

# La procrastination dans les études d'architecture

Carlos Palomino Durán

2020

Dans les écoles d'architecture il est très commun d'entendre parler de procrastination. Surtout quand on se réfère aux travaux en relation au cours de projet et aux rendus. En connaissant les causes on pourrait peut-être trouver des solutions.

Quelles sont les causes principales de la procrastination chez les élèves d'architecture ?

Définition de procrastination : Retarder un travail malgré des fortes intentions de le réaliser, à ne pas confondre avec l'évitement (dans ce cas on n'a pas l'intention de réaliser l'action).

Premier document.....	2
Deuxième document.....	2
Troisième document.....	3
Quatrième document.....	4
Cinquième document.....	5
Sixième document.....	5
Remarques.....	6
Documents que j'aurais aimé lire.....	7
Expérience.....	8
Annexes.....	9

## Premier document

Chaine YouTube PsykoCouac : *Procrastination (2019)*

<https://www.youtube.com/watch?v=Uc3kGU-0QI>

Définition de la procrastination selon plusieurs critères. Dans cette vidéo il y a quelques informations très utiles pour commencer à comprendre les bases du sujet. C'est la présentation d'un modèle qui permet d'expliquer la procrastination selon 4 facteurs principaux (Valence émotionnelle, utilité perçue, délai entre l'effort et la récompense et tolérance à l'attente de la récompense) et autres variables (estime de soi, opposition à la tâche à réaliser, impulsivité). Les sources indiquées pourraient servir pour approfondir dans certains sujets mais sont malheureusement en anglais.

La vidéo explique que la procrastination a une base essentielle : la relation entre l'effort et la récompense à niveau psychologique.

Ce document me semble essentiel car la façon dont le sujet est expliqué, avec beaucoup d'exemples permet de bien comprendre les phénomènes sans avoir une base autour du sujet.

## Deuxième document

John Perry : *La procrastination : L'art de reporter au lendemain (2012)*

Peu de choses m'ont semblé intéressantes pour mon sujet de recherche puisqu'il s'agit plus que d'un livre scientifique, d'une petite narration touchant principalement des expériences personnelles. C'est sans doute un livre très utile pour certains procrastinateurs, mais je pense qu'il serait plus intéressant pour mon sujet de recherche un document qui n'expliquerait pas que des techniques qui permettent de ne pas procrastiner mais aussi quelles sont les causes et les mécanismes aboutissant au fonctionnement de ces techniques.

Par contre je pense qu'il reste intéressant de connaître des mécanismes qui fonctionnent pour quelques personnes, puisque de cette façon j'ai pu comparer avec mes propres expériences et vérifier que certaines ne servent pas pour tout le monde (par exemple, dans le chapitre "les listes de choses à faire" il y a quelques mécanismes qui me semblent un peu absurdes).

Le chapitre concernant le travail en équipe par contre peut être intéressant. Je pense que le fait de travailler en équipe est une variable qui n'est pas souvent tenue en compte lors des études autour de la procrastination. En plus, ce serait un facteur facile à tester lors d'expériences (ou questionnaires).

## Troisième document

F. Osiurak et al. : *Déterminants de la procrastination académique : motivation autodéterminée, estime de soi et degré de maximation (2015)*

C'est une étude qui a deux objectifs essentiels : étudier la relation entre procrastination et réussite académique en France (avant il n'y en avait pas) et trouver quels sont les déterminants du comportement qui affectent à la procrastination. L'objectif final serait de chercher des solutions et faire diminuer le taux d'échec entre les étudiants de licence en France.

Selon des études réalisées auparavant (Sénécal et al., 1995 ; Solomon & Rothblum, 1984 ; Schouwenburg, 1992 ; Vallerand, Blais, Brière, Luc, 1989 ; Deci & Ryan, 1985, 2000) il y a plusieurs facteurs qui sont en relation avec la procrastination académique :

Echelles utilisées :

### Echelle de procrastination académique (Annexe 1) :

Celle-ci me semble la plus intéressante, elle permet de mesurer directement la procrastination dans les études. C'est une échelle basée sur celle de Solomon et Rothblum (1984). Il n'y avait pas une écrite en français donc ils ont dû la valider pour pouvoir l'utiliser, elle est simple à utiliser, les élèves complètent le questionnaire, après ils comptent les points obtenus (les points 5 et 7 doivent être comptés à l'inverse), plus le score est élevé, plus ils ont tendance à procrastiner. Pour la valider ils utilisent une méthode que je n'ai pas très bien compris. De même je pense que pour mon sujet elle peut être utilisée sans problème.

### Echelle de motivation académique (Annexe 2) :

Echelle validée par Vallerand et al. (1989), celle-ci est moins intéressante pour mon travail, en plus elle est assez longue et les résultats sont plus difficiles à analyser.

### Echelle d'estime de soi (Annexe 3) :

Rosenberg (1965) traduite et validée par Vallières et Vallerand (1990)

### Echelle de maximation :

Schwartz et al. (2002) traduite et validée par Faure, Joulain et Osiurak

En utilisant ces échelles, ils ont fait un questionnaire aux élèves au début de l'année et avant les examens. Grâce aux résultats ils ont pu comparer les résultats et arriver à plusieurs conclusions à partir du croisement de données.

## Quatrième document

Master de Anouchka Gauthier : *Influence des pensées orientées vers le futur et des différences interindividuelles sur la réalisation ou la procrastination des activités (2016)*

<https://archive-ouverte.unige.ch/unige:88040>

En premier et pour établir les bases à la compréhension de l'expérience sont expliqués quelques concepts psychologiques ainsi que leur possible relation avec la procrastination des activités :

**Pensées orientées vers le futur :** La simulation mentale dans le futur est basée sur notre mémoire. De ce fait, quand on se projette mentalement dans le futur on peut avoir des sensations positives ou négatives (enthousiasme, anxiété, tristesse...). En dépendant de ces sensations on aura plus ou moins envie de réaliser l'activité ou non.

**Impulsivité :** C'est un trait de personnalité caractérisé par un comportement direct adopté par un individu sans que celui-ci ne pense aux conséquences de ses actes. Ce trait est fortement relié avec la réalisation ou non des activités.

**Apathie :** correspond à une indifférence envers les émotions et un manque d'intérêt général face aux activités à réaliser.

Après est présentée la démarche suivie. Celle-ci consiste en un premier temps à un entretien face à face avec les sujets où on leur fait des demandes concernant les activités prévues pour le week-end. On leur fait remplir aussi des questionnaires pour analyser les variables pour chaque individu. Dans une deuxième partie à un entretien téléphonique pour vérifier quelles des activités prévues ont été menées à bout.

(Je n'ai pas très bien compris la méthode d'analyse des données dans cet étude, il y a beaucoup de variables et je n'arrive pas à comprendre complètement les mécanismes utilisés pour les mettre en relation).

Ce qui m'a semblé le plus intéressant dans ce document est l'explication détaillée et rigoureuse de l'étude. La façon dont toutes les variables sont analysées permet d'encadrer chacune et d'analyser les relations entre elles. Au début je questionnais l'efficacité des échelles utilisées pour analyser des variables psychologiques (par exemple celles qui sont utilisées dans le document 3) mais je pense que si elles sont employées méticuleusement et les résultats bien analysés elles peuvent être très utiles pour mon sujet.

## Cinquième document

Master de Sacha Zuber : *Procrastination et projection mentale dans le futur* : Université de Genève (2014)

<https://archive-ouverte.unige.ch/unige:38957>

Dans ce document est présentée une étude qui aborde la procrastination de façon similaire au quatrième document. La différence principale est qu'ici l'étude n'est pas spécifiquement focalisée au champ académique.

Le point 1.3 : « Conceptions et mesures de la procrastination » explique très bien l'évolution des méthodes de mesure de la procrastination en passant d'un modèle qui analyse trois facteurs (Ferrari, 1992 ; Harriott & Ferrari, 1996) à un modèle basé sur un seul facteur (*Pure Procrastination Scale*, Steel, 2010).

Ce modèle simplifie beaucoup la tâche, d'après l'auteur, puisque pour réaliser des recherches les sujets mettront moins de temps à compléter les questionnaires et le feront probablement mieux.

Le problème de cette échelle est qu'elle n'est pas adaptée au champ académique donc je pense qu'elle ne pourra pas être utile pour mon sujet d'étude. Je pense qu'il aurait été plus intéressant de lire cette étude avant celle du quatrième document puisque la méthode d'analyse des données est plus compréhensible et ça aurait permis de mieux comprendre l'autre document lors des premières lectures. J'ajoute

## Sixième document

*Étude de Sergio Alexis Dominguez Lara, Graciela Villegas García et Sharon Brigitte Centeno Leyva : Procrastinación académica : Validación de una escala en una muestra de estudiantes de una universidad privada.*

L'objectif de cette étude est de valider la fiabilité une échelle d'analyse de la procrastination. La méthode consiste à réaliser des questionnaires au sein d'un échantillon élèves dans une université. Avec les résultats de ces questionnaires sont réalisés des croisements qui permettent de valider ou non l'échelle. Dans ce cas l'échelle n'a pas pu être complètement validée puisque les résultats ne coïncident pas avec ceux obtenus à d'autres reprises.

Je pense que ce document est un peu hors sujet dans mon thème. De toute façon il est intéressant de voir comment est vérifiée l'efficacité des tests. Ce document est un autre argument en faveur des échelles, elles doivent être validées pour qu'elles soient utiles.

## Remarques

Le premier document est sans doute le premier à aborder puisque les informations sont compactées dans un seul document et sont récurrentes dans la plus grande partie de documents reliés au sujet. Sans doute les sources ont aussi un certain intérêt mais sont en anglais.

Je ne recommande pas la lecture du livre de John Perry pour approfondir dans ce sujet, il n'est pas très long mais peut porter à erreur puisque les thèmes et les expériences racontées n'ont pas de bases scientifiques (où elles ne sont pas citées).

Après la lecture des documents 4 et 5, je me suis rendu compte qu'il faut utiliser des échelles validées pour bien pouvoir analyser les réponses des sujets.

Une remarque commune à la plus grande partie des documents que j'ai lu et vu par dessus est le fait que les enquêtes sont essentiellement réalisées avec des échantillons d'élèves d'une même école (souvent de psychologie). Je pense que ce serait très intéressant de comparer les résultats obtenus en croisant les données entre plusieurs centres d'études pour vérifier s'ils sont cohérents.

Par rapport à mon sujet, je pense que plusieurs hypothèses sont à vérifier :

Est-ce que le téléphone portable a un impact positif ou négatif dans les études d'architecture ?

Est-ce qu'il y a une liaison entre l'usage du téléphone et la procrastination ?

Est-ce qu'il y a des différences de comportement à niveau de procrastination dans les études d'architecture par rapport à d'autres carrières ?

Est-ce que les professeurs de projet / les thèmes abordés sont en liaison avec la procrastination des élèves ?

### Documents que j'aurai aimé lire :

Ce sont certains documents que je n'ai pas eu le temps de lire. Je pense que pour quelqu'un avec une compréhension plus avancée de la langue anglaise ce sera plus facile de les lire rapidement (mon niveau d'anglais n'est pas suffisant pour comprendre ces documents lors d'une lecture rapide).

Exploring Students' Prospective Memory Inside and Outside the Lab

Paul Y. Kim and Christopher B. Mayhorn

Vol. 121, No. 2 (Summer, 2008), pp. 241-254

<https://www.jstor.org/stable/20445459?seq=1>

Cette étude est citée dans le document 3 plusieurs fois, il analyse le taux moyen d'activités réalisées par rapport aux activités non réalisées. Il peut être intéressant de connaître la méthode d'analyse et peut-être de l'appliquer dans le sujet.

Canadian university students in wireless classrooms: What do they do on their laptops and does it really matter?

Patrick Gaudreau, Dave Miranda, Alexandre Gareau

<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0360131513002546>

Ce document traite un sujet très intéressant pour la recherche. Il analyse comment sont utilisés les ordinateurs lors de cours dans une université et sa relation avec le rendement académique. Ce thème est très proche de celui de l'usage du téléphone.

## Expérience

Une des hypothèses à valider dans cette étude consiste à vérifier si la procrastination des étudiants est en relation avec l'usage du téléphone portable. Il semble que l'usage du téléphone portable est dans l'actualité un des éléments les plus susceptibles de distraire un élève lors de son travail ou ses révisions.

Vu que dans la plus grande partie des téléphones actuels on peut mesurer assez précisément le temps d'usage (on peut voir la quantité de temps que l'écran est allumé par jour, ainsi que la répartition de ce temps entre les différentes applications) cette variable serait facile à analyser.

Pour rendre cette étude plus cohérente, il serait utile de distinguer les applications considérées comme distrayantes de celles qui éventuellement pourraient aider l'étudiant lors de son travail. Par exemple, les réseaux sociaux (Instagram, Twitter, Facebook...) seraient considérés distrayants tandis que les applications de travail (calculatrice, chercheur, lecteur PDF...) devraient être soustraites au temps d'usage du téléphone (temps d'écran actif).

La démarche consisterait donc en créer un questionnaire à compléter par les sujets. Ce questionnaire comprendrait des demandes en relation avec l'usage affiché par leur téléphone portable (ce qui est décrit dans le paragraphe précédent) ainsi que le remplissage d'une échelle de procrastination académique (celle de Solomon et Rothblum). Vu que la mesure de l'usage du téléphone serait un questionnaire assez facile à compléter par presque tous les élèves, il serait aussi utile de chercher des versions de l'échelle de procrastination traduites en anglais. De cette façon les questionnaires pourraient être complétés par des élèves en échange ou même dans d'autres universités.

Le questionnaire devrait être rempli au début et à la fin du semestre (dans un premier temps les élèves seraient probablement dans un moment moins exigeant et lors de la deuxième enquête ils seraient proches des rendus).

Avec les résultats globaux des questionnaires on pourrait vérifier s'il y a une relation directe entre l'usage du téléphone portable et la procrastination des élèves dans les études d'architecture.

Une autre hypothèse à vérifier serait s'il y a une relation entre la procrastination et le cours de projet choisi.

De façon similaire à l'expérience décrite concernant l'usage du téléphone portable, des élèves de différentes classes seraient questionnés. On pourrait de cette façon comparer les résultats obtenus et déterminer si le cours choisi fait varier la procrastination des élèves. On pourrait aussi essayer de classifier les professeurs, cela pourrait se faire en demandant quels sont les vœux de cours de projet les plus fréquents entre les élèves (il faudrait demander accès à ces données dans l'administration de l'école par exemple).

## Annexes

1 = pas du tout vrai pour moi ; 5 = tout à fait vrai pour moi

1. Je m'impose un rythme de travail que je suis méticuleusement. <i>(Item à retirer dans la version finale à 11 items)</i>	1	2	3	4	5
2. Je gaspille un temps important sur de petites choses avant de me mettre au travail.	1	2	3	4	5
3. La nuit avant un examen je me sens coupable de ne pas avoir assez travaillé.	1	2	3	4	5
4. Lorsque je dois me mettre au travail j'attends longtemps avant de commencer.	1	2	3	4	5
5. Je ne rends jamais un travail en retard par manque de temps.	1	2	3	4	5
6. J'élabore souvent des méthodes pour organiser mon travail mais je ne les suis jamais.	1	2	3	4	5
7. Je travaille plus régulièrement que les étudiants avec qui je suis en cours.	1	2	3	4	5
8. Je repousse mon travail jusqu'à ce qu'il soit trop tard.	1	2	3	4	5
9. Après avoir passé un examen, je regrette d'avoir révisé à la dernière minute.	1	2	3	4	5
10. Même après avoir pris la décision de travailler, je retarde le moment de m'y mettre.	1	2	3	4	5
11. Je remets mon travail au lendemain en me disant que je serai plus motivé à ce moment-là.	1	2	3	4	5
1			3	4	5

### Annexe 1

Items	F1. M. Intrinsèque	F2. Démotivation	F3. M. Extrinsèque
<b>Motivation intrinsèque (alpha = 0,78)</b>			
MD1 : Je fais mes devoirs à la maison parce que c'est amusant	0,54		
MD2 : Je fais mes devoirs à la maison parce que j'aime apprendre de nouvelles choses	0,77		
MD7 : Je travaille en classe parce que je veux apprendre de nouvelles choses	0,74		
MD8 : Je travaille en classe car ce que l'on fait est agréable	0,72		
MD13 : J'essaie de bien faire au collège parce que j'apprends des choses qui m'intéressent	0,77		
<b>Régulation intégrée (alpha = 0,47)</b>			
MD4 : Je fais mes devoirs à la maison parce que c'est important pour moi de les faire	0,57		
MD15 : J'essaie de bien faire au collège parce que je considère que c'est important pour le métier que j'ai envie de faire			
<b>Régulation introjectée (alpha = 0,58)</b>			
MD11 : Je travaille en classe parce que j'aurais honte de moi si je ne travaillais pas		0,67	
MD14 : J'essaie de bien faire au collège parce que j'aurais une mauvaise image de moi si je ne le faisais pas		0,70	
<b>Régulation externe (alpha = 0,51)</b>			
MD3 : Je fais mes devoirs à la maison parce qu'on m'a demandé de le faire			0,42
MD6 : Je travaille en classe parce que je n'ai pas envie que le professeur me fasse des reproches devant les autres camarades			0,60
MD12 : J'essaie de bien faire au collège pour que mes professeurs pensent que je suis un(e) bon(ne) élève			0,62
MD16 : J'essaie de bien faire au collège parce qu'on m'a promis des récompenses si je me débrouille bien			0,52
<b>Démotivation (amotivation) (alpha = 0,76)</b>			
MD5 : Honnêtement, je ne sais pas pourquoi il faut faire ses devoirs à la maison, j'ai vraiment l'impression de perdre mon temps		0,65	
MD9 : Je me demande bien pourquoi j'essaie de répondre aux questions posées en classe, j'ai l'impression de perdre mon temps		0,77	
MD10 : Je travaille en classe je n'arrive pas à savoir à quoi cela sert de travailler en classe		0,76	
MD17 : Je me demande bien ce que je fais au collège, si je pouvais, je n'irais pas		0,69	
Valeurs propres (après rotation)	3,28	2,71	2,26
% variance	19	16	13

### Annexe 2

Items (énoncés)	Tout à fait en désaccord	Plutôt en désaccord	Plutôt en accord	Tout à fait en accord
1. Je pense que je suis une personne de valeur, au moins égale à n'importe qui d'autre.	1	2	3	4
2. Je pense que je possède un certain nombre de belles qualités.	1	2	3	4
3. Tout bien considéré, je suis porté(e) à me considérer comme un(e) raté(e).	1	2	3	4
4. Je suis capable de faire les choses aussi bien que la majorité des gens.	1	2	3	4
5. Je sens peu de raisons d'être fier(e) de moi.	1	2	3	4
6. J'ai une attitude positive vis à vis moi-même.	1	2	3	4
7. Dans l'ensemble, je suis satisfait(e) de moi.	1	2	3	4
8. J'aimerais avoir plus de respect pour moi-même.	1	2	3	4
9. Parfois je me sens vraiment inutile.	1	2	3	4
10. Il m'arrive de penser que je suis un(e) bon(ne) à rien.	1	2	3	4

### *Annexe 3*