

**Référence VL :** Zimmerman, B. J., & Kitsantas, A. (2005). Homework practices and academic achievement: The mediating role of self-efficacy and perceived responsibility beliefs. *Contemporary educational psychology*, 30(4), 397-417. <https://doi.org/10.1016/j.cedpsych.2005.05.003>

**Référence VC :** Zimmerman, B. J., & Kitsantas, A. (2007). Reliability and validity of Self-Efficacy for Learning Form (SELF) scores of college students. *Zeitschrift für Psychologie/Journal of Psychology*, 215(3), 157-163. <https://doi.org/10.1027/0044-3409.215.3.157>

### Appendix A. Self-efficacy for learning form

Definitely <i>Cannot do it</i>			Probably <i>cannot</i>		Maybe		Probably <i>can</i>		Definitely <i>can do it</i>	
0%	10%	20%	30%	40%	50%	60%	70%	80%	90%	100%

R, reading item.

S, study item.

T, test preparation item.

N, note-taking item.

W, writing item.

### Annexe A. Formulaire d'auto-efficacité pour l'apprentissage

Certainement pas			Probablement pas		Peut-être		Probablement		Certainement	
0%	10%	20%	30%	40%	50%	60%	70%	80%	90%	100%

Choisis le pourcentage qui correspond à ta réponse

R, item lecture.

S, item étude.

T, item préparation test/examen.

N, item prise de notes.

W, item écriture.

Version anglaise	Version française	Version courte
R, reading item.	R, item lecture.	
1. When you notice you are having trouble concentrating on a reading assignment, can you refocus your attention and learn the material? (R)	1. Lorsque vous remarquez que vous avez de la difficulté à vous concentrer sur une lecture obligatoire ?, pouvez-vous recentrer votre attention et apprendre la matière ? (R)	50
2. When you don't understand a paragraph you have just read, can you clarify it by careful rereading? (R)	2. Lorsque vous ne comprenez pas un paragraphe que vous venez de lire, pouvez-vous le clarifier en le relisant attentivement ? (R)	30
3. When you have trouble recalling key facts in a reading assignment, can you find a way to remember all of these two weeks later? (R)	3. Lorsque vous avez de la difficulté à vous souvenir des informations importantes d'un devoir de lecture, pouvez-vous trouver un moyen de vous souvenir de toutes ces informations importantes deux semaines plus tard ? (R)	60
7. When you are given an extensive reading assignment to cover before class the next day, can you set aside enough time in your schedule to finish it? (R)	7. Lorsqu'on vous donne un longue lecture obligatoire à faire avant le cours du lendemain, pouvez-vous prévoir suffisamment de temps dans votre emploi du temps pour le terminer ? (R)	50
15. When you find the assignment you are reading doesn't make sense, can you interpret it by using text clues, such as headings or italics? (R)	15. Lorsque vous trouvez que le devoir que vous lisez n'a pas de sens, pouvez-vous l'interpréter à l'aide d'indices textuels, comme des titres ou des italiques ? (R)	90
18. When the assigned reading is boring, can you find a way to motivate yourself to learn it fully? (R)	18. Lorsque la lecture demandée est ennuyeuse, pouvez-vous trouver un moyen de vous motiver à l'apprendre pleinement ? (R)	60
20. When an assigned reading is poorly written, can you figure out its meaning so you can explain it well on an essay test? (R)	20. Lorsqu'une lecture obligatoire est mal écrite, pouvez-vous en comprendre le sens afin de bien l'expliquer lors de la rédaction d'un essai ? (R)	80
23. When you are having trouble understanding assigned reading material, can you find a classmate who can explain everything clearly to you? (R)	23. Si vous avez de la difficulté à comprendre les lectures obligatoires, pouvez-vous trouver un camarade de classe qui peut tout vous expliquer clairement ? (R)	20

27. When you are having trouble comprehending a reading assignment, can you find key sentences that will help you understand each paragraph? (R)	27. Lorsque vous avez de la difficulté à comprendre une lecture obligatoire, pouvez-vous trouver des phrases clés qui vous aideront à comprendre chaque paragraphe ? (R)	50
34. When you suddenly realize that you can't remember any material you have read during the last half hour, can you create self-questions to help you review the material successfully? (R)	34. Lorsque vous vous rendez soudainement compte que vous ne vous souvenez d'aucune lecture que vous avez lu au cours de la dernière demi-heure, pouvez-vous créer des questions pour vous aider à revoir le document avec succès ? (R)	50
53. When you are struggling to remember the details of a complex reading assignment, can you write summary notes that will greatly improve your recall? (R)	53. Lorsque vous avez de la difficulté à vous souvenir des détails d'une lecture obligatoire complexe, pouvez-vous rédiger des notes qui amélioreront considérablement votre mémoire ? (R)	90

S, study item.	S, item étude.	
4. When you have trouble remembering complex definitions from a text- book, can you redefine them so that you will recall them? (S)	4. Lorsque vous avez de la difficulté à vous souvenir de définitions complexes tirées d'un manuel, pouvez-vous les redéfinir pour vous en souvenir ? (S)	60
6. When you have tried unsuccessfully to study for an hour, can you set and attain an important study goal during your remaining time? (S)	6. Lorsque vous avez essayé sans succès d'étudier pendant une heure, pouvez-vous vous fixer et atteindre un objectif d'étude important pendant le temps qui vous reste ? (S)	30
10. When you find your homework assignments vary greatly in length each day, can you adjust your time schedule to complete them? (S)	10. Lorsque vous constatez que la durée de vos devoirs varie considérablement d'une journée à l'autre, pouvez-vous modifier votre horaire pour les terminer ? (S)	70
12. When you notice that you are getting behind in your homework during the week, can you catch up during the next weekend? (S)	12. Lorsque vous constatez que vous avez du retard dans vos devoirs pendant la semaine, pouvez-vous vous rattraper ce retard durant la fin de semaine suivante ? (S)	60
13. When another student asks you to study together for a course in which you are experiencing difficulty, can you be an effective study partner? (S)	13. Lorsqu'un autre étudiant vous demande d'étudier ensemble pour un cours où vous éprouvez des difficultés, pouvez-vous être un partenaire d'étude efficace ? (S)	20

14. When you have missed several classes, can you make up the work within a week? (S)	14. Si vous avez manqué plusieurs cours, pouvez-vous vous rattraper en une semaine ? (S)	40
17. When problems with friends and peers conflict with school work, can you keep up with your assignments? (S)	17. Lorsque qu'il y a des conflits avec des ami-e-s et des pairs dans un travail de groupe, pouvez-vous être à jour avec les lectures obligatoires et/ou travaux à rendre ? (S)	70
19. When a homework assignment, such as learning vocabulary words, is repetitive and uninteresting, can you make it into an exciting challenge? (S)	19. Lorsqu'un devoir, comme l'apprentissage d'un vocabulaire spécifique, est répétitif et inintéressant, pouvez-vous en faire un défi stimulant ? (S)	80
24. When you feel moody or restless during studying, can you focus your attention well enough to finish your assigned work? (S)	24. Lorsque vous vous sentez inquiet ou de mauvaise humeur pendant vos études, pouvez-vous vous concentrer suffisamment pour terminer le travail qui vous est assigné ? (S)	40
25. When you are trying to understand a new topic, can you associate new concepts with old ones sufficiently well to remember them? (S)	25. Lorsque vous essayez de comprendre un nouveau sujet, pouvez-vous associer suffisamment de nouveaux concepts à d'anciens pour vous en souvenir ? (S)	80
29. When you have time available between classes, can you motivate yourself to use it for studying? (S)	29. Lorsque vous avez du temps entre les cours, pouvez-vous vous motiver à l'utiliser pour étudier ? (S)	90
40. When you find yourself getting increasingly behind in a new course, can you increase your study time sufficiently to catch up? (S)	40. Lorsque vous prenez de plus en plus de retard dans un nouveau cours, pouvez-vous prolonger suffisamment votre temps de révision pour rattraper votre retard ? (S)	70
43. When you are angry about a course because of a teacher's demanding requirements, can you find a way to channel your anger to help you succeed? (S)	43. Lorsque vous êtes mécontent à des conditions exigeantes d'un-e enseignant-e pour un cours, pouvez-vous trouver un moyen de canaliser votre mécontentement pour vous aider à réussir ? (S)	90
51. When you discover that your homework assignments for the semester are much longer than expected, can you change your other priorities to have enough time for studying? (S)	51. Lorsque vous constatez que vos travaux pour le semestre vous prennent plus de temps que prévu, pouvez-vous modifier vos autres priorités pour avoir suffisamment de temps pour étudier ? (S)	90

T, test preparation item.	T, item préparation test/examen.	
5. When you feel very anxious before taking a test, can you remember all the material you studied? (T)	5. Lorsque vous vous sentez très anxieux avant de passer un test, pouvez-vous vous souvenir de tout ce que vous avez étudié ? (T)	40
28. When you have to take a test in a school subject you dislike, can you find a way to motivate yourself to earn a good grade? (T)	28. Lorsque vous devez passer un examen dans une matière qui vous déplaît, pouvez-vous trouver un moyen de vous motiver pour obtenir une bonne note ? (T)	90
31. When you feel anxious during an exam and have trouble controlling information, can you relax and concentrate well enough to remember it? (T)	31. Lorsque vous vous sentez anxieux pendant un examen et que vous avez de la difficulté à vous rappeler des informations importantes, pouvez-vous vous détendre et vous concentrer suffisamment pour vous en souvenir ? (T)	70
32. When you are feeling depressed about a forthcoming test, can you find a way to motivate yourself to do well? (T)	32. Lorsque vous vous sentez déprimé à l'idée d'un prochain examen, pouvez-vous trouver un moyen de vous motiver à bien réussir ? (T)	80
36. When you have trouble recalling an abstract concept, can you think of a good example that will help you remember it on a test? (T)	36. Lorsque vous avez de la difficulté à vous souvenir d'un concept abstrait, pouvez-vous penser à un bon exemple qui vous aidera à vous en souvenir lors d'un examen ? (T)	90
37. When your friends want to see a movie when you need to study for a test, can you find a way to decline without offending them? (T)	37. Lorsque vos amis veulent voir un film alors que vous devez étudier pour un examen, pouvez-vous trouver un moyen de refuser sans les offenser ? (T)	90
38. When your last test results were poor, can you figure out potential questions before the next test that will improve your score greatly? (T)	38. Si vous avez obtenu de mauvais résultats au dernier examen, pouvez-vous trouver des questions susceptibles d'améliorer considérablement votre note avant le prochain examen ? (T)	90
41. When you are struggling to remember technical details of a concept for a test, can you find a way to associate them together that will ensure recall? (T)	41. Lorsque vous avez de la difficulté à vous souvenir des détails techniques d'un concept pour un examen, pouvez-vous trouver un moyen de les associer afin d'assurer le rappel ? (T)	90

52. When you think you did poorly on a test you just finished, can you go back to your notes and locate all the information you had forgotten? (T)	52. Lorsque vous pensez que vous avez mal réussi un examen que vous venez de terminer, pouvez-vous retourner à vos notes et retrouver toute l'information que vous aviez oubliée ? (T)	80
54. When you find that you had to “cram” at the last minute for a test, can you begin your test preparation much earlier so you won’t need to cram the next time? (T)	54. Lorsque vous vous rendez compte que vous avez dû recourir à du « bourrage de crâne » à la dernière minute pour un examen, pouvez-vous commencer à vous préparer beaucoup plus tôt pour ne pas avoir à le faire la prochaine fois ? (T)	90
56. When you are struggling to understand a body of information for a test, can you diagram it or chart it so you will remember it all two weeks later? (T)	56. Lorsque vous avez de la difficulté à comprendre un ensemble d'informations pour un examen, pouvez-vous le représenter sous forme de schéma ou de graphique afin de vous en souvenir deux semaines plus tard ? (T)	70

N, note-taking item.	N, item prise de notes.	
8. When you don’t understand your teacher, can you ask the right question to clarify matters? (N)	8. Lorsque vous ne comprenez pas votre enseignant, pouvez-vous poser la bonne question pour clarifier les choses ? (N)	80
9. When your teacher gives a rambling disorganized lecture, can you reorganize and rewrite your notes before the next class meeting? (N)	9. Lorsque votre enseignant donne un cours désorganisé, pouvez-vous réorganiser et réécrire vos notes avant la prochaine réunion de classe ? (N)	80
11. When you notice that your notes are much less complete than another student’s, can you write down all the teacher’s points during the next lecture? (N)	11. Si vous remarquez que vos notes sont beaucoup moins complètes que celles d'un autre élève, pouvez-vous noter tous les points soulevés par l'enseignant au cours suivant ? (N)	60
16. When you miss a class, can you find another student who can explain the lecture notes as clearly as your teacher did? (N)	16. Lorsque vous manquez un cours, pouvez-vous trouver un autre élève qui peut expliquer les notes de cours aussi clairement que votre professeur ? (N)	80
21. When a teacher’s lecture is over your head, can you find a way to get the information clarified before the next class meeting? (N)	21. Lorsque le cours d'un enseignant vous dépasse, pouvez-vous trouver un moyen de clarifier l'information avant le prochain cours ? (N)	70

22. When your teacher's lecture is very complex, can you write an effective summary of your original notes before the next class? (N)	22. Lorsque le cours de votre professeur est très complexe, pouvez-vous rédiger un résumé efficace de vos notes avant le prochain cours ? (N)	80
26. When a lecture is especially boring, can you motivate yourself to keep good notes? (N)	26. Quand un cours est particulièrement ennuyeux, pouvez-vous vous motiver à prendre des notes complètes (N)	30
30. When you had trouble understanding your instructor's lecture, can you clarify the confusion before the next class meeting by comparing notes with a classmate? (N)	30. Lorsque vous avez eu de la difficulté à comprendre le cours de votre professeur, pouvez-vous clarifier la confusion avant la prochaine réunion de classe en comparant vos notes avec celles d'un camarade de classe? (N)	60
39. When you are taking a course covering a huge amount of material, can you condense your notes down to just the essential facts? (N)	39. Lorsque vous suivez un cours portant sur une quantité considérable de matières, pouvez-vous condenser vos notes aux faits essentiels ? (N)	40
42. When your teacher lectures so rapidly you can't write everything down, can you record all the important points in your notes? (N)	42. Lorsque votre professeur enseigne si rapidement que vous ne pouvez pas tout écrire, parvenez-vous noter tous les points importants ? (N)	50
55. When other students from your class emphasize parts of the teacher's lecture that you excluded from your notes, can you correct this omission before the next class meeting? (N)	55. Lorsque d'autres élèves de votre classe insistent sur des parties du cours que vous avez exclues de vos notes, pouvez-vous corriger cet oubli avant le prochain cours ? (N)	40
57. When you have trouble studying your class notes because they are incomplete or confusing, can you revise and rewrite them clearly after every lecture? (N)	57. Si vous avez de la difficulté à étudier vos notes de cours parce qu'elles sont incomplètes ou confuses, pouvez-vous les réviser et les réécrire clairement après chaque cours ? (N)	60

W, writing item.	W, item écriture.	
33. When you are tired, but have not finished writing a paper, can you find a way to motivate yourself until it is completed? (W)	33. Lorsque vous êtes fatigué, mais que vous n'avez pas fini de rédiger un travail, pouvez-vous trouver un moyen de vous motiver jusqu'à ce qu'il soit terminé ? (W)	80
35. When you find yourself putting off writing of an assigned paper, can you motivate yourself to begin the task immediately? (W)	35. Lorsque vous vous trouvez à remettre à plus tard la rédaction d'un travail, pouvez-vous vous motiver pour commencer la tâche immédiatement ? (W)	80

44. When your concentration wanders while writing an important paper, can you refocus it sufficiently to finish the paper on time? (W)	44. Lorsque vous êtes moins concentrés pendant la rédaction d'un travail important, pouvez-vous vous recentrer suffisamment pour le terminer à temps ? (W)	70
45. When describing a complex principle in a written paper, can you create an analogy that a reader will understand? (W)	45. Lorsque vous décrivez un principe complexe dans un travail, savez-vous créer une analogie compréhensible pour le lecteur ? (W)	60
46. When you find that your first draft of a paper is wordy, ungrammatical, or confusing, can you revise it so that it is completely clear and grammatical? (W)	46. Lorsque vous trouvez que votre première ébauche d'un travail est verbeuse, peu grammaticale ou confuse, pouvez-vous la réviser de façon à la rendre parfaitement claire et grammaticale ? (W)	90
47. When you are asked to write a concise, well-organized paper over night, can you find a way to do it? (W)	47. Quand on vous demande de rédiger un document concis et bien structuré pendant la nuit, pouvez-vous trouver un moyen de le faire ? (W)	70
48. When you are dissatisfied with an important paper you are writing, can you find another person who will show you how to remove all the problems? (W)	48. Lorsque vous n'êtes pas satisfait d'un travail important que vous écrivez, pouvez-vous trouver une autre personne qui vous montrera comment remédier aux problèmes que vous rencontrez ? (W)	90
49. When you are asked to write a paper on an unfamiliar topic, can you find good enough information to please your teacher? (W)	49. Lorsqu'on vous demande de rédiger un exposé sur un sujet inconnu, pouvez-vous trouver suffisamment d'informations pour convenir aux attentes de votre enseignant ? (W)	90
50. When you learn that a paper you just finished writing is confusing and needs to be completely rewritten, can you delay your other plans for a day to revise it? (W)	50. Lorsque vous apprenez qu'un document que vous venez de rédiger est déroutant et doit être entièrement réécrit, pouvez-vous reporter d'un jour vos autres projets pour le réviser ? (W)	40