

CONSEILS PÉDAGO'



Comment communiquer
une charge de travail à
un.e étudiant.e lorsqu'on
en a aucune idée ?

Une charge de travail mal estimée

Peut entraîner :

- Un épuisement rapide
- Un retrait silencieux
- des retards de plus en plus fréquents
- Un abandon du programme
- Et peut avoir des impacts sur la santé mentale

En revanche, un suivi réduit ces risques de 30-50% (études sur charge perçue vs réelle)



Plan de cette capsule

01

**Estimer
lorsqu'on n'a
pas d'idée
précise**

02

**Communiquer
et collaborer
avec
l'étudiant(e)**

03

**Quelques outils
pratiques**

Estimer lorsqu'on n'a pas d'idée précise

Utiliser la méthode PERT (Programme Evaluation and Review Technique)

Tableau de référence, réalisé avec l'étudiant.e.

Tâche type	Optimiste	Réaliste	Pessimiste
Lectures (articles/sem)	4h	6h	10h
Exp/analyse données	8h	12h	20h
Rédaction chapitre	6h	10h	15h
Enseignement (TA)	4h	6h	8h
Admin (réunions)	2h	3h	5h
Total/sem	24h	37h	58h

Estimation entre 30-45 heures / semaine

Estimer lorsqu'on n'a pas d'idée précise

Calcul d'une quantité de temps estimé - L'équation la plus précise.



Optimiste (O) : scénario idéal

Réaliste (R) : scénario probable

Pessimiste (P) : scénario avec imprévus

Estimation = $(O + (4 \times R) + P) \div 6$
→ donne une fourchette fiable

Environ 38 heures / Semaine

Communication avec l'étudiant.e

INTRODUIRE LE SUJET DE LA CHARGE DE TRAVAIL

« Pour être honnête, estimer précisément ta charge de travail n'est pas simple car ça dépend de ton rythme et des imprévus. Mais on va faire une estimation ensemble avec une méthode structurée. Ça te va ? »

EXPLIQUER LE SYSTÈME (PERT ou Tableau)

« Je te propose de regarder tes tâches principales et d'estimer :

- Le mieux (optimiste),
- Le probable (réaliste),
- Le pire (pessimiste).
- On moyenne pour une fourchette réaliste. »

Faites votre estimation, et demandez à l'étudiant.e de faire une estimation de son côté.

Confrontez les deux.

Communication avec l'étudiant.e

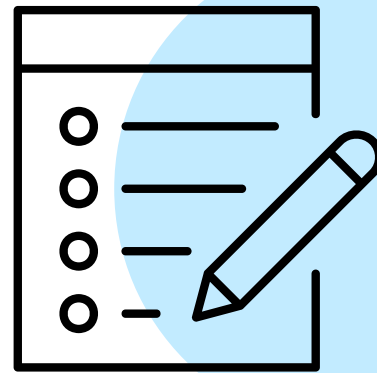
● **Rétro-estimation : évaluer à partir de la capacité de l'étudiant.e à supporter la charge de travail**

- “Combien de temps en moyenne (par semaine) as-tu investi dans tes études l'année dernière ?”
- “Serais-tu en mesure de jauger ta capacité de travail journalière, hebdomadaire ?”
- “Combien de temps es-tu capable de tenir lorsque la charge de travail est supérieure à ce que tu produis d'habitude ?”
- “À partir de quelle quantité de travail te sens-tu noyé.e ou en détresse ?”
- “Te sens-tu en confiance de venir me voir si tu sens que tu perds pieds ? Serais-tu d'accord pour recevoir de l'aide ?”

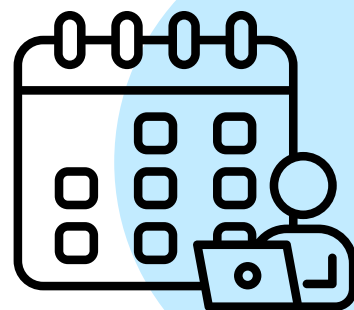
Ressources



Tableaux d'estimation de temps
avec calcul automatique



Questionnaire de réflexion pour
questionner l'étudiant.e sur ses
capacités à supporter une charge de
travail



Ressource à proposer à l'étudiant.e
pour l'organisation et la planification
de sa thèse

Personnes clés à l'INRS



ÉQUIPE INTERVENTION

Orthopédagogie

intervention.sesre@inrs.ca



Institut national
de la recherche
scientifique

Service des études supérieures
et de la réussite étudiante

Merci d'avoir visionné cette capsule !

Agatha François-Descroix
pedagogie.sesre@inrs.ca