UNITED - Inclusion et diversité des apprenants d'origines diverses

No: 2022-2-DE02-KA210-VET-000092335

Cofinancé par
l'Union européenne

Programme Erasmus+, Action clé 2 : Partenariats pour la coopération, Partenariat à petite échelle

---

UNITED - Inclusion et diversité des apprenants d'origines diverses

No: 2022-2-DE02-KA210-VET-000092335

Programme de formation mixte :
"Inclusion et diversité"

Atténuer les difficultés lors du passage de l'école à l'université

Auteur : Consortium UNITED

Financé par l'Union européenne. Les points de vue et avis exprimés n'engagent toutefois que leur(s) auteur(s) et ne reflètent pas nécessairement ceux de l'Union européenne ou de l'Agence exécutive européenne pour l'éducation et la culture (EACEA). Ni l'Union européenne ni l'EACEA ne sauraient en être tenues pour responsables.

United

Cofinancé par l'Union européenne

Table des matières

Déclaration de droits d'auteur pour le module de formation 3

Clause de non-responsabilité 3

À propos de UNITED 4

Unité 1 : Quitter l'école signifie-t-il aussi quitter la maison ? 5

Unité 2 : Désapprendre tout ce que vous savez sur l'apprentissage 13

Unité 3 : Comment les campus peuvent-ils faciliter la transition de l'école à l'université ? 19

Étude de cas 26

Conseils et recommandations 29

Glossaire 30

Références 31

Vérifiez vos connaissances 32

Déclaration de droits d'auteur pour le module de formation

Le contenu de ce module de formation est la propriété intellectuelle et est librement accessible à tous les utilisateurs. Ce module de formation est protégé par la licence Creative Commons Attribution-Non-Commercial-Share-Alike 4.0 International License. Vous êtes libre de :

- Partager - copier et redistribuer le matériel sur n'importe quel support ou dans n'importe quel format.
- Adapter - remixer, transformer et développer le matériel sous les conditions suivantes :
- Attribution - Vous devez donner le crédit approprié, fournir un lien vers la licence et indiquer si des modifications ont été apportées. Vous pouvez le faire d'une manière raisonnable, mais pas d'une manière qui suggérerait que le donneur de licence vous approuve ou approuve votre utilisation.
- Non commercial - Vous ne pouvez pas utiliser le matériel à des fins commerciales.
- Partage à l'identique - Si vous remixez, transformez ou développez le matériel, vous devez distribuer vos contributions sous la même licence que l'original.

Toute utilisation ou reproduction non autorisée du contenu de ce module de formation sera considérée comme une violation de la loi sur les droits d'auteur et fera l'objet d'une action en justice.

Clause de non-responsabilité

Le programme de formation UNITED a été développé comme un programme de formation mixte, combinant l'apprentissage en ligne (étude indépendante reposant sur des ressources d'apprentissage en ligne) et des activités en salle de classe animées par un formateur qualifié. Le contenu d'apprentissage fourni ici est destiné à servir à l'apprentissage indépendant et ne prétend pas couvrir tous les aspects possibles et les questions connexes en ce qui concerne le sujet traité. Les utilisateurs sont seuls responsables de s'assurer qu'ils disposent du matériel, des logiciels, des équipements de télécommunication et des services Internet suffisants et compatibles nécessaires à l'utilisation du campus et des modules en ligne.

À propos de UNITED

United - Inclusion and Diversity of Learners with Diverse Backgrounds" est un projet cofinancé par Erasmus+ 2022-2-DE02-KA210-VET-000092335 en collaboration avec XU Exponential University of Applied Sciences et Luxembourg Creative Lab vise à améliorer les organisations partenaires en éduquant les membres de notre personnel et nos pairs sur les valeurs européennes les plus importantes en matière d'inclusion et de diversité. Vous trouverez plus d'informations sur les activités de notre projet à l'adresse suivante : https://unitederasmus.com/

Unité 1 : Quitter l'école signifie-t-il aussi quitter la maison ?

Tags : mode de vie, éducation, dortoirs, normes de vie, étudiants, indépendance
Unité 1 - Introduction

Entrer au collège ou à l'université est un grand pas pour chaque adolescent. En Europe, la plupart des élèves terminent leurs études secondaires vers l'âge de 18/19 ans et il est temps de passer à autre chose. Parfois - de manière assez littéraire. Dans les pays d'Europe du Nord et de l'Ouest, les étudiants quittent généralement leur maison d'enfance à peu près à cet âge et commencent à vivre seuls tout en entamant leurs études à l'université. En revanche, la plupart des jeunes adultes d'Europe du Sud et de l'Est continueront à vivre avec leurs parents bien plus longtemps.

Cela suggère que, pour certains, quitter l'école ne signifie pas quitter la maison. Cependant, les deux groupes, quel que soit leur lieu de résidence, seront confrontés à des défis. Dans l'unité suivante, nous verrons comment les relever en tant que professionnels de l'éducation.

1.1. Vivre à domicile ou quitter le domicile

La tendance des jeunes adultes à quitter le domicile de leurs parents à des âges différents selon les régions d'Europe (voir image 1) peut être influencée par divers facteurs, notamment des dynamiques culturelles, économiques et sociales. Bien qu'il soit important de noter que les circonstances individuelles peuvent varier, certaines tendances générales peuvent aider à expliquer les différences.

Les conditions économiques jouent un rôle important dans la détermination du moment où les jeunes adultes quittent le domicile de leurs parents. Les pays d'Europe du Nord et de l'Ouest, tels que l'Allemagne, la Suède et les Pays-Bas, ont généralement des économies plus fortes, avec des salaires plus élevés et de meilleures opportunités d'emploi. Cette stabilité économique permet aux jeunes adultes de vivre de manière indépendante à un âge plus précoce. En revanche, les pays d'Europe de l'Est et du Sud, dont la Grèce, l'Italie et certains pays d'Europe de l'Est, sont confrontés à des difficultés économiques, telles que des taux de chômage plus élevés et des salaires plus bas.

Les normes culturelles et les structures familiales influencent également l'âge auquel les jeunes adultes quittent le domicile de leurs parents. Dans certains pays d'Europe du Nord et de l'Ouest, l'accent est mis sur l'individualisme et l'indépendance personnelle. Les jeunes adultes sont encouragés à devenir autonomes et à mener leur propre vie en dehors de la cellule familiale. En revanche, dans certains pays d'Europe de l'Est et du Sud, l'accent est mis sur les liens intergénérationnels et le soutien familial. Vivre avec ses parents pendant une période prolongée

est souvent considéré comme un aspect positif de la vie familiale et un moyen de maintenir des liens familiaux forts.

Ces facteurs sont directement liés au stress auquel sont confrontés les jeunes adultes lorsqu'ils passent de l'école à l'université. Les étudiants des pays d'Europe du Nord et de l'Ouest, plus développés économiquement, pourraient être mieux armés pour commencer une vie indépendante en ayant la possibilité de s'engager plus tôt dans un parcours professionnel de leur choix. D'un autre côté, cette "indépendance", bien que souhaitée par de nombreux jeunes, induit différents facteurs de stress dus à la perte brutale du soutien financier ou des soins de leurs parents.

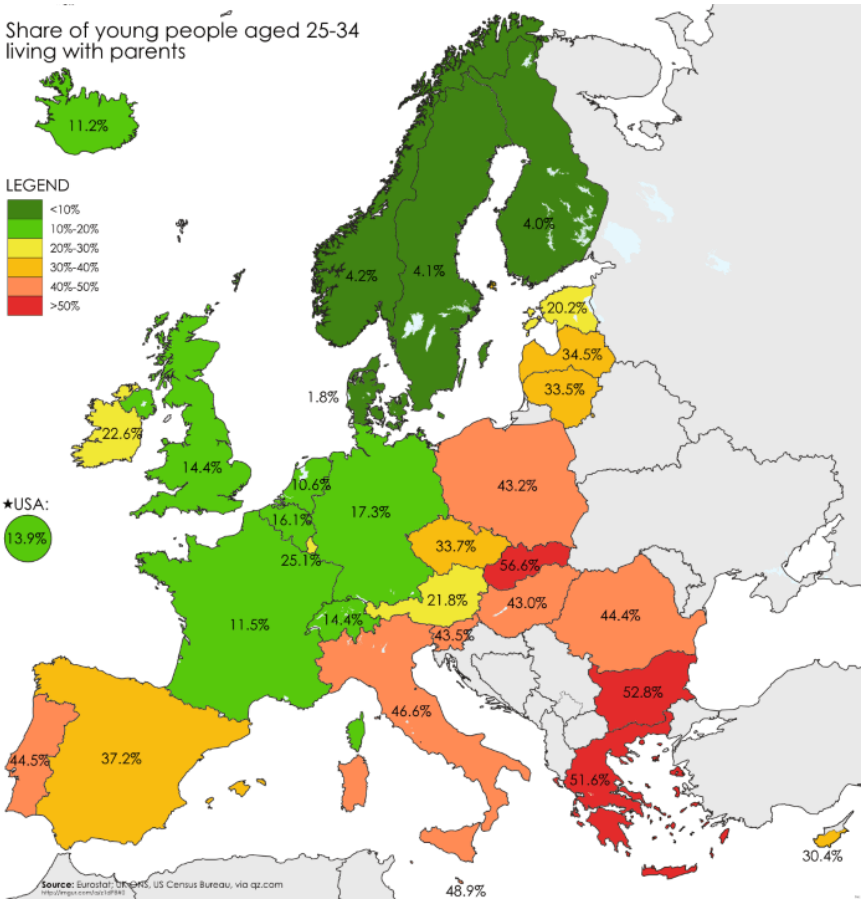

Image 1 - Part des jeunes adultes (25-35 ans) vivant avec leurs parents. Source : brilliantmaps.com

Les données présentées dans l'image 1 se concentrent notamment sur un groupe démographique plus âgé - les personnes âgées de 25 à 34 ans, dont la plupart ont probablement terminé leurs études. Néanmoins, il est extrêmement improbable que les étudiants de pays tels que la Bulgarie, la Grèce, la Slovaquie ou l'Italie aient quitté en grand nombre leur domicile pendant les années universitaires pour y revenir ensuite.

Vivre dans des dortoirs est un élément traditionnel de l'expérience des étudiants, que nous aborderons également dans une unité ultérieure. Mais il est important de noter que les dortoirs sont des résidences temporaires et qu'ils ne reflètent pas le même type de vie indépendante que celle à laquelle nous faisons référence - comme effectuer les tâches ménagères, payer le loyer et les impôts et travailler, tout en étudiant.

Difficultés rencontrées par les étudiants qui restent à la maison

Les étudiants qui vivent avec leurs parents tout en étudiant à l'université peuvent être confrontés à un ensemble de défis uniques par rapport à ceux qui vivent de manière indépendante. Voici quelques-unes des difficultés qu'ils peuvent rencontrer :

Les trajets domicile-travail

Vivre avec ses parents implique souvent de faire la navette entre le domicile et l'université, ce qui peut prendre du temps et être fatigant, surtout si la distance est importante. Les longs trajets peuvent limiter le temps disponible pour les études, les activités extrascolaires et la socialisation avec les pairs sur le campus.

Absence d'immersion dans la vie du campus

Le fait de vivre en dehors du campus peut rendre plus difficile pour les étudiants de s'engager pleinement dans l'expérience universitaire et de participer aux activités du campus. Ils peuvent manquer des interactions sociales spontanées, des clubs, des organisations et des événements, ce qui peut contribuer à un sentiment d'isolement ou de déconnexion de la communauté universitaire au sens large.

Stigmatisation sociale

Dans certains cas, les étudiants qui vivent avec leurs parents peuvent être confrontés à la stigmatisation sociale ou au jugement de leurs pairs qui vivent de manière indépendante sur le campus. Ils peuvent être considérés comme moins indépendants ou moins matures, ce qui peut avoir un impact sur leurs relations sociales et leur sentiment général d'appartenance à la communauté universitaire. Les mèmes populaires sur Internet (voir fig. 2) se moquent également de l'immaturité supposée des étudiants :

Image 2 : Les jeunes qui vivent avec leurs parents sont souvent ridiculisés dans la société

Manque d'indépendance

Vivre avec ses parents peut limiter le sentiment d'indépendance de l'étudiant. Ils peuvent être obligés de respecter les règles et les routines de la maison, ce qui peut entrer en conflit avec l'emploi du temps qu'ils souhaitent pour leurs études ou leurs engagements sociaux. Le manque d'autonomie peut entraver leur capacité à développer des compétences importantes dans la vie courante, telles que la gestion des finances, des tâches ménagères et des responsabilités personnelles.

Comment relever ces défis

Faites attention au langage que vous utilisez lorsque vous discutez de leur situation. Évitez de faire des suppositions ou des généralisations sur leurs conditions de vie. Reconnaissez et respectez leur choix de vivre avec leurs parents, en soulignant qu'il n'existe pas d'approche unique de la vie universitaire.

Il est tout à fait possible que l'étudiant en question et sa famille connaissent des difficultés financières et qu'ils aient fait ce choix par nécessité. L'étudiant peut également choisir de ne pas divulguer cette information.

Collaborez avec eux pour trouver des solutions pratiques aux défis qu'ils rencontrent. Réfléchissez ensemble à des idées telles que la création d'un espace dédié à l'étude à la maison, la mise en place d'une routine d'étude cohérente ou l'exploration des ressources disponibles sur le campus qui peuvent contribuer à améliorer leur expérience universitaire.

1.2. Difficultés rencontrées par les étudiants dans les dortoirs

Les dortoirs impliquent généralement le partage d'un espace de vie avec des colocataires ou d'autres étudiants. Ce manque d'intimité peut poser problème aux personnes qui préfèrent la solitude ou qui ont besoin d'un environnement calme pour étudier et se détendre. Partager une chambre ou un espace de vie avec un colocataire peut constituer une adaptation importante. Les différences de mode de vie, d'habitudes d'étude, de propreté et de limites personnelles peuvent être à l'origine de conflits ou de malaises. Voici quelques-uns des défis auxquels ces étudiants sont confrontés :

Bruit et distractions

Les dortoirs peuvent être des lieux bruyants et animés, en particulier pendant les heures d'étude ou de convivialité. Ce bruit constant et ces distractions peuvent empêcher les étudiants de se concentrer et peuvent avoir un impact sur leurs résultats scolaires.

Espace personnel limité
Les dortoirs sont souvent petits et les possibilités de rangement limitées. Les étudiants peuvent avoir du mal à trouver de la place pour leurs affaires et se sentir confinés dans un environnement exigu.

Installations communes et entretien

Les espaces communs et les installations des dortoirs, tels que les salles de bains, les cuisines et les buanderies, sont partagés par plusieurs étudiants. Cela peut entraîner une surpopulation, des conflits sur la propreté et des désagréments lorsque ces installations sont très sollicitées.

Le mal du pays

Pour les étudiants qui vivent loin de chez eux pour la première fois, le mal du pays et la transition générale vers un nouvel environnement de vie peuvent être émotionnellement

difficiles. S'adapter à une nouvelle routine, se faire de nouveaux amis et s'adapter à une dynamique sociale différente peut prendre du temps.

Incidents d'intimidation

Bien que les dortoirs aient généralement mis en place des mesures de sécurité, des inquiétudes concernant le vol ou la sécurité peuvent toujours survenir. Les étudiants peuvent être amenés à prendre des précautions pour s'assurer que leurs effets personnels et leurs espaces de vie sont en sécurité.

Comment relever ces défis

Il est important de noter que, même si ces défis existent, la vie en résidence universitaire offre également des possibilités d'interaction sociale, de création d'une communauté de soutien et d'accès facile aux ressources du campus. De nombreux étudiants nouent des amitiés pour la vie et profitent d'une expérience dynamique sur le campus lorsqu'ils vivent dans des dortoirs.

Encouragez une culture du respect et de la considération au sein du dortoir. Rappelez-vous et rappelez aux autres d'être attentifs au niveau de bruit, à la propreté des parties communes et aux besoins des autres étudiants. De simples gestes de gentillesse et de considération peuvent grandement contribuer à créer un environnement de vie positif.

En cas de conflit ou de problème, encouragez les étudiants à demander de l'aide aux conseillers résidents ou au personnel du logement. Ces personnes sont formées pour aborder les conflits, arbitrer les discussions et fournir des conseils pour aider à résoudre les problèmes de manière équitable et impartiale.

1.3. Difficultés rencontrées par les étudiants vivant seuls

Les étudiants qui vivent seuls pendant leurs études universitaires peuvent être confrontés à diverses difficultés. Pour y faire face, il faut faire preuve de résilience, d'organisation et chercher de l'aide en cas de besoin. Les universités fournissent souvent des ressources, telles que des services de conseil, des aides financières et des programmes de soutien aux étudiants, pour aider les étudiants vivant seuls à surmonter ces difficultés et à s'épanouir au cours de leur expérience universitaire.

Responsabilité financière

Gérer ses finances de manière indépendante peut être un défi de taille. Les étudiants doivent budgétiser leurs dépenses, payer leurs factures, s'acquitter de leur loyer ou de leur hypothèque et couvrir d'autres frais de subsistance. Concilier des revenus limités avec les dépenses universitaires peut être une source de stress.

Gestion du ménage

Les étudiants qui vivent seuls doivent s'acquitter de diverses responsabilités domestiques, notamment le nettoyage, la cuisine, les courses et le maintien d'un environnement sûr et confortable. L'acquisition de compétences pratiques liées à la gestion du ménage peut être une courbe d'apprentissage difficile pour beaucoup d'entre eux.

Gestion du temps et pression académique

Il peut être difficile de concilier les engagements académiques, tels que l'assiduité aux cours, les études, la réalisation des travaux et la préparation des examens. Les étudiants qui vivent seuls doivent gérer leur temps de manière efficace afin de consacrer suffisamment de temps à leurs études tout en s'acquittant de leurs responsabilités quotidiennes.

Comment relever ces défis

Vivre seul forge le caractère et peut, en fin de compte, s'avérer plus bénéfique pour un étudiant que d'autres solutions. Il s'agit toutefois de l'option la plus coûteuse et toutes les familles ne peuvent pas se permettre de soutenir une telle entreprise. Il ne devrait pas y avoir de pression sociale sur les gens pour qu'ils s'éloignent de leur environnement de soutien tel que la famille ou un dortoir sur le campus.

De même, les étudiants vivant seuls ne devraient pas être ostracisés en raison de la richesse qu'ils perçoivent par rapport aux autres. Tout d'abord, ce n'est peut-être pas le cas, et louer un logement seul peut être une nécessité, et non un luxe. Deuxièmement, ils seront confrontés à des défis différents, mais non moindres, par rapport à leurs pairs vivant avec leurs parents ou sur le campus.

Points clés à retenir

- Après avoir obtenu leur diplôme, les étudiants suivent généralement l'une des trois voies suivantes : continuer à vivre avec leurs parents, déménager dans une résidence universitaire ou s'installer à leur compte. Chacune de ces voies s'accompagne de défis spécifiques.
- Partager une chambre ou un espace de vie avec un colocataire peut constituer un ajustement important. Les différences de mode de vie, d'habitudes d'étude, de propreté et de limites personnelles peuvent être à l'origine de conflits ou de malaises.
- Horaires flexibles - les horaires de l'université sont souvent plus flexibles que les horaires rigides de l'école. Les étudiants peuvent avoir moins d'heures de contact en classe, ce qui leur laisse plus de temps pour étudier de manière autonome. Si cette flexibilité peut

offrir liberté et indépendance, elle exige aussi des étudiants qu'ils soient disciplinés dans la gestion de leur temps et qu'ils évitent la procrastination.

Recommandations de lectures complémentaires.

Module 3 : Réduire l'anxiété liée aux examens est directement lié à la façon dont nous gérons le passage de l'école à l'université. Consultez ce module pour plus d'informations.

Références pour l'unité 1 :

Chandra, S. (2021). 12 Tips to Support First Year Students on Your Campus.

Melendro, M., Campos, G., Rodríguez-Bravo, A. E., & Arroyo Resino, D. (2020). Young People's Autonomy and Psychological Well-Being in the Transition to Adulthood: A Pathway Analysis. Frontiers in Psychology, 11, Article 1946. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.01946

Unité 2 : Désapprendre tout ce que vous savez sur l'apprentissage

Tags : apprentissage, éducation, université, pédagogie, gestion du temps, matières à option
Unité 2 - Introduction

La différence fondamentale entre les écoles et les universités est que ces dernières mettent davantage l'accent sur l'apprentissage indépendant et l'étude autodirigée. Contrairement à l'école, où les enseignants peuvent guider et suivre de près les progrès des étudiants, on attend des étudiants universitaires qu'ils assument une plus grande responsabilité dans leur apprentissage. Cela exige de l'autodiscipline, une bonne gestion du temps et la capacité d'étudier et de comprendre des sujets complexes de manière indépendante.

En outre, les cours universitaires ont souvent un programme plus étendu et exigent des étudiants qu'ils étudient un plus grand nombre de matières dans un temps limité. Cela peut entraîner une augmentation de la charge de travail, notamment des devoirs, des travaux de recherche, des projets et des examens.

Dans ce module, nous discuterons des moyens d'atténuer le stress causé par ce changement.

2.1. En quoi l'apprentissage à l'école diffère-t-il de l'apprentissage à l'université ?

À l'école, l'apprentissage est généralement plus structuré et guidé par les enseignants. Les enseignants fournissent des instructions étape par étape, des plans de cours et des programmes d'études. En revanche, l'apprentissage à l'université est plus indépendant. Les professeurs décrivent le contenu du cours et les attentes, mais les étudiants sont responsables de la gestion de leur apprentissage, de leurs études et de la réalisation de leurs travaux.

L'enseignement universitaire exige des étudiants qu'ils soient plus autonomes dans leur parcours d'apprentissage. Plutôt que de s'en remettre uniquement aux professeurs pour l'enseignement, les étudiants sont encouragés à s'approprier leur formation.

On attend des étudiants qu'ils fassent des recherches indépendantes, qu'ils explorent différentes sources et qu'ils recherchent des documents supplémentaires en plus de ceux fournis en classe.

Cet apprentissage autodirigé permet aux étudiants d'explorer leurs centres d'intérêt, d'approfondir des domaines spécialisés dans leur champ d'activité et de développer une compréhension plus profonde de la matière.

Cette approche présente des avantages considérables en termes de motivation pour les études. En choisissant les sujets sur lesquels ils veulent se concentrer, les étudiants peuvent approfondir leurs propres centres d'intérêt et développer une compréhension spécifique des sujets qu'ils choisissent.

L'apprentissage dans les universités exige également des étudiants qu'ils spécialisent leurs connaissances dans un domaine particulier. Alors que l'école forme des généralistes, les universités se concentrent sur un ensemble spécifique de compétences pour préparer le futur diplômé au monde de l'entreprise.

2.2. Gestion du temps pour les étudiants

Les étudiants doivent établir leur programme d'étude, suivre les dates de remise des travaux et décider comment répartir leur temps d'étude, de lecture et de recherche. On attend d'eux qu'ils soient proactifs en demandant des éclaircissements, en explorant des ressources supplémentaires et en s'engageant dans des études indépendantes pour approfondir leur compréhension de la matière.

Naturellement, une partie du temps de l'étudiant doit être consacrée à la socialisation et aux loisirs, notamment parce que la participation à des activités extrascolaires sur le campus est une partie importante de l'expérience universitaire. Elle est également vitale pour le bien-être et la santé mentale des étudiants.

Par conséquent, la gestion du temps peut être considérée comme une compétence essentielle permettant aux étudiants de concilier efficacement leurs responsabilités académiques, leurs engagements personnels et leurs activités de loisirs.

Bien qu'il n'y ait pas de recette fixe pour une gestion du temps réussie pour les étudiants, certaines des bases connues dans le monde des affaires peuvent être facilement appliquées à l'université. Les professionnels de l'éducation devraient les connaître et les recommander à leurs étudiants :

Créer un emploi du temps

L'élaboration d'un emploi du temps hebdomadaire ou mensuel comprenant les cours, les heures d'étude, les activités extrascolaires et les engagements personnels peut s'avérer très utile. Attribuer des plages horaires spécifiques à chaque tâche permet de s'assurer que l'on dispose de blocs de temps dédiés à l'étude et à la réalisation des travaux.

Hiérarchiser les tâches

Il est important d'identifier les tâches les plus importantes et les plus urgentes et de les classer par ordre de priorité. En se concentrant d'abord sur les travaux prioritaires ou sur l'étude des examens, il est possible de progresser sur les tâches essentielles et d'éviter de se précipiter à la dernière minute.

Décomposer les tâches :

Décomposer les tâches importantes, telles que les devoirs ou les projets, en tâches plus petites et plus faciles à gérer peut les rendre moins écrasantes et faciliter un travail plus efficace. La fixation d'échéances précises pour chaque petite tâche aide les étudiants à rester sur la bonne voie.

Utiliser des outils de productivité

Les étudiants peuvent explorer des outils numériques et des applications conçus pour faciliter la gestion du temps et la productivité. Ces outils peuvent faciliter la planification, la gestion des tâches, les rappels et même le blocage des sites web ou des applications distrayants pendant les sessions d'étude. Les exemples incluent Todoist, Trello, Google Calendar, ou des minuteurs Pomodoro comme Tomato Timer ou Forest.

Ces exemples n'incluent notamment pas ChatGTP et d'autres logiciels d'IA générateurs de texte, qui peuvent compléter des travaux et des devoirs pour les étudiants. Il est important de ne pas réduire la qualité de l'éducation au profit de l'efficacité du temps.

Blocage du temps

Le blocage du temps consiste à attribuer des plages horaires spécifiques à différentes activités tout au long de la journée. L'attribution de plages horaires dédiées à l'étude, aux cours, aux devoirs et aux activités extrascolaires aide les étudiants à rester concentrés. Il est important de respecter l'emploi du temps et d'éviter les distractions pendant ces périodes de concentration.

Faire des pauses

Il est essentiel de faire des pauses régulières pour se reposer et se ressourcer. Les pauses peuvent améliorer la productivité et la concentration. Les étudiants peuvent expérimenter différentes durées de pause pour trouver ce qui leur convient le mieux, qu'il s'agisse de courtes pauses toutes les heures ou de pauses plus longues après quelques heures de travail concentré.

Recherche d'aide et de soutien

Les étudiants ne doivent pas hésiter à demander de l'aide en cas de besoin. S'ils ont du mal à gérer leur temps ou s'ils se sentent dépassés, ils peuvent demander l'aide de conseillers académiques, de professeurs ou de services de conseil. Il incombe en grande partie aux universités de permettre aux étudiants de chercher de l'aide et de leur donner les moyens de le faire. Cela signifie qu'il faut surmonter toute stigmatisation sociale que pourrait entraîner le fait de demander de l'aide à un membre du personnel.

À la XU Exponential University of Applied Sciences, les étudiants peuvent demander une aide immédiate à notre Student Service Centre sur le campus ou en envoyant un message à l'adresse suivante : studentservice@xu-university.de.
Au Luxembourg Creative Lab, l'aide peut être fournie par temps sur place ou en contactant : office@lclab.lu

2.3. Créer des cours adaptés aux étudiants

La flexibilité dans le choix des cours est un avantage significatif pour les étudiants universitaires par rapport au programme d'études plus structuré de l'école. Dans l'ensemble, la flexibilité dans le choix des cours au niveau universitaire permet aux étudiants de personnaliser leur expérience éducative, d'explorer leurs centres d'intérêt et d'aligner leurs études sur leurs aspirations professionnelles. Toutefois, il est important que les étudiants planifient soigneusement leurs choix de cours, demandent des conseils si nécessaire et trouvent un équilibre entre la poursuite de leurs passions et le respect des exigences du programme.

Certaines universités permettent aux étudiants de personnaliser leur spécialisation ou de créer des programmes interdisciplinaires. Cela permet aux étudiants de combiner des cours de plusieurs disciplines, créant ainsi un parcours académique unique qui correspond à leurs intérêts et à leurs objectifs spécifiques. Les majeures personnalisées offrent une formation plus adaptée et spécialisée qui peut permettre aux étudiants de se démarquer dans leur domaine de prédilection.

Les conseillers pédagogiques jouent un rôle essentiel en aidant les étudiants à faire preuve de souplesse dans le choix des cours. Ils fournissent des conseils sur les exigences du programme, l'enchaînement des cours et les parcours possibles. Les étudiants devraient consulter leurs conseillers pour prendre des décisions éclairées, recevoir des commentaires sur leurs choix de cours et s'assurer qu'ils sont sur la bonne voie pour atteindre leurs objectifs académiques.

Le principal défi pour les étudiants est de savoir comment personnaliser leur programme scolaire de manière efficace. Voici quelques stratégies qui devraient être connues à la fois des étudiants et des professionnels de l'éducation :

Tenir compte des intérêts personnels

À l'université, les étudiants peuvent choisir des cours en fonction de leurs intérêts personnels. Ils peuvent explorer des sujets qui les passionnent réellement et les approfondir. Cette flexibilité permet aux étudiants de suivre des cours qui correspondent à leur curiosité intellectuelle et favorisent un véritable amour de l'apprentissage.

Planifier les objectifs de carrière futurs

Les étudiants universitaires peuvent choisir des cours qui correspondent à leurs objectifs de carrière et à leurs aspirations. Ils ont la liberté d'explorer différentes disciplines, de suivre des cours spécialisés et d'acquérir des connaissances et des compétences en rapport avec la profession qu'ils souhaitent exercer. Cette flexibilité permet aux étudiants d'adapter leur expérience éducative pour se préparer à leur future carrière.

Si l'orientation professionnelle souhaitée n'est pas toujours évidente dès l'école, les étudiants de l'université ont au moins une certaine clarté à ce sujet. Si une aide supplémentaire est nécessaire, il serait bon de consulter les centres de développement de carrière des campus.

Aperçu des cours à option

Les universités proposent souvent un large éventail de cours à option que les étudiants peuvent choisir en dehors de leur majeure ou de leur tronc commun. Ces cours à option leur permettent d'élargir leur horizon académique, d'explorer des études interdisciplinaires ou d'acquérir des connaissances supplémentaires dans des domaines qui les intéressent. Les cours à option peuvent également aider les étudiants à acquérir une formation complète et à améliorer leur esprit critique et leur capacité à résoudre des problèmes.

Lorsqu'ils choisissent le cours à option approprié, les étudiants doivent tenir compte de deux éléments. Tout d'abord, ce cours correspond-il à leurs objectifs de carrière et à leurs centres d'intérêt personnels ? Deuxièmement, ce cours est-il complémentaire à leur programme d'études en termes de crédits et de charge de travail ? Les universités proposent des cours qui donnent droit à des crédits plus ou moins importants.

Les crédits auxquels nous faisons référence font partie du système européen de transfert et d'accumulation de crédits (ECTS), un système de crédits standard utilisé dans les universités européennes pour mesurer et comparer la charge de travail et les résultats d'apprentissage des étudiants. Un cours comporte un nombre fixe de crédits requis pour l'obtention du diplôme, indépendamment des matières optionnelles choisies par l'étudiant.

Points clés à retenir

- Les professeurs et les formateurs fournissent des instructions étape par étape, des plans de cours et des programmes d'études fixes. En revanche, l'apprentissage universitaire est plus indépendant. Les professeurs décrivent le contenu des cours et les attentes, mais les étudiants sont responsables de la gestion de leur apprentissage, de leurs études et de la réalisation de leurs travaux.
- La flexibilité dans le choix des cours est un avantage significatif pour les étudiants universitaires par rapport au programme plus structuré de l'école. Dans l'ensemble, la

flexibilité dans le choix des cours à l'université ou dans les centres d'EFP permet aux étudiants de personnaliser leur expérience éducative, d'explorer leurs centres d'intérêt et d'aligner leurs études sur leurs aspirations professionnelles.

Recommandations de lectures complémentaires

D'autres méthodes pour atténuer le stress causé par le passage de l'école à l'université sont examinées plus en détail dans le module 5 : Créer un environnement de classe inclusif. Consultez ce module pour plus d'informations.

Références pour l'unité 2 :

Vences, C. (2015). Time Management and Academic Achievement of Higher Secondary Students. i-manager's Journal on School Educational Technology, 10(3), 38.

Unité 3 : Comment les campus peuvent-ils faciliter la transition de l'école à l'université ?

Tags : campus, ressources, clubs, conseillers, réunion, environnement, soutien
Unité 1 - Introduction

À bien des égards, le campus universitaire fait office de seconde maison pour les étudiants. Non seulement ils y suivront des cours, mais ils y passeront aussi du temps à se socialiser, à participer à des activités extrascolaires et à assister à divers clubs et réunions. Les campus sont des lieux où les étudiants étudient, travaillent et vivent de nouvelles expériences. L'existence d'un environnement favorable dans un campus fait toute la différence lorsqu'il s'agit de faciliter la transition entre l'école et l'université.

C'est important parce que les universités, financées soit par les dépenses publiques, soit par les frais de scolarité, ont intérêt à responsabiliser leurs étudiants et à leur permettre de relever les défis auxquels ils peuvent être confrontés au cours de leurs études. En fin de compte, la société a besoin qu'ils obtiennent leur diplôme et acquièrent ainsi de nouvelles compétences.
Il est loin le temps où les universités suivaient un régiment militaire et s'attendaient à des taux d'échec et d'abandon élevés. Dans cette unité, nous discuterons de certaines des choses qu'une université devrait faire.

3.1. Programmes d'intégration dans les universités

L'accès aux ressources et aux services de soutien du campus est essentiel pour une transition réussie de l'école à l'université. N'oubliez pas que chaque université peut avoir son propre ensemble de ressources et de services de soutien, il est donc important que les étudiants explorent et se familiarisent avec ce qui est disponible spécifiquement dans leur établissement.

En profitant de ces ressources et de ces services de soutien, vous pourrez surmonter les difficultés liées au passage de l'école à l'université et améliorer votre réussite académique et personnelle.

Cependant, certaines activités se sont avérées efficaces et sont désormais monnaie courante dans les universités d'Europe et du monde entier.

- **Semaines/jours d'orientation**

Ils peuvent être présentés sous forme de semaines, de jours ou d'ateliers. Quoi qu'il en soit, les programmes d'orientation sont souvent proposés par l'université. Ces programmes fournissent des informations précieuses sur les installations du campus, les services de soutien, les attentes en matière d'études et les activités sociales. Participer à un programme d'orientation peut aider les étudiants à se familiariser avec l'environnement du campus et à nouer des liens avec d'autres étudiants.

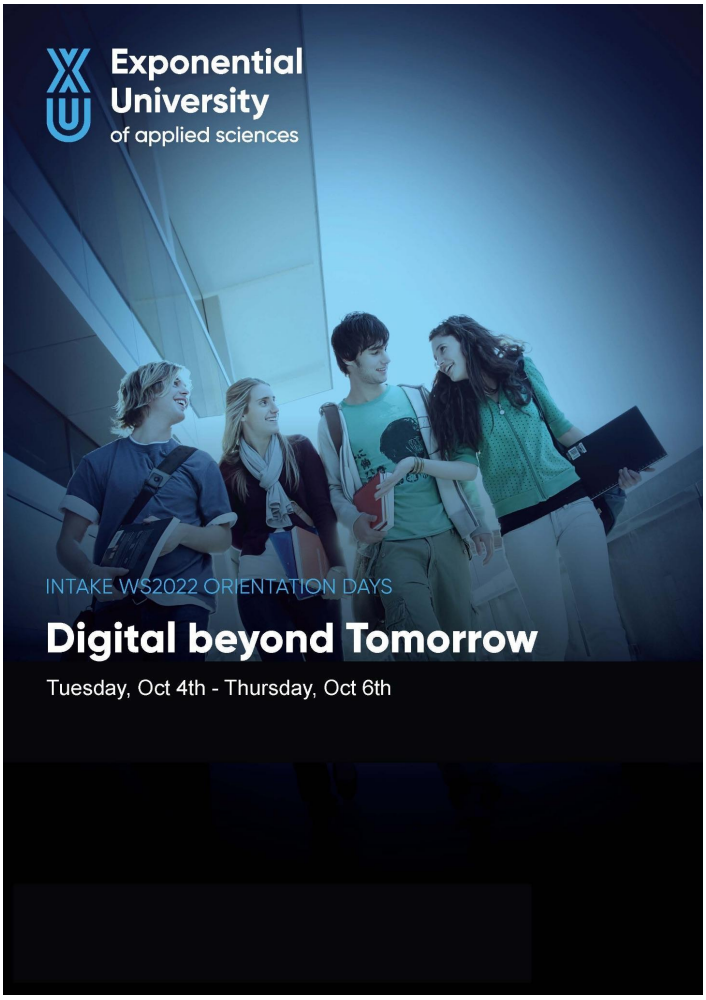

Image : Semaine d'orientation à la XU Exponential University of Applied Sciences

Tuesday, October 4th

09:00 - 10:00	Registration + Output Documents
10:00 – 10:30	Official welcome by the President and the Cancelor of the University
10:30 -10:45	Welcome by the Student Representatives
10:45 – 11:00	Coffee Break
11:00 – 11:30	Digital beyond Tomorrow
11:30 – 12:00	Important Information: Program Management
12:00 – 12:15	Important Information: Examination Office
12:15– 13:00	Lunch Break (Pizza Lunch)
13:00 – 13:30	Important Information: Student Services
13:30 – 14:00	Important Information: Career Service
14:00 – 14:45	Digital Systems and Tools for Students (MS Teams, Digital LAB, 3D Printer)

Image : Semaine d'orientation à la XU Exponential University of Applied Sciences - Agenda

Wednesday, October 5th

09:00 – 12:30	Teambuilding Workshop
12:30 – 13:15	Lunch (bring your own food)
13:15 – 14:45	Study Programs (Introduction by Professors)
14:45 – 15:15	Important Information: Quality Management
15:15 – 15:45	Coffee Break
15:45 – 16:15	TedX

Thursday, October 6th

09:30 -11:00	Workshop - Jobs of the Future
11:00 – 12:00	Project-based Learning Experience
12:00 – 12:30	Lunch (bring your own food)
12:30 – 13:30	Semester abroad
13:30 – 14:30	Code of Conduct and Welcome by VP Teaching

Image : Semaine d'orientation à la XU Exponential University of Applied Sciences - Agenda

- **Centres d'aide aux étudiants**

C'est toujours une bonne idée d'explorer et de localiser les différents centres d'aide aux étudiants sur le campus. Ces centres fournissent souvent des ressources et de l'aide dans des domaines tels que l'orientation universitaire, les services d'orientation professionnelle, le conseil et la santé mentale, l'aide aux personnes handicapées, les services aux étudiants étrangers et l'aide financière. Familiarisez-vous avec les services proposés et leur emplacement.

Ces centres sont souvent gérés par des conseils d'étudiants et des organisations bénévoles. Les fréquenter n'est donc pas seulement bénéfique pour résoudre un problème spécifique auquel vous pouvez être confronté, mais c'est aussi une occasion de nouer des contacts.

- **Services de conseil académique**

Contrairement aux organisations gérées par les étudiants, les conseillers pédagogiques font généralement partie du personnel de l'université. Ils peuvent vous aider à comprendre les exigences du programme, vous assister dans le choix des cours et vous guider dans la planification de vos études. Les conseillers peuvent également vous aider à surmonter les difficultés ou les problèmes académiques que vous pourriez rencontrer au cours de votre parcours universitaire.

Dans le même ordre d'idées, la bibliothèque de l'université locale et ses ressources. Les bibliothécaires peuvent vous conseiller sur les techniques de recherche, l'accès aux bases de données scientifiques et l'utilisation des outils de citation, autant de compétences inestimables pour un nouvel étudiant. Comprendre comment utiliser efficacement les ressources de la bibliothèque vous sera utile pour mener à bien vos recherches et réaliser vos travaux.

Exemple de programme d'intégration de deux jours

Jour 1:

L'heure	Activité	Lieu
9:00 am - 9:30 am	Registration and Welcome	University Welcome Center
9:30 am - 10:30 am	Orientation Session	University Welcome Center
10:30 am - 11:30 am	Campus Tour	Campus Tour Starting Point
11:30 am - 12:30 pm	Academic Advising	Academic Advising Office
12:30 pm - 1:30 pm	Lunch Break	Campus Dining Facilities
1:30 pm - 3:00 pm	Workshops and Sessions	Various Classrooms

Jour 2:

L'heure	Activité	Lieu
9:00 am - 10:00 am	Icebreaker Activities	Student Commons
10:00 am - 11:30 am	Support Services Introductions	Student Commons
11:30 am - 12:30 pm	Peer Mentorship Program	Student Commons
12:30 pm - 1:30 pm	Lunch Break	Campus Dining Facilities
1:30 pm - 3:00 pm	Academic Integration Activities	Various Classrooms

Il s'agit d'un exemple fictif qui décrit ce que pourrait comprendre un programme d'intégration dans une université. Il est important de ne pas étouffer les étudiants avec trop d'informations les premiers jours, c'est pourquoi l'étalement des événements et des pauses est généralement une bonne idée. Ce programme peut facilement servir de point de départ pour les étudiants travaillant dans leurs conseils ou clubs d'étudiants respectifs, ainsi que pour les professionnels de l'enseignement qui doivent organiser un événement similaire. Les exemples de lieux peuvent être remplacés par des lieux réels de l'université concernée.

3.2. Services de santé et de bien-être sur le campus

Les services de santé et de bien-être des campus jouent un rôle crucial dans le soutien au bien-être physique et mental des étudiants tout au long de leur parcours universitaire. Voici quelques domaines clés que les étudiants peuvent prendre en considération :

Cliniques médicales

Les cliniques médicales des campus proposent des services de santé, notamment des examens de routine, des vaccinations et le traitement de maladies ou de blessures mineures. Elles constituent pour les étudiants une ressource pratique et accessible pour répondre à leurs besoins en matière de santé. Les étudiants peuvent demander des conseils médicaux, recevoir les traitements nécessaires et préserver leur bien-être général.

Toutes les universités ne disposent pas d'une clinique sur leur campus. Il s'agit d'une option limitée aux grandes institutions. Toutefois, dans la plupart des pays européens, les étudiants de toutes les universités sont considérés comme bénéficiant d'une assurance maladie de base, fournie par le gouvernement, et sont encouragés à en profiter et à ne pas manquer les rendez-vous pour les examens de routine.

Centres d'orientation

Les centres de conseil sur le campus offrent des services de conseil professionnel pour soutenir la santé mentale et le bien-être des étudiants. Des conseillers qualifiés offrent des conseils confidentiels et un soutien pour diverses préoccupations, notamment la gestion du stress, l'anxiété, la dépression, les problèmes relationnels et les pressions académiques. L'utilisation de ces services peut aider les étudiants à surmonter les difficultés, à développer des stratégies d'adaptation et à préserver leur bien-être mental.

Malheureusement, il existe encore une certaine stigmatisation sociale associée à la consultation. La consultation d'un conseiller est très différente d'une demande de soins psychiatriques et constitue un aspect fondamental de la prise en charge de sa propre santé mentale. Les programmes de formation d'UNITED visent à lutter contre ces stéréotypes.

Installations récréatives

Les installations récréatives des campus favorisent la forme physique et le bien-être général. Il peut s'agir de centres de remise en forme, de complexes sportifs, de piscines et d'espaces de loisirs en plein air. La pratique d'activités physiques contribue non seulement à la santé physique, mais aussi à la réduction du stress, à l'amélioration de l'humeur et au bien-être général.

La fréquentation des centres de loisirs est un excellent moyen de se faire de nouveaux amis et de socialiser pendant le temps libre. Elles offrent la possibilité d'entrer en contact avec des personnes partageant les mêmes idées, de développer de nouvelles compétences et de s'engager dans des activités extrascolaires. Elles peuvent améliorer votre expérience universitaire globale et vous donner un sentiment de communauté et d'appartenance.

Points clés à retenir

- Chaque université peut avoir son propre ensemble de ressources et de services de soutien, il est donc important pour les étudiants d'explorer et de se familiariser avec ce qui est disponible spécifiquement dans leur établissement.
- Les services de santé et de bien-être des campus jouent un rôle crucial dans le soutien au bien-être physique et mental des étudiants tout au long de leur parcours universitaire.

Recommandations de lectures complémentaires

Tout événement organisé sur le campus doit se dérouler dans une atmosphère d'inclusion et de respect mutuels. Les détails de l'organisation de tels événements sont abordés dans le module 6 : Organiser un événement inclusif sur le campus.

Références pour l'unité 3 :

Alban, S. (2022). Creating a Smooth Student Onboarding Process in the Middle of a Pandemic. UserGuiding BLOG.

Burek, O. (Updated by van Hout, N.) (2022). "14 Skills to Help You Survive University". Save the Student.

Étude de cas

Semaine d'orientation des étudiants : Plan détaillé

Jour 1 : Accueil et visite du campus

- Discours de bienvenue : Les responsables de l'université et les leaders étudiants accueillent chaleureusement les nouveaux étudiants et leur présentent la mission et les valeurs de l'université, ainsi que son engagement à favoriser un environnement d'apprentissage inclusif.

- Activités brise-glace : Des activités ludiques sont organisées pour aider les étudiants à faire connaissance, à briser la glace et à créer une atmosphère confortable pour la semaine à venir.

- Visite du campus : Des visites guidées du campus sont organisées pour familiariser les étudiants avec les lieux clés, notamment les bâtiments universitaires, les bibliothèques, les centres étudiants, les services de santé et les restaurants.

- Séance d'information sur les résidences : Pour les étudiants qui vivent sur le campus, une séance d'information distincte est organisée sur la vie résidentielle, les équipements et les directives.

Jour 2 : Vie universitaire et ressources

- Conseil académique : Les étudiants rencontrent des conseillers académiques qui les guident dans le choix des cours, la planification des études et la définition des objectifs éducatifs.

- Atelier sur les techniques d'étude : Des ateliers sont organisés pour améliorer les compétences d'étude, la gestion du temps, les techniques de prise de notes et les habitudes d'étude efficaces pour réussir les études universitaires.

- Orientation à la bibliothèque : Les bibliothécaires organisent une séance d'orientation pour présenter aux étudiants les ressources de la bibliothèque universitaire, les bases de données de recherche et les espaces d'étude.

- Soutien technologique : Des experts en informatique aident les étudiants à créer des comptes de messagerie électronique, à accéder aux plateformes d'apprentissage en ligne et à naviguer dans la technologie de l'université.

Jour 3 : Services et soutien aux étudiants

- Salon des services d'aide aux étudiants : Une foire est organisée au cours de laquelle divers services d'aide aux étudiants, tels que les services de conseil, les services de santé, l'aide aux personnes handicapées et l'orientation professionnelle, présentent leurs offres.

- Session sur l'aide financière : Des représentants du bureau d'aide financière expliquent les différentes options d'aide financière, les bourses et la manière de gérer les responsabilités financières.

- Santé et bien-être : Des présentations sur la santé mentale, la gestion du stress et le maintien d'un mode de vie sain sont organisées pour donner la priorité au bien-être des étudiants.

Jour 4 : Engagement et participation sur le campus

- Salon des clubs et organisations étudiantes : Les étudiants ont la possibilité d'explorer les diverses organisations étudiantes, clubs et activités extrascolaires disponibles sur le campus, ce qui les encourage à s'y joindre ou à lancer de nouvelles initiatives.

- Engagement communautaire : Des possibilités de projets de service communautaire et de bénévolat sont présentées pour souligner l'importance de rendre à la communauté locale ce qu'elle nous a donné.

- Sports et forme physique : Les programmes sportifs, les sports intra-muros et les installations de remise en forme sont présentés pour promouvoir un mode de vie sain et actif.

Jour 5 : Diversité et inclusion

- Échange culturel : Les étudiants participent à des activités d'échange culturel pour découvrir les origines, les traditions et les coutumes des uns et des autres, ce qui favorise un sentiment de compréhension et d'appréciation de la diversité.

- Panel sur le campus inclusif : Une table ronde est organisée avec des étudiants actuels et des membres du corps enseignant pour discuter de la diversité, de l'inclusion et de l'importance d'un environnement respectueux sur le campus.

- Allieship and Support (allié et soutien) : Des ateliers sur l'allié, la lutte contre la discrimination et le soutien aux groupes marginalisés sont organisés pour promouvoir une communauté sûre et inclusive.

Conclusion:

La semaine d'orientation détaillée vise à fournir aux nouveaux étudiants les informations essentielles, les ressources et le soutien nécessaires à une transition réussie dans la vie universitaire. Grâce à un programme d'activités bien organisé, les étudiants se sentent accueillis, informés et préparés à entamer leur parcours universitaire, tout en établissant des liens significatifs avec leurs pairs, le corps enseignant et le personnel. La semaine d'orientation jette les bases d'une expérience universitaire positive et enrichissante, en veillant à ce que les étudiants se sentent confiants et enthousiastes face aux possibilités qui s'offrent à eux.

Conseils et recommandations

- Contrairement à l'orientation structurée fournie par les enseignants, l'apprentissage universitaire met davantage l'accent sur l'indépendance. Alors que les professeurs décrivent le contenu des cours et les attentes, les étudiants ont la responsabilité de gérer leur propre apprentissage, d'étudier et de réaliser leurs travaux.
-
- La flexibilité dans le choix des cours au niveau universitaire offre aux étudiants un avantage significatif par rapport au programme plus rigide de l'école. Cette flexibilité permet aux étudiants de personnaliser leur expérience éducative, d'explorer leurs intérêts et d'aligner leurs études sur leurs aspirations professionnelles.
-
- Il est essentiel que les étudiants explorent et se familiarisent avec l'ensemble unique de ressources et de services de soutien disponibles dans leur établissement spécifique, car chaque université peut offrir sa propre gamme de systèmes de soutien.
-
- Les services de santé et de bien-être des campus jouent un rôle essentiel dans la promotion et le maintien du bien-être physique et mental des étudiants tout au long de leur parcours universitaire.
-
- À la fin de leurs études, les étudiants suivent généralement l'une des trois voies suivantes : continuer à vivre avec leurs parents, s'installer dans une résidence universitaire ou voler de leurs propres ailes. Chacune de ces voies présente des défis distincts qu'il convient de relever.

- S'adapter au partage d'une chambre ou d'un espace de vie avec un colocataire peut être une transition importante. Les différences de mode de vie, d'habitudes d'étude, de normes de propreté et de limites personnelles peuvent potentiellement entraîner des conflits ou des sentiments de malaise.

Glossaire

- Conseil académique - Service fourni par les établissements d'enseignement pour aider les étudiants à prendre des décisions éclairées concernant leurs objectifs académiques, le choix des cours et le progrès académique. Les conseillers académiques fournissent des conseils et un soutien pour aider les étudiants à naviguer dans leur parcours éducatif.
-
- Campus - L'ensemble des terrains et installations d'un établissement d'enseignement, y compris les bâtiments, les salles de classe, les bibliothèques, les espaces de loisirs et les bureaux administratifs. Il sert de lieu central pour les activités académiques, la vie étudiante et les divers services du campus.
-
- Programme d'études - Ensemble planifié et structuré de cours et d'expériences éducatives conçu pour atteindre des objectifs d'apprentissage spécifiques. Il décrit le contenu, les résultats d'apprentissage et l'ordre des cours que les étudiants sont censés suivre dans le cadre d'un programme ou d'un niveau d'enseignement.
-
- Dortoir - Installation résidentielle fournie par les établissements d'enseignement où les étudiants peuvent vivre sur le campus. Les dortoirs, également connus sous le nom de résidences universitaires ou de logements étudiants, offrent généralement des espaces de vie partagés, tels que des chambres ou des suites, ainsi que des espaces communs pour la socialisation et l'étude.
-
- Matières à option - Cours ou matières que les étudiants peuvent choisir de suivre en fonction de leurs intérêts personnels, de leurs objectifs professionnels ou des exigences académiques. Les matières à option permettent aux étudiants d'explorer diverses disciplines en dehors de leur programme principal ou de leur tronc commun.
-
- Conseil étudiant - Organe représentatif composé d'étudiants élus par leurs pairs pour répondre aux préoccupations des étudiants, défendre leurs droits et leurs intérêts et participer à diverses activités sur le campus. Les conseils étudiants jouent un rôle essentiel dans la gouvernance étudiante et assurent la liaison entre les étudiants et l'administration de l'établissement.

Références

Chandra, S. (2021). 12 Tips to Support First Year Students on Your Campus.

Melendro, M., Campos, G., Rodríguez-Bravo, A. E., & Arroyo Resino, D. (2020). Young People's Autonomy and Psychological Well-Being in the Transition to Adulthood: A Pathway Analysis. Frontiers in Psychology, 11, Article 1946. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.01946

Vences, C. (2015). Time Management and Academic Achievement of Higher Secondary Students. i-manager's Journal on School Educational Technology, 10(3), 38.

Alban, S. (2022). Creating a Smooth Student Onboarding Process in the Middle of a Pandemic. UserGuiding BLOG.

Burek, O. (Updated by van Hout, N.) (2022). "14 Skills to Help You Survive University". Save the Student.

Vérifiez vos connaissances

1. Parmi les compétences suivantes, lesquelles sont essentielles pour que les étudiants réussissent à l'université et au-delà ?

a) Mémorisation, répétition et imitation

b) Pensée critique, communication et collaboration

c) la conformité, l'obéissance et le conformisme

d) La créativité, la curiosité et la tricherie

2. Dans la liste suivante, sélectionnez les sources de stress les plus courantes que les étudiants peuvent rencontrer au cours de leurs années d'études.

a) Liberté académique, diversité sociale et développement personnel

b) Défis académiques, soutien social et résilience personnelle

c) Charge de travail, pression sociale et problèmes personnels

d) Réussite scolaire, reconnaissance sociale et satisfaction personnelle

3. Comment la difficulté, l'utilité et le plaisir d'une matière influencent-ils l'engagement et l'intérêt des élèves pour cette matière ?

a) Ils diminuent l'engagement et l'intérêt

b) Ces critères ne sont pas pertinents pour l'engagement et l'intérêt

c) Ils augmentent l'engagement et l'intérêt

d) Aucune de ces réponses

4. Que doivent faire les étudiants pour faire face aux transitions et aux changements dans leur vie universitaire et personnelle ?

a) Éviter l'information, vivre dans l'instant présent et adopter une attitude négative

b) Rechercher des informations, planifier et maintenir une attitude positive

c) Maintenir une attitude positive est suffisant.

d) Toutes ces réponses.

5. Pourquoi est-il bénéfique pour les étudiants d'avoir un mentor ou un modèle dans leur carrière universitaire ou professionnelle ?

a) Parce qu'ils peuvent offrir des défis, des compétitions et des rivalités

b) Parce qu'ils peuvent apporter de l'argent, de la notoriété et du pouvoir

c) Parce qu'ils peuvent fournir des conseils, des commentaires et des encouragements

d) Parce qu'ils peuvent apporter l'amitié, la camaraderie et l'intimité

6. Quelles sont les différences entre le lycée et l'université en termes d'attentes et de responsabilités académiques ?

a) Au lycée, les élèves ont plus de temps libre

b) Au lycée, les élèves ont tendance à obtenir de meilleures notes

c) Le lycée et l'université offrent en grande partie la même expérience.

d) Au lycée, les élèves ont moins de liberté, moins de choix et moins de contrôle sur leur apprentissage.

7. Quelles sont les raisons pour lesquelles les étudiants abandonnent ou se retirent de l'université avant d'avoir obtenu leur diplôme?

a) Ils peuvent être confrontés à des difficultés scolaires

b) Ils peuvent être confrontés à des problèmes financiers

c) Ils peuvent ne pas s'épanouir suffisamment sur le plan personnel

d) Toutes ces réponses

8. Quels sont les moyens par lesquels les élèves peuvent développer leur auto-efficacité et leur autorégulation dans l'apprentissage ?

a) en se fixant des objectifs spécifiques, en suivant leurs progrès et en réfléchissant à leurs résultats

b) en ignorant leurs progrès et en s'amusant tout en apprenant

c) En évitant les tâches indésirables et subalternes.

d) En se fixant des objectifs vagues

9. quels sont les types d'activités extrascolaires auxquelles les étudiants peuvent participer pendant leurs années d'études ?

a) Les jeux vidéo, les forums en ligne et les médias sociaux

b) Dormir et faire la fête

c) Les équipes sportives, les associations et le bénévolat

d) Le cinéma, la musique et le shopping

Quels sont les défis auxquels les étudiants sont confrontés lorsqu'ils passent de l'université au monde du travail ou aux études supérieures ?

a) Ils peuvent avoir à s'adapter à une culture, un environnement et un emploi du temps différents.

b) Ils peuvent être confrontés à une concurrence, des attentes et des responsabilités accrues.

c) Ils peuvent être amenés à acquérir de nouvelles compétences, connaissances et stratégies.

d) Toutes ces réponses