

**REVUE INTERNATIONALE DE LITTERATURE  
ET DE LINGUISTIQUE APPLIQUEES (RILLA)**

---



# **RILLA**

**Vol 1, N°11– Août 2020, ISSN 1840 – 6408.**

**Revue annuelle, publiée par :  
L'INSTITUT UNIVERSITAIRE PANAFRICAIN (IUP),**

**Sous la direction du :  
Pr Taofiki KOUMAKPAÏ &  
Dr (MC) Julien K. GBAGUIDI**



**Editions Africatex Médias,  
01 BP 3950 Porto-Novo, Bénin**

**REVUE INTERNATIONALE DE LITTERATURE  
ET DE LINGUISTIQUE APPLIQUEES (RILLA)**

---

# **RILLA**

**Vol 1, N°11 – Août 2020, ISSN 1840 – 6408**

**Revue annuelle, publiée par :  
L'INSTITUT UNIVERSITAIRE PANAFRICAIN (IUP)**

*Autorisation : Arrêté N° 2011 - 008 / MESRS /CAB / DC /SGM / DPP /DEPES /SP*

*Modifiée par l'arrêté N° 2013 - 044 / MESRS /CAB / DC /SGM / DPP /DEPES /SP*

Courriels : [iup.benin@yahoo.com](mailto:iup.benin@yahoo.com) / [iupuniversite@gmail.com](mailto:iupuniversite@gmail.com)

Sites web : [www.iup-universite.com](http://www.iup-universite.com) / [www.iup.edu.bj.com](http://www.iup.edu.bj.com)

**Sous la direction du :**  
**Pr Taofiki KOUMAKPAÏ &**  
**Dr (MC) Julien K. GBAGUIDI**



**Editions Africatex Médias**

01 BP 3950, Oganla,

Porto-Novo, Rép. du Bénin.

Tél : (+229) 97 29 65 11 / 95 13 12 84 / 97 98 78 10

**Copyright : RILLA 2020**

- ❖ Tous droits de reproduction, de traduction et d'adaptation réservés pour tous les pays.
  
- ❖ *No part of this journal may be reproduced in any form, by print, photo-print, microfilm or any other means, without written permission from the publisher.*

**ISSN 1840 - 6408**

**Bibliothèque Nationale,  
Porto-Novo, Rép. du Bénin.**



**Editions Africatex Médias**

01 BP 3950, Oganla,  
Porto-Novo, Rép. du Bénin

Tél : (+229) 97 29 65 11 / 95 13 12 84 / 97 98 78 10

**Août 2020**

## **COMITE DE REDACTION**

- Directeur de Publication :

**Pr Taofiki KOUMAKPAÏ**

Professeur Titulaire des Universités (CAMES),  
Département d'Anglais, Faculté des Lettres,  
Langues, Arts et Communication (FLLAC),  
Université d'Abomey- Calavi, Bénin.

- Rédacteur en Chef :

**Pr Cyriaque C. S. AHODEKON**

Professeur Titulaire des Universités (CAMES),  
Département de la Sociologie et  
d'Anthropologie, Faculté des Lettres, Langues,  
Arts et Communication (FLLAC), Université  
d'Abomey- Calavi, Bénin.

- Rédacteur en Chef Adjoint :

**Dr (MC) Julien K. GBAGUIDI,**

Maître de Conférences des Universités  
(CAMES), Département des Sciences du  
Langage et de la Communication, Faculté des

Lettres, Langues, Arts et Communication  
(FLLAC), Université d'Abomey- Calavi, Bénin.

- Secrétaire à la rédaction :

**Dr (MC) Raphaël YEBOU,**  
Maître de Conférences des Universités  
(CAMES), Département des Lettres Modernes,  
Faculté des Lettres, Langues, Arts et  
Communication (FLLAC), Université  
d'Abomey- Calavi, Bénin.

- Secrétaire Adjoint à la rédaction :

**Dr (MC) Mouftaou ADJERAN**  
Maître de Conférences des Universités  
(CAMES), Département des Sciences du  
Langage et de la Communication, Faculté des  
Lettres, Langues, Arts et Communication  
(FLLAC), Université d'Abomey- Calavi, Bénin.

- Secrétaire à la documentation :

**Dr Abraham OLOU,**  
Maître-Assistant de la linguistique descriptive  
des Universités (CAMES), Département des

Sciences du Langage et de la Communication,  
Faculté des Lettres, Langues, Arts et  
Communication (FLLAC), Université  
d'Abomey- Calavi, Bénin.

➤ Secrétaire à la Traduction et aux Relations Publiques :

**Dr Théophile G. KODJO SONOU**

Maître-Assistant de Langue et Didactique  
Anglaises, Traducteur, Interprète de l'Institut  
Universitaire Panafricain (IUP), Porto-Novo,  
Bénin.

## **COMITE SCIENTIFIQUE DE LECTURE**

Président:

**Pr Akanni Mamoud IGUE**

Professeur Titulaire des Universités (CAMES),  
Département des Sciences du Langage et de la  
Communication, Faculté des Lettres, Langues,  
Arts et Communication (FLLAC), Université  
d'Abomey- Calavi, Bénin.

Membres :

**Pr Augustin A. AINAMON**

Professeur Titulaire des Universités (CAMES),  
Département d'Anglais, Faculté des Lettres,  
Langues, Arts et Communication (FLLAC),  
Université d'Abomey- Calavi, Bénin.

**Pr Ambroise C. MEDEGAN**

Professeur Titulaire des Universités (CAMES),  
Département d'Anglais, Faculté des Lettres,  
Langues, Arts et Communication (FLLAC),  
Université d'Abomey- Calavi, Bénin.

**Pr Médard Dominique BADA**

Professeur Titulaire des Universités (CAMES),  
Département des Sciences du Langage et de la  
Communication, Faculté des Lettres, Langues,  
Arts et Communication (FLLAC), Université  
d'Abomey- Calavi, Bénin.

**Pr Gabriel C. BOKO**

Professeur Titulaire des Universités (CAMES),  
Département des Sciences de l'Education et la  
Psychologie, Faculté des Lettres, Langues, Arts  
et Communication (FLLAC), Université  
d'Abomey- Calavi, Bénin.

**Pr Laure C. CAPO-CHICHI ZANOU**

Professeur Titulaire des Universités (CAMES),  
Département d'Anglais, Faculté des Lettres,  
Langues, Arts et Communication (FLLAC),  
Université d'Abomey- Calavi, Bénin.

**Pr Pascal Okri TOSSOU**

Professeur Titulaire des Universités (CAMES),  
Département des Lettres Modernes, Faculté des  
Lettres, Langues, Arts et Communication  
(FLLAC), Université d'Abomey- Calavi, Bénin.

## **CONTACTS**

**Monsieur le Directeur de publication,  
Revue Internationale de Littérature et Linguistique**

**Appliquées (RILLA),**

**Institut Universitaire Panafricain (IUP),**

Place de l'Indépendance, Avakpa -Tokpa,

01 BP 3950, Porto – Novo, Rép. du Bénin ;

Tél. (+229) 20 22 10 58 / 97 29 65 11 / 65 68 00 98 /

95 13 12 84

**Courriel :** [iup.benin@yahoo.com](mailto:iup.benin@yahoo.com) ;

[iupuniversite@gmail.com](mailto:iupuniversite@gmail.com)

**Site web:** [www.iup-universite.com](http://www.iup-universite.com) ; [www.iup.edu.bj](http://www.iup.edu.bj)

# **LIGNE EDITORIALE ET DOMAINES DE RECHERCHE**

## **1. LIGNE EDITORIALE**

La Revue Internationale de Littérature et de Linguistique Appliquée (RILLA) est une revue scientifique spécialisée en lettres et langues. Les articles que nous publions sur les lettres et langues peuvent être écrits en français, en anglais, en allemand, en espagnol et en yoruba. Ces articles sont reçus au secrétariat du comité de rédaction de la revue et envoyés en évaluation. Ceux qui ont reçu des avis favorables sont sélectionnés pour une réévaluation par les membres du comité scientifique en raison de leur originalité, des intérêts qu'ils présentent aux plans africain et international et de leur rigueur scientifique. Après les travaux préliminaires du secrétariat, le spécimen du numéro à publier est envoyé au comité scientifique de lecture pour des corrections éventuelles et la vérification de la conformité des articles aux normes de publication de la revue.

Notons que les articles que notre revue publie doivent respecter les normes éditoriales suivantes :

➤ **La taille des articles**

Volume : 18 à 20 pages ; interligne : 1,5 ; pas d'écriture (taille) : 12 ; police : Time New Roman.

➤ **Ordre logique du texte**

- Un TITRE en caractère d'imprimerie et en gras. Le titre ne doit pas être trop long ;
- Un Résumé fait dans la langue de publication (50 à 200 mots maximum) ;  
Les mots clés (03 à 05 mots) font partie du résumé ;
- Un résumé en anglais ou en français selon la langue d'écriture de l'article. Le second résumé ou abstract est juste la traduction du premier résumé. Il est aussi fait de mots clés exactement comme dans le premier cas ;
- Introduction ;
- Développement ;

Les articulations du développement du texte doivent être titrées et / ou sous titrées ainsi :

➤ Pour le **Titre** de la première section et sous-section

1. Pour le titre de la première section

1.1. Pour le titre de la première sous-section

1.2. Pour le titre de la deuxième sous-section de la première section etc.

➤ Pour le **Titre** de la deuxième section

2. Pour le titre de la deuxième section

2.1. Pour le titre de la première sous-section de la deuxième section

2.2. Pour le titre de la deuxième sous-section de la deuxième section etc.

➤ **Conclusion**

Elle doit être brève et insister sur l'originalité des résultats de la recherche

➤ **Bibliographie**

Les sources consultées et / ou citées doivent figurer dans une rubrique, en fin de texte, intitulé :

• **Bibliographie**

Elle est classée par ordre alphabétique (en référence aux noms de famille des auteurs) et se présente comme suit :

Pour un livre : Nom, Prénoms (ou initiaux), Titre du livre (en italique), Lieu d'édition, Editions, Année d'édition.

Pour un article : Nom, Prénoms (ou initiaux), "Titre de l'article" (entre griffes) suivi de in, Titre de la revue (*en italique*), Volume, Numéro, Lieu d'édition, Editions, Année d'édition, Indication des pages occupées par l'article dans la revue.

Les rapports et des documents inédits mais d'intérêt scientifique peuvent être cités.

- **La présentation des notes**

- La rédaction n'admet que des notes en bas de page. **Les notes en fin de texte ne sont pas tolérées.**
- Les citations et les termes étrangers sont en italique et entre guillemets « ».
- Les titres d'articles sont entre griffes " ". Il faut éviter de les mettre en italique.
- La revue RILLA s'interdit le soulignement.
- Les références bibliographiques en bas de page se présentent de la manière suivant :

Prénoms (on peut les abréger par leurs initiaux) et nom de l'auteur, Titre de l'ouvrage, (s'il s'agit d'un livre) ou "Titre de l'article", Nom de la revue, Vol, N°, Lieu d'édition, Editions, Année d'édition, n° de page.

Le système de référence par année à l'intérieur du texte est également toléré.

Elle se présente de la seule manière suivante : Prénoms et Nom de l'auteur (année d'édition : n° de page). NB : Le choix de ce système de référence oblige l'auteur de l'article proposé à faire figurer dans la bibliographie en fin de texte toutes les sources citées à l'intérieur du texte.

Le comité scientifique de lecture est le seul juge de la scientificité des textes publiés. Le comité de rédaction de la revue est le seul habilité à publier les textes retenus par le comité scientifique de lecture.

Les avis et opinions scientifiques émis dans les articles n'engagent que leurs propres auteurs. Les textes non publiés ne sont pas retournés.

La présentation des figures, cartes, graphiques... doit respecter le format (format : 15/21) de la mise en page de la revue RILLA.

Tous les articles doivent être envoyés à l'adresse suivante : [iup.benin@yahoo.com](mailto:iup.benin@yahoo.com) ou [presidentsonou@yahoo.com](mailto:presidentsonou@yahoo.com) ou [iupuniversite@gmail.com](mailto:iupuniversite@gmail.com)

NB : Un auteur dont l'article est retenu pour publication dans la revue RILLA participe aux frais d'édition par article et par numéro. Il reçoit, à titre gratuit, un tiré-à-part et une copie de la revue publiée à raison de cinquante mille (50 000) francs CFA.

## **2. DOMAINE DE RECHERCHE**

La Revue Internationale de Littérature et de Linguistique Appliquées (RILLA) est un instrument au service des chercheurs qui s'intéressent à la publication d'articles et de comptes rendus de recherches approfondies dans les domaines ci-après :

- **lettres** : littératures, grammaire et stylistique des langues françaises, anglaises, allemandes, espagnoles et yoruba ;
- **langues** : linguistique, didactique des langues, traduction, interprétation des langues, civilisations françaises et anglaises ;
- **sujets généraux d'intérêts vitaux** pour le développement des études en lettres et langues françaises, anglaises, allemandes, espagnoles et yoruba.

Au total, la Revue Internationale de Littérature et de Linguistique Appliquées (RILLA) se veut le lieu de rencontre et de dissémination de nouvelles idées et opinions savantes dans les domaines ci-dessus cités.

### **LE COMITE DE REDACTION**

## **EDITORIAL**

La Revue Internationale de Littérature et de Linguistique Appliquée (RILLA), publiée par l'Institut Universitaire Panafricain (IUP), est une revue ouverte aux chercheurs des institutions universitaires de recherche et enseignants-chercheurs des universités, instituts universitaires, centres universitaires et grandes écoles.

L'objectif du lancement de cette revue dont nous sommes à la neuvième publication est de permettre aux collègues chercheurs et enseignants-chercheurs d'avoir une tribune pour faire connaître leurs travaux de recherche.

Le comité scientifique de lecture de la RILLA est présidé par le Pr Akanni Mamoud IGUE. Ce comité compte sept membres qui sont des Professeurs Titulaires. Aussi voudrions-nous informer les lecteurs de la RILLA, qu'elle devient multilingue avec des articles rédigés aussi bien en français, en anglais, en allemand, en espagnol qu'en yoruba.

**Pr Taofiki KOUMAKPAÏ**

## CONTRIBUTEURS D'ARTICLES

| <i>N°</i> | <i>Nom et Prénoms</i>  | <i>Articles contribués</i>   | <i>Adresses</i>   |
|-----------|--|--|---|
| 1         | <p><b>Dr Rissikatou MOUSTAPHA-BABALOLA</b></p> <p><b>Dr Oba-Nsola Agnila Léonard Clément BABALOLA</b></p> <p style="text-align: center;"><b>&amp;</b></p> <p><b>Dr Crépin Djima LOKO</b></p> | <p>Pragmatic Transfer Analysis in Adjarra English Students' Translation</p> <p style="text-align: center;"><b>Page 23 - 57</b></p> | <p>Centre Universitaire d'Adjarra, Université d'Abomey-Calavi (UAC), Bénin</p> <p>Faculté des Lettres, Arts et Sciences Humaines (FLASH), Université de Parakou, Bénin</p> <p>Ecole Normale Supérieure (ENS), Université d'Abomey-Calavi (UAC), Bénin</p> |
| 2         | <p><b>Drs <i>CHOGOLOU ODOUWO Guillaume Abiodoun,</i></b></p>   | <p><b>Fatigue psychique et rendement scolaire chez les élèves adolescents du collège</b></p>                                       | <p>Faculté des Sciences Humaines et Sociales (FASHS)/Université d'Abomey-Calavi (UAC), Bénin</p>  |

|   |   |  |  |
|---|---|--|--|
|   | <p><i>AKOUETE</i><br/><i>HOUNSINO</i><br/><i>Florentine,</i></p> <p><i>BOKO C.</i><br/><i>Gabriel</i></p>                         | <p>Père Aupiais de<br/>Cotonou (Bénin)</p> <p><b>Page 58 - 86</b></p>  |  |
| 3 | <p><b>Dr Samuel</b><br/><b>Olufemi</b><br/><b>BABATUNDE</b></p> <p><b>&amp;</b></p> <p><b>Anthony Kayode</b><br/><b>SALAU</b></p> | <p>Multilingualism across borders: nigeria-republic of benin as case study.</p> <p><b>Page 87 - 116</b></p>                              | <p>Department of french studies, Tai Solarin University of Education, Ijebu-Ode, Nigeria<br/><a href="mailto:babatundesotasued.edu.ng">babatundesotasued.edu.ng</a><br/>&amp;<br/><a href="mailto:salaukayode@gmail.com">salaukayode@gmail.com</a></p> |
| 4 | <p><b>Dr Théophile G.</b><br/><b>KODJO</b><br/><b>SONOU</b></p>   | <p>Analysis of classroom management techniques in english as a foreign language teaching and learning at lycee behanzin<sup>1</sup>,</p> | <p>English Department, "Institut Universitaire Panafricain-IUP", Porto-Novo, Republic of Benin</p>   |

---

<sup>1</sup> Lycée in francophone educational system is a secondary school

|   |                                      |   |   |
|---|--------------------------------------|---|---|
|   |                                      | porto-novo, republic of<br>benin<br><b>Page 117 - 142</b>   | <a href="mailto:presidentsonou@yahoo.com">presidentsonou@yahoo.com</a>  |
| 5 | <b>Dr Olaniran O.<br/>E. BALOGUN</b> | Biblical beatitudes and<br>rebuilding nigeria<br>foundation<br><br><b>Page 143 - 187</b>                            | Department of Religious<br>Studies, College of<br>Humanities (Cohum)<br>Tai Solarin University of<br>Education, Ijebu Ode,<br>Ogun State, Nigeria<br><a href="mailto:olaniranbalogun56@gmail.com">olaniranbalogun56@gmail.com</a> |
| 6 | <b>Dr Samson<br/>Abiola AJAYI</b>    | La litterature française<br>du 18 <sup>e</sup> siecle : une<br>introduction didactique<br><br><b>Page 188 - 209</b> | Department of Foreign<br>Languages, Olabisi<br>Onabanjo University,<br>Ago-Iwoye, Nigeria<br><a href="mailto:Sambiola_ajayi@yahoo.com">Sambiola_ajayi@yahoo.com</a>   |
| 7 | <b>Gérard Kouessi<br/>AMOUZOU</b>    | Facteurs socio-<br>culturels de la<br>deperdition scolaire<br>des filles en milieu                                  | Ecole Doctorale<br>Pluridisciplinaire «<br>Espaces, Cultures et<br>Développement » (EDP-  |

|          |   |  |   |
|----------|---|--|---|
|          | <p style="text-align: center;"><b>&amp;</b></p> <p style="text-align: center;"><b>Pr Coovi<br/>Cyriaque<br/>AHODEKON<br/>SESSOU</b></p> | <p style="text-align: center;">kotafɔn d'athieme, sud<br/>benin</p> <p style="text-align: center;"><i>Socio-cultural factors<br/>of school dropout of<br/>girls in kotafɔn<br/>Athiémé, South Benin</i></p> <p style="text-align: center;"><b>Page 210 - 253</b></p> | <p style="text-align: center;">ECP), Université<br/>d'Abomey-Calavi<br/>(UAC), Bénin.</p> <p style="text-align: center;"><b>&amp;</b></p> <p style="text-align: center;">Professeur Titulaire des<br/>Universités (CAMES),<br/>Ecole Doctorale<br/>Pluridisciplinaire «<br/>Espaces, Cultures et<br/>Développement » (EDP-<br/>ECP), Université<br/>d'Abomey-Calavi<br/>(UAC), Bénin.</p> |
| <b>8</b> | <p style="text-align: center;"><b>Houévo Diane<br/>Blandine<br/>YAMBODE</b></p>   | <p style="text-align: center;">Analysing the Concept<br/>of Education in Simon<br/>Watson's <i>No Man's<br/>Land</i></p> <p style="text-align: center;"><b>Page 254 - 289</b></p>  | <p style="text-align: center;">Ecole Doctorale<br/>Pluridisciplinaire «<br/>Espaces, Cultures et<br/>Développement » (EDP-<br/>ECP) de l'Université<br/>d'Abomey-Calavi, Bénin</p>  |
| <b>9</b> | <p style="text-align: center;"><b>Casmir MEVO</b></p>   | <p style="text-align: center;">Du titre phare au titre<br/>fort, la dynamique de</p>   | <p style="text-align: center;">Laboratoire d'Etudes<br/>Africaines et de</p>  |

|    |  |   |   |
|----|--|---|---|
|    |  | <p>l'art du titre dans la chanson traditionnelle <i>fɔn</i> et <i>maxi</i> du Bénin</p> <p><b>Page 290 - 317</b></p>    | <p>Recherche sur le Fâ (Larefa), Université d'Abomey-Calavi (République du Bénin)</p> <p><a href="mailto:casmirmevo@gmail.com">casmirmevo@gmail.com</a></p> |
| 10 | <p><b>Sévérin ORICHA &amp; Issiaka H. DOSSOU-ABATA</b></p> | <p>Bridging imperialism and humanism: for kipling, were indians not less than sandals?</p> <p><b>Page 318 - 349</b></p> | <p>Ecole Doctorale Pluridisciplinaire « Espaces, Cultures et Développement » (EDP-ECP) de l'Université d'Abomey-Calavi, Bénin</p>                           |



**FATIGUE PSYCHIQUE ET RENDEMENT  
SCOLAIRE CHEZ LES ELEVES ADOLESCENTS  
DU COLLEGE PERE AUPIAIS DE COTONOU  
(BENIN)**

**CHOGOLOU ODOUWO** *Guillaume Abiodoun*

Université d'Abomey-Calavi,

*AKOUETE HOUNSINO* *Florentine*

Université d'Abomey-Calavi,

*BOKO C. Gabriel*

Université d'Abomey-Calavi

**Résumé**

*La présente recherche effectuée auprès de 437 jeunes élèves du Collège Père Aupiais de Cotonou, s'intéresse à la fatigue psychique à l'adolescence et son influence sur le rendement scolaire. Elle cherche à analyser les sources de cette forme de fatigue liée au développement de l'adolescent en identifiant leurs conséquences afin de proposer une piste d'accompagnement du jeune psychiquement fatigué. Les données collectées à l'aide d'une méthodologie mixte et en nous appuyant sur les théories et mécanismes de la fatigue et les modèles de performances scolaires, révèlent que la fatigue psychique à l'adolescence est un symptôme carrefour qui perturbe la scolarisation des jeunes. Face aux défis de la réussite scolaire, les sources de la fatigue se conjuguent au quotidien pour les jeunes et constituent des facteurs déterminants qui influencent leur rendement scolaire. Ceci nous a amenés à oser quelques suggestions à l'endroit des adolescents eux-mêmes, de leurs parents et des enseignants.*

**Mots clés :** Fatigue psychique, rendement scolaire, adolescent, Bénin.

## **Abstract**

*The present research carried out with 437 young pupils of the Père Aupiais College of Cotonou, is interested in mental fatigue during adolescence and its influence on academic performance. It seeks to analyze the sources of this form of fatigue linked to adolescent development by identifying their consequences in order to offer a support track for the mentally tired young person. The data collected using a mixed methodology and based on the theories and mechanisms of fatigue and models of school performance, reveal that mental fatigue in adolescence is a crossroads symptom that disrupts the education of young people. . Faced with the challenges of academic success, the sources of fatigue combine daily for young people and constitute determining factors which influence their academic performance. This led us to dare to make a few suggestions about the adolescents themselves, their parents and the teachers.*

**Keywords** : Psychic fatigue, academic performance, adolescent, Benin.

## **Introduction**

Nous vivons dans une civilisation de surmenage où les uns et les autres en arrivent à manifester le sentiment de dépit devant des journées interminables. Les adolescents traversent la phase critique de leur développement psychosocial, pendant laquelle doivent s'opérer l'appropriation du corps qui change, la distanciation par rapport aux parents (pour réaliser leurs propres conquêtes) et le désir de s'inscrire dans la société (pour y trouver leurs propres identifications). Autant de situations conflictuelles qui génèrent de la fatigue et qui demandent que l'on porte

une attention particulière à cette période de la vie. Outre son travail psychique important et ses nombreux conflits internes de développement, il subit aussi des demandes extérieures parfois écrasantes. Celles-ci proviennent tout à la fois de sa vie familiale, de sa vie scolaire élitiste, de son apprentissage social au milieu de ses pairs, de certaines menaces contemporaines et de ses préoccupations socio-économiques ou celles d'avenirs majeurs. Un tel climat rend le jeune scolarisé particulièrement vulnérable face aux performances scolaires, alors que la possibilité à être tout simplement « fatigué », lui est si paradoxalement déniée par les adultes. Qu'on en soit conscient ou non, un conflit personnel provoque toujours la fatigue.

Nos expériences en matière d'éducation et d'enseignement auprès des élèves adolescents du Collège Père Aupais de Cotonou nous ont amené à écouter certains élèves adolescents prononcer des expressions du genre : « j'en ai marre », « je suis fatigué », « je n'arrive pas à m'endormir », « j'en ai assez », « je suis énervé », « je suis triste », « j'ai mal à la tête », « je n'ai pas faim »... Comment comprendre ces cris qui ne sont en réalité que des appels de détresse ? On constate, en effet, que la plupart de ces jeunes ont souvent l'impression d'être fatigués et cherchent parfois en vain d'y résister. Même après le repos, certains présentent, d'après nos observations, des signes de somnolence en pleine activité pédagogique. Or, le problème de rendement ou de performance scolaire est lié à la fatigue de l'adolescent. Ceci mérite de retenir l'attention de tout éducateur. C'est cette motivation profonde qui nous a conduits dans cette étude sur : « Fatigue psychique et rendement scolaire chez les adolescents », avec comme principale question de

recherche : dans quelle mesure les rendements scolaires chez les élèves adolescents du Collège Père Aupiais de Cotonou dépendent-ils des manifestations de la fatigue psychique ? Notre hypothèse générale postule en conséquence que la fatigue psychique à l'adolescence influe sur le niveau de rendement scolaire. En analysant les sources de fatigue psychique liées au développement de l'adolescent et les manifestations de celle-ci et en identifiant ses conséquences sur le rendement de l'adolescent scolarisé, notre objectif vise principalement à montrer que toute fatigue psychique chez l'adolescent est une rupture d'équilibre psychologique et physique qu'il faut prendre au sérieux et bien gérer pour aider celui-ci à réussir son éducation scolaire.

Nous nous sommes, à cet effet, inspiré de plusieurs théories analysant des mécanismes de la fatigue et des modèles de performances scolaires, que nous jugeons complémentaires. Woodworth et Schlosberg (1959) partent de la notion empirique selon laquelle l'activité répétée et continue des muscles provoque la fatigue. Mais les expériences du physiologue russe N.J. Vvdenskij (1953), sur des préparations nerf-muscles ont mis en évidence que la fibre nerveuse était presque infatigable et qu'on ne saurait lui attribuer la fatigue. Il préfère que l'on parle d'inhibition et non de fatigue. Par contre, Sechenov (1935) dit être le seul qui la situe dans le système nerveux central. Selon Pavlov (1951), les cellules nerveuses du cortex des grands hémisphères cérébraux sont extrêmement sujettes à la fatigue, même lors de l'activité physique. La théorie du système nerveux central est une façon différente d'aborder l'étude des mécanismes de la fatigue. Ses tenants prennent pour point de départ les

changements qui ont lieu dans le système nerveux central et, par conséquent, dans l'organisme vivant pendant son activité. Ils proposent alors leurs propres théories concernant les mécanismes de la fatigue : c'est la théorie du rétablissement. Cette théorie a été corroborée par des expériences de Duric (1975) qui affirme que nous ne nous fatiguons pas à cause d'une activité intense et prolongée, mais plutôt parce que notre mécanisme interne tente de rétablir ses forces et c'est, en fait, ce rétablissement qui nous fatigue. Plusieurs modèles théoriques ont été développés pour expliquer la bonne ou la faible performance scolaire. Il y a en effet, le modèle de Garnier, Stein et Jacobs (1997) qui met l'accent sur l'environnement précoce de l'enfant et les expériences de vie à l'adolescence dans les domaines familial, personnel et scolaire. Il y a aussi le modèle théorique de Wehlage et al. (1989) qui s'intéresse plus particulièrement à la qualité des pratiques éducatives de l'école. Pour ces auteurs, l'engagement éducationnel des apprenants variera selon la qualité des pratiques pédagogiques et la capacité de l'école à démontrer la valeur de la scolarisation à ses apprenants. Une étude faite par Fortin, Potvin, Royer et Marcotte (1996-2002) a permis de valider un modèle constitué des variables les plus significativement prédictives du risque de décrochage scolaire. Il s'agit du niveau d'anxiété et de dépression de l'apprenant (tristesse, perte d'énergie, sentiment de culpabilité, faible estime de soi, etc....), le manque d'organisation et de cohésion familiales, les attitudes négatives de l'enseignant envers l'apprenant, le manque d'engagement de l'apprenant dans les activités scolaires. Ce modèle s'intéresse aux variables qui expliquent les faibles rendements scolaires chez

l'adolescent présentant des symptômes de fatigue. En situation clinique selon Alvin (1993), ce symptôme nous place à un véritable carrefour, où il importe de savoir distinguer d'une part, la physiologie de la fatigue, c'est-à-dire, ses rapports avec le sommeil, la poussée de croissance et la balance énergétique ; et d'autre part, la pathologie de la fatigue, c'est-à-dire sa valeur d'appel dans certaines somatopathologies et surtout ses liens avec le psychisme de l'adolescent en crise. Les troubles de sommeil proprement dits (difficultés d'endormissement, réveils nocturnes, cauchemars) sont liés aux difficultés relationnelles et à l'anxiété. Par ailleurs, Freud (1968), développe la notion de plainte insistante de fatigue, éventuellement multiforme, qui apparaît à l'analyse comme autant d'inhibitions, c'est à dire de « limitations fonctionnelles du Moi ». La plainte "fatigue" s'inscrit dans une situation psycho-affective assez préoccupante. Cette attitude ne traduit pas en soi - en tout cas pas forcément - un état dépressif, mais signale plutôt la fragilité de l'adolescent par rapport aux circonstances (notamment familiales) pouvant favoriser un affect dépressif, et sa propension à lutter contre cette fragilité par des actes.

## **1. Cadre de l'étude et approche méthodologique**

### **1.1 Cadre de l'étude**

Le cadre de notre recherche est le Collège Catholique Père Aupiais (CCPA) de Cotonou, un grand établissement confessionnel d'enseignement secondaire général et technique privé, créé en 1948. Son principal objectif est de

participer à l'éducation nationale pour former des cadres de haut niveau pour le Bénin et le monde. En l'année académique 2017-2018 où l'étude s'est réalisée, le corps enseignant est composé de 58 Professeurs permanents et de 64 vacataires. L'effectif total des élèves est de 1558 dont 176 filles et 1382 Garçons. Ces élèves sont répartis en 44 groupes pédagogiques dont 5 en 3<sup>ème</sup>, avec un effectif 176 élèves et 11 en terminale, avec un effectif de 450 élèves. Les classes de 6<sup>ème</sup>, 5<sup>ème</sup>, 4<sup>ème</sup>, 2<sup>nde</sup>, et 1<sup>ère</sup> ont un effectif global de 932 élèves. Si la population mère de l'étude est l'ensemble de tous les adolescents du collège, la cible principale constitue les adolescents de 12ans à 18 ans, candidats à un examen en fin d'année, soit des élèves des classes de Troisième et de Terminale pour un effectif de 626 élèves. Notre étude écarte les moins de 12 ans et les plus de 18ans d'une part et d'autre part ceux qui n'ont pas un examen à passer en fin d'année. Cela ramène l'effectif des Troisièmes à 163 et celui des Terminales à 274. La population cible à prendre en compte pour l'échantillonnage a un effectif de 437.

## **1.2 Les techniques et outils de collectes et méthodes d'analyse des données**

La démarche de recherche mixte nous a permis de combiner des techniques et outils de recherche tels que : l'observation et sa grille, le questionnaire d'enquête et l'entretien et son guide. Ainsi, l'approche quantitative, du fait qu'elle cherche à mesurer la proportion des adolescents « psychologiquement fatigués » selon le niveau de leur rendement, s'est appuyée sur le questionnaire. Quant à l'approche qualitative, elle a permis, grâce à une grille

d'analyse de l'entretien, d'avoir des informations non déchiffrables aidant à comprendre et à expliquer le « phénomène fatigue » par les élèves, les parents d'élèves et les enseignants.

Le questionnaire a été administré aux élèves dans leur salle de classe dans des conditions de confiance et de confidentialité. Cela fut fait en notre présence et les copies, récupérées séance tenante. Nous avons également organisé des entretiens avec des élèves, des parents d'élèves et des enseignants. L'effectif des enquêtés est de 253 parce qu'il y a une (1) non-réponse que nous avons éliminée. Les âges varient entre 12 et 18 ans. Ainsi le seul élève âgé de 12 ans est un garçon, les 25 âgés de 13 ans sont des garçons ; les 40 âgés de 14 ans sont des garçons ; les 47 qui ont 15 ans sont des garçons. Parmi ceux qui ont 16 ans, il y a 22 garçons et 4 filles. Parmi ceux qui ont 17 ans, il y a 35 garçons et 8 filles. Parmi les 18 ans nous avons enquêtés 52 garçons et 19 filles. En définitive, cette répartition montre que l'échantillon des enquêtés est composé majoritairement de garçons. Le seul élève âgé de 12 ans est en Troisième ; parmi ceux qui ont 18 ans, un (1) est en Troisième et 70 sont en Terminale. Tous ceux qui sont âgés de 13 et 14 sont en Troisième et tous les 17 ans sont en Terminale. Au total, 119 des enquêtés sont en classe de Troisième (soit 46,9%) et 135 en classe de Terminale (soit 53,1%)

Après la collecte des données, nous avons procédé au dépouillement. Le logiciel Sphinx d'enregistrement et d'analyse de données a été très utile pour le dépouillement et l'analyse des résultats. Nous nous sommes inspirés de l'échelle de Pichot dans la mesure de la fatigue et de l'échelle de type Likert dans le choix des niveaux de

rendement, pour élaborer le questionnaire, ainsi que du guide de Piper qui est le guide d'entretien semi-structuré pour évaluer la fatigue dans sa globalité.

## **2. Présentation des résultats**

Nous présentons les résultats de notre recherche en deux volets : les résultats des données quantitatives (questionnaires) et de celles qualitatives (entretiens et observations).

### **2.1 Critère de sensation et de présence de fatigue physique ou psychique à l'adolescence**

Les résultats montrent que sur les 254 enquêtés, 223 se disent fatiguer, soit 87,8% et 30 ne ressentent pas du tout la fatigue, soit 11,8%. Une (1) non-réponse a été supprimée.

### **2.2 Les effets de la fatigue physique ou psychique chez l'adolescent**

Nous obtenons 146 élèves soit 57,5% qui manquent de concentration en état de fatigue ; 67 élèves soit 26,4% qui présentent des difficultés à bien réfléchir ; 58 élèves soit 22,8% qui ont une défaillance de mémoire (oubli) ; et 38 élèves qui ne manifestent aucun effet de fatigue. Remarquons que le taux de fréquence est supérieur à 100% à cause des réponses multiples.

### **Tableau (T<sub>1</sub>) : Distribution des enquêtés selon leur durée de sommeil de nuit**

| <b>durée de sommeil</b> | <b>Nb. cit.</b> | <b>Fréq.</b> |
|-------------------------|-----------------|--------------|
| 5h de sommeil           | 43              | 16,9%        |
| 6h de sommeil           | 91              | 35,8%        |
| 7h de sommeil           | 58              | 22,8%        |
| 8h de sommeil           | 54              | 21,3%        |
| 9h de sommeil           | 7               | 2,8%         |
| <b>TOTAL OBS.</b>       | <b>254</b>      |              |

Source : Enquête de terrain 2018

Ici 16,9% des enquêtés affirment avoir 5 heures de sommeil la nuit ; 35,8% font 6 heures de sommeil ; 22,8% en font 7 heures ; 21,3% dorment 8 heures et 2,8% dorment 9 heures.

**Tableau(T<sub>2</sub>) : Distribution du maintien du rythme régulier de sommeil chez les enquêtés**

| <b>rythme régulier de sommeil</b> | <b>Nb. cit.</b> | <b>Fréq.</b> |
|-----------------------------------|-----------------|--------------|
| oui                               | 52              | 20,5%        |
| non                               | 199             | 78,3%        |
| <b>TOTAL OBS.</b>                 | <b>254</b>      |              |

Source : Enquête de terrain 2018

D'après le tableau, 78,3% d'enquêtés ont un rythme régulier de sommeil nocturne et 20,5% ont un sommeil irrégulier.

**Tableau (T<sub>3</sub>) : Distribution des heures de lever du matin chez les enquêtés**

| <b>heure du lever</b> | <b>Nb. cit.</b> | <b>Fréq.</b> |
|-----------------------|-----------------|--------------|
| 4h                    | 21              | 8,3%         |
| 5h                    | 77              | 30,3%        |
| 6h                    | 148             | 58,3%        |
| 7h                    | 1               | 0,4%         |
| <b>TOTAL OBS.</b>     | <b>254</b>      |              |

Source : Enquête de terrain 2018

Ce tableau présente 58,3% d'enquêtés qui se lèvent le matin à 6 heures, 30,3% qui se lèvent à 5 heures ; 8,3% qui se lèvent à 4 heures et 0,4% à 7 heures.

**Tableau (T4) : Distribution des heures de coucher le soir chez les enquêtés**

| <b>heure du coucher</b>   | <b>Nb. cit.</b> | <b>Fréq.</b> |
|---------------------------|-----------------|--------------|
| 21h                       | 6               | 2,4%         |
| 22h                       | 58              | 22,8%        |
| 23h                       | 105             | 41,3%        |
| 00h                       | 64              | 25,2%        |
| au delà de 00h à préciser | 27              | 10,6%        |
| <b>TOTAL OBS.</b>         | <b>254</b>      |              |

Source : Enquête de terrain 2018

Dans cette distribution, 2,4% des enquêtés affirment se coucher à 21 heures, 22,8% se couchent à 22 heures ; 41,3% se couchent à 23 heures ; 25,2% se couchent à 00 heures et 10,6% se couchent au-delà de 00 heures.

La fatigue chez les enquêtés s'accompagne de l'irritabilité (14,2%) ; de la nervosité (35,8%) ; de l'agressivité (9,8%) ;

des idées noires (16,5%) ; de la bonne humeur (15,7%). 18,5% des enquêtés ne présentent aucune manifestation. Le taux de fréquence dépassant les 100%, il y a eu des réponses multiples malgré les (5) non-réponse supprimées. Les résultats de l'enquête montrent que (17,3%) sont angoissés ; (41,3%) sont stressés ; (3,9%) sont pessimistes ; (16,9%) sont impatientes ; (15,4%) se disent déprimés et (21,3%) ne présentent aucun symptôme. La présence des réponses multiples a fait dépasser le taux de fréquence totale.

**Tableau (T<sub>5</sub>) : Distribution montrant les effets de fatigue chez les enquêtés**

| <b>les effets de fatigue</b> | <b>Nb. cit.</b> | <b>Fréq.</b> |
|------------------------------|-----------------|--------------|
| manque de concentration      | 146             | 57,5%        |
| difficulté à bien réfléchir  | 67              | 26,4%        |
| oubli                        | 58              | 22,8%        |
| aucun                        | 38              | 15,0%        |
| <b>TOTAL OBS.</b>            | <b>254</b>      |              |

Source : Enquête de terrain 2018

Ce tableau montre que 146 enquêtés soit 57,5% manquent de concentration ; 67 enquêtés soit 26,4% ont des difficultés à bien réfléchir ; 58 enquêtés soit 22,8% ne retiennent pas de mémoire et 38 enquêtés soit 15,0% ne se retrouvent dans aucun des cas cités.

**Tableau T(6) : Distribution des facteurs d'intolérance de la fatigue chez les enquêtés**

| <b>facteurs d'intolérance</b> | Nb. cit.   | Fréq. |
|-------------------------------|------------|-------|
| bruits                        | 132        | 52,0% |
| lumière                       | 48         | 18,9% |
| chaleur                       | 92         | 36,2% |
| aucun                         | 30         | 11,8% |
| <b>TOTAL OBS.</b>             | <b>254</b> |       |

Source : Enquête de terrain 2018

Le tableau montre que 132 enquêtés soit 52,0% ne supportent pas le bruit ; 48 enquêtés soit 18,9% ne tolèrent pas la lumière ; 92 enquêtés soit 36,2% ne supportent pas la chaleur et 30 enquêtés soit 11,8% qui restent indifférents à ces facteurs.

#### **Tableau T(7) : Distribution de l'état de somnolence au cours chez les enquêtés**

| <b>somnolence au cours</b> | Nb. cit.   | Fréq. |
|----------------------------|------------|-------|
| oui                        | 130        | 51,2% |
| non                        | 123        | 48,4% |
| <b>TOTAL OBS.</b>          | <b>254</b> |       |

Source : Enquête de terrain 2018

Parmi les 254 enquêtés, 130 soit 51,2% somnoient au cours et 123 soit 48,4% sont éveillés.

#### **Tableau T(8) : Distribution des enquêtés ayant souvent des maux de tête**

| <b>maux de tête</b> | <b>Nb. cit.</b> | <b>Fréq.</b> |
|---------------------|-----------------|--------------|
| oui                 | 133             | 52,4%        |
| non                 | 115             | 45,3%        |
| <b>TOTAL OBS.</b>   | <b>254</b>      |              |

Source : Enquête de terrain 2018.

Parmi les 254 enquêtés, 133 soit 52,4% affirment avoir des maux de tête et 115, soit 45,3% n'ont pas des maux de tête.

## **2.4 Les effets de la fatigue sur le rendement scolaire des adolescents enquêtés**

En croisant successivement les variables fatigue avec les moyennes de chaque trimestre nous obtenons les tableaux suivants :

**Tableau T(9) : croisé de l'état de fatigue avec la moyenne du 1<sup>er</sup> trimestre.**

| <b>Se sentir fatiguer<br/>moyenne du premier trimestre</b> | <b>oui</b> | <b>non</b> | <b>TOTAL</b> |
|--|------------|------------|--------------|
| au dessus de 16 (Très Bien)                                | 4          | 0          | <b>4</b>     |
| entre 15 et 16 (Bien)                                      | 7          | 1          | <b>8</b>     |
| entre 14 et 15 (Bien)                                      | 22         | 1          | <b>23</b>    |
| entre 13 et 14 (Assez Bien)                                | 26         | 4          | <b>30</b>    |
| entre 12 et 13 (Assez Bien)                                | 35         | 6          | <b>41</b>    |
| entre 11 et 12 (Passable)                                  | 45         | 12         | <b>57</b>    |
| entre 10 et 11 (Passable)                                  | 40         | 2          | <b>42</b>    |
| entre 09 et 10 (Insuffisant)                               | 27         | 3          | <b>30</b>    |
| entre 08 et 09 (Insuffisant)                               | 13         | 0          | <b>13</b>    |
| entre 07 et 08 (Faible)                                    | 4          | 1          | <b>5</b>     |
| <b>TOTAL</b>   | <b>223</b> | <b>30</b>  | <b>253</b>   |

Source : Etude de terrain 2018

Les résultats montrent qu'une forte proportion (45 élèves) des élèves qui se disent fatiguer a obtenu une moyenne entre 11 et 12 au 1<sup>er</sup> trimestre. Une très faible proportion (4 élèves) a obtenu des moyennes au-dessus de 16 et entre 07 et 08.

**Tableau T(10) croisé de l'état de fatigue avec la moyenne du 2<sup>ème</sup> trimestre**

| <b>Se sentir fatiguer<br/>moyenne du deuxième trimestre</b> | <b>oui</b> | <b>non</b> | <b>TOTAL</b> |
|---|------------|------------|--------------|
| au dessus de 16 (Très Bien)                                 | 4          | 0          | <b>4</b>     |
| entre 15 et 16 (Bien)                                       | 5          | 1          | <b>6</b>     |
| entre 14 et 15 (Bien)                                       | 15         | 2          | <b>17</b>    |
| entre 13 et 14 (Assez Bien)                                 | 29         | 2          | <b>31</b>    |
| entre 12 et 13 (Assez Bien)                                 | 33         | 7          | <b>40</b>    |
| entre 11 et 12 (Passable)                                   | 35         | 9          | <b>44</b>    |
| entre 10 et 11 (Passable)                                   | 43         | 4          | <b>47</b>    |
| entre 09 et 10 (Insuffisant)                                | 33         | 2          | <b>35</b>    |
| entre 08 et 09 (Insuffisant)                                | 14         | 2          | <b>16</b>    |
| entre 07 et 08 (Faible)                                     | 12         | 1          | <b>13</b>    |
| <b>TOTAL</b>  | <b>223</b> | <b>30</b>  | <b>253</b>   |

Source : Etude de terrain 2018.

Les résultats montrent qu'une forte proportion (43 élèves) des élèves qui se disent fatiguer a obtenu une moyenne entre 10 et 11 au 2<sup>ème</sup> trimestre. Une très faible proportion (4 élèves) a obtenu une moyenne au-dessus de 16 et (12 élèves), une moyenne entre 07 et 08.

**Tableau T(11) Croisé de l'état de fatigue avec la moyenne du 3<sup>ème</sup> trimestre**

| <b>Se sentir fatiguer<br/>moyenne du troisième trimestre</b> | <b>oui</b> | <b>non</b> | <b>TOTAL</b> |
|--|------------|------------|--------------|
| au dessus de 16 (Très Bien)                                  | 3          | 0          | <b>3</b>     |
| entre 15 et 16 (Bien)  | 2          | 1          | <b>3</b>     |
| entre 14 et 15 (Bien)  | 20         | 3          | <b>23</b>    |
| entre 13 et 14 (Assez Bien)                                  | 22         | 3          | <b>25</b>    |
| entre 12 et 13 (Assez Bien)                                  | 29         | 6          | <b>35</b>    |
| entre 11 et 12 (Passable)                                    | 41         | 5          | <b>46</b>    |
| entre 10 et 11 (Passable)                                    | 43         | 8          | <b>51</b>    |
| entre 09 et 10 (Insuffisant)                                 | 29         | 1          | <b>30</b>    |
| entre 08 et 09 (Insuffisant)                                 | 24         | 2          | <b>26</b>    |
| entre 07 et 08 (Faible)                                      | 7          | 1          | <b>8</b>     |
| en dessous de 07 (Faible)                                    | 3          | 0          | <b>3</b>     |
| <b>TOTAL</b>   | <b>223</b> | <b>30</b>  | <b>253</b>   |

Source : Enquête de terrain 2018

Les résultats montrent toujours qu'une forte proportion de (43 élèves) qui se disent fatiguer a obtenu une moyenne entre 10 et 11 au 3<sup>ème</sup> trimestre. Une très faible proportion de (3 élèves) a obtenu une moyenne au-dessus de 16 et de (7 élèves), une moyenne entre 07 et 08.

Le schéma croisé de l'état de fatigue avec la moyenne annuelle montre que sur les 222 qui affirment être fatigués, 84 élèves ont obtenu une moyenne annuelle entre 10 et 11 ; 22 élèves ont moins de 08 et 1 seul a une moyenne au-dessus de 16.

Le schéma croisé des moyennes du premier trimestre selon les symptômes de fatigue montre que (11) des angoissés ont une moyenne entre 11 et 12 ; (19) des stressés ont une moyenne entre 11 et 12 ; (3) des pessimistes ont une moyenne entre 12 et 13 ; (10) des impatientes ont une moyenne entre 10 et 11 et (11) des déprimés ont une moyenne entre 11 et 12.

**Tableau T<sub>(12)</sub> : Tableau croisé (effets de la fatigue \* rendement annuel)**

| <b>les effets de fatigue</b> | <b>moyenne annuelle de l'année</b> |
|------------------------------|------------------------------------|
| manque de concentration      | <b>11,05</b>                       |
| difficulté à bien réfléchir  | <b>11,21</b>                       |
| oubli                        | <b>11,17</b>                       |
| aucun                        | <b>10,95</b>                       |
| <b>TOTAL</b>                 | <b>11,01</b>                       |

Source : Etude de terrain 2018

Ce tableau montre que ceux qui manquent de concentration ont une moyenne annuelle de 11,05 ; Ceux qui ont des difficultés à bien réfléchir ont une moyenne annuelle de 11,21 et ceux qui oublient ont une moyenne annuelle de 11,17.

**Tableau T<sub>(13)</sub> : Tableau croisé (symptômes de fatigue \* moyenne annuelle)**

| <b>symptômes de fatigue</b> | <b>moyenne annuelle de l'année</b> |
|-----------------------------|------------------------------------|
| angoissé(e)                 | <b>10,82</b>                       |
| stressé(e)                  | <b>10,98</b>                       |
| perssimiste                 | <b>10,50</b>                       |
| impatiente(e)               | <b>11,09</b>                       |
| déprimé(e)                  | <b>10,79</b>                       |
| aucun                       | <b>11,15</b>                       |
| <b>TOTAL</b>                | <b>11,01</b>                       |

Source : Etude de terrain 2018

Ce tableau montre que les « angoissés » ont une moyenne annuelle de 10,82 ; les « stressés », une moyenne de 10,98 ; les pessimistes, une moyenne de 10,50 ; les impatientes, une moyenne de 11,09 et les déprimés une moyenne de 10,79.

**Tableau T<sub>(14)</sub> : Tableau croisé (facteurs d'intolérance \* moyenne annuelle)**

| <b>facteurs d'intolérance</b> | <b>moyenne annuelle de l'année</b> |
|-------------------------------|------------------------------------|
| bruits                        | <b>11,01</b>                       |
| lumière                       | <b>11,44</b>                       |
| chaleur                       | <b>10,77</b>                       |
| aucun                         | <b>10,70</b>                       |
| <b>TOTAL</b>                  | <b>11,01</b>                       |

Source : Etude de terrain 2018

Ce tableau révèle que ceux dont la fatigue est liée aux bruits ont une moyenne annuelle de 11,01 ; ceux qui ne supportent pas la lumière ont une moyenne de 11,44 et ceux dont la fatigue est liée à la chaleur ont une moyenne de 10,77.

## **2.5 Synthèse des entretiens**

En prenant en compte la majorité des entretiens nous constatons que les facteurs déterminants de la fatigue chez les jeunes sont liés à leur propre croissance, au trajet entre leurs maisons et l'école, à la surcharge des enseignements reçus, aux examens (stress, angoisse, peur, anxiété), au manque ou au mauvais sommeil. Cela se manifeste par des maux de tête, des douleurs musculaires, l'anorexie, l'insomnie, des troubles de mémoire et des problèmes de comportement. Les conséquences engendrées sont la tristesse, l'agressivité, la nervosité, les difficultés à suivre les leçons en classe, l'absence de motivation, un faible rendement et l'échec scolaire.

## **3. Discussion des résultats.**

La discussion des résultats nous permet de vérifier le lien entre le rendement scolaire de l'adolescent et les manifestations de sa fatigue physique ou psychique.

### **3.1 La fatigue à l'adolescence : les facteurs déterminants**

Les adolescents enquêtés sont âgés de 12 à 18 ans, période de vie caractérisée par une vive accélération de la croissance et une poussée staturale importante. Dans leur conscience se produisent également d'importants changements psychologiques qui font dire à Erikson qu'ils traversent une période de crise (Erikson, 1968). Tous ces changements fondamentaux vident l'adolescent de ses énergies et provoquent un état de fatigue d'après les expériences d'Alvin et Marcelli (2005). Donc on pourrait

avoir en face de soi un adolescent fatigué ou un adolescent débordant d'énergie. Mais les résultats de nos enquêtes, voir G(3), nous mettent en présence plutôt des adolescents scolarisés majoritairement fatigués. Ils montrent aussi que 54,3% des enquêtés font un long parcours pour venir à l'école, parcours rendu pénible par les difficultés de circulation et qui les fait rentrer tard à la maison. C'est une source de fatigue supplémentaire. On constate que la principale cause de la fatigue chez les enquêtés est le manque de repos, mieux le manque de sommeil : 41,3% des jeunes se couchent à 23 heures, et 25,2% à 00 heure ; 30,3% se lèvent à 5 heures, et 58,3% à 6 heures. C'est dire que malgré la fatigue, ces élèves ne se reposent pas convenablement et n'ont pas un rythme régulier de sommeil. Les travaux de Choquet, et al.,(1988) ont montré que le temps moyen de sommeil ne cesse de décroître pendant le début de l'adolescence : il passe de 8,6 à 7,6 heures de 9 à 14 ans.

Tous ces résultats confirment l'hypothèse selon laquelle les adolescents scolaires vivent au quotidien avec de la fatigue physique ou psychique.

### **3.2 Les symptômes et effets de la fatigue sur la santé de l'adolescent**

L'asthénie et la fatigabilité de l'adolescent sont des motifs de consultation fréquents en médecine générale. Ce sont des symptômes peu spécifiques, à l'interface entre la pathologie somatique et psychiatrique. L'anamnèse et l'examen clinique permettent d'orienter le diagnostic. Ainsi une surcharge chronique de travail, des tensions entre camarades ou avec son professeur, fait naître le stress, fatigant énormément l'organisme qui doit puiser

sans cesse dans ses réserves pour faire face. Les coups de barre à répétition s'accompagnent du sentiment d'être submergé, mais aussi d'irritabilité, de sautes d'humeur, d'anxiété et de troubles du sommeil. Lorsque la fatigue persiste, les symptômes comme les maux de tête, les douleurs musculaires, les troubles de mémoire, les problèmes de comportement, l'intolérance au bruit et la panique devant la solitude sont bien connus des médecins et des psychologues. Nos enquêtes le confirment : 57,5% manquent de concentration ; 41,3% des élèves sont stressés ; 52,0% sont intolérants au bruit ; 52,4% ont fréquemment des maux de tête ; 35,8% sont nerveux. Ainsi, les manifestations de la fatigue les plus fréquentes chez les élèves sont le manque de concentration et la nervosité et les causes les plus fréquentes de leur fatigue sont le manque de sommeil, le stress et le bruit.

### **3.3 L'influence de la fatigue sur le rendement scolaire**

Au nombre des facteurs influençant la performance scolaire, qui sont causes de la fatigue, il y a les problèmes familiaux, le stress dans sa phase d'épuisement, l'anxiété (état d'insécurité, d'hyper vigilance, d'inquiétude, de crainte, d'agitation et de difficulté de concentration), l'ennui, l'angoisse et la dépression (fléchissement du tonus psychique, dépréciation de soi, pessimisme, pensée ralentie ou inefficace, manque de concentration, mémoire déficiente, fonctions vitales altérées).

En considérant de façon générale les enquêtés qui ont affirmé se sentir fatigués et leurs moyennes par trimestre, les tableaux croisés de ces variables montrent que la majorité des élèves fatigués ont une moyenne entre 11 et 12/20 au premier trimestre ; donc un rendement passable.

La moyenne au deuxième trimestre est entre 10 et 11/20 pour la majorité de ces élèves fatigués, soit un rendement passable, mais qui a diminué par rapport à celui du premier trimestre. Au troisième trimestre l'effectif majoritaire des élèves fatigués est de 43. Ils ont une moyenne entre 10 et 11/20 ; donc un rendement passable identique à celui du deuxième trimestre. Aussi, la fatigue n'a-t-elle pas tellement influencé leur rendement. Comme l'appréciation de leur rendement doit être annuelle, le tableau croisé montre que la majorité des élèves fatigués (84) ont une moyenne annuelle entre 10 et 11/20, donc un rendement toujours passable. On comprend que les élèves ont maintenu leur rendement constant malgré la fatigue. Cette fatigue de façon globale n'a pas trop influencé leur rendement au cours de l'année, même si la moyenne de 10/20 n'est pas le résultat satisfaisant attendu d'un élève. De façon spécifique, l'influence de la fatigue sur leur rendement en tenant compte des causes et des conséquences qui caractérisent leur fatigue se présente comme suit : les tableaux croisés des manifestations, symptômes et facteurs de la fatigue avec les différentes moyennes montrent que, au premier trimestre, les stressés en majoritaires (19) ont une moyenne entre 11 et 12/20 pour ce qui concerne les symptômes. Ceux qui manquent de concentration ont une moyenne entre 11 et 12/20 ; et ceux dont la fatigue est liée aux bruits et à la chaleur ont des moyennes entre 10 et 12/20. Ces résultats sont conformes à ceux observés dans la fatigue globale. Concernant les effets de la fatigue : ceux qui manquent de concentration ont une moyenne annuelle de 11,05 ; Ceux qui ont des difficultés à réfléchir ont une moyenne annuelle de 11,21 ; ceux qui ont des difficultés à

mémoriser ont une moyenne de 11,17. En comparant ces résultats on peut conclure que le manque de concentration influence beaucoup plus le rendement des élèves que l'oubli et la difficulté à bien réfléchir.

Au niveau des symptômes, les angoissés ont une moyenne annuelle de 10,82 ; les stressés, 10,98 ; les pessimistes, 10,50 et les impatientes, 11,15. Leur moyenne étant dans l'ordre de 10, donc inférieure à 11, on peut conclure que le « stress » a plus influencé leur rendement que le manque de concentration.

Au niveau des facteurs d'intolérance, ceux dont la fatigue est liée aux bruits ont une moyenne annuelle 11,01 ; ceux qui ne supportent pas la lumière ont une moyenne annuelle de 11,44 et ceux dont la fatigue est liée à la chaleur ont une moyenne de 10,77. C'est dire que la chaleur a plus d'influence sur leur rendement que la lumière et les bruits. De ces trois niveaux nous retenons que c'est le « stress » qui a le plus influencé de façon négative le rendement de ces adolescents scolarisés.

#### **4. Suggestions**

Les adolescents sont invités à connaître les moments où la fatigue s'installe afin de prendre les dispositions pour l'éviter assez tôt. Le service de psychologie Local C-101, Centre Etudiant Université de Moncton a distingué :

La fatigue du matin : causée par un sommeil perturbé ou plus agité qu'à l'habitude. Le réveil brusque peut également avoir un effet néfaste sur toute la journée. Il convient de prendre le temps de se lever en douceur et d'appriivoiser son réveil.

La fatigue de la matinée : Il est à peine onze heures et vous vous sentez déjà vidé ! Ce peut être par manque de sucre

sanguin dans l'organisme. Il faut veiller à prendre un petit déjeuner consistant afin de se donner l'énergie de base pour sa journée.

La fatigue qui suit les repas : liée au fait d'avoir mal ou trop mangé. La digestion est perturbée et la fatigue s'installe. Il faut adopter des habitudes alimentaires saines. Que les repas soient à la fois légers et nourrissants.

La fatigue de fin d'après-midi : Au terme de la journée de travail, le peut avoir à nouveau une baisse du taux du sucre dans le sang. Un breuvage chaud, légèrement sucré, peut enrayer ce malaise passager.

La fatigue du soir : liée aux activités de la journée et au stress, elle se résorbe avec une bonne nuit de sommeil.

Pour leur part, les parents et autorités éducatives doivent être vigilants dans l'éducation et le suivi des élèves pour qu'au constat de signes anormaux, ils s'efforcent d'investiguer rapidement dans l'environnement scolaire et familial des jeunes et apportent l'accompagnement que nécessite chaque cas. Enfin, une prise en charge psychologique et médicale peut être nécessaire et salutaire pour sauver des adolescents qui présentent des difficultés à l'école, liées à la fatigue psychique.

## **Conclusion**

En partant du constat selon lequel les adolescents scolarisés du Collège Père Aupiais de Cotonou ont souvent l'impression d'être fatigués, nous avons établi, en nous appuyant sur les théories et mécanismes de la fatigue et les modèles de performances scolaires, que la fatigue psychique à l'adolescence est un symptôme carrefour qui perturbe la scolarisation des jeunes. Face aux défis de la réussite scolaire, les sources de la fatigue se conjuguent au

quotidien pour les jeunes et constituent des facteurs déterminants qui influencent leur rendement scolaire. Les résultats de nos enquêtes dans cette étude et leur analyse ont conduit à confirmer cette hypothèse. Ceci nous a amené à oser quelques suggestions à l'endroit des adolescents eux-mêmes, de leurs parents et des enseignants.

### Références bibliographiques

- Alvin, P. (1993). « Approche physiologique », in *Adolescence. Physiologie, épidémiologie, sociologie*. Dossiers documentaires INSERM. Nathan, Paris : 7-22.
- Alvin, P., & Camus, C. (1983). « La fatigue chez l'adolescent », *Revue de médecine psychosomatique*, Vol. 40 : 9-75.
- Alvin, P. & Rey, C. (1983). *Psychopathologie différentielle*. Païdos adolescence, Paris, Bayard.
- Alvin, P. Marcelli, D. (2005). *Médecine de l'adolescent*, Masson, Paris : 77-83
- American Psychiatric Association. (2004). *Manuel de diagnostic et de statistique des troubles mentaux*. Traduction française par J.-D. Guelfi et al. Paris, Masson.
- André, C., Lelord, F., & Legeron, P. (1998). *Le stress*. « Les classiques santé », Paris, Privat.
- Audetat, M.-Cl., & Voirol, Ch. (1997). *L'adolescent*. Paris, Neuchâtel.
- Birraux, A. (1990). *L'adolescent face à son corps*. Païdos adolescence, Paris, Bayard.

- Braconnier, A., & Marcelli, D. (1991). *L'adolescence aux mille visages*. Paris, Editions Universitaires.
- Capdevielle, V. & Doucet, C. (1999). *Psychologie clinique et Psychopathologie*, Paris, Armand colin.
- Choquet, M., & Ledoux, S. (1991). *Les troubles fonctionnels et de l'humeur comme indicateurs de santé à l'adolescence*. *Archive France Pédiatrie* ; 48 : 99-105.
- Choquet, M., Tesson, F., Stevenot, A., Prevost, E., & Antheaume, M. (1988). *Les adolescents et leur sommeil: approche épidémiologique* : 399-410.
- Cloutier, R. (1982). *Psychologie de l'adolescence*, Paris, Gaëtan-Morin.
- Cottraux, J. (2004). *Les thérapies comportementales et cognitives*, Paris, Masson.
- Courtecuisse, V. (1993). « Les symptômes flous en médecine d'adolescent ou les ombres portées des langages », *Pédiatrie et Psychanalyse*, Paris
- Debray, Q. (2003). *Livre de la fatigue*, Paris, Masson.
- Delaroche, P. (2000). *Adolescents à problèmes*. Questions de parents, Paris, Albin Michel.
- Delaroche, P. (2000). *Adolescence, enjeux cliniques et thérapeutiques*. Paris, Nathan.
- Dolto, F. (1988). *La cause des adolescents*. Paris, Robert Laffont.
- Duric, L. (1975). *Efficacité des élèves au cours de l'instruction*. Bratislava, SPN.
- Erikson, E. H. (1972). *Adolescence et crise, la quête de l'identité*. Paris, Flammarion.
- Finn, J. D. (1989). Withdrawing from school. *Review of Educational Reserach*, 59, 117-142.  
<http://fr.slideshare.net/ctreq>. Consulté le 17 juin 2018 à 16h05

- Fortin, L. L., Potvin, P., Royer, E., & Marcotte, D. (2000). Les facteurs discriminants aux niveaux personnel, social et scolaire entre les troubles du comportement intériorisés, extériorisés et concomitants des élèves du secondaire. *Revue des sciences de l'éducation*, 23(1), 197-218. <http://fr.slideshare.net/ctreq>. Consulté le 17 juin 2018.
- Freud, S. (1968). *Inhibition, symptôme et angoisse*, PUF, Paris
- Furter, P. (1972). *La vie morale de l'adolescent, bases d'une pédagogie*. Neuchâtel, Delachaux et Niestlé.
- Garnier, H. E., Stein, J. A., & Jacobs, J. K. (1997). « The process of dropping out of school: a 19 year perspective », *American Educational Research Journal*, 34 (2), 395-419.
- Gasmani, R., & Allilaire, J.F. (2003). *Psychiatrie de l'enfant, de l'adolescent et de l'adulte*, Paris, Masson.
- Gendreau, J. (1998). *L'adolescence et ses rites de passage*. Paris, Desclée de Brouwer.
- Golder, C., & Gaonac'h, D. (2001). *Enseigner à des adolescents : Manuel de Psychologie*. Paris, Hachette-Education.
- Grand Dictionnaire de la Psychologie (1991), Larousse, Paris
- Joffe, J. (1982). « Quelques réflexions sur la dépression de l'adolescent », *Neuropsychiatrie de l'enfance*, 30 : 571-7

- Koudou Kessie, R. (1996). *Education et développement moral de l'enfant et de l'adolescent africain*, Paris, l'harmattan.
- Marcelli, D. (1990). « *La psychiatrie de l'adolescent : une fracture ?* », *Nervure*, 3, 4, p. 10-17.
- Marcotte, D. (2000). « La prévention de la dépression chez les enfants et les adolescents », VITARO F. et GAGNON C. (dir.), *La prévention des problèmes d'adaptation chez les enfants et les adolescents*, Sainte-Foy, Presses de l'Université du Québec, p. 221-270.
- Patois, E., Valatx, J. L., & Alperovitch, A. (1993). « Prévalence des troubles du sommeil et de la vigilance chez les lycéens de l'académie de Lyon », *Epidémie et Santé Publique*, 41 : 383-388.
- Pavlov, I. P. (1951). *Œuvres complètes*. Moskva.
- Piaget, J., & Inhelder, B. (1955). *De la logique de l'enfant à la logique de l'adolescent*. Paris, PUF.
- Renaud, A., & Savier, L. (1991). *Dormir*, « Autrement », Paris, (s.é.)
- Rufo, M., Serge, H., Philippe, J., Daniel, M., Marc, V., & Patrice, H. (2006). *Les nouveaux Ados. Comment vivre avec ?* Paris, Bayard.
- Schmidke, H. (1965). *La fatigue*. Bern, H. Huber Verlag
- Solignac, P. (1996). *101 conseils pour vaincre la fatigue*, Paris, Hachette.
- Vanek, A. (2005). *La crise d'adolescence*. Eclairages.
- Vvedenskij, N.J. (1953). "Excitation, inhibition et narcose", Bratislava, SPN
- Wehlage, G. G. (1989) "Dropping Out: Can School be Expected to Prevent it?" in Weiss, L., Farrar E.,

Petrie ,H. *Dropouts from School, Issues, Dilemmas, and Solutions*. NewYork: State University of newYork Press, p.119.<http://fr.slideshare.net/ctreq>. Consulté le 20 juin 2018 à 19h22