problèmes tels que la crise d'identité et les transformations physiologiques et physiques peuvent accentuer davantage la timidité chez ces adolescents ainsi, la compréhension de la personnalité permet aussi d'adapter des stratégies d'accompagnement. Il est question dans cette étude de résoudre le problème d'adaptation sociale des adolescents timides et à travers cette théorie il en ressort que la construction de la personnalité de chaque individu se fait en rapport avec l'environnement social dans lequel il évolue.

### **2.3.3 La théorie de l'attachement selon Bowlby(1969)**

La théorie de l'attachement est un champ de la psychologie qui traite d'un aspect spécifique des relations entre êtres humains. Son principe de base est qu'un jeune enfant a besoin, pour connaître un développement social et émotionnel normal, de développer une relation d'attachement avec au moins une personne qui prend soin de lui de façon cohérente et continue. Au sens de la théorie de l'attachement, le comportement infantile associé à l'attachement est essentiellement la recherche de proximité avec une figure d'attachement lors de la survenue de

situations de stress. Les enfants en bas âge s'attachent aux adultes qui se montrent sensibles et attentionnés aux interactions sociales avec eux, et qui gardent leur statut d'une façon stable au moins plusieurs mois durant la période qui va de l'âge de six mois environ jusqu'à deux ans. Vers la fin de cette période, les enfants commencent à utiliser les figures d'attachement (c'est-à-dire l'entourage familial) comme base de sécurité à partir de laquelle ils vont explorer le monde, et vers qui ils savent qu'ils peuvent retourner. Les réponses de l'entourage au comportement de l'enfant guident le développement de schèmes d'attachement (des modèles opérationnels de l'environnement et de l'organisme construits et élaborés par l'enfant) ; ceux-ci seront à leur tour la base de la mise en place des modèles internes opérants qui régiront les sentiments, pensées et attentes des individus par rapport à leurs relations, et ce dès l'enfance. L'angoisse de séparation ou la douleur qui suivent la perte d'une figure d'attachement est considérée, de la part d'un jeune enfant, comme une réponse normale et adaptative.

D'un point de vue évolutionniste, cet ensemble de comportements est peut-être apparu du fait qu'il accroît la probabilité de survie d'un enfant. Les recherches de la psychologie du développement Marie Ainsworth au cours des années 1960 et 1970 ont donné un socle aux concepts de base, en introduisant la notion de base de sécurité et en développant la théorie de l'existence de schèmes d'attachement dans la petite enfance : attachement sécurisé, attachement anxieux et attachement évitant; un quatrième schème, l'attachement désorganisé, a été identifié plus tard. Au cours des années 1980, la théorie est étendue aux relations d'attachement entre adultes. D'autres types d'interactions peuvent être interprétées comme des situations particulières du comportement d'attachement : ceci inclut les relations entre pairs quel que soit l'âge, l'attraction sentimentale et sexuelle et les relations de soins envers les jeunes enfants ou les personnes malades ou âgées. Dans le cadre de cette étude, la théorie d'attachement développée par Bowlby (1969) s'applique également à l'adolescence puisque lorsque l'attachement n'est pas bien enraciné à l'adolescence, le sujet peut développer un problème d'adaptation sociale.

**TABLEAUN°1 : tableau synoptique**

Thème de l'étude	Problème de l'étude	Question de recherche	Objectif de l'étude	catégories	Sous-catégories	indicateurs
Accompagnement psychologique et adaptation sociale des adolescents timides en milieu scolaire.	Le problème dans cette étude est celui de l'adaptation sociale des adolescents timides.	Quelles stratégies d'accompagnement psychologique favorisent-t-elles l'adaptation sociale des adolescents timides	L'accompagnement psychologique favoriserait l'adaptation sociale des adolescents timides.	C1. Accompagnement psychologique .	1- bonne relation avec les parents	Encouragement de l'indépendance de l'adolescent
						-prise en compte des besoins de l'adolescent timide.
						-création des occasions d'interaction avec les pairs.
					2- participation aux activités extrascolaires	*clubs de sport * d'activités ludiques
					3-le counseling	*entretiens d'aide

						*écoute et conseils
				C2. Adaptation sociale des adolescents timides		- prise de la parole en classe Communication avec les camarades -Performances scolaires satisfaisantes

Il a été question pour nous dans cette première partie de poser les fondements théoriques de notre recherche. Il en a découlé un premier chapitre problématique dans lequel nous avons présenté l'objet de notre étude, les questions de recherche, les objectifs, la délimitation et l'intérêt. Ensuite, le deuxième chapitre a consisté à faire l'insertion théorique proprement à travers l'approche notionnelle, l'état de la recherche, les théories explicatives et l'opérationnalisation de nos questions de recherche. Il s'est clos par la présentation d'un tableau synoptique des catégories, sous-catégories et indices. Dès lors, nous passons à la deuxième partie qui concerne la méthodologie utilisée pour mener à bien notre étude et les différentes opérations effectuées.

## **CHAPITRE 3 : METHODOLOGIE DE L'ETUDE**

Pour Grawitz (2004, 274), la méthodologie est la science de la méthode. C'est la branche de la logique qui étudie les principes et les démarches de l'investigation humaine. Ainsi les chercheurs pensent qu'il est essentiel, voire important de ne pas se contenter d'indiquer les résultats obtenus sans aucune méthode après une recherche mais ce qu'il faut c'est de rendre compte de la démarche qu'il a utilisé pour obtenir les données qu'il manipule et les informations qu'il fournit.

La méthode utilisé dans cette recherche est qualitative de type recherche-action qui va se faire à travers les entretiens semi directif. Ce choix se justifie par le thème d'étude qui porte sur l'accompagnement psychologique et l'adaptation sociale des adolescents timides en milieu scolaire. Une recherche qui interpelle la communauté éducative et les Conseillers d'orientation en particulier sur les stratégies d'accompagnement psychologique des adolescents timides en milieu scolaire. C'est cette méthode qui aidera à mener des entretiens avec ces adolescents.

### **3.1 TYPE DE RECHERCHE**

La précision du type de recherche s'avère importante dans tout travail de recherche. Il en existe trois principaux types : la recherche causale, la recherche descriptive et la recherche exploratoire. Cette étude s'inscrit donc dans le paradigme explicatif qui met l'accent sur l'explication causale. Elle est considérée comme la forme directe la plus avancée, avec pour objectif d'identifier une éventuelle relation de cause à effet entre deux variables. Il s'agit donc d'expliquer comment l'accompagnement psychologique peut favoriser l'adaptation sociale des adolescents timides en milieu scolaire.

### **3.2 SITE DE L'ETUDE**

Dans le cadre d'une recherche scientifique, il est important de connaître le site dans lequel se déroulera le travail car le milieu permet le contrôle et le regroupement des informations. Cette étude a été menée au Lycée de la cité des Palmiers dans l'arrondissement de Douala V, Département du Wouri, Région du littoral, situé tout près du marché de la cité des palmiers, Le lycée de la cité des palmiers est un établissement d'enseignement secondaire

général, situé dans la zone dite Bassa. Créé en 1985, le collège d'enseignement secondaire (CES) de la cité des palmiers s'est agrandi et est érigé en lycée en raison de l'éclosion démographique et de la demande de plus en plus croissante dans cette localité. Il se dresse majestueusement entre les bâtiments de la SIC, avec les quartiers limitrophes, PK8, PK9, PK10, PK12 BEEDI, LOGBABA.

On le reconnaît de l'extérieur par une colonne de palmiers qui longent sa clôture du côté de l'entrée principale. Ce lycée compte à l'intérieur 10 bâtiments, avec 48 salles de classe et des bureaux, et une grande salle des professeurs. Les quatre mille cinq cents (4500) élèves de la cité des palmiers sont encadrés par un personnel qualifié et dévoué. Il est reparti comme suite ; plus de 100 enseignants titulaires, 10 vacataires, 12 censeurs, 12 surveillants généraux ; 12 surveillants de secteurs, un chef service et 05 conseillers d'orientation, 06 personnes du service de la scolarité, 01 infirmière, 03 personnes au service de la bibliothèque, 04 vigils qui travaillent en alternance dont 02 de nuit et 02 en journée, et pour finir à la tête de cette grande équipe, Mme le proviseur NGO BINYET Claire.

### **3.3 POPULATION D'ETUDE**

La population représente l'ensemble des habitants d'une région ou d'un pays sur le plan géographique. En matière de recherche scientifique, la population a une connotation beaucoup plus différente. Ainsi, TsalaTsala (2006) définit la population comme étant : *le rassemblement de tous les cas qui répondent à un ensemble déterminé de caractères scientifiques*. Dans le même ordre d'idée, Rongere (1979, p.63) définit la population d'étude comme étant : *le nombre total des unités ou des individus qui peuvent entrer dans le champ de l'enquête parmi lequel sera choisi l'échantillon*

De manière générale, la population est l'ensemble des personnes, des outils qui ont les caractéristiques répondant à l'examen d'une problématique. Pour obtenir la population de la présente étude, un certain nombre de critères ont été établis et il fallait y répondre pour faire partir de l'échantillon de recherche. Le choix d'étude étant porté sur le devis qualitatif, la représentativité n'est pas fonction de la valeur statistique, elle tient plutôt compte de l'adéquation du sujet avec le problème. En effet, c'est la qualité des sujets qui compte et non la quantité des sujets. Ainsi, seuls les cas remplissant les conditions suivantes ont été étudiés :

- Etre élève au lycée de la cité des palmiers;

- Etre adolescent âge entre 12 et 18 ans et élève au secondaire de l'enseignement général ;
- Avoir peur du regard des autres et de leur jugement ;
- Eviter constamment tout contact avec les autres (repli sur soi) ;
- Etre anxieux face aux autres
- Avoir honte de lever le doigt en classe ;
- Avoir une crainte excessive de ne pas faire bonne figure.

### **3.4 TECHNIQUE D'ECHANTILLONNAGE ET ECHANTILLON**

#### **❖ Technique d'échantillonnage**

Pour sélectionner les sujets, nous avons appliqué la technique d'échantillonnage typique ou raisonné, adaptée aux études qualitatives (Depelteau, 2003). Ce type d'échantillonnage consiste donc à sélectionner des personnes présentant des caractéristiques requises au sein d'une population (Weil-Barais, 1997) et très souvent aussi les personnes disponibles et disposées à participer à la recherche.

#### **❖ Echantillon**

L'échantillon selon Blanchet et Gottman(1992) est la sélection d'un nombre d'unités faisant partie de la population d'étude. Constituer un échantillon revient donc à extraire un groupe de sujet d'une population mère avec qui l'enquête sera effectivement menée. Ainsi, conformément à nos objectifs de recherche, nous nous sommes appuyés sur les critères suivant pour sélectionner notre échantillon :

- Etre adolescent âgé de 12 à 18 ans et élève du secondaire de l'enseignement général.

Car d'après Erickson(1972), l'individu se socialise et construit son identité par étape de la naissance à l'adolescence et à l'âge adulte. L'adolescence est donc la période charnière de la construction de l'identité car dans cette phase, les instituteurs jouent un rôle primordial dans la quête identitaire et les groupes de pairs ont une grande influence sur l'adolescent. Il a besoin de s'accommoder constamment aux exigences de la société tout en cherchant à maintenir son équilibre et son intégrité.

- Etre timide c'est-à-dire :
  - \*avoir peur du regard et du jugement de l'autre ;
  - \*ne pas se faire confiance ;

- \*éviter les contacts avec les autres(le repli sur soi) ;
- \*avoir une crainte excessive de ne pas faire bonne figure ;
- \* être anxieux, avoir constamment honte ;

- avoir bénéficié de l’accompagnement psychologique d’un conseiller d’orientation

Pour sélectionner notre échantillon, nous sommes passés par les conseillers d’orientation qui nous ont aidées à recenser 10 adolescents timides et dans cette sélection, nous avons eu 4 adolescents qui remplissaient les critères ci-dessus cités. L’échantillon de notre étude comprend de ce fait 4 adolescents timides âgés respectivement de 14et16ans ; en classe de troisième ALL et ESP et en classe de seconde A et C au lycée de la Cité des Palmiers.

**Tableau N°2 : présentation de l’échantillon de l’étude**

Catégories	Genre	Age	Classe	Total
<b>Adolescents timides (sujet)</b>				4
<b>Sujet 1</b>	<b>Féminin</b>	<b>14ans</b>	<b>3<sup>ème</sup> ESP</b>	
<b>Sujet 2</b>	<b>Féminin</b>	<b>15ans</b>	<b>3<sup>ème</sup> All</b>	
<b>Sujet 3</b>	<b>Féminin</b>	<b>16ans</b>	<b>2<sup>nde</sup> A</b>	
<b>Sujet 4</b>	<b>Masculin</b>	<b>14ans</b>	<b>2<sup>nde</sup> C</b>	

Ce tableau permet d’identifier les élèves timides qui constituent la population de l’étude. Les élèves faisant part de la population sont ceux qui remplissant les critères de la timidité.

### **3.5. TECHNIQUE ET INSTRUMENT DE COLLECTE DES DONNEES**

La sélection de notre échantillon nous a amené à faire une première descente sur le terrain afin d’effectuer un tri et ainsi décider de l’instrument le plus approprié à la collecte des données.

#### **3.5.1 Technique de collecte des données**

L’enquête en science sociale permet d’observer la réalité sociale dans sa complexité. Elle consiste à faire des investigations et des témoignages en vue d’élucider une question douteuse. Cette enquête s’élabore à partir des techniques rigoureuses et des paramètres tels que de l’hypothèse de travail, l’élaboration d’un échantillon ou même les différentes sous catégories qui

permettent au chercheur de mettre sur pied un instrument de mesure. Dans le cadre de notre recherche, la technique utilisée est l'entretien semi-directif.

#### ❖ **L'entretien individuel (semi-directif)**

Cette étude qui porte sur l'accompagnement psychologique et l'adaptation sociale des adolescents timides s'est faite sur la base des entretiens individuels auprès de 4 élèves timides. Le choix de cet outil se justifie par le fait qu'il s'agisse pour nous de permettre aux conseillers d'orientation de nous donner les modes d'accompagnement scolaire utilisées qui puissent aider efficacement l'adolescent timide à s'adapter en milieu scolaire et comment il s'y prennent-ils pour mieux aider l'adolescent timide? En ce qui concerne les élèves il s'agit pour nous de leur permettre de nous dire la méthode la plus appropriée ou encore de nous proposer celle qu'ils estiment bénéfique pour eux. Blanchet et Gotman(1992) ont précisé que l'enquête par entretien est privilégiée pour l'exploration des faits dont la parole est le vecteur principal. Aussi il était question de recueillir auprès de chaque participant, comment il intervient dans ce processus. Et à chaque fois que les sujets s'éloignaient de notre objectif, nous les ramenions, de façon discrète, par des relances portant sur les thèmes et sous thèmes de notre protocole.

#### ❖ **Cadre des entretiens individuels**

Il s'agit de préciser ici entre autres le lieu du déroulement de l'entretien, les modalités données aux participants. Avant tout, cet entretien a commencé par la présentation du formulaire du consentement éclairé (cf. annexe2) aux participants pour matérialiser l'accord entre nous et l'interviewé et également préciser l'aspect confidentiel des informations recueillies. La durée moyenne des entretiens étaient de 15 minutes. Et nous nous sommes servis de l'enregistreur vocal de notre téléphone portable Androïde pour la capture exhaustive et intégrale des discours. Le bureau du service de l'orientation a servi de salle pour les entretiens avec les conseillers d'orientation et les adolescents timides. L'enceinte du lycée a représenté le lieu propice pour le déroulement de ces entretiens dans la mesure où il fallait veiller à la neutralité du cadre de l'entretien.

#### **3.5.2 Instrument de collecte des données : le guide d'entretien**

Il est à préciser que ce guide d'entretien aura servi dans le cadre des entretiens individuel. A partir des objectifs d'étude formulée sur la base du fondement théorique, le guide d'entretien a été établi. Il est constitué des thèmes comportant des sous thèmes. Il était question dans ce travail

à travers ces différents thèmes de nous intéresser à l'accompagnement psychologique pour une meilleure adaptation sociale des adolescents timides. Ce protocole se présente comme suit :

**Thème0 : l'accompagnement psychologique pour une meilleure adaptation sociale des adolescents timides.**

**Thème1 : relation parent/adolescent satisfaisante**

**Sous thème1 :** indépendance des adolescents timides

**Sous thème2 :** prise en compte de ses besoins

**Sous thème3 :** création des interactions avec les pairs

**Thème 2 : la participation aux activités extrascolaires**

**Sous thème4 :** participation au club de sport

**Sous thème5 :** participation aux activités ludiques

**Thème 3 : le counseling**

**Sous thème6 :** entretien d'aide

**Sous thème7 :** l'écoute et conseil

**Thème4 : adaptation des adolescents timides**

**Sous thème11 :** prise de la parole en classe

**Sous thème12 :** bien-être physique et psychologique

**Sous thème13 :** performances scolaires satisfaisantes

**Sous thème14 :** amélioration des relations avec autrui

Le thème0 : intitulé *l'accompagnement psychologique pour une meilleure adaptation sociale des adolescents timides*, avait pour objectif de rechercher les stratégies d'accompagnement efficaces pour aider les adolescents timides à mieux s'adapter socialement. Il s'agit ici de découvrir de nouvelles techniques qui favorisent l'adaptation sociale des adolescents timides.

Le thème1 qui s'intitule *relation parent/adolescent satisfaisante* se subdivise en 3 sous thèmes. Il avait pour objectif de relever la stratégie utilisée par les conseillers d'orientation lors des sessions de formation en salle pour favoriser l'épanouissement sociale des adolescents timides.

Le thème2 est intitulé *participation aux activités extrascolaires* ce thème, repartit en deux sous thèmes avait pour objectif de comprendre comment est-ce que l'adolescent s'y prend et comment il s'y sent.

Le thème<sup>3</sup> relatif au *counseling* réparti en deux sous thèmes, avait pour but de relever la place du conseil et les entretiens d'aide dans le processus d'adaptation scolaire de l'adolescent timide.

Le thème 4 a pour titre *adaptation sociale des adolescents timides* réparti en trois thèmes avait pour but de recueillir la description de l'adolescent timide qui est bien accompagné psychologiquement en milieu scolaire.

Il est à préciser que tous ces thèmes ont été soumis à l'ensemble de l'échantillon.

### **3.6 METHODE DE TRAITEMENT DES DONNEES**

Cette étape est décisive et fondamentale pour la recherche. Il s'agit dans le cadre de cette étude du traitement des données recueillies lors des entretiens individuels. L'analyse de contenu a constitué notre procédure de traitement.

#### **3.6.1 Analyse de contenu des entretiens individuels**

L'analyse de contenu est généralement définie comme un ensemble de technique de recherche permettant de décrire tout contenu de communication en vue de l'interpréter. Blanchet et Gotman (1992) distinguent plusieurs types d'analyse de contenu. Pour l'analyse du contenu du discours recueilli dans le cadre de cette recherche, nous avons retenu l'analyse propositionnelle qui repose sur un découpage systématique des discours sur la base d'unités sémantiques. Elle établit les relations d'objet à l'intérieur des propositions et révèle la structure sémantique des discours. Elle nous a permis de dégager la spécificité de chaque adolescent timide par rapport aux thèmes retenus.

Dans le cadre de cette étude, nous réaliserons l'analyse en plusieurs étapes. D'après Bardin(1977), la procédure d'analyse comprend généralement la transformation d'un discours oral en texte. Puis la construction d'un instrument d'analyse pour étudier la signification des propos. La première étape consistera à recueillir, préparer, classer et évaluer le matériel à analyser. La deuxième étape quant à elle consistera à repérer les passages pertinents issus des entretiens. L'objectif visé étant de repérer les indicateurs élaborés lors de l'opérationnalisation du cadre théorique. Au niveau de la troisième étape, il s'agira de sélectionner et de définir les codes, c'est-à-dire les unités de classification des données recueillies.

### **3.6.2 La retranscription des données des entretiens individuels**

Après avoir enregistré les discours des participants à la recherche, nous avons procédé à leur retranscription sous forme écrite. Ce texte, appelé verbatim, représente les données brute de l'enquête. La transcription nous a permis d'organiser le matériel d'enquête sous forme directement accessible à l'analyse. Plutôt que de traiter directement les enregistrements audio, il est indispensable de les mettre à plat pour en faciliter la lecture et en avoir une trace. Ensuite nous avons procédé à l'analyse de contenu proportionnelle en confrontant les données des entretiens aux variables de l'hypothèse de travail préalablement opérationnalisée. Notre analyse est en effet systématisée parce qu'elle s'appuie sur un outil d'analyse qui est une grille d'analyse.

### **3.6.3 Présentation de la grille d'analyse des données des entretiens**

La grille d'analyse des données est un outil d'analyse des données qualitatives recueillies sur le terrain, dans le but de confirmer ou d'infirmer les objectifs de recherche. Cette grille est élaborée en fonction des indicateurs et des modalités relatives à nos objectifs de recherche. La grille matérialisée sera présentée à la fin de ce chapitre.

### **3.6.4 Codage**

Les modalités de la grille nous imposent une codification (Depelteau, 2003), car chaque indicateur est analysé au regard des discours issus des entretiens individuels. Ainsi, la modalité (-) signifie que le fait est absent dans le discours du sujet. La modalité (=) signifie que le fait est parfois présent dans le discours des sujets. La modalité (+) signifie que le fait est toujours ou régulièrement présent dans le discours du sujet. Pour traduire cette apparition nous avons coché la case correspondante à l'indicateur.

Il faut dire que chacun des éléments verbaux porte un code que nous lui avons attribué et qui le désigne symboliquement. A correspond à la première catégorie et B à la seconde catégorie. La case des observations permet de marquer de façon codée et concise les modalités des catégories (+), (-) et (=) dans le discours du sujet de telles modalités appartenant à tel sous-catégorie ou tel catégorie. Par exemple :

Si dans le résumé des observations, (AA1a+) est marqué dans la grille d'un participant pour ce qui est de la relation parent/adolescent satisfaisante comme technique efficace pour aider l'adolescent timide à s'adapter socialement, ceci voudrait dire que l'adolescent timide s'adapte mieux à travers cette technique. Et donc le conseiller d'orientation est en parfait accord avec l'adolescent pour son épanouissement.

Si par ailleurs les observations (BB1a-), (BB2b-), (BB3c-) sont marquées dans l'espace réservé à un adolescent timide, cela voudrait dire que l'adolescent ne s'adapte pas mieux en milieu scolaire avec la technique d'accompagnement appliquée. Par conséquent cette technique n'est pas du tout adéquate.

Nous présentons par la suite la grille d'observation des données des entretiens individuels

**Tableau N°3: grille d'analyse des données des entretiens individuels**

catégories	code	Sous catégories	Code	indicateurs	code		
Accompagnement psychologique	A	*relation parent. Adolescent satisfaisante	A1	* indépendance des adolescents timides	a		
				* prise en compte de ses besoins	b		
				* création des interactions avec les pairs	c		
		*participation aux activités extrascolaires	A2	*club de sport	a		
				*club d'activité ludique	b		
		*le counseling	A3	*les entretiens d'aide	a		
				* conseil	b		
		Adaptation scolaire	B			* prise de la parole en classe	a
						* bien-être physique et psychologique	b
*performances scolaires	c						

				satisfaisantes		
				* amélioration des relations avec autrui	d	

## CHAPITRE 4: PRESENTATION DES RESULTATS DE L'ETUDE

Après avoir collecté les données au chapitre précédent, il est important dans ce chapitre de présenter les résultats et les analyser. Ce chapitre traite de l'identification ou la présentation des récits de vie des cas, participant à la recherche et à la présentation des résultats de l'analyse suivi d'un commentaire.

### 4.1 PRESENTATION DES ENTRETIENS

La phase de collecte des données a permis de porter un intérêt particulier aux discours de quatre adolescents timides. Les noms ont été attribué de façon aléatoire a ces cas: sujet1 c'est le premier adolescent timide, sujet2 le deuxième adolescent timide, sujet3 le troisième et sujet4 le quatrième adolescent timide. A travers le discours des adolescents timides, nous explorerons les types d'accompagnement psychologique qui pourraient les aider a mieux s'adapter socialement.

#### 4.1.1 Présentation du sujet1

Sujet1 est une jeune fille de la classe de 3<sup>ème</sup>ESP, âgée de 14 ans elle a une relation particulièrement bonne avec ses parents qui connaissant son caractère lui donne toute l'attention nécessaire pour l'aider à s'épanouir. Ses parents l'encouragent tous les jours à décider de lui-même, à faire des choses à sa manière. C'est dans ce sens qu'elle affirme ce qui suit :

*Je pense que mes parents se soucis vraiment de moi puisqu'ils font tout ce qui est possible pour que je me sente bien. Ils me laissent toujours le temps de faire mes choix, de faire ce que je désire sans avoir forcément leur opinion. Dans ce sens je suis souvent libre de me balader, d'inviter les camarades à la maison. Mais je ne le fait pas souvent parce que en fait je n'ai pas vraiment d'ami.*

D'après notre sujet1, l'attention des parents a un impact dans sa vie scolaire. En effet, lorsqu'il y a un travail en groupe à faire à l'école je me mets aussi au travail bien que je ne sois pas du genre à imposer mes idées. Concernant le volet extrascolaire, elle relève que ces activités sont intéressantes et avec les conseils du conseiller à l'école, elle pense que dans un futur proche elle intégrera certainement au moins un club au lycée. Elle reconnaît avoir reçu des conseils d'un conseiller d'orientation qui lui sont bénéfique en milieu scolaire. A+

*Quant aux activités autres que les activités pédagogiques je ne souhaiterai pas y assister ça n'entre pas dans mes goûts. je crois pour moi qu'aux heures de sport tout se passe bien mais la pratique de sport comme activité extrascolaire ne m'intéresse pas vraiment. Je Préfère bien autre chose comme par exemple regarder la télévision après les cours ou écouter de la musique.*

#### **4.1.2 Présentation du sujet 2**

**Sujet 2** est une jeune adolescente âgée de 15ans en classe de 3<sup>ème</sup> ALL est orpheline de père et de mère et reconnaît qu'elle a toujours été timide. Pour elle, cette timidité s'est accentuée après la mort de ses parents dans un accident de circulation. Elle réside actuellement avec sa tante qui ne cesse de la rabaisser, et cette situation la pousse à se renferme davantage. D'après elle, c'est au début de cette année qu'elle a été convoquée par un conseiller d'orientation qui l'a écouté attentivement et lui donne des conseils pour l'aider à s'épanouir. Elle déclare qu'après les entretiens d'aide, et l'attention de ses parents et de ses enseignants, sa situation s'améliore vraiment à l'école. (AA-)C'est dans ce sens qu'elle déclare :

*Quand on m'interpelle à chaque moment pour intervenir en salle, pour travailler avec les autres, c'est difficile au début mais vers la fin je me sens bien et j'ai envie de recommencer. Par contre en ce qui concerne mes performances scolaires, je ne suis pas encore apte car mes résultats ne sont pas satisfaisants mais j'espère que tout ira pour le mieux avec le temps.*

Elle pense que ces techniques sont bien mais elle s'adapte doucement et ne produit pas encore assez d'effort en ce qui concerne ses performances scolaires. (BB3c-)

#### **4.1.3 Présentation du sujet 3**

**Sujet 3** est une jeune fille âgée de 16ans en classe de 2<sup>nde</sup> A au lycée de la cité des palmiers. Elle déclare qu'elle est suivie par un conseiller d'orientation depuis le début d'année. Elle n'a pas assez d'attention venant de ses parents qui sont carrément absent parce que trop absorbe par le travail. Elle reçoit néanmoins l'appui de ses parents qui bien qu'occupe trouvent du temps pour l'aider à se rapprocher des autres et de communiquer. Elle est régulière à l'école, apprécie bien l'ambiance de la salle de classe mais n'arrive pas à s'adresser aux autres bref elle n'est pas à l'aise en présence des autres. A la question de savoir si elle a déjà eu à recevoir de

l'aide de son conseiller d'orientation concernant sa gêne, elle répond par l'affirmative et dit que celui-ci lui a donné plusieurs astuces pour se sentir à l'aise notamment, la pratique d'un sport collectif, la participation au travail en groupe, elle m'a proposé d'inviter les camarades à la maison, de jouer aussi de temps en temps avec ceux qui sont sympathiques. Elle dit ceci :

*Elle m'a d'ailleurs aidé à intégrer la chorale du lycée et le club de volley. Depuis quelques mois je me sens bien et je me suis faite des amis et les personnes avec qui je travaille me témoignent sans cesse leur affection. En ce qui concerne mes études je suis satisfaite.*

Pour elle l'accompagnement proposé par le conseiller d'orientation lui est très bénéfiques et vont forcément l'aider à s'épanouir en milieu scolaire. (A+)(B+)

#### **4.1.4 Présentation du cas sujet 4**

**Sujet 4** est âgé de 14 ans, élève en classe de 2<sup>nde</sup> C au lycée de la cité des palmiers. Notre sujet entretient une bonne relation avec ses parents qui essayent de lui faire prendre conscience de son comportement et l'aident à nouer les contacts avec ceux qui sont autour de lui et particulièrement en milieu scolaire. Il dit qu'il n'a aucun problème avec l'ambiance de sa salle de classe et qu'il aime bien le cadre scolaire qu'il fréquente mais il a du mal à se rapprocher des autres. Son suivi avec le conseiller d'orientation a commencé depuis la classe de 4<sup>ème</sup> il déclare que malgré tout il ne met véritablement pas en pratique les conseils du conseiller et qu'il est parvenu à se forger une autre façon de surmonter son problème de timidité. Il dit ceci :

*Je suis seul dans mon coin et je passe du temps à observer l'autre faire et à me concentrer sur mes études. J'ai eu plusieurs entretiens avec le conseiller d'orientation mais je préfère m'appliquer sur mes études et me réserver pour tout autre chose. La preuve est que mes notes sont satisfaisantes et je reçois constamment des félicitations. J'ai envie de faire comme les autres mais je n'ose pas même après les encouragements.*

Il pense que les techniques d'accompagnement sont bonnes mais il préfère rester dans son coin et se concentrer uniquement dans ses études sans toutefois se fier à l'aspect relationnel qui peut davantage brusquer son épanouissement total. (A+)

#### 4.1.5 Synthèse de la présentation des cas

Le cas des adolescents présentés sont tous des enfants timides dès le bas âge. Cette présentation nous permet de savoir que l'accompagnement psychologique est appliqué en fonction de chaque cas. En fait, ces stratégies d'accompagnement psychologique n'ont pas forcément le même effet sur ces adolescents timides en milieu scolaire. Comme nous pouvons le relever dans le discours des sujets certains ne reçoivent pas le soutien de leur parents qui est tout aussi important pour leur socialisation. Notamment les sujets 2 et 3 qui affirment ceci :

*Je suis orpheline et réside chez ma tante qui n'a jamais cessé de me rabaisser et ceci même devant les étrangers. Elle me rappelle tout le temps comment je ne sais rien faire et combien je ne sers à rien. Tout ceci me met fortement mal à l'aise et me rend très triste au quotidien. C'est d'ailleurs pour cette raison que je me renferme plus et je ne partage pas ma souffrance. Découvert par le conseiller d'orientation ça été une joie pour moi d'avoir quelqu'un qui puisse m'écouter. (Sujet 2)*

*En effet mes parents ne sont jamais à la maison parce qu'ils travaillent beaucoup et ne rejoint la maison que tard dans la soirée. Je peux dire que nous avons néanmoins une bonne relation puisque lorsqu'ils sont à la maison, on n'échange beaucoup, ils se préoccupent de ce que je pense, et même de ce que je traverse au quotidien. (Sujet 3)*

En effet on peut relever dans le discours du sujet 3 que le peu de temps que ses parents lui accordent lui est bénéfique pour sa vie au quotidien. Bien que presque absent, ses parents prennent en compte les besoins de leur fille et l'encourage quand il le faut.

Il ressort de ces discours que la relation que ces adolescents timides entretiennent avec leurs parents ont un impact certain sur leur état psychologique. Tout comme le counseling qui s'appuie sur les conseils qui visent à aider l'adolescent se faire une place socialement à comprendre l'importance de la vie sociale. Ces stratégies différemment permettent à l'adolescent timide d'améliorer sa façon de faire. C'est le cas du sujet 3 qui prend appui sur la relation qu'elle entretient avec ses parents ainsi que les conseils qui lui sont donnés à l'école par le conseiller d'orientation, elle s'est lancée dans les activités extrascolaires qui la rendent heureuse d'après ses propos: *je me suis faite des amis, j'ai confiance en moi et je peux m'affirmer en fait je peux aujourd'hui chanter devant un grand public.* Le plus important c'est que la majorité est satisfaite et s'épanouissent. Et nous découvrons à travers cette recherche de nouvelles techniques tout aussi bénéfiques pour l'épanouissement scolaire des adolescents timides.

## 4.2 PRESENTATION DES RESULTATS

Nous procéderons à la présentation des résultats relatifs aux cas en relation avec les thèmes relevés.

### 4.2.1. Analyse des résultats des sujets en rapport avec le thème 1

#### Thème 1: la relation parent/adolescent satisfaisante

De notre étude met l'accent sur la relation parent/adolescent satisfaisante comme moyen d'accompagnement psychologique des adolescents timides en milieu scolaire. Ainsi nous avons noté que la majorité de nos sujets apprécient bien l'impact psychologique qu'a cette relation paisible dans l'amélioration des comportements. On relève aussi que le cas 2 qui ne bénéficie pas de cette attention parentale s'appuie sur d'autres stratégies d'accompagnement psychologiques pour s'améliorer. Ceci se justifie dans leur propos:

Le sujet1 affirme que c'est à ce moment que certaine méthodes sont mis en exergue pour aider l'adolescent timide à s'adapter. Pour ce faire, il pense ce qui suit :

*Lorsque je suis à l'école, l'ambiance qui règne dans ma salle de classe me permet un temps soit peu d'oublier mes problèmes et de profiter tout simplement de mon environnement scolaire. En effet en classe mes camarades viennent de temps en temps pour bavarder avec moi. Bien que je ne sois pas très bavarde j'apprécie néanmoins ces moments-là. L'environnement de classe coopératif et accueillant stimule en moi l'envi de me socialiser, de faire comme les autres.*

Pour lui, il faut dire que tout ceci ne peut être fait sans l'aide d'un conseiller ou d'un acteur de l'éducation bref sans l'appui de l'autre. Les activités de classe stimulent tout aussi l'échange entre camarade. L'accent est souvent mis sur la participation de tous et à ce moment ceux qui sont timide peuvent s'efforcer pour s'intégrer. Il montre jusqu'à quel point l'attention particulière faite aux adolescents timides peut leur être bénéfique à tous les niveaux. On peut donc noter ceci (AA1+) = (AA1a+) + (AA1b+) + (AA1c+)

Quant au sujet 2 nous relevons qu'elle rencontre d'énormes problèmes relationnels dans sa famille qui accentue un peu plus sa timidité. De plus, c'est en classe à travers les activités de classe qu'elle s'épanouit aussi puisque ces activités stimulent l'échange et le dialogue. Elle affirme qu'elle s'est toujours senti confiant au moment où le conseiller d'orientation intervient

en salle de classe ceci parce qu'il y a au préalable une complicité entre le conseiller et lui. (AA1a-)(AA1b-)

Pour ce qui est de la création d'interaction avec les pairs, cela est presque inexistant puisque je m'arrête très souvent au petit moment d'échange en classe avec mes camarades. (AA1c-)

Sujet 3 pense que sa relation avec ses parents est acceptable puisque bien que ceux-ci soit absorbé par le travail, ils trouvent néanmoins le temps pour apporter de l'aide psychologique à leur fille à travers la prise en compte de ses besoins. (AA1a+) cela se justifie dans les propos suivants : *mes parents sont très souvent absent mais lorsqu'ils sont à la maison ils cherchent à savoir comment je me sens, ce que j'ai comme besoin.*

Pour ce qui est de l'interaction avec les pairs en salle de classe ainsi qu'au club elle collabore bien. On retrouve cela dans les propos suivants :

*Je suis bien dans ma salle de classe, j'apprécie la compagnie de mes camarades de classe qui n'hésite pas à me soutenir à leur manière pour que je sois épanouit. Ils sont curieux, cherche à comprendre et à apprendre des autres par contre ce n'est pas l'envi qui me manque mais je crains de ne pas être à la hauteur.*

On relève un engagement dans l'interaction sociale et une motivation qui va grandissant. (AA1b+)(AA1c+)

Quant au sujet 4 on relève qu'il reçoit constamment l'attention de ses parents qui l'encourage énormément à prendre son indépendance qui se matérialise par le fait qu'il puisse nouer des relations avec les gens sans forcément avoir l'aval de ses parents. Faire ses choix et être responsable de ces choix (AA1a+)(AA1b+)

Pour ce qui est de l'interaction avec les pairs, celui-ci affirme n'avoir aucun problème particulier avec les autres camarades puisque la coopération est assurée. Il déclare que de temps en temps les intrigues ne manque pas venant de la part des camarades ou des enseignants mais qu'il fait des efforts pour ne pas extérioriser ses émotions. (AA1c+)

#### **4.2.2 Analyse des résultats des sujets en rapport avec le thème 2**

##### **➤ participation aux activités extra scolaires,**

Le cas sujet 1 pense que ce n'est pas assez important pour elle. Elle a une position assez ferme sur ce point, mais reconnaît que cela est une stratégie efficace pour l'épanouissement.

(AA2a-) l'on n'a qu'à observer cela dans ses déclarations lorsqu'elle pense de la manière suivante :

*Quant aux activités autres que les activités pédagogiques je ne souhaiterai pas y assister ça n'entre pas dans mes goûts. je crois pour moi qu'aux heures de sport tout se passe bien mais la pratique de sport comme activité extrascolaire ne m'intéresse pas vraiment. Je Préfère bien autre chose comme par exemple regarder la télévision après les cours ou écouter de la musique.*

Elle a des préférences tout autre qui ne permet pas forcément l'échange avec l'autre mais qui lui apporte une certaine satisfaction personnelle. Ceci peut toujours être une stratégie utile pour son bien être sur le plan social.

Pour le sujet 2 il n'est pas vraiment encre dans les activités extrascolaires. on peut relever néanmoins qu'il porte un intérêt certain à ces activités. (AA2a-)+(AA2b-)

*J'aime bien le sport étant donné qu'aux heures de sport je me sens vraiment épanouit et plus détendu. Mais j'y réfléchis encore peut être qu'a une prochaine occasion, je vais m'engage dans un club de sport ou dans un club autre que le sport. Pour ce qui est des activités j'ai un penchant pour la musique donc s'il faille que je participe à un club, je préfèrerai la musique.*

Nous relevons aussi que le sujet 2 reconnaît que les activités extrascolaire telles que les clubs à l'école sont important pour stimuler en lui non seulement une confiance en soi, mais également de stimuler la socialisation puisqu'il pourra se faire des amis qui partagent la même passion que lui. Ce qui n'est pas le cas pour le sujet 3 qui trouve un réel plaisir dans ces activités extrascolaires notamment la musique et le sport.

Elle affirme qu'elle s'est inscrite avec l'aide du conseiller d'orientation à l'équipe de volley du lycée et à la chorale également. (AA2a+)+(AA2b+)

*Je me suis inscrite avec l'aide de mon conseiller d'orientation à la rentrée scolaire à la chorale du lycée et je passe du bon temps avec les autres. Je découvre une nouvelle passion qui est de chanter et je le fait avec beaucoup d'attention et arrive à vaincre mes peurs de parler devant les gens. Aujourd'hui je me produis devant tout le monde lors de nos prestations. En plus de chanter, je m'applique également dans les entraînements de volley ces période de jeu sont souvent bien pour moi puisque je m'amuse vraiment dans*

*le travail. Lorsque je suis dans les activités extrascolaires je suis confiant et épanoui et cela se fait sentir aussi dans mes relations et mes performances scolaires.*

Il en ressort que l'activité pratique est bénéfique pour les adolescents timides et réservés. Ces moments de jeu stimule l'intégration sociale qui leur est nécessaire.

Le sujet 4 pense que les activités extrascolaires permettent à l'élève de mieux s'épanouir, pour se construire une personnalité mais il ne s'y intéresse pas vraiment et n'y participe pas aussi malgré le bien être que cela peut procurer pour une personne comme lui. (AA2a-)+(AA2b-)

On peut néanmoins relever qu'il trouve des stratégies personnelles pour son bien être en milieu scolaire. Il préfère beaucoup plus faire la lecture seul dans mon coin et se faire des amis sur les réseaux socio lorsque j'ai un peu de temps pour me distraire. On peut observer néanmoins dans ses propos un intérêt pour nouer des relations autour de lui.

#### **4.2.3 Analyse des résultats des sujets en rapport avec le thème 3**

##### **➤ le counseling**

Le counseling pour le cas sujet 1 est non seulement important mais plus encore il reconnaît que c'est à partir de cet aspect de l'accompagnement qu'il est parvenu à faire confiance et à dire au conseiller sa gêne en milieu scolaire. Il pense que c'est au bout des entretiens d'aide qu'il a mieux compris son comportement et découvert sa personnalité. Ceci se justifie dans les propos suivants :

*Au début, me rendre chez le conseiller d'orientation pour les séances d'entretien était difficile étant donné que je n'avais pas le courage de m'exprimer devant une personne étrangère. Mais avec lorsque je ne m'y rendais pas, celle-ci prenait le temps de venir me rendre visite dans ma salle de classe question de savoir pourquoi est-ce que n'est pas honoré notre rendez-vous. C'est cette façon de s'intéresser à ma personne qui m'a davantage motivé à me rendre aux entretiens. J'ai reçu au cours de ces entretiens de nombreux conseils qui m'ont été très utile pour ma vie.*

Le sujet 1 est conscient des bienfaits des entretiens d'aide, l'écoute et des conseils pour son épanouissement personnel. (AAa+)+(AAb+). Cette expérience est également partagé par le Sujet 2 qui affirme avoir a eu des entretiens d'aide avec le conseiller à plusieurs reprises lorsqu'elle a été remarquée par le conseiller à travers son comportement. Le conseiller lors de ces entretiens

propose un certain nombre d'astuces pour mieux s'intégrer en milieu scolaire, ainsi que des encouragements lorsque celui-ci fait des efforts pour mieux s'intégrer. A travers ses entretiens, celui-ci découvre en effet sa véritable personnalité et comprend mieux des comportements ce qui est un gage pour son épanouissement futur. Ces entretiens conseils selon ses déclarations stimulaient également le dialogue.(AA3a+)+(AA3b+)

*Au début ce n'est pas facile de se confier à quelqu'un qu'on ne connaît pas mais avec le temps, la confiance s'installe et on se sent plus à l'aise. J'honore toujours nos rendez-vous avec le conseiller d'orientation et il m'arrive même parfois de me rendre au bureau juste pour lui dire bonjour. Je trouve ses conseils précieux et très bénéfiques pour moi et quand je peux, je n'hésite pas à mettre cela en pratique.*

Le sujet 3 quant à lui pense que le contact permanent avec le conseiller d'orientation lui est beaucoup bénéfique.

*Au départ je n'aimais pas me rendre au bureau du conseiller pour les entretiens et chaque fois c'est elle qui s'amenait à moi pour insister sur notre entretien. Lorsque je voulais lui dire quelque chose, j'écrivais sur un bout de papier que je glissais soigneusement au bas de la porte de son bureau et c'est lui qui se charge après lecture de me convoquer dans son bureau pour qu'on en discute. Échanger avec le conseiller est important pour moi.*

Pour le sujet 3 les entretiens d'aide l'ont permis de découvrir sa personnalité et de mieux comprendre son comportement. Aussi c'est lors de ces entretiens que le dialogue est beaucoup plus stimulé et elle se rend déjà chez le conseiller et a même une amie avec qui elle partage ses petits secrets. (AA3a+)+(AA3b+) c'est également le cas pour le sujet 4 qui se rend régulièrement aux entretiens d'aide avec le conseiller d'orientation. Il est également à l'écoute des conseils qui lui sont donnés concernant sa timidité il dit se sentir confiant après les entretiens et conseil étant donné qu'il est bien écouté. (AA3a+)+(AA3b+)

#### **4.2.4 Analyse des résultats des sujets en rapport avec le thème 4**

##### **➤ Adaptation sociale des adolescents timides**

Le sujet 1 trouve que les stratégies qui lui sont proposées par le conseiller d'orientation ont un effet considérable sur son comportement en milieu scolaire. On relève qu'il éprouve un

épanouissement sur le plan physique, psychologique. A partir de ces techniques, on note qu'en classe cet adolescent retrouve une certaine confiance qui lui permet de temps en temps malgré ses peurs de lever le doigt et de répondre aux questions, elle peut déjà entreprendre une conversation avec ses camarades. Cela se justifie par les propos suivants :

*Le fait que mes parents m'encouragent à sortir parfois avec des camarades et aussi qu'ils me permettent de les inviter à la maison me donne assez de courage de communiquer avec eux. Lorsqu'il s'agit de réviser ensemble, le désir de comprendre et d'aider l'autre qui comprend moins stimule en moi la communication qui s'installe tout naturellement. De plus l'environnement de classe qui est accueillant et coopératif est un plus sur le fait que je sois capable de m'affirmer devant les autres. (BBa+)+(BBb+)*

Aussi il a des performances scolaires satisfaisantes puisqu'il ne connaît pas d'échec depuis le début d'année et entretient une bonne relation avec ses enseignants qui vont régulièrement vers lui pour savoir de temps en temps pour savoir s'il est au même niveau que les autres. En outre, notre sujet produit généralement de bons résultats ce qui lui vaut très souvent les félicitations de ses enseignants. (BBc+) + (BBd+) ceci est également partagé par le sujet 2 qui relève que les stratégies d'aide qui lui sont données par le conseiller pour son bien-être en milieu scolaire, elle y met également du sien pour s'intégrer. Aussi, le sujet 2 est assidue et ponctuelle à l'école ce qui démontre d'un certain bien-être physique et psychologique. Malgré sa situation, on relève que peu à peu il a pu déjà faire confiance au conseiller et partager avec celle-ci ses problèmes. Les conseils qui lui sont donnés lui permettent également de communiquer avec les autres malgré sa gêne. Ses performances scolaires sont satisfaisantes ; dans ses propos elle dit qu'elle ne connaît pas des échecs à l'école du moins dans son parcours scolaire. Ceci démontre à suffisance que cet adolescent s'adapte suffisamment sur le plan social et scolaire. (BBa+)+(BBb+) + (BBc+)+(BBd+). Concernant le sujet 3, on relève qu'elle entretient une bonne relation en milieu scolaire avec les autres et éprouve un bien-être sur le plan psychologique, physique et relationnel ceci se manifeste par son comportement en salle de classe car elle contribue aussi au bon déroulement des leçons en répondant aussi aux questions lorsqu'elles lui sont adressées, mais n'ose généralement pas lever le doigt délibérément. Elle fait la classe de second A et travaille assez bien à l'école. (BBa-)+(BBb+)+(BBc+)+(BBd+)

Le sujet 4 quant à lui affirme qu'il n'a aucun problème avec les autres et s'épanouit bien en milieu scolaire. Il est tout jeune et déjà la classe de seconde C avec de bonnes performances. (BBa-)+ (BBb+) + (BBc+) ceci se vérifie dans ces propos lorsqu'il dit :

*Lorsqu'il y a un travail à faire en classe je donne mon point de vue pour que cela avance. En plus, lorsque j'ai une zone d'ombre après le cours je me renseigne chez des camarades qui peuvent m'aider dans ce sens et vice versa. L'entraide me rapproche des autres avec qui je dois absolument communiquer. J'avoue sincèrement que je ne parviens pas très souvent à lever le doigt pour poser une question néanmoins lorsque l'enseignant me la pose je ne m'abstiens pas de répondre quand j'ai une idée de la réponse. Je me débrouille bien à l'école ce qui fait que je reçois des félicitations de mes enseignants et je suis satisfait de mon effort.*

### **4.3 SYNTHÈSE DES RESULTATS**

L'examen de données collectées permet d'observer dans l'ensemble que les adolescents ayant participé à la recherche ont un niveau scolaire acceptable et ont des performances scolaires satisfaisantes malgré leur timidité. Ceci se justifie par les affirmations suivantes:

*-Je me débrouille bien à l'école ce qui fait que je reçois des félicitations de mes enseignants et je suis satisfait de mon effort. (Sujet 1)*

*-Je travaille toujours bien à l'école (sujet 2)*

*-mes performances scolaires sont satisfaisantes (sujet 3)*

*- mes performances scolaires sont satisfaisantes puisqu'il ne connaît pas d'échec depuis le début d'année (sujet 4)*

Tous ces adolescents entretiennent une relation particulière avec le conseiller d'orientation et ont les difficultés d'adaptation sociale ou ne s'arrimant pas à l'habitus scolaire qui s'exprime à travers l'implication dans la vie de classe et de l'école, l'expression des émotions positives. Ces adolescents restent attachés aux différentes méthodes d'accompagnement qui les aide à remédier aux problèmes liés à l'adaptation sociale.

Or, dans le plan d'amélioration et de la proposition des stratégies d'accompagnement psychologique proposé par les experts à savoir les conseillers d'orientation, ils se trouvent parfois confronté à des difficultés : les techniques proposés qui ne sont pas facilement praticable par les adolescents timides, ou qui nécessite un suivi rapproché constant ou permanent. Par ailleurs, on identifie une figure : celle de l'adolescent timide qui s'épanouit véritablement en à

travers respect de l'accompagnement psychologique et qui parvient à pratiquer deux activités extrascolaires qu'ils disent très bénéfique pour les personnes timides. Les propos suivants nous permettent de mieux comprendre:

*Je me suis inscrite avec l'aide de mon conseiller d'orientation à la rentrée scolaire à la chorale du lycée et je passe du bon temps avec les autres. Je découvre une nouvelle passion qui est de chanter et je le fait avec beaucoup d'attention et arrive à vaincre mes peurs de parler devant les gens. Aujourd'hui je me produis devant tout le monde lors de nos prestations. En plus de chanter, je m'applique également dans les entraînements de volley ces période de jeu sont souvent bien pour moi puisque je m'amuse vraiment dans le travail. Lorsque je suis dans les activités extrascolaires je suis confiant et épanouit et cela se fait sentir aussi dans mes relations et mes performances scolaires.*

De manière générale, les préoccupations sont larges et diversifiées, les points de vue sur l'accompagnement psychologique sont nombreux et s'effectue en fonction de la personnalité de tout un chacun. On note dans les entretiens que certains adolescents mènent véritablement les activités pour s'épanouir par contre d'autre sont bien motive mais ne font pas le pas.

Au regard des résultats, il ressort que l'accompagnement psychologique est important et nécessaire à partir du moment où il aide le timide à s'épanouir en milieu scolaire. En effet, tout le monde a une idée de la méthode efficace, et chacun semble mettre l'accent sur ce qui est plus accessible.

Le questionnement central devient alors le suivant : quels sont les stratégies d'accompagnement psychologique tout aussi efficaces pour l'adaptation sociale de l'adolescent timide ?

Pour y répondre, nous avançons l'hypothèse qu'une bonne relation parent/adolescent, la participation aux activités extrascolaire, le counseling favoriseraient l'adaptation sociale des adolescents timides. Elles peuvent agir en complémentarité. Ou s'opposer à la vision des conseillers d'orientation qui vise la mise en place des plans d'amélioration du mode de vie des adolescents timides en milieu scolaire. Face à ces stratégies d'accompagnement ; d'autres peuvent être proposées par les adolescents timides et les conseillers d'orientation qui sont tout aussi efficace.

## CHAPITRE 5 : INTERPRETATION DES RESULTATS, DISCUSSION, PERSPECTIVES ET IMPLICATIONS

Il sera question dans ce chapitre de faire une interprétation des résultats obtenus dans le chapitre précédent au regard des théories explicatives qui soutiennent notre travail. Le chapitre comprend donc trois parties principales à savoir l'interprétation des résultats, les perspectives et implications.

### 5.1 RAPPEL DES THEORIES

La préoccupation qui est à la base de notre travail est celle de vérifier si l'accompagnement psychologique favorise l'adaptation sociale des adolescents timides. Notre problématique a été exposée et expliquée à partir des théories, notamment **la théorie de la construction de la personnalité** qui stipule que, l'identité d'un individu est une entité tripartite, le produit d'une interaction entre des données biologiques de base, un certain parcours individuel à travers l'enfance puis l'adolescence et les rôles et positions que l'individu, en se développant, va pouvoir prendre dans le monde dans lequel il vit. Cette construction de la personnalité se fait avec la construction également de l'identité. C'est pourquoi pour mieux comprendre cette notion il évoque les différentes étapes de la construction de l'identité.

**La théorie constructiviste et socio constructiviste de l'adaptation.** Selon l'approche constructiviste, Piaget accorde un rôle déterminant au processus de l'assimilation et à l'action que les individus exercent sur les objets Car selon lui, c'est en agissant par assimilation active qu'il y a transmission Sociale et que l'enfant apprend à connaître. Dans un milieu éducatif, il paraît déterminant pour les apprenants d'assimiler et de s'accommoder au milieu et à ses exigences pour s'adapter. Contrairement à l'approche constructiviste, l'approche Socioconstructiviste défendue par Vygotsky(1985) prône que le processus d'apprentissage est enraciné dans la sociabilité humaine avec tous les éléments sociaux et l'affectivité qui la caractérisent. Vygotsky estime que les instruments de développement psychologique qui sont les mots, les théories de recherche, les procédés mnémoniques ne sont accessibles à l'apprenant que

dans le cadre de la communication avec l'adulte et de la collaboration avec les autres. Il parle également de la zone proximale de développement (ZPD), qui sert d'équilibre entre le connu et le non connu. Cette zone représente ce que l'apprenant n'est capable de faire qu'en étant guidé par une personne plus compétente ayant les connaissances et les habiletés de base, d'où la préférence de susciter le travail d'équipe, de façon coopérative afin de permettre à l'apprenant d'ajuster ses conceptions et de structurer de nouvelles connaissances. Il parle d'auto structuration assistée en associant la notion d'échafaudage (stratégie, technique et procédures utilisées conduisant à l'acquisition des habiletés et des connaissances). Il pense donc que le rôle de l'adulte est d'outiller l'élève dans sa ZPD afin qu'il soit confronté à une situation qui pose problème, qu'il se pose des questions, qu'il s'ouvre à la construction qui intégrera les apprentissages construits tout seul. La ZPD intégrant l'interaction sociale fait appel à l'accompagnement en tant que partie intégrante de l'activité cognitive. Au total, l'adaptation constitue un processus dynamique et dialectique et non un état définitif dans le sens où une recherche d'équilibre d'ajustement entre l'organisme au milieu s'effectue en continu. Il y a dans l'adaptation à la fois une préparation à des ajustements et en même temps une insertion active qui implique une négociation. Il ne suffit pas en effet d'établir un rapport à l'école, saisie comme lieu de socialisation et d'imposition d'une certaine normativité sociale avec ses règles propres, mais d'appréhender aussi l'école comme lieu d'appropriation de savoir qui nécessite un apprentissage faisant appel à des opérations intellectuelles complexes. Ainsi, l'adaptation sociale se manifeste dans et par des comportements à caractère surtout socio affectifs, sans exclure pour autant la dimension cognitive. Le rendement scolaire est la résultante d'une performance dans divers champs d'activités, performance qui est l'expression de comportements à caractère surtout cognitifs, mais dans lesquels aussi le socioaffectif. Dès lors les paramètres de l'adaptation se résument ainsi :

- Les interactions sociales ;
- Les opérations intellectuelles complexes ;
- La normativité sociale.

Etant donné que la notion d'adaptation est davantage centrée sur la nature des aides à apporter, des enseignements à penser ou des dispositifs à instaurer pour l'accompagnement des élèves en difficultés d'adaptation, le conseiller d'orientation devient le maillon essentiel "le partenaire

adulte" de la réussite éducative qui cherche à élaborer un cadre d'adaptation pour ce type de sujet.

**La théorie de l'attachement** selon Bowlby qui dit que le comportement infantile associé à l'attachement est essentiellement la recherche de proximité avec une figure d'attachement lors de la survenue de situations de stress. Les enfants en bas âge s'attachent aux adultes qui se montrent sensibles et attentionnés aux interactions sociales avec eux, et qui gardent leur statut d'une façon stable au moins plusieurs mois durant la période qui va de l'âge de six mois environ jusqu'à deux ans. Vers la fin de cette période, les enfants commencent à utiliser les figures d'attachement (c'est-à-dire l'entourage familial) comme base de sécurité à partir de laquelle ils vont explorer le monde, et vers qui ils savent qu'ils peuvent retourner. Les réponses de l'entourage au comportement de l'enfant guident le développement de schèmes d'attachement (des modèles opérationnels de l'environnement et de l'organisme construits et élaborés par l'enfant) ; ceux-ci seront à leur tour la base de la mise en place des modèles internes opérants qui régiront les sentiments, pensées et attentes des individus par rapport à leurs relations, et ce dès l'enfance. L'anxiété de séparation ou la douleur qui suivent la perte d'une figure d'attachement est considérée, de la part d'un jeune enfant, comme une réponse normale et adaptative.

## **5.2 INTERPRETATION DES RESULTATS**

### **5.2.1 Relation parent/adolescent satisfaisante et adaptation sociale des adolescents timides**

La question spécifique de recherche que nous nous sommes posé pour ce thème était celle de savoir si la relation parent/adolescent satisfaisante favorise l'adaptation sociale des adolescents timides. Comme nous l'avons dit plus haut, la relation parent/adolescent est faite des thèmes intéressants qui peuvent aider l'enfant timide en milieu scolaire. La technique utilisée ici est beaucoup plus basée sur l'échange qui peut stimuler le dialogue chez les adolescents timides. Cette relation fait appel à trois astuces différentes. D'abord, cela renvoie aux encouragements de la part des parents pour l'autonomie de l'adolescent timide ; ce qui se caractérise par l'invitation des camarades pour passer du temps. Ensuite la prise en compte des besoins de l'adolescent. En effet les parents qui comprennent la timidité de leur enfant savent pertinemment que pour aider leurs enfants ils doivent planifier les moments de jeu pour ceux-ci. Prenons le cas du sujet 1 qui

reçois sans cesse l'attention de ses parents qui lui accorde un espace pour se distraire. Dans l'environnement scolaire, l'adolescent est plus confiant et dispose à communiquer. A cet effet, nous pouvons voir que nos cas déclarent pratiquement tous que l'environnement de classe accueillant et coopératif stimule des interactions puisque le timide peut à partir de l'attention qu'on lui porte s'ouvrir et avoir confiance en lui, aussi pour le motiver à aller vers l'autre. Rudolph Moos pense que l'environnement humain peut permettre l'adaptation et le développement des individus. De plus, Vygotsky estime que les instruments de développement psychologique qui sont les mots, les théories de recherche, les procédés mnémoniques ne sont accessibles à l'apprenant que dans le cadre de la communication avec l'adulte et de la collaboration avec les autres. Ces deux auteurs à travers leur théorie présente l'école comme étant le lieu de socialisation par excellence puisque pour éduquer l'enfant, il faut absolument communiquer avec lui. Cette communication ne peut être possible que si au préalable il y a un attachement entre les deux parties et cet attachement naît à partir de l'intérêt que porte l'enseignant par rapport à l'élève. D'après Bowlby, les enfants en bas âge s'attachent aux adultes qui se montrent sensibles et attentionnés aux interactions sociales avec eux. Ceci est aussi valable à l'adolescence.

Enfin, la relation parent/adolescent satisfaisante fait appel aux attitudes qui puissent créer des occasions d'interaction de l'adolescent avec les pairs. En effet, l'accent est mis ici sur la stimulation chez l'adolescent le besoin de s'extérioriser. Selon l'approche constructiviste, Piaget accorde un rôle déterminant au processus de l'assimilation et à l'action que les individus exercent sur les objets Car selon lui, c'est en agissant par assimilation active qu'il y a transmission Sociale et que l'enfant apprend à connaître. Dans un milieu éducatif, il paraît déterminant pour les apprenants d'assimiler et de s'accommoder au milieu et à ses exigences pour s'adapter. Cela voudrait dire que l'adolescent en milieu scolaire a besoin de s'accommoder au milieu afin de pouvoir s'extérioriser.

### **5.2.2 La pratique des activités extrascolaires et l'adaptation scolaire des adolescents timides**

La question spécifique que nous nous sommes posés pour ce thème était celle de savoir si la pratique des activités extrascolaires par le jeune timide favoriserait son adaptation scolaire. Ce thème regorge deux sous thèmes à savoir : la pratique de sport dans un club et l'intégration des clubs ludiques qui vise à aider l'adolescent timide à s'épanouir dans le milieu scolaire.

Les activités extrascolaires visent la sociabilité de l'adolescent timide à travers un certain nombre d'activités qui se pratiquent ensemble dans un esprit d'équipe. Dans un club de sport par exemple, le fait de jouer ensemble nécessite une confiance non seulement en soi, mais également la confiance en ses coéquipiers. C'est le cas du sujet 3 qui au bout d'un moment dans l'équipe de volley du lycée a pu se faire des amis avec qui il passait des moments de jeux formidable. Aussi avec le temps elle les inviteraient déjà à la maison. Ce cas permet de comprendre la portée des activités extrascolaires et ludiques sur le bien-être de l'enfant. Ce bien être qui se manifeste non seulement à travers la communication avec les pairs, mais également sur le plan physique et psychologique impacte positivement aussi sur ses performances scolaires de l'adolescent.

La pratique des activités extrascolaires fait appel aux différents clubs qui participent à la vie scolaire. Ces clubs favorisent également l'intégration sociale des jeunes timides. ceci peut être vérifier dans la théorie de l'attachement développé par Bowlby qui relève que les réponses de l'entourage au comportement de l'enfant guident le développement de schèmes d'attachement (des modèles opérationnels de l'environnement et de l'organisme construits et élaborés par l'enfant) ; ceux-ci seront à leur tour la base de la mise en place des modèles internes opérants qui régiront les sentiments, pensées et attentes des individus par rapport à leurs relations, et ce dès l'enfance. L'angoisse de séparation ou la douleur qui suivent la perte d'une figure d'attachement est considérée, de la part d'un jeune enfant, comme une réponse normale et adaptative. Cette théorie présente la base de l'attachement qui envisage ainsi la nature des relations future que l'individu aura à entreprendre. Toutefois, dans le cas d'espèce l'adolescent timide qui connaît déjà d'énorme problème relationnel et surtout social, a une forte capacité en intégrant les clubs qui regorge beaucoup de personne, d'être en contact avec les autres et par la a communiquer.

D'après Vigotsky, L'adaptation sociale se manifeste dans et par des comportements à caractère surtout socio affectifs, sans exclure pour autant la dimension cognitive. Le rendement scolaire est la résultante d'une performance dans divers champs d'activités, performance qui est l'expression de comportements à caractère surtout cognitifs, mais dans lesquels aussi le socioaffectif. Dès lors les paramètres de l'adaptation se résument ainsi : Les interactions sociales ; Les opérations intellectuelles complexes ; la normativité sociale. Ceci permet également de comprendre l'importance des activités extrascolaires pour le jeune timide en milieu scolaire car elles lui permettent d'avoir confiance en lui-même, de s'estimer et de s'affirmer.

### **5.2.3 Le counseling et l'adaptation scolaire des adolescents timides**

La question spécifique de recherche que nous nous sommes posés pour ce thème était celle de savoir si le counseling favorise l'adaptation sociale des adolescents timides. Cet autre thème est tout aussi important et comporte les entretiens d'aide et le conseil qui permettent de mieux comprendre l'enfant en profondeur.

Le counseling fait appel à l'entretien d'aide qui est beaucoup plus basé sur l'écoute et l'aide. Nos différents cas ont tous apprécié la place des entretiens dans leur façon de faire et d'être. Les entretiens permettent aux conseillers d'orientation d'écouter le patient, comprendre son problème et ensuite de l'aider à travers des conseils et un suivi prolongé. La théorie des pratiques d'aide à l'orientation de Jean Guichard et Michel Huteau(2006) vient appuyer cette technique d'accompagnement qui permet à l'adolescent timide de se découvrir une personnalité et identifier des comportements. Cette technique vise à rendre l'adolescent timide épanoui dans son milieu. A travers cette technique, le jeune timide s'ouvre et à la longue on peut relever qu'il est capable prendre la parole en publique, voir même lever le doigt en classe ce qu'on a pu observer chez certains sujet dans notre étude. De plus, la théorie de l'adaptation développée par Vigotsky qui relève que le processus d'apprentissage est enracinée dans la sociabilité humaine avec tous les éléments sociaux et l'affectivité qui la caractérisent. Il estime que les instruments de développement psychologique qui sont les mots, les théories de recherche, les procédés mnémoniques ne sont accessibles à l'apprenant que dans le cadre de la communication avec l'adulte et de la collaboration avec les autres. Il en ressort que le counseling qui se matérialise à travers les entretiens d'aide et les conseils sont faits par un adulte en collaboration avec la personne en situation de besoin notamment l'adolescent timide.

## **5.3 DISCUSSION**

### **5.3.1 Le relation parent/adolescent satisfaisante et adaptation scolaire des adolescents timides**

Une bonne relation existant entre les parents et les adolescents a une influence certaine sur leur état psychologique et cela s'extériorise par leur comportement. Tout ceci nous amène à comprendre que les stratégies d'accompagnement psychologique sont tout aussi efficaces lorsqu'ils sont bien appliqués. Dans leur discours, trois de nos cas donne un avis positif par rapport à la relation qu'ils entretiennent avec leur parent. Toutefois ils insistent sur le fait que cette relation est allée grandissant et aujourd'hui cet amour les aides à se rapprocher des autres, à s'intégrer socialement.

### **5.3.2 La pratique des activités extrascolaires et l'adaptation scolaire des adolescents timides**

Le discours du sujet 3 relève que les activités extrascolaires sont bénéfiques pour l'adaptation sociale des adolescents timides. Dans ses propos elle dit qu'elle a pu se faire des amis qu'elle invitait même à la maison. En plus, on relève dans son discours qu'elle éprouve un grand bien dans le chant. Elle affirme qu'elle peut déjà prêter devant un grand public. Ceci montre qu'elle a confiance en elle, à ses performances vocales aussi, cela exprime un certain épanouissement. Tout ceci nous amène à comprendre que les techniques d'accompagnement tel que l'activité extrascolaire s'avère efficace pour la sociabilisations de l'adolescent timide, efficace pour une prise de confiance.

### **5.3.3 Le counseling et l'adaptation scolaire des adolescents timides**

Nous avons relevé dans le discours de nos quatre adolescents que ceux-ci accordent une place de choix aux techniques du counseling qu'ils trouvent très intéressant et bénéfique pour stimuler la communication ainsi que leur bien-être physique, psychologique et scolaire.

Tout ceci nous amène à comprendre que le counseling qui est une stratégie d'accompagnement psychologique est tout aussi efficace pour les adolescents en général en milieu scolaire et encore plus intéressante pour les adolescents timides. Relevons que cette technique favorise véritablement l'adaptation sociale.

#### 5.4 LES PERSPECTIVES

Pour ce qui est des perspectives, L'étude que nous avons menée s'est intéressée uniquement sur l'accompagnement psychologique des adolescents timides et leur adaptation sociale. Or il existe de multiples stratégies pour L'accompagnement des adolescents timides et lors de nos entretiens, nous avons découvert d'autres types d'accompagnement beaucoup plus d'intéressant notamment le coaching pour les cas de timidité sérieuse, qui pourrait faire l'objet d'une étude futur.

Comme tout travail scientifique, notre recherche présente des limites qui sont d'ordre théoriques et méthodologiques. En effet, pour mener nos travaux de recherche, nous nous sommes appuyés sur la théorie de l'adaptation, de la construction de la personnalité et celle de l'attachement. Mais il existe plusieurs autres théories qui pourraient expliquer ce que nous avons voulu vérifier dans ce travail, notamment les théories de la motivation et son influence sur l'enfant timide. Le fait que nous nous soyons concentrés sur ces théories constitue ainsi une limite théorique à notre étude.

Par ailleurs, le temps consacré à notre recherche ne nous a pas permis de cerner tous les contours du problème et d'étendre notre recherche. Nous nous sommes concentrés sur la région du littoral et dans un seul lycée de la ville de douala. Ceci a eu pour effet de limiter la taille de notre échantillon qui était de 4 sujets. Nous aurions souhaité agrandir cet échantillon en terme numérique et étudier le problème non seulement dans l'ensemble de la région, mais aussi sur l'ensemble du territoire national.

Concernant la méthodologie de recherche, nous nous sommes concentrés sur des entretiens enregistrés tant bien que mal à cause des difficultés présentés lors de l'enquête. Or, il aurait été plus judicieux de procéder a des observations directes ou et indirectes de nos sujets dans leur milieu éducatif pour mieux saisir l'accompagnement psychologique de ces adolescents timides et voir la manière dont-ils appliquent ces stratégies pour mieux s'adapter socialement. De même, nous avons circonscrit l'étude aux adolescents alors que le problème pourrait se poser chez les enfants et même les adultes. Pour tous ceci, nous jugeons notre recherche incomplète et nous proposons des pistes de recherche à venir.

## **5.5 IMPLICATIONS**

Au terme de cette recherche, il convient de dégager les implications de cette étude.

### **5.5.1 Implications théoriques**

Au terme de cette étude, nous avons observé que la relation parent/adolescent satisfaisante apparaît comme un fait saillant et marquant. En effet selon Meunier (2012) l'environnement familial ou l'enfant évolue a un impact sur sa timidité ce qui voudrait dire que pour l'aider à vaincre sa timidité le rôle des parents doit être remarquable. Ceci revient à dire que la première stratégie d'accompagnement commence au niveau des parents et de leur comportement face a leurs enfants timides. Ainsi, c'est dans cette rubrique que s'inscrit le relationnel qui vise la collaboration de tous ; c'est un moment d'échange entre l'adolescent et ses parents. Toutefois pour que cet accompagnement soit efficace et qu'il conduisent a l'adaptation sociale, les accompagnateurs à savoir les parents, conseillers d'orientation et les autres acteurs éducatifs doivent travailler en synergie avec les adolescents timides, se rapprocher d'eux et valoriser leur compétences pour les aider à s'estimer. En outre ces adolescents timides reconnaissent l'importance des activités extrascolaires mais n'en pratique pas à l'exception du sujet 3 qui exprime son bien être lorsqu'elle se retrouve dans son club de volley et lorsqu'elle chante dans la chorale du lycée. En réalité, cette situation pourrait s'expliquer par le fait que ces adolescents n'ont pas encore assez de courage pour travailler avec les autres toutefois seul les conseils et des exemples palpables pourront brusquer leur envie d'intégrer des clubs soit de sport, soit des clubs d'activités ludiques qui sont des aspects nécessaires pour leur adaptation sur tous les plans.

Le counseling en milieu scolaire est également un fait marquant. En effet cette notion selon Rogers, est axe sur le relationnel, il s'agirait d'établir une relation d'aide, car on devrait aider l'individu à prendre conscience de son problème, à murir, à faire émerger l'autonomie et enfin à sortir de son problème. Eviter comme le pense Tourette et Turgis (2001) « d'être responsable des décisions des autres » l'objectif du counseling serait donc de motiver, de faire agir le client ou l'élève de telle manière que la décision qu'il prendra colle mieux à ses intérêts et soit le fruit d'un acte responsable dont lui seul est le titulaire. En milieu scolaire, le résultat attendu serait donc d'aider l'élève à se stabiliser émotionnellement, à résoudre son problème sans lui dicter une position qu'on voudrait le voir prendre, et enfin, de réussir sa scolarité. En fait, ce qui est mis en exergue ici c'est la collaboration entre l'adolescent timide et les acteurs de l'accompagnement scolaire. C'est à ce titre que nos sujets affirment tous ceci

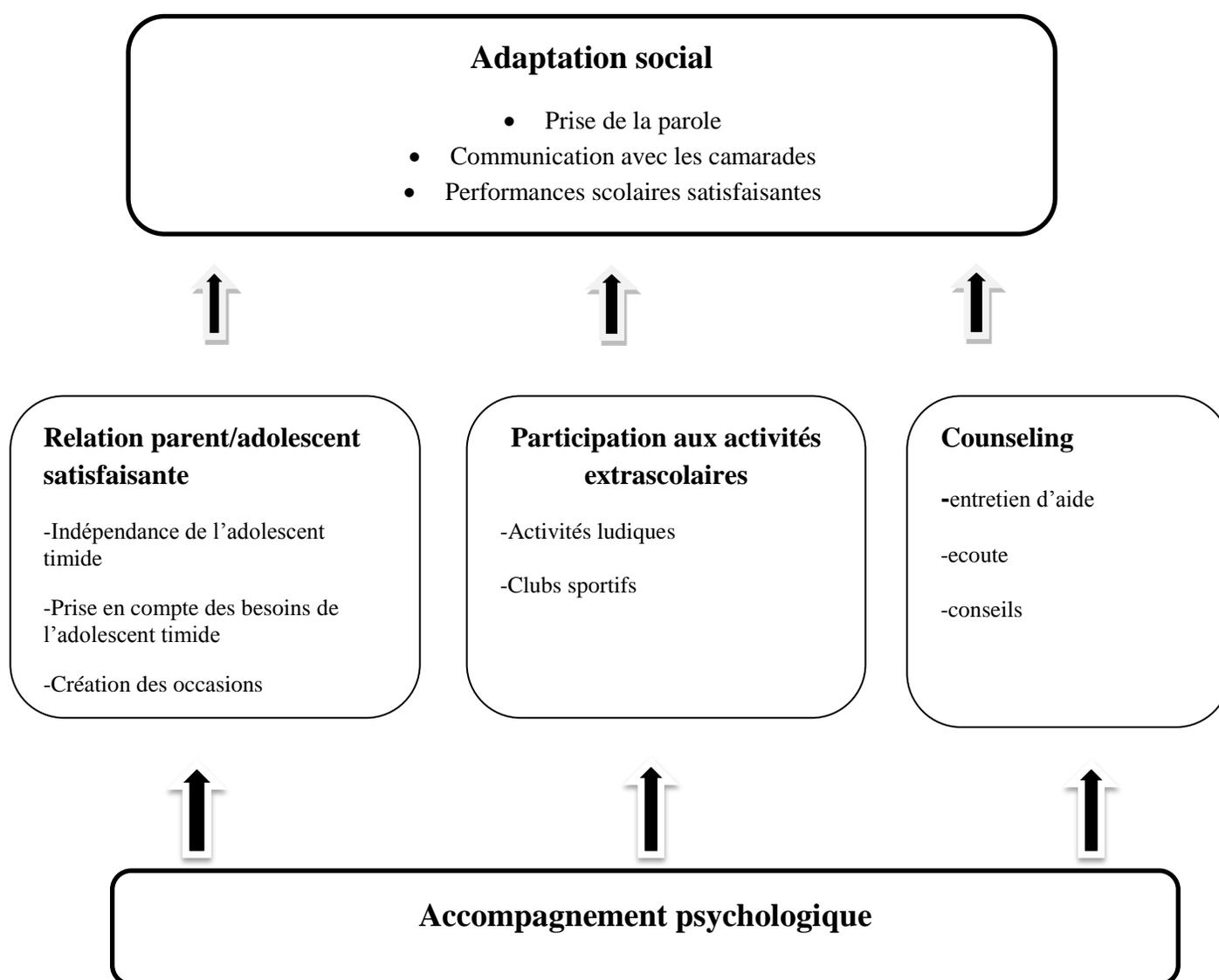
*je trouve que les conseils reçu au cours de ces entretiens m'ont permis de comprendre non seulement ma personnalité mais aussi de m'estimer, de m'épanouir. C'est a travers ces entretiens que j'ai appris beaucoup de chose qui sont a l'origine de mon adaptation scolaire. Grace à ces entretiens aujourd'hui je peux me faire des amis et dialoguer avec eux.*

Il en ressort que la relation d'aide doit aboutir a une amélioration du comportement. Dans le cadre de ce travail de recherche pour que le counseling soit efficace il faut que cette relation d'aide et de conseil conduise à l'adaptation sociale de l'enfant sur tous les plans. De plus, si les adolescents timides ne sont pas d'abord impliqués dans le processus d'accompagnement psychologique, ils ne pourraient réellement envisager une adaptation sociale sur tous les plans. La théorie socioconstructiviste de l'adaptation précise que celui-ci est davantage centrée sur la nature des aides à apporter, des enseignements à penser ou des dispositifs à instaurer pour l'accompagnement des élèves en difficultés d'adaptation, le conseiller d'orientation devient le maillon essentiel "le partenaire adulte" de la réussite éducative qui cherche à élaborer un cadre d'adaptation pour ce type de sujet.

#### **5.4.2 Implications pratiques**

Elles consistent dans la présentation d'un modelé résolutif de l'adaptation des adolescents timides et les suggestions.

Schéma résolutif de l'adaptation des adolescents timides en milieu scolaire dans une perspective de collaboration.



Le schéma présenté est le modèle propose pour amélioration de l'adaptation sociale des adolescents timides a travers l'accompagnement psychologique.

L'accompagnement psychologique est le socle sur lequel doit s'appuyer le jeune timide pour mieux s'épanouir. En effet, ce processus d'accompagnement psychologique doit s'inscrire dans une démarche participative qui vise l'amélioration de l'adaptation sociale de l'adolescent timide à travers l'utilisation des ressources disponibles (conseiller d'orientation, enseignants...) coopération et échange (entre adolescent timide et les acteurs de l'éducation) pour aboutir pleinement au bien être en milieu scolaire. Et de ce fait, aider l'adolescent à accroître ses performances. L'accompagnement psychologique se résume ainsi à la relation parent/adolescent satisfaisante, la participation aux activités extrascolaires et au counseling fondés sur des améliorations continues.

La relation parent/adolescent satisfaisante, implique que les adolescents timides devraient être motivés dans l'échange et l'interaction ce qui conduira certainement leur socialisation. Des pratiques pédagogiques particulières doivent être faites par les enseignants pour stimuler en ces timides la confiance en soi et l'estime de soi qui est presque inexistant dans cette situation. Le second aspect qui est leur participation aux activités extrascolaires est qu'ils devraient être aussi actifs dans les activités qui meublent la vie scolaire. Il s'agit pour eux de faire partir des clubs animés de l'établissement pour mieux expérimenter la notion de socialisation, bref l'épanouissement scolaire. Avec les conseils qui lui sont prodigués par les acteurs de l'éducation, le jeune timide devrait participer à ces activités en fonction de ses désirs, de ses aptitudes, de sa motivation. Tout ceci est nécessaire pour lui car il pourra par la suite mieux faire ses preuves et ainsi s'épanouir.

Ce schéma implique des relations étroites entre les acteurs de l'éducation et les adolescents timides basées sur la communication, le travail ensemble et surtout une confiance mutuelle. Ces acteurs de l'éducation notamment le conseiller d'orientation, les enseignants, les parents doivent être en contact permanent avec les adolescents timides parce que l'accompagnement est un processus tout au long de la vie.

### **5.4.3 Suggestions**

Il est nécessaire et indispensable, pour assurer l'effectivité de l'accompagnement psychologique dans le processus d'adaptation des adolescents timides, de faire des suggestions à l'endroit des responsables du système éducatif, des parents, des enseignants et des conseillers d'orientation.

➤ **Aux responsables du système éducatif**, nous proposons:

Pour ce qui est de l'adaptation sociale, il faudrait penser à respecter le quota un conseiller pour 300 élèves dans les lycées et collèges. Pour cela, il s'agit de former encore plus de conseiller d'orientation pour que les enfants profitent de leur expertise et pour que l'orientation conseil soit visible. Affecter également les conseillers d'orientation dans les écoles primaires et non plus seulement les envoyer au ministère de l'éducation de base, dans les bureaux parce que comme on l'a vu, les problèmes d'adaptation sociale peuvent commencer dès l'âge préscolaire, ceci permettra d'intervenir et de prévenir le plus tôt possible les problèmes d'adaptation. Ainsi, un accompagnement psychologique pendant plusieurs années ou a différentes étapes du développement s'avère nécessaire d'où l'importance de penser à une continuité des services entre les périodes préscolaire et scolaire (primaire et secondaire).

➤ **Aux parents**

Entant que premier acteur dans le processus d'orientation de leur enfants, les parents sont ceux qui en premier nous aideraient à l'adaptation sociale de leur progéniture, pour cela, ils ne doivent pas perdre de vue le rôle que joue la famille dans le processus d'adaptation d'un adolescent timide. Raison pour laquelle, ils doivent être en parfaite collaboration avec tous les membres de l'institution en particulier les conseillers d'orientation qui sont là pour pouvoir faciliter l'adaptation de leurs enfants dans le milieu qu'est l'école. Ils peuvent ainsi de temps en temps se rapprocher d'eux pour s'enquérir de la situation sociale de leur enfants ; de leur difficultés scolaires et d'assister toujours aux causeries éducatives organisés, de suivre également leur enfants à la maison. De leur laisser le temps en temps indépendant ; inviter les camarades de l'enfant si possible à la maison pour dialoguer avec l'enfant ; dialoguer avec l'enfant sur l'importance de l'intégration des valeurs tels que : la ponctualité, la culture de l'effort ; l'obéissance, le respect et surtout servir de modèle.

➤ **Aux enseignants**

Nous leur suggérons de comprendre que la prise en charge de tous les enfants dans une classe, quel que soit leur différence et leur niveau de difficulté scolaire est impérative. Intégrer les adolescents timides dans les travaux en groupe, valoriser leurs compétences ce qui peut stimuler en eux la confiance.

➤ **Aux conseillers d'orientations**

Les conseillers d'orientation sont de plus en plus interpellés dans le problème d'adaptation sociale. Parce qu'ils sont un maillon clé de la réussite scolaire et pris comme tel, ils sont appelés à faire encore plus preuve de professionnalisme et sont amenés à jouer le rôle d'accompagnateur psychologique tout au long de l'activité d'apprentissage afin de déterminer les critères ou conditions de réussite, les moyens et le temps. Il importe de prendre un ensemble de dispositions et d'actions qui se fondent sur la connaissance du sujet et qui ont pour but de procéder aux difficultés d'insertion sociale en vue d'une adéquation scolaire réussie de l'apprenant. Créer un climat favorable à l'apprentissage, créer un lien ressource, un lien de confiance et de sécurité, un espace boussole pour l'apprenant c'est-à-dire que le conseiller d'orientation doit permettre au jeune en situation difficile d'apprendre à se connaître, à exprimer ses émotions, à s'intégrer, gérer ses conflits, échanger et surtout respecter les règles et le fonctionnement de la classe.

## CONCLUSION GENERALE

L'objectif général poursuivi par cette étude a été de montrer que l'accompagnement psychologique favorise l'adaptation sociale des adolescents timides. Des auteurs nous ont aidé à cet effet notamment Meunier(2012) qui dans ses analyses donne des détails sur la timidité et les mécanismes pour aider le jeune timide en milieu éducatif. C'est à travers cette description de ce type d'adolescent qu'il convient d'examiner son accompagnement. Aussi, pour mieux les aider, un certain nombre de stratégie ont été proposé à savoir: la relation parent/adolescent satisfaisante, la participation aux activités extrascolaires et le counseling. Dans cette étude des objectifs ont été formulés notamment l'objectif général qui consistait à montrer comment l'accompagnement psychologique peut favoriser l'adaptation sociale des adolescents timides. A la suite de cet objectif général nous proposons de façon spécifique de :

1. Examiner qu'une relation parent/adolescent satisfaisante favorise l'adaptation sociale des adolescents timides.
2. Examiner que la participation aux activités extrascolaires favorise l'adaptation sociale des adolescents timides.
3. Montrer que le counseling en milieu scolaire favorise l'adaptation sociale des adolescents timides.

Cette recherche a été une enquête par entretien individuel. Elle s'est adressé à un groupe spécifique : les adolescents timides et nous avons sélectionné quatre qui nous a servi d'échantillon dans les classes de troisième et seconde au lycée de la cite des palmiers.

L'analyse du contenu de nos entretiens semi directifs nous a permis de confirmer ou d'infirmer nos objectifs de recherche. Ainsi, il en ressort que les adolescents timides se sentent plus confiant lorsqu'ils sont écoutés et valorisés en milieu scolaire et par leur parents; or cela n'est pas très observe chez certains cas. Aussi, ces enfants développent eux même des stratégies pour pouvoir s'intégrer dans le milieu éducatif et pour mieux les accompagner il faut tenir compte du comportement de chacun. La question de recherche qui a conduit cette réflexion a été celle de savoir quelles stratégies d'accompagnement psychologique favorise-t-elles l'adaptation sociale des adolescents timides ? Pour répondre à cette question nous avons mené une étude de

type explicatif qui nous a permis d'expliquer les stratégies d'accompagnement psychologique pour l'adaptation sociale des adolescents timides.

Cette étude s'est passée avec quatre adolescents timides du lycée de la cité des palmiers. Ces participants ont été sélectionnés avec l'aide des conseillers d'orientation de cet établissement. Au terme de cette analyse, il ressort que l'accompagnement psychologique matérialisé sous plusieurs formes aide l'adolescent timide à s'adapter. Notre recherche s'inscrit de ce fait dans les travaux de Meunier (2012).

Premièrement, on constate qu'une relation parent/adolescent satisfaisante vise la participation de chacun ainsi, l'échange et l'interaction. Toutefois tous ces adolescents apprécient l'environnement de classe qui est coopératif et accueillant. L'interaction est effective à partir de la parole qui est donnée à chacun pour s'affirmer par rapport à une séance de cours. Pour ces adolescents timides, l'attention des autres est une source de motivation. Cependant il ressort des analyses que ces enfants ne bénéficient pas tous de l'attention de leur parents.

Deuxièmement, la socialisation des adolescents timides passe par la participation aux différentes activités scolaires à travers les travaux en groupe en salle de classe, et extrascolaires à partir de l'intégration des clubs des sports à l'école, ainsi que la participation aux activités ludiques. A ce titre, le sujet 3 est une preuve de cet épanouissement scolaire du fait qu'elle s'est inscrite au club de volley Ball du lycée ainsi qu'à la chorale. Au cours de l'entretien sujet 3 laisse entendre que c'est à travers ces activités qu'elle s'est faite des amis qu'elle invite parfois à la maison pour passer du temps. Ceci nous présente une certaine confiance en soi qui manque la plupart du temps chez les adolescents timides.

Enfin, concernant le counseling il ressort des analyses que tous ces sujets sont satisfaits de l'implication du counseling dans leur vie scolaire. Le contact et l'attention que le conseiller d'orientation accorde à l'adolescent timide est bénéfique pour celui-ci qui peut dorénavant non seulement faire confiance mais aussi partager ses sentiments avec quelqu'un qui est capable de le comprendre et de lui donner des conseils pour son épanouissement et sa réussite scolaire.

Au demeurant, il ressort de tout ce qui précède que l'accompagnement psychologique qui vise l'adaptation sociale des adolescents timides ne peut être efficace que si les acteurs de l'éducation tiennent également compte du comportement de chaque adolescent en milieu scolaire et en fonction du niveau de timidité de chacun les stratégies d'accompagnement peuvent être utiles. En effet, l'adolescent timide en milieu éducatif peut s'épanouir à partir d'un certain

nombre de stratégie qui visent son adaptation sur tous les plans. Aussi, avons-nous proposé une coopération et un suivi continu de l'adolescent timide en vue de son épanouissement.

## REFERENCES BIBLIOGRAPHIQUES

- Ainsworth Mary s. Blehar Mary, Waters Everett, Wall Sally, (1978). *Patterns of Attachment: A psychological study of the strange situation*. Erlbaum, Hillsdale, New jersey
- Bowlby (1969), *attachment and loss*, vol.I, attachment, basic, books. New york
- Blanchet .a Gotman (1992). *L'enquête et ses méthodes: l'entretien*. Paris : Nathan.
- Collectif(2000), *Dictionnaire de la psychologie*. Paris: Larousse
- Danancier(2011), *le projet individualise dans l'accompagnement éducatif*. Collection: sante sociale, Dunod.
- Degnan Kathryn A, FOX Nathan A (2007), « behavioral inhibition and anxiety disorders: multiple levels of a resilience process » in *developmental psychopathology*.
- Delandsherre, G. (1979). *Dictionnaire de l'évaluation de la recherche en éducation*. Paris Depelteau, (2003). *Méthodes des sciences humaines*. Paris: éducation et JQRL.
- Document de stratégie du secteur de l'éducation 2008
- Erickson, E. H. (1972) *Adolescence en crise, la quête de l'identité*. Paris: Flammarion.
- Encyclopedia Universalis (1992). Paris: tome 17
- Fonkoua, P. (2008). *Le conseiller d'orientation et le suivi psychopédagogique de l'élève en difficulté scolaire. Processus d'intégration des enfants en difficulté d'apprentissage et adaptation scolaire*. Yaoundé : les cahiers de terroirs n°2
- Grawitz, M. (2001) *Méthodes en sciences sociales*. Paris : Dalloz 8eme édition
- Grawitz, M. (2004). *Lexique des sciences sociales*. Paris : Dalloz 11eme édition
- Gotman, A et Blanchet, A. (1992). *L'enquête et ses méthodes : l'entretien*. Paris : Nathan université, coll.
- Goanac'h, D. et Golder C. (1995). *Manuel de psychologie pour l'enseignement*. Paris : hachette
- Guichard, J. et Huteau (2006). *La psychologie de l'orientation*. Paris : Dunod 2<sup>e</sup> édition.
- Haby. R. (1973) *pour une modernisation du système éducatif*, Paris : la documentation Française 1975

- Maela (2002), *l'accompagnement : une nébuleuse*, éducation permanente n 153/ 2002-4, Nantes.
- Meunier, (2012) *l'enfant/l'adolescent timide dans le contexte éducatif Mieux comprendre pour agir*. Les analyses de la Fapeo 2012, 15/15-Décembre.
- Kagan Jerome, Snidman Nancy, Kahn, Vally, Towsley Sarah (2007)a , *the preservation of two infant temperaments into adolescence in Monographs of the society for research in child development* n0 72
- Lhotellier, A. 2001. *Tenir conseil. Délibérer pour agir*. Paris, Seli Arslan.
- Larousse (2010). *Dictionnaire de la langue française*. Paris : Bordas
- Lazarus Richard, Folkman Susan (1984), *stress, appraisal an coping, springer*, New York.
- Okene, R. (2009) *défis et perspectives de l'orientation conseil au Cameroun*. Yaoundé: l' Harmattan
- Pédagogie pratique pour l'Afrique. (1987). *Dictionnaire de l'enseignement en Afrique*. L'enhart, volume 10
- Rogers, C. (1942),*la relation d'aide et la psychothérapie*. Paris.
- Sillamy, N (1980), *Dictionnaire encyclopédique de psychologie*. Paris: Bordas A-K
- Sillamy, N (1989), *Dictionnaire de la psychologie*. Paris: Larousse
- Tourette-Turgis, C. (2001). *Le counseling*. collection Que sais-je? Paris, PUF
- Vitora, F. et Gagnon, P. (2000). *La prévention des problèmes d'adaptation chez les enfants adolescents*. Québec. presse de l'université
- Vygostsky, L. (1985). *Pensée et langage*. Paris: sociales.
- Loi N°98/004 du 14 avril 1998 d'orientation de l'éducation au Cameroun)
- MINESEC, (2009) *cahier des charges du conseiller d'orientation au Cameroun*. Yaoundé : imprimerie Nationale.

# ANNEXES

## Liste des annexes

- Grille d'analyse des données des entretiens individuels
- Guide d'entretien
- Contenu des entretiens

**ANNEXE N°1: grille d'analyse des données des entretiens individuels**

catégories	code	Sous catégories	Code	indicateurs	code
Accompagnement psychologique	A	*relation parent. Adolescent satisfaisante	A1	* indépendance des adolescents timides	a
				* prise en compte de ses besoins	b
				* création des interactions avec les pairs	c
		*participation aux activités extrascolaires	A2	*club de sport	a
				*club d'activité ludique	b
		*le counseling	A3	*les entretiens d'aide	a
				* conseil	b
Adaptation scolaire	B			* prise de la parole en classe	a
				* bien être physique et psychologique	b
				*performances scolaires satisfaisantes	c
				* amélioration des relations avec autrui	d

## **ANNEXE 2 : Guide d'entretien**

### **Identification**

-Age :

-sexe:

-classe:

**Thème0 : l'accompagnement psychologique pour une meilleure adaptation sociale des adolescents timides.**

**Thème1 : relation parent/adolescent satisfaisante**

**Sous thème1** : indépendance des adolescents timides

**Sous thème2** : prise en compte de ses besoins

**Sous thème3** : création des interactions avec les pairs

**Thème 2 : la participation aux activités extrascolaires**

**Sous thème4** : participation au club de sport

**Sous thème5** : participation aux activités ludiques

**Thème 3 : le counseling**

**Sous thème6** : entretien d'aide

**Sous thème7** : l'écoute et conseil

**Thème4 : adaptation des adolescents timides**

**Sous thème11** : prise de la parole en classe

**Sous thème12** : bien être physique et psychologique

**Sous thème13** : performances scolaires satisfaisantes

**Sous thème14** : amélioration des relations avec autrui

## ANNEXE 3 : contenu des entretiens

### Entretien avec le sujet 1

Age : 14 ans

Sexe: féminin

Classe: 3<sup>e</sup> ESP

**Interviewer** : parle-moi de ta relation avec tes parents.

**Interviewé** : mes parents et moi avons très souvent des programmes ensemble. Ils font tout leur possible pour être présent à la maison.

**Interviewer** : parle-moi de ta relation avec tes parents au quotidien?

**Interviewé** : mes parents sachant que je suis timide m'ont toujours démontré leur amour et leur tendresse. Chez moi mes parents parlent régulièrement avec moi et lorsque je fais quelque chose de bien, ils ne tardent pas à me féliciter et à m'encourager. Ils organisent des moments de détente et me demande parfois d'inviter mes camarades. Je l'ai fait plusieurs fois et je pense que j'ai beaucoup appris de ces expériences. A la moindre occasion qui peut m'emmenner à dialoguer avec les autres, il en profite et m'encourage. C'est ainsi que je suis aujourd'hui très lié aux enfants des amis de mes parents qui ont mon âge.

**Interviewer** : comment vie -tu cette situation lorsque tu es avec tes camarades en classe?

**Interviewé** : quand je suis avec mes camarades je ne suis plus angoissé, je peux alors les aborder même comme la plus part du temps je les laisse plutôt venir à moi. L'affection que me donnent mes parents est suffisante pour que je puisse m'épanouir, pour que je puisse m'affirmer quand il le faut.

**Interviewer** : comment trouves-tu l'environnement de classe?

**Interviewé** : Il faut avouer que l'ambiance dans ma salle de classe est sereine et je ne m'ennuis pas trop souvent. J'ai des camarades qui constamment viennent sur mon banc question de discuter de temps en temps avec moi. Mais j'avoue que ca me plait bien mais je ne bavarde pas beaucoup et c'est vrai que je suis souvent gêne mais je supporte et je crois qu'avec le temps cette gêne disparaît peu à peu. Je peux dire que cet environnement est coopératif et accueillant car la plupart des camarades sont respectueux et ne me dérange pas.

**Interviewer** : est ce que les camarades t'intriguent souvent et comment réagis-tu?

**Interviewé :** Je sais que cela ne manque pas à l'école alors il arrive parfois que les camarades parle de ma timidité avec un ton moqueur. Dans ce cas je fais généralement comme si je n'ai pas compris même si au fond je suis touché je gère tout cela seul dans mon coin et très souvent je préfère éviter les camarades qui se moquent de moi.

**Interviewer :** parle-moi de ta relation avec les enseignants?

**Interviewé :** je suis toujours calme dans mon coin ce qui fait que beaucoup d'enseignant ne me remarque pas et ils me posent rarement des questions. De plus ils apprécient le fait que je ne dérange pas du tout à l'école. Lorsque je travail par exemple bien, il arrive que l'enseignant m'encourage ou attire mon attention pour plus d'ardeur au travail. J'avoue que mes enseignants me punissent difficilement.

**Interviewer :** arrive-t-il souvent que l'enseignant s'occupe de toi particulièrement et comment te comportes-tu ?

**Interviewé :** oui madame certains enseignants lorsqu'ils sont en classe ne manquent pas de savoir si je suis à la page, si je comprends ce qu'on fait. Ils me posent des questions et lorsque je réagis ils me félicitent et si la réponse n'est pas satisfaisante ils m'encouragent néanmoins. Tout ceci me redonne une certaine confiance. En fait je me sens à travers cela capable de m'affirmer aussi devant les autres.

**Interviewer :** que penses-tu des activités extrascolaires telles que les sports, les différents clubs dans ton lycée?

**Interviewé :** je pense que tout ceci est bien mais je préfère me limiter aux heures de sport normale puisque je ne me sens pas assez talentueux pour intégrer ces clubs. J'apprécie l'ambiance qui se dégage de ces clubs et espère les intégrer une prochaine fois. En ce qui concerne les clubs de sport je penche beaucoup plus pour le Hand Ball. Le club des amis de la nature est celui que je préférerais faire partir. Je reconnais que dans ces clubs on est en contact permanent avec les autres et il faut non seulement faire confiance aux autres et se faire confiance pour mieux avancer. Donc pour quelqu'un comme moi c'est bénéfique.

**Interviewer :** as-tu déjà eu un entretien avec un conseiller d'orientation ?

**Interviewé :** en fait depuis que je suis arrivé au secondaire j'ai eu des entretiens quelquefois avec les conseillers d'orientation de mon lycée. Cette année notre conseiller d'orientation a remarqué mon comportement timide et s'est rapproché de moi pour en savoir plus. C'est ainsi qu'avec elle nous avons eu plusieurs entretiens.

**Interviewer :** que penses-tu du counseling en milieu scolaire?

**Interviewé :** je pense que le fait de rencontrer personnellement le conseiller d'orientation a été très bénéfique pour moi. Il faut avouer qu'au départ ce n'était pas du tout facile car je la trouvais

parfois envahissante et j'étais mal à l'aise lorsqu'elle me convoquait dans son bureau pour un entretien. Mais aujourd'hui je trouve que les conseils reçus au cours de ces entretiens m'ont permis de comprendre non seulement ma personnalité mais aussi de m'estimer, de m'épanouir. C'est à travers ces entretiens que j'ai appris beaucoup de choses qui sont à l'origine de mon adaptation scolaire. Grâce à ces entretiens aujourd'hui je peux me faire des amis et dialoguer avec eux.

**Interviewer** : comment évalues-tu cet accompagnement ?

**Interviewé** : je pense que je suis satisfait de cette attention car je suis capable de me faire des amis, de dialoguer, et sur le plan de mes performances scolaires elles sont satisfaisantes parce que je suis toujours parmi ceux qui ont réussi. En fait, au premier trimestre j'ai eu une moyenne de 11 et au deuxième trimestre. En somme je peux dire que je m'épanouis en milieu scolaire.

## Entretien avec le sujet 2

Age : 15 ans

Sexe: féminin

Classe: 3<sup>e</sup> ALL

**Interviewer** : parle-moi de ta relation avec tes parents au quotidien?

**Interviewé** : en fait ce ne sont pas mes parents biologiques puisqu'ils sont décédés après un accident de circulation. Je vis avec ma tante qui n'est jamais satisfaite de ce que je fais à la maison. Elle me rabaisse sans cesse et me traite tout le temps de nul. Bref l'atmosphère est invivable chez moi et avec mes parents le courant ne passe vraiment pas.

**Interviewer** : comment vie -tu cette situation lorsque tu es avec tes camarades en classe?

**Interviewé** : lorsque je suis à l'école avec les camarades j'essaie un peu d'oublier ma situation. En plus, le conseiller d'orientation me soutient sans cesse à travers l'écoute et les conseils.

**Interviewer** : comment trouves-tu l'environnement de classe?

**Interviewé** : dans ma classe l'ambiance est vraiment coopérative car la plupart du temps les uns et les autres communiquent sans aucun problème. Je préfère beaucoup plus ne pas entreprendre les conversations mais les camarades m'approchent et parfois même m'invitent pendant les pauses.

**Interviewer** : est-ce que tes camarades t'intriguent de temps en temps à l'école et comment te comportes-tu à ce moment?

**Interviewé** : étant orpheline et avec ma tante qui ne s'abstient pas de me rabaisser tous les jours, je suis parfois profondément touchée par ces intrigues. Mais comme je suis habituée aux paroles bassantes, j'arrive à surmonter, je ne m'attarde pas dessus.

**Interviewer** : as-tu déjà eu des entretiens avec un conseiller d'orientation?

**Interviewé** : j'ai déjà rencontré des conseillers d'orientation bien avant mais c'est au début de cette année que j'ai eu des entretiens avec un conseiller d'orientation qui m'aide beaucoup concernant ma vie scolaire et familiale puisqu'à la maison ça ne va pas du tout avec ma tante qui est tout le temps amère.

**Interviewer** : que penses-tu du counseling en milieu scolaire?

**Interviewé :** c'est à travers le counseling que je retrouve l'envie de passer mes journées à l'école. A la rentrée j'étais au plus mal à cause de la cohabitation difficile à la maison. Cet état de chose affectait gravement ma vie scolaire puisque j'étais tout le temps triste et ma timidité était un peu plus accentuée. Mes performances scolaires étaient au plus mal. C'est à ce moment là que le conseiller d'orientation m'a convoqué pour comprendre ce qui me dérangeait. Nos entretiens ont donc commencé à ce moment et nous en avons eu plusieurs. Les entretiens avec le conseiller d'orientation m'ont permis peu à peu de mieux gérer ma situation à la maison ainsi qu'à l'école. Au départ me confier au conseiller n'était pas du tout facile mais elle a su être à l'écoute et avec le temps la confiance s'est installée et j'ai commencé à tout lui raconter. A travers ses conseils, j'ai pu me faire des amis et je peux dorénavant échanger avec les autres même comme j'angoisse toujours quand il faut le faire.

**Interviewer :** que penses-tu des activités extrascolaires telles que les sports, les différents clubs dans ton lycée?

**Interviewé :** je n'est pas encore participé aux activités extrascolaires mais lorsque je vois les autres faire je suis vraiment intéressé. J'avoue qu'aux heures de sport on s'amuse bien et j'apprécie vraiment ces moments. J'aspire à intégrer le club des amis de la nature étant donné que j'aime être en contact avec la nature ou alors les autres clubs en activité au lycée.

**Interviewer :** penses-tu que tu t'adapte mieux à l'école aujourd'hui?

**Interviewé :** avec cette attention que je reçois sans cesse, avec le temps j'ai retrouvé le sourire à l'école, je peux me rendre sans stresser au bureau de l'orientation scolaire, me balader avec les autres camarades aux heures de pause. Je suis en classe de troisième et avec les efforts que je fournis à l'école je suis sûr d'avoir mon examen en fin d'année. Concernant mes notes à l'école, elles sont acceptables.

### Entretien avec le sujet 3

Age : 16 ans

Sexe: féminin

Classe: 2<sup>nd</sup>e A

**Interviewer** : parle-moi de ta relation avec tes parents.

**Interviewé** : mes parents travaillent beaucoup et rentre généralement une fois la nuit tombe.

**Interviewer** : parle-moi de ta relation avec tes parents au quotidien?

**Interviewé** : bien que mes parents soient un peu plus absents, ils trouvent néanmoins un petit moment pour moi. Quand ils rentrent le soir ils veulent savoir comment j'ai passé la journée, ce qu'il me faut pour m'épanouir bref ils m'accordent toute l'attention. Je suis heureuse avec mes parents puisque lorsque l'occasion se présente nous sortons tous ensemble, on rend visite on se rend dans les lieux d'attraction pour nous divertir. Je profite pour me faire des amis avec qui nous partageons les mêmes goûts. En plus, en famille mes parents me permettent d'inviter les amis et trouver un temps pour moi.

**Interviewer** : comment trouves-tu l'environnement de classe?

**Interviewé** : je trouve l'environnement de classe accueillant et coopératif puisque mes camarades ne sont pas agressif même au niveau de la parole. Il est bien vrai que parfois quelques uns peuvent lancer des blagues qui sont de mauvais gout. Très souvent ca m'atteins profondément mais je fais des efforts pour ne pas exprimer cela.

**Interviewer** : parle-moi de ta relation avec les enseignants?

**Interviewé** : avec mes je peux dire que je n'ai aucun problème quand ils sont en classe je suis attentive, je ne perturbe pas et lorsqu'il y a un travail à faire je suis active. Mes enseignants son compréhensif et me reproche souvent de ne pas poser des questions. Je reconnais qu'ils sont très souvent attentifs à mon sujet et m'interpellent tout le temps pour se rassurer si on est ensemble. Lorsque je travaille bien je reçois des félicitations de leur part ce qui m'encourage a mieux faire.

**Interviewer** : arrive-t-il souvent que l'enseignant s'occupe de toi particulièrement et comment te comportes-tu ?

**Interviewé** : c'est d'ailleurs très fréquent ce qui est bénéfique pour moi car au fil du temps je m'habitue au fait que je vais être interpellé pour participer a la leçon.

**Interviewer** : que penses-tu des activités extrascolaires telles que les sports, les différents clubs dans ton lycée?

**Interviewé** : les activités extrascolaires m'ont toujours intéressé et avec l'aide du conseiller d'orientation je me suis inscrite au club de volley du lycée puis en plus j'ai intégré la chorale du lycée. J'avoue que lorsque je chante ou lorsque je joue je me sens confiant et épanoui. De plus, je me suis faite des amis que j'invite très souvent à la maison. Ces activités extrascolaires m'ont permis d'avoir confiance en moi. Aujourd'hui je parviens à chanter devant un grand public.

**Interviewer** : as-tu déjà eu un entretien avec un conseiller d'orientation ?

**Interviewé** : j'ai toujours été encadré par les conseillers d'orientation mais je n'ai pas encore eu un entretien avec ceux-ci. C'est au début de cette année que j'ai eu un entretien avec le conseiller d'orientation.

**Interviewer** : que penses-tu du counseling en milieu scolaire?

**Interviewé** : j'ai enchaîné des entretiens avec le conseiller d'orientation et les conseils qu'elle me donnait m'ont aidé pour mieux m'épanouir. Au départ ce n'était pas facile puisque lorsque j'avais à dire j'écrivais tout sur un bout de papier que je glissais soigneusement sous la porte de son bureau. Quand elle voyait mon mot, elle se précipitait dans ma salle de classe pour me conduire dans son bureau. Plus les entretiens se sont multipliés et la confiance s'est installée ; aujourd'hui elle est pratiquement ma confidente.

**Interviewer** : comment évalues-tu cet accompagnement ?

**Interviewé** : je peux dire sans hésiter que je me sens beaucoup mieux aujourd'hui. Je m'épanouis bien dans mon club de sport où je produis d'ailleurs de bons résultats. Sur le plan de mes performances scolaires, elles sont satisfaisantes.

## Entretien avec le sujet 4

Age : 14 ans

Sexe: Masculin

Classe: 2<sup>nd</sup>e C

**Interviewer** : passes-tu souvent du temps avec tes parents? Racontes.

**Interviewé** : mes parents lorsqu'ils ne sont pas au travail, ils ménagent du temps pour moi.

**Interviewer** : parle-moi de ta relation avec tes parents au quotidien?

**Interviewé** : mes parents sont très attentifs lorsqu'ils reviennent du travail et lorsqu'ils ont un peu de temps, je suis au petit soin. Surtout ma maman elle veut savoir comment je me sens, comment je vais et ce dont j'ai besoin. Mes parents me considèrent déjà comme un adulte et me laissent généralement le temps de choisir ce qui est bien pour moi. J'ai également la liberté de rendre visite et d'inviter mes camarades étant donné que je n'ai pas vraiment d'ami. Je sais quand même que j'ai cette opportunité là.

**Interviewer** : comment trouves-tu l'environnement de classe?

**Interviewé** : dans ma salle de classe on ne s'occupe généralement pas du problème de l'autre. Ce qui fait que les camarades sont plus dans l'individualisme. Je ne peux pas vraiment dire que l'environnement de classe est accueillant et coopératif. Ce qui est intéressant c'est qu'ainsi je me retrouve bien puisque je n'ai pas trop le courage de m'ouvrir aux autres.

**Interviewer** : est ce qu'il arrive souvent qu'on vous pose la question ? Et comment réagis-tu ?

**Interviewé** : on me pose souvent les questions et je fais l'effort de répondre. Mais je m'abstiens de lever le doigt pour poser une question. Donc même si je n'ai pas compris, je me débrouille après tout seul pour remédier à ce problème.

**Interviewer** : parle-moi de ta relation avec les enseignants?

**Interviewé** : avec mes enseignants je passe de formidables moments puisque la plupart d'entre eux s'intéresse particulièrement de moi. Ils m'interrogent, me félicitent quand je travaille bien.

**Interviewer** : que penses-tu des activités extrascolaires telles que les sports, les différents clubs dans ton lycée?

**Interviewé** : les activités extrascolaires ne m'intéressent vraiment pas mais j'aime bien voir mes camarades faire. Je reconnais que ces activités peuvent m'aider à me faire des amis, à avoir confiance en moi, en mes capacités mais crois que je ne suis pas encore prêt pour le faire.

**Interviewer** : as-tu déjà eu un entretien avec un conseiller d'orientation ?

**Interviewé** : des entretiens j'en ai eu et je pense que les conseils que le conseiller d'orientation me donne sont très importants. Grâce à notre contact j'ai compris beaucoup de choses concernant ma personnalité ainsi que mon comportement. A travers les entretiens j'apprends bien la signification et l'importance des relations humaines. Le conseiller d'orientation a su stimuler en moi le dialogue, l'esprit de partage. Ce qui fait que chaque jour fais l'effort de mettre cela en pratique.

**Interviewer** : comment évalues-tu cet accompagnement ?

**Interviewé** : l'attention reçue ne peut que me procurer beaucoup de plaisir. Aujourd'hui je pense que les choses s'améliorent sur tous les plans. Lorsque je suis à l'école, je me plais bien dans mon milieu je travaille bien, mes notes s'améliorent,