

Plier sans rompre : Analyse des profils d'inflexibilité psychologique des étudiants de première année et de leurs effets sur l'ajustement académique

Coralie Manzoni, Mikael De Clercq,
Séverine Grignard et Liesje Coertjens

ARES, GIRSEF, UCLouvain

REF 2026

ARES

ACADÉMIE
DE RECHERCHE ET
D'ENSEIGNEMENT
SUPÉRIEUR

UCLouvain

Girsef



Problématique

1. La transition vers l'enseignement supérieur est particulièrement complexe

- 60% d'échec en France comme en Belgique (De Clercq et al., 2023)

2. Le niveau de bien-être des jeunes est en tension

- Accroissement de l'anxiété et la tension émotionnelle (Conley et al., 2014)

3. Nécessité de diversifier les indicateurs d'un ajustement pour surmonter les défis à la transition tout en préservant le bien-être

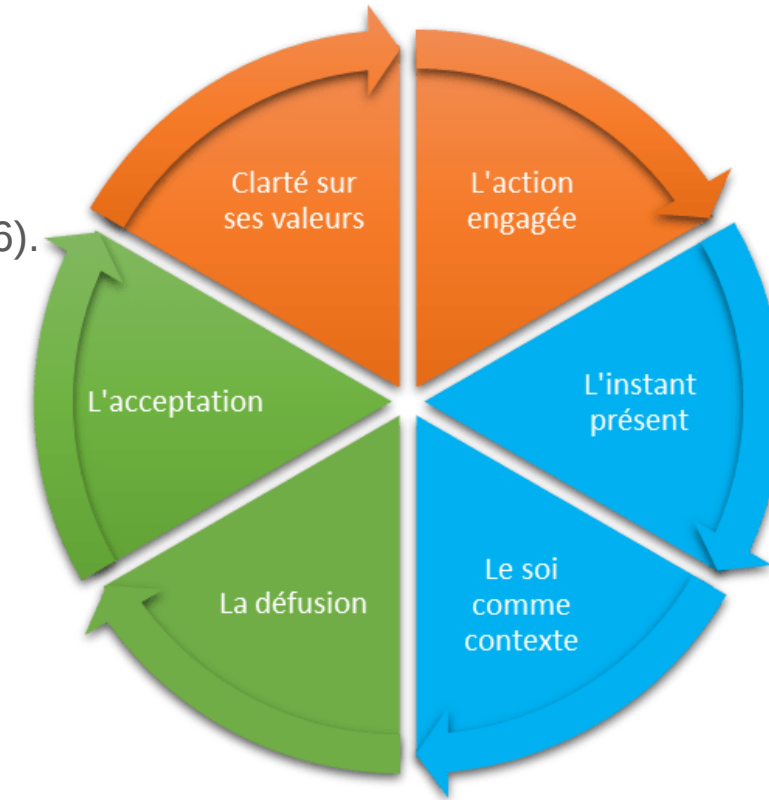
- Pression académique
- Adaptation sociale
- Gestion de l'incertitude et affirmation de ses choix (Van Meenen et al., 2021)

Au Coeur de ce processus d'ajustement; la **flexibilité psychologique** semble être une compétence centrale mais encore trop peu étudiée (Asikainen et al., 2022)



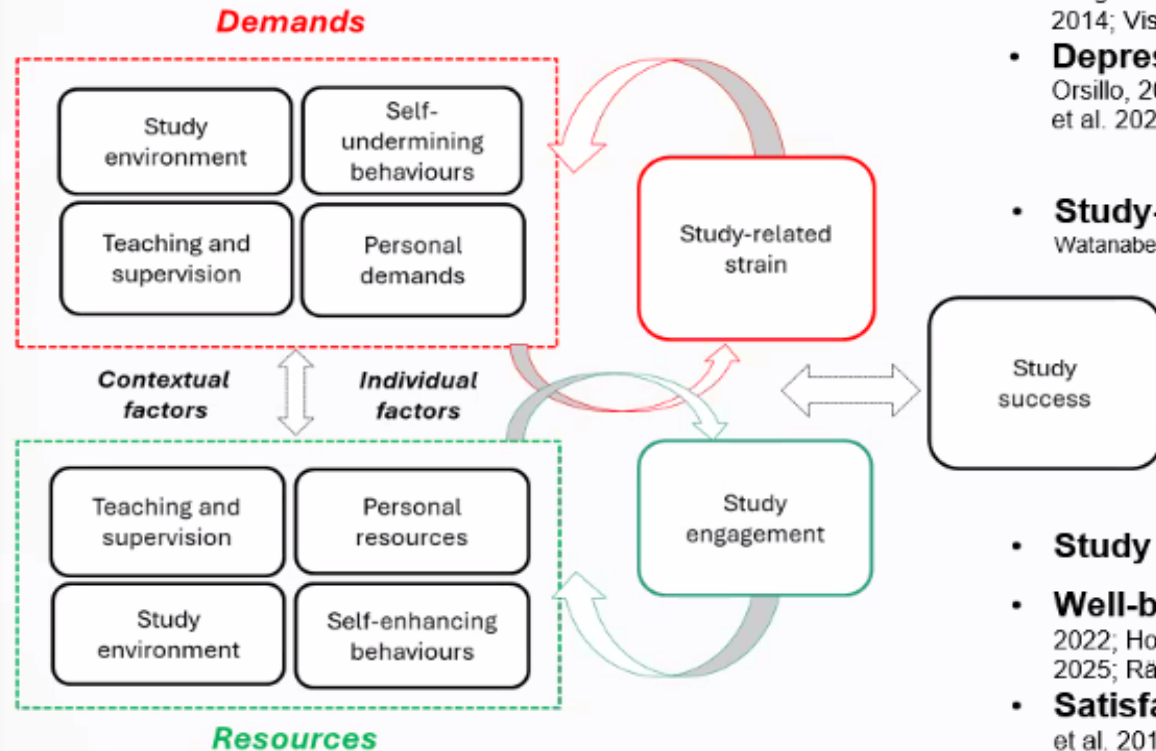
La flexibilité psychologique

- ❖ Métacompétence qui se développe selon un processus dynamique (Monestès, 2016).
- ❖ 6 sous compétences déclinées en trois processus (Dionne et al., 2014) :
 - ❖ **Ouverture - fermeture**
 - **Acceptation des émotions / évitement expérientiel**
 - Je peux accepter de ressentir du stress VS je dois éviter avant tout de stresser
 - **Défusion cognitive / fusion cognitive**
 - J'ai échoué à un examen mais cela ne me définit pas VS je suis un mauvais étudiant
 - ❖ **Le prise de conscience - l'ignorance**
 - **Le contact avec le présent / pensée sur le passé ou future**
 - Je suis concentré sur le moment présent VS je redoute ce qu'il se passera demain ou je regrette ce qu'il s'est passé hier
 - **Le soi comme contexte – le soi comme contenu**
 - Je ressens de l'inquiétude sur mon intégration étudiante VS je suis timide
 - ❖ **L'engagement - désengagement**
 - **La clarté de ses valeurs / la manque de clarté**
 - Je suis conscient de ce qui est important pour moi VS Je ne sais pas réellement pourquoi j'ai choisi ces études
 - **L'action engagée – l'inaction/impulsivité**
 - Je m'implique dans ce que j'aime même si ça me fait peur VS j'évite de me confronter à des situations potentiellement négatives



Effets documentés

- **Psychological inflexibility** (Meta-analysis: Hsu et al., 2023)
- **Procrastination** (Meta-analysis: Lee et al., 2025)



- **Stress** (Browning et al., 2022; Brandolin et al., 2023; Ditton et al., 2023; Frögéli et al., 2016; Grégoire et al. 2018; Grégoire et al. 2022; Katajavuori et al., 2023; Morin et al. 2021; Räsänen et al., 2016; Viskovich & Pakenham, 2019)
- **Psychological distress** (Christodoulou et al., 2021; Googhari et al. 2022; Levin et al., 2014, 2020)
- **Anxiety** (Browning et al., 2022; Brandolin et al., 2023; Eustis et al., 2018; Grégoire et al. 2018; Morin et al. 2021; Levin et al. 2015, 2017; Yadavaia et al. 2014; Viskovich & Pakenham, 2020)
- **Depression** (Brandolin et al., 2023; Campoli & Cummings, 2023; Danitz & Orsillo, 2014; Eustis et al., 2018; Grégoire et al. 2018; Levin et al. 2025, 2017; Morin et al. 2021; Räsänen et al. 2016; Viskovich & Pakenham, 2020; Zhao et al. 2022)

- **Study-related burnout** (Frögéli et al., 2016; Riihã et al., 2024; Watanabe et al., 2023)

- **Study success** (Chase et al., 2013; Paliliunas et al., 2018; Sandoz et al., 2017; Viskovich & Pakenham, 2020)

- **Study engagement** (Grégoire et al., 2018; Riihã et al., 2024)

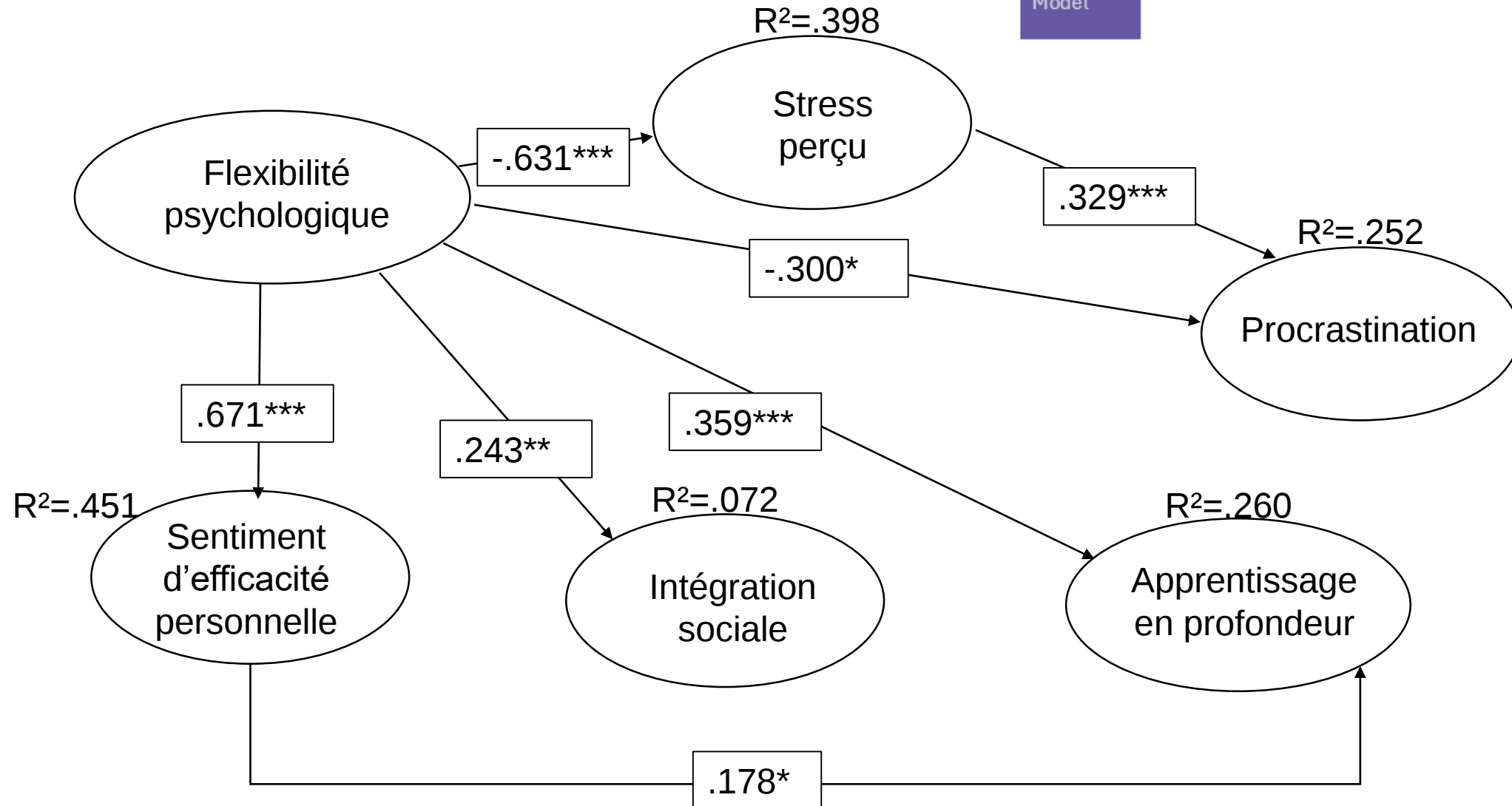
- **Well-being** (Ditton et al., 2023; Googhari et al. 2022; Grégoire et al., 2022; Howell & Passmore, 2019; Katajavuori et al., 2023; Kämper et al., 2025; Riihã et al., 2024; Viskovich & Pakenham, 2020)

- **Satisfaction with life** (Viskovich & Pakenham, 2020; Wahyun et al. 2019)

- **Psychological flexibility** (Meta-analysis: Hsu et al., 2023)
- **Organised studying** (Asikainen et al., 2024; Katajavuori et al., 2023; Kämper et al., 2025; Riihã et al., 2024)
- **Time management skills** (Wang et al., 2017)
- **Self-compassion** (Viskovich & Pakenham, 2020)

Résultats en contexte belge

	AIC	RMSEA	CFI	TLI	SRMR
Effective Model	84126,333	0,038	0,910	0,902	0,058



Objectif de l'étude



- **Approfondir les recherches en se centrant sur l'inflexibilité**
 - **Effets + délétères que les effets positifs de la flexibilité**
- a) **Comprendre la combinaisons entre les différents sous-processus chez l'étudiant·e**
 - Différents profils vont émerger présentant des combinaisons contrastées
- b) **Estimer l'effet de ces combinaisons sur les indicateurs d'ajustement, la réussite académique et le bien-être des étudiants**
 - Les profils identifiés ont des effets importants sur les variables d'ajustement

Méthode



Echantillon

N = 1966 étudiants de 1ère au T1

562 étudiants au T2

(♀: 69,3% ; ♂: 29,6%)



Collecte

Données via questionnaires auto-rapportés

6 universités belges touchées



Mesures de la flexibilité psychologique par MPFI-24

Analyses de données

- Analyse factorielle pour les mesures
 - Bon ajustement des échelles

	AIC	RMSEA	CFI	TLI	SRMR
Effective Model	84115.226	0,038	0,911	0,903	0,056

- Analyse en profils latents
- Analyse de variance

Dimensions (Inflexibilité psychologique)	Alphas Cronbach	de Corrélation (>.300)
Inaction (2 items)	.794	.659
Évitement expérientiel (2 items)	.775	.633
Rupture avec le moment présent (2 items)	.823	.699
Attachement au soi conceptualisé (2 items)	.740	.588
Fusion cognitive (2 items)	.850	.739
Manque d'identification des valeurs (2 items)	.668	.505

Résultats des analyses en profils

- Rétention du modèle en 5 profils

Profils d'inflexibilité psychologique chez les étudiants (N = 1966).



Différences entre profils

- Différences claires entre les profils extrêmes

Profils	Sentiment d'efficacité personnelle	Ajustement social	Pression émotionnelle perçue	Procrastination
1. Flexible	4.08_c	3.58 _b	2.70_a	2.96_a
2. Soi flexible	3.94 _{bc}	3.32 _b	3.12 _{ab}	3.05_a
3. Actif au soi rigide	3.78 _{abc}	3.21 _b	3.32 _{bc}	3.27_a
4. Inflexible	3.55 _{ab}	3.09 _b	3.78 _c	3.39 _{ab}
5. Très inflexible	3.45_a	2.34_a	4.52_d	3.85_b

Notes. Les lettres en indices indiquent les différences significatives entre groupe basée sur l'analyse post-hoc Tukey's HSD; les moyennes avec différentes lettres en indices diffèrent significativement l'une de l'autre.

*p<.05;**p<.01;***p<.001

Limites et perspectives d'évolution de l'étude

- Trois temps de mesure (entrée → janvier → juin)
 - Evolution des profils dans le temps
 - Déplacement d'un profil à l'autre
 - Evolution qualitative des profils?
- Effet sur les différents aspects de la réussite (performance, bien-être, ...)
 - Impact du mouvement entre les profils sur l'évolution du bien-être
- Limites
 - → Données auto-rapportées sur des compétences psychosociales...
 - → Mortalité expérimentale

Merci pour votre attention

Place aux questions

Manzoni, C. : coralie.manzoni@uclouvain.be
De Clercq, M.: mikael.declercq@uclouvain.be
Coertjens, L: liesje.coertjens@uclouvain.be

