

Luxembourg, le 15 mai 2021

Résolution sur le stress scolaire
Commission de l'éducation

Selon le Kanner-Jugendtelefon, le stress scolaire était le septième sujet le plus fréquemment évoqué lors des appels téléphoniques reçus en 2019. L'année suivante, il n'était pas sensiblement moins présent. Le stress a un certain nombre de conséquences tant physiologiques que psychologiques qui peuvent rapidement avoir des répercussions négatives sur les performances scolaires. Pendant la pandémie de Covid-19 notamment, l'impact que le stress scolaire peut avoir sur les élèves s'est révélé au grand jour.

Bien trop souvent, les élèves ont l'impression que le stress est quelque chose de normal, car ils le perçoivent aussi chez beaucoup d'autres élèves.

Le Parlement des Jeunes souhaite réduire le stress scolaire auquel les élèves doivent faire face en vue de favoriser leur réussite scolaire et d'accroître leur satisfaction.

- A. Regrettant que les interrogations surprises soient tenues de façon trop arbitraire et ne soient pas suffisamment réglementées.
- B. Craignant que l'accumulation de travaux à domicile et d'« assignments »¹ puisse être source de stress.
 - a. Le Parlement des Jeunes reconnaît que la quantité de devoirs, notamment pendant la session d'examens, est trop importante. Cette situation peut provoquer du stress chez les élèves, car ils manquent de temps libre pour se soucier de leur bien-être mental.
 - b. Le Parlement des Jeunes constate que les devoirs ne sont parfois pas annoncés suffisamment à l'avance. Souvent, il n'y a pas assez de temps entre l'annonce d'un travail et la date butoir pour que les élèves puissent le faire correctement.

¹ Fonction dans Microsoft Teams permettant de rendre et de remettre des devoirs ou des projets

- C. Attirant l'attention sur l'anxiété que les présentations et les examens oraux peuvent engendrer. Nous avons constaté que les dates imposées à certains élèves peuvent souvent être attribuées de façon inéquitable.
- D. Constatant que les tests de rattrapage ont souvent lieu le même jour que d'autres interrogations, le problème étant qu'il y a souvent beaucoup trop de matière à réviser pour le même jour.
- E. Étant d'avis que les élèves ressentent souvent trop de stress quand ils doivent passer des interrogations importantes avec beaucoup de matière à réviser pendant la même semaine.

Le Parlement des Jeunes,

- 1. Exige que la réglementation sur les interrogations surprises soit adaptée de façon à ce que :
 - a. Les interrogations surprises ne puissent porter que sur la matière traitée lors des deux semaines précédentes.
 - b. Les interrogations surprises ne soient plus constituées comme un contrôle à part entière.
 - c. Les interrogations surprises ne puissent plus avoir lieu le même jour qu'un test.
- 2. Propose :
 - a. De mettre en place un système de joker qui donne le droit aux élèves à partir de la quatrième de ne pas faire un certain nombre de devoirs ou de les laisser de côté sans être punis ou pénalisés. Les élèves ont le droit à trois jokers par année scolaire.
 - b. Que les enseignants annoncent les devoirs aux élèves pendant le cours et leur rappellent la date butoir pendant le cours précédant l'échéance.
- 3. Exige que :
 - a. Le jour des présentations et des examens oraux soit fixé individuellement pour chaque élève, que l'enseignant détermine les dates avec l'élève et qu'un tirage au sort soit réalisé si aucune solution n'est trouvée.
 - b. L'enseignant ne puisse pas forcer les élèves à passer au tableau pour un contrôle, pour lire une réponse devant la classe ou pour résoudre un problème.
 - c. Les élèves qui ont des problèmes d'anxiété puissent recevoir un certificat médical afin de pouvoir réaliser les exercices oraux à l'écrit en guise d'alternative.

4. Exige que les élèves puissent choisir quand ils souhaitent rattraper une interrogation écrite. Pour faciliter l'organisation, le choix serait toutefois limité à trois dates proposées par l'école.
5. Propose que :
 1. Les enseignants déterminent avec les élèves les jours où les interrogations ont lieu.

Bien que les élèves aient la possibilité de faire appel à divers services au sein et en dehors de l'école, tels que le SePas ou le Kanner-Jugendtelefon, qui offrent un soutien pour maîtriser le stress, on ne peut ignorer le fait que des facteurs de stress subsistent à l'école. Pour cette raison, nous espérons que parallèlement à l'accompagnement psychologique, la mise en œuvre de changements au niveau de l'école et de l'organisation permette de réduire le stress scolaire des élèves. Des changements d'ordre organisationnel ont d'ailleurs aussi été proposés dans la résolution « Individualité à l'école² ». Pour que les élèves puissent réaliser leur potentiel en tant qu'individus, ils ne doivent en aucun cas être accablés par le stress. Les changements proposés ont pour but de contribuer à éliminer les facteurs de stress et les problèmes sur lesquels les élèves n'avaient pas de contrôle auparavant. Avec cette résolution, nous souhaitons offrir aux élèves un nouvel environnement au sein duquel ils peuvent à nouveau se concentrer davantage sur leur bien-être, leurs passions et leur carrière scolaire sans craindre que leur santé mentale ne souffre de toute cette pression et de tout ce stress.

² <https://www.jugendparlament.lu/resolution-individualiteit-an-der-schoul/>