TESTU François. *Rythmes de vie et rythmes scolaires : aspects chronobiologiques et chronopsychologiques*

Issy-les-Moulineaux : Elsevier Masson, 2008. – 192 p.

Claire Leconte

Édition électronique

URL : <http://journals.openedition.org/rfp/1337>

DOI : 10.4000/rfp.1337

ISSN : 2105-2913

Éditeur

ENS Éditions

Édition imprimée

Date de publication : 1 mars 2009

Pagination : 143-144

ISBN : 978-2-7342-1152-5

ISSN : 0556-7807

Référence électronique

Claire Leconte, « TESTU François. *Rythmes de vie et rythmes scolaires : aspects chronobiologiques et chronopsychologiques* », *Revue française de pédagogie* [En ligne], 166 | janvier-mars 2009, mis en ligne le 04 octobre 2010, consulté le 22 septembre 2020. URL : <http://journals.openedition.org/rfp/1337> ; DOI : <https://doi.org/10.4000/rfp.1337>

Ce document a été généré automatiquement le 22 septembre 2020.

© tous droits réservés

TESTU François. *Rythmes de vie et rythmes scolaires : aspects chronobiologiques et chronopsychologiques*

Issy-les-Moulineaux : Elsevier Masson, 2008. – 192 p.

Claire Leconte

RÉFÉRENCE

TESTU François. *Rythmes de vie et rythmes scolaires : aspects chronobiologiques et chronopsychologiques*. Issy-les-Moulineaux : Elsevier Masson, 2008. – 192 p.

- 1 Le titre de cet ouvrage ne peut qu'être alléchant, ne serait-ce que parce qu'autour de cette question des rythmes de l'enfant, les choses sont en train d'être radicalement bouleversées alors même que les travaux des chercheurs dans le domaine semblent avoir été complètement ignorés. La préface réalisée par Alain Reinberg incite tout autant le lecteur à se plonger dans ce livre, pour en savoir plus. On est un peu plus circonspect quand on constate dès la page 5 que Roger Fontaine est présenté comme psychologue (?), maître de conférences à Tours, alors qu'il y est professeur depuis de nombreuses années maintenant. L'auteur en question est-il au courant ? Est-ce un problème d'attention fondamental ou lié à un creux au moment de l'écriture de cet ouvrage ? Celui-ci est composé de trois grandes parties qui prétendent brasser toutes les connaissances dans les domaines des rythmes et des expériences d'aménagement des temps.
- 2 La première partie reprend la littérature des années quatre-vingt sur les rythmes de vie de l'enfant, littérature déjà parue dans d'autres ouvrages beaucoup moins récents. L'intérêt principal de cette partie revient à l'apport nouveau de quelques expériences

cliniques qui s'appuient sur des références théoriques plus récentes. Davantage de données actuelles auraient été ici bienvenues.

- 3 La seconde partie porte sur les recherches et évaluations de terrain. Y sont présentées toutes les expériences princeps de l'équipe de recherche de Tours, ainsi que certains résultats de travaux plus récents portant sur l'influence de l'aménagement des temps scolaire, périscolaire et extra-scolaire sur les rythmes de vie des enfants. Le lecteur est quelque peu dérouté par l'introduction dans cette partie, lors du chapitre IV qui s'intéresse à la rythmicité journalière de l'activité intellectuelle de l'élève et à l'influence des facteurs de personnalité et de situation, de l'introduction d'un témoignage portant sur l'étude clinique de deux cas d'enfants dont l'objectif est d'illustrer l'hypothèse de différenciations interindividuelles ayant une influence sur les rythmes scolaires. Or ce témoignage présente deux enfants aux comportements atypiques avec troubles des apprentissages scolaires pour lesquels, à aucun moment, on ne voit le lien avec la référence théorique du paragraphe. Cette observation clinique s'achève d'ailleurs par des hypothèses qui conduisent à une présentation d'éléments relatifs à la thérapie familiale mise en place, dont les conclusions n'ont rien à voir avec la prise en charge d'un problème de rythme.
- 4 De nombreuses expériences déjà référencées par ailleurs sont ensuite reprises, tant au long du chapitre IV que du chapitre V, hormis deux expériences nouvelles dont l'une compare deux groupes scolaires ayant des organisations temporelles différentes. Diverses épreuves psychotechniques ont été utilisées mais nous n'en connaissons pas la teneur. Cette expérience montre que les enfants de l'école expérimentale, travaillant sur quatre jours et demi avec des horaires aménagés, sont ceux qui ont le temps de sommeil nocturne le plus long, surtout les enfants de l'école primaire. Selon les auteurs, ces aménagements améliorent également l'estime de soi des enfants, qui seraient aussi ceux qui réalisent les meilleures performances d'attention. Les auteurs pointent que c'est dans l'école expérimentale que la « rythmicité classique » est davantage retrouvée au cours de la semaine. On regrette de ne pas savoir quelles épreuves ont permis les performances. La deuxième expérience récente concerne une étude menée sur Paris dans 20 écoles ZEP et non ZEP. La conclusion majeure en est que les aménagements mis en place ont une influence positive principalement sur les enfants les plus jeunes (grande section de maternelle et CE1) issus des ZEP.
- 5 Le chapitre VI reprend une expérience menée par un des co-auteurs de l'ouvrage, la question est : quel intérêt dans un ouvrage portant sur les rythmes ? Le phénomène de *bullying* y est présenté, observation clinique à l'appui, mais à aucun moment il n'est montré que ce phénomène a le moindre rapport avec les rythmes, tant de vie que scolaires, tels que définis par F. Testu. Outre le fait qu'à travers cette partie, les lecteurs manquent d'informations sur les épreuves réalisées par les élèves, on regrette de ne jamais savoir si les populations comparées sont équivalentes entre elles, seule la différence d'emploi du temps de ces écoles est connue.
- 6 Une troisième partie veut convaincre le lecteur de la nécessité, pour le mieux vivre des enfants, de réaménager le temps scolaire. Le chapitre VII dresse un rapide rappel historique de l'organisation du temps scolaire en France et donne quelques références portant sur des expériences menées aux États-Unis. Le chapitre s'achève sur la présentation d'une série d'expériences menées par une des co-auteurs de l'ouvrage, portant sur l'adéquation entre le temps des parents et celui des enfants. Il est alors démontré que tout est source de différences interindividuelles : le milieu social, la

culture, les temps de trajet pour aller à l'école, le temps de travail et le stress professionnel des parents, etc. Parmi tous ces facteurs, certains ont des effets nettement plus négatifs sur le rythme scolaire des enfants que d'autres, surtout quand rien ne peut être aménagé en fonction des besoins des enfants. Il faut rappeler combien il est important qu'il puisse y avoir ajustement entre le temps parental et le temps des enfants, mais il semble nécessaire d'éviter toute généralisation des résultats obtenus, particulièrement quand ceux-ci ne le sont qu'à partir d'une seule épreuve réalisée une seule fois chez 12 enfants. De même, une certaine prudence est souhaitable dans les conclusions auxquelles ces expériences conduisent, ne serait-ce que parce qu'il est gênant de ne tenir compte que des horaires d'organisation de la journée scolaire, sans s'intéresser aux contenus de celle-ci, quand on sait que toutes les activités réalisées ne sont pas équivalentes entre elles, en terme de coût cognitif et de coût biologique. Gardons-nous de généraliser ces données à toutes populations, sans compter qu'il faut éviter de culpabiliser, sans leur apporter de solution possible, les parents qui ne peuvent adapter leur rythme de travail à celui de leur enfant. Le chapitre VIII rappelle les trois rythmes à respecter en priorité et s'achève sur un témoignage collectif contre la semaine de 4 jours, concrétisé par une lettre ouverte publiée par *Le Monde* en 1995. Étant donné l'actualité concernant la mise en place forcée de la semaine de 4 jours à l'école élémentaire, cette lettre n'a pas pris une ride. Pour en avoir été co-auteur et avoir beaucoup travaillé aux corrections après sa première rédaction, je me dois de rappeler que celles-ci ont été réalisées grâce à de nombreux échanges avec Guy Vermeil, pédiatre bien connu du premier « la fatigue de l'écolier », et je ne peux que regretter que son nom n'apparaisse pas dans les cosignataires de la lettre. Encore une erreur d'attention ? Un dernier chapitre s'efforce de proposer de nouveaux aménagements pouvant donner lieu à discussions intéressantes.

- 7 Cet ouvrage représente une rétrospective des travaux menés par François Testu et son équipe, probablement très importante pour eux. Il permet aux novices d'en prendre connaissance et de se faire une première idée de ce que peut apporter la chronopsychologie, mais il n'apporte que peu de choses nouvelles aux experts de la discipline. Il serait important, pour mieux apprécier les conclusions des expériences menées, d'avoir davantage d'informations sur l'organisation du temps strictement scolaire (ne pas s'en tenir qu'aux horaires d'entrée et de sortie, connaître l'agencement des enseignements, la pédagogie mise en œuvre, l'organisation des pauses, l'aménagement des lieux de travail et de récréation, tous facteurs ayant un effet sur la fatigue des enfants). De même, on aimerait s'assurer que les conclusions affirmant comment mieux organiser les « rythmes scolaires » ne s'appuient pas presque exclusivement sur des expériences menées avec des épreuves très brèves de mesure de l'attention, n'ayant que peu à voir avec ce qui est attendu par l'école. On ne peut malheureusement le savoir car toutes les références récentes signalées dans l'ouvrage sont des documents internes à l'équipe de recherche. De même, pour convaincre le lecteur, les auteurs devraient bien mettre en évidence les effets d'un type de rythmicité (classique ou inversée) sur l'efficacité des enfants en classe : rien dans cet ouvrage ne permet d'en décider, et même si on s'accorde avec l'auteur sur l'impérative nécessité de respecter les rythmes de l'enfant, il est éminemment important de mettre en corrélation la réussite des élèves et leurs rythmes attentionnels tels que mesurés dans ces expériences.
- 8 Il nous semble nécessaire de conseiller aux lecteurs de cet ouvrage de compléter leur connaissance acquise par la lecture d'autres travaux comme, par exemple, ceux qui

montrent les effets du choix de séquentialisation des cours sur la fatigue des enfants ou encore ceux qui mettent en évidence le rôle de la motivation et de l'auto-détermination des élèves dans les apprentissages et sur la fatigue de ces mêmes élèves, ceux encore montrant que certains aménagements scolaires ont des effets positifs sur les comportements sociaux des enfants, sans toutefois jouer vraiment sur ce que François Testu appelle la « rythmicité classique ».

AUTEURS

CLAIRE LECONTE

PSITEC, université Charles-de-Gaulle-Lille 3