

HAUTE ÉCOLE PÉDAGOGIQUE DU CANTON DE VAUD
EXAMEN DE FRANÇAIS EN TANT QUE LANGUE PROFESSIONNELLE (OP001)

EXEMPLE 1

CONSIGNES

Ce questionnaire comporte 3 parties (orthographe, syntaxe et vocabulaire), soit au total 60 questions.

Pour la partie vocabulaire, référez-vous au texte en fin de document.

À chaque question correspond UNE SEULE réponse correcte. Le choix d'une solution générale, "AUCUNE proposition" (A) ou "TOUTES les propositions" (T), est considéré comme une seule réponse.

Question 1

Complétez la phrase suivante avec le mot qui convient :

Notre décision dépendra de la confiance que les actionnaires montreront _____ du vote.

- 1 - vers
- 2 - sur
- 3 - lors
- 4 - à
- A - Aucune
- T - Toutes

Question 2

Complétez la phrase suivante avec le mot ou l'expression qui convient :

Les données _____ on prend en compte pour cette étude ont été rassemblées au cours des dix dernières années.

- 1 - dont
- 2 - desquelles
- 3 - auxquelles
- 4 - de quoi
- A - Aucune
- T - Toutes

Question 3

Choisissez la phrase syntaxiquement correcte :

- 1 - Nous ne rencontrons aucun des problèmes que nous les avons envisagés.
- 2 - Nous ne rencontrons aucun des problèmes que nous avons envisagés.
- 3 - Nous ne rencontrons aucun des problèmes que nous en avons envisagé.
- 4 - Nous ne rencontrons aucun des problèmes que nous y avons envisagé.
- A - Aucune
- T - Toutes

Question 4

Complétez la phrase suivante avec les expressions qui conviennent :

Cet évènement s'est déroulé avant que nous _____ au courant de la situation, mais c'est lui qui _____ de nous en informer.

- 1 - étions / a décidé
- 2 - soyons / a décidé
- 3 - étions / ait décidé
- 4 - soyons / ait décidé
- A - Aucune
- T - Toutes

Question 5

Choisissez la phrase syntaxiquement correcte :

- 1 - J'admets que cette solution est peu habituelle.
- 2 - Je pense qu'il faut améliorer ce projet.
- 3 - Il me semble que vous avez trouvé la meilleure solution possible.
- 4 - Accepteriez-vous que les bénéfices soient reversés à une œuvre caritative ?
- A - Aucune
- T - Toutes

Question 6

Choisissez la phrase syntaxiquement correcte :

- 1 - Préparées avec soin par notre équipe, les questions que nous avons posées n'ont pas suscité de réaction négative chez les personnes interrogées.
- 2 - À cette heure tardive, le quartier ne voyait plus sa quiétude perturbée que par les petites équipes de bénévoles qui le parcouraient pour soumettre les questions de notre étude à ses habitants.
- 3 - En dépit de sa contrariété, l'habitant a accepté de nous écouter et de répondre à nos questions.
- 4 - Quelque peu embarrassés de nous présenter si tard chez un des habitants du quartier, nous avons néanmoins décidé de lui poser nos questions comme nous l'avions prévu.
- A - Aucune
- T - Toutes

Question 7

Choisissez la phrase syntaxiquement correcte :

- 1 - En attendant de vos nouvelles, recevez, Madame, mes salutations les meilleures.
 - 2 - Dans l'espoir que vous serez intéressée par mon dossier, je vous envoie, Madame, mes cordiales salutations.
 - 3 - En vous souhaitant pleine réussite, veuillez agréer, Madame, mes salutations distinguées.
 - 4 - En espérant que vous serez convaincue par mon projet, veuillez recevoir, Madame, mes sincères salutations.
- A - Aucune
T - Toutes

Question 8

Complétez la phrase suivante avec l'expression qui convient :

Le mieux dans ce type de situation, c'est de veiller _____ toutes les étapes du processus soient respectées.

- 1 - à ce que
 - 2 - sur ce que
 - 3 - dans ce que
 - 4 - en ce que
- A - Aucune
T - Toutes

Question 9

Choisissez la phrase correctement ponctuée :

- 1 - Étant donné le contexte peu favorable le comité de sélection, a jugé nécessaire de repousser la date d'échéance pour la soumission des dossiers de candidature.
 - 2 - Étant donné le contexte peu favorable, le comité de sélection a jugé nécessaire de repousser la date d'échéance pour la soumission des dossiers de candidature.
 - 3 - Étant donné le contexte, peu favorable, le comité de sélection a jugé nécessaire, de repousser la date d'échéance pour la soumission, des dossiers de candidature.
 - 4 - Étant donné, le contexte peu favorable, le comité de sélection, a jugé nécessaire de repousser, la date d'échéance pour la soumission, des dossiers de candidature.
- A - Aucune
T - Toutes

Question 10

Choisissez la transformation correcte en discours indirect de la phrase suivante :

Le directeur a déclaré : « Je ne suis pas au courant de ces rumeurs qui ne doivent en aucun cas influencer négativement votre performance au travail. »

- 1 - Le directeur a déclaré qu'il n'est pas au courant de ces rumeurs qui ne doivent en aucun cas influencer négativement notre performance au travail.
- 2 - Le directeur a déclaré qu'il n'était pas au courant de ces rumeurs qui ne doivent en aucun cas influencer négativement notre performance au travail.
- 3 - Le directeur a déclaré qu'il n'est pas au courant de ces rumeurs qui ne devaient en aucun cas influencer négativement notre performance au travail.
- 4 - Le directeur a déclaré qu'il n'était pas au courant de ces rumeurs qui ne devaient en aucun cas influencer négativement notre performance au travail.

A - Aucune

T - Toutes

Question 11

Choisissez la phrase syntaxiquement correcte :

- 1 - Toutes les propositions ont été acceptées, car il a été convaincant.
- 2 - Toutes les propositions ont été acceptées, bien qu'il n'ait pas été convaincant.
- 3 - Toutes les propositions ont été acceptées, malgré le fait qu'il n'ait pas été convaincant.
- 4 - Toutes les propositions ont été acceptées, grâce au fait qu'il a été convaincant

A - Aucune

T - Toutes

Question 12

Complétez la phrase suivante avec le mot qui convient :

Nous envisageons de compléter notre menu _____ une sélection de spécialités locales.

1 - par

2 - sur

3 - à

4 - en

A - Aucune

T - Toutes

Question 13

Choisissez la phrase syntaxiquement correcte :

- 1 - Je me demande est-ce que vous avez trouvé son sac dans la voiture.
 - 2 - Je me demande si vous avez trouvé son sac dans la voiture.
 - 3 - Je me demande si vous avez trouvé son sac dans la voiture ?
 - 4 - Je me demande est-ce que vous avez trouvé son sac dans la voiture ?
- A - Aucune
T - Toutes

Question 14

Choisissez la phrase syntaxiquement correcte :

- 1 - Nous voudrions connaître vos intentions à l'avance, pour qu'on peut s'organiser.
 - 2 - Vous pouvez vous joindre à nous en attendant à ce que vous participiez aux activités.
 - 3 - Tu peux l'inviter à venir avec nous sans que tu lui dises nous avons organisé une fête pour lui.
 - 4 - Je suis présent ce soir avec vous, malgré une semaine de travail intense.
- A - Aucune
T - Toutes

Question 15

Complétez la phrase suivante avec les mots qui conviennent :

C'est la femme _____ je t'ai parlé hier qui a dévoilé les secrets _____ étaient jalousement gardés par le ministre.

- 1 - que / qui
 - 2 - dont / desquels
 - 3 - dont / qui
 - 4 - que / desquels
- A - Aucune
T - Toutes

Question 16

Parmi les phrases d'élèves suivantes, choisissez la phrase syntaxiquement correcte :

- 1 - Il a cherché jusqu'à quand il a trouvé la cachette du lapin.
 - 2 - Je ne comprends pas pourquoi c'est que la réponse est fausse.
 - 3 - Le petit garçon a pris beaucoup de temps pour aller jusqu'à l'école.
 - 4 - Est-ce que tu es sûr ce dont qu'il a trouvé sous son lit ?
- A - Aucune
T - Toutes

Question 17

Parmi les phrases d'élèves suivantes, choisissez la phrase syntaxiquement correcte :

- 1 - Le petit garçon ne sait pas s'il soit puni pour son retard.
 - 2 - Le lutin est sûr que le trésor soit caché sous l'arbre.
 - 3 - La petite fille a peur que le monstre est sous le lit.
 - 4 - Le roi veut que sa fille est mariée au meilleur prince du monde.
- A - Aucune
T - Toutes

Question 18

Parmi les phrases d'élèves suivantes, choisissez la phrase syntaxiquement correcte :

- 1 - Le chauffeur a dit que les passagers arriveraient à l'heure.
 - 2 - Mon papa et ma maman ont dit que je n'avais pas besoin d'y aller.
 - 3 - La maitresse a annoncé que le camp risquait d'être annulé.
 - 4 - Mon copain et moi avons promis à Christian qu'il allait être invité.
- A - Aucune
T - Toutes

Question 19

Parmi les phrases d'élèves suivantes, choisissez la phrase syntaxiquement correcte :

- 1 - Je les fais confiance pour trouver une autre solution.
 - 2 - Il te demande de lui recontacter demain à midi.
 - 3 - Tu devrais croire de ce qu'il a dit sur le voisin.
 - 4 - Le maitre a cru que je n'avais rien compris.
- A - Aucune
T - Toutes

Question 20

Parmi les phrases d'élèves suivantes, choisissez la phrase syntaxiquement correcte :

- 1 - Je n'aurais jamais deviné c'était lequel qui avait tué le médecin.
 - 2 - Il faut que je te parle d'une chose qui m'est arrivée.
 - 3 - Le voleur a pris la voiture dont le voisin a achetée.
 - 4 - Pourquoi que tu te fais du souci pour ta sœur ?
- A - Aucune
T - Toutes

Question 21

Complétez la phrase suivante avec les mots correctement orthographiés :

Notre cheffe d'équipe a été _____ de ne pas avoir _____ la somme d'argent qu'elle avait _____ pour notre projet.

- 1 - déçu / reçu / promise
- 2 - déçue / reçue / promis
- 3 - déçue / reçu / promis
- 4 - déçu / reçue / promise
- A - Aucune
- T - Toutes

Question 22

Complétez la phrase suivante avec les mots correctement orthographiés :

En dépit des problèmes que _____ ce type d'énergie, l'équipe _____ qu'il n'existait à ce jour pas d'alternative viable sur le long terme.

- 1 - pose / pense
- 2 - posent / pense
- 3 - pose / pensent
- 4 - posent / pensent
- A - Aucune
- T - Toutes

Question 23

Choisissez la phrase correctement orthographiée :

- 1 - Quand tu auras terminé avec le livre de ton frère, rends le lui.
- 2 - Quand tu auras terminé avec le livre de ton frère, rends-le lui.
- 3 - Quand tu auras terminé avec le livre de ton frère, rends le-lui.
- 4 - Quand tu auras terminé avec le livre de ton frère, rends-le-lui.
- A - Aucune
- T - Toutes

Question 24

Complétez la phrase suivante avec l'expression correctement orthographiée :

Il s'agit d'une loi d'autant plus polémique que c'est un gouvernement d'hommes _____ vote.

- 1 - qui la
- 2 - qui l'a
- 3 - qu'il la
- 4 - qu'il l'a
- A - Aucune
- T - Toutes

Question 25

Complétez la phrase suivante avec le mot ou l'expression correctement orthographiée :

Le candidat retenu _____ distingué par une excellente gestion du stress.

- 1 - ces
- 2 - ses
- 3 - c'est
- 4 - s'est
- A - Aucune
- T - Toutes

Question 26

Choisissez la phrase correctement orthographiée :

- 1 - La structure de la langue française connaît des irrégularités qui peuvent prendre de court les apprenants germanophones.
- 2 - La structure de la langue Française connaît des irrégularités qui peuvent prendre de court les apprenants germanophones.
- 3 - La structure de la langue française connaît des irrégularités qui peuvent prendre de court les apprenants Germanophones.
- 4 - La structure de la langue Française connaît des irrégularités qui peuvent prendre de court les apprenants Germanophones.
- A - Aucune
- T - Toutes

Question 27

Choisissez la phrase correctement orthographiée (remarque : l'orthographe rectifiée autorise les traits d'union entre tous les éléments des nombres) :

1 - Les sept premières personnes de la liste ont chacune remporté la somme de mille-huit-cent francs.

2 - Les sept premières personnes de la liste ont chacune remporté la somme de mille-huit-cent francs.

3 - Les sept premières personnes de la liste ont chacune remporté la somme de mille-huit-cents francs.

4 - Les sept premières personnes de la liste ont chacune remporté la somme de mille-huit-cents francs.

A - Aucune

T - Toutes

Question 28

Complétez la phrase suivante avec les mots correctement orthographiés :

Le fleuve a connu des crues record cette année, ce qui a poussé les _____ à mettre en place des dispositifs de _____ supplémentaires.

1 - autorités / sécurité

2 - autorités / sécuritée

3 - autorités / sécurité

4 - autorités / sécuritée

A - Aucune

T - Toutes

Question 29

Complétez la phrase suivante avec le mot correctement orthographié :

Nous verrons si l'athlète est en mesure de reproduire son _____ de l'an dernier.

1 - exploi

2 - exploits

3 - exploit

4 - exploid

A - Aucune

T - Toutes

Question 30

Complétez la phrase suivante avec le mot correctement orthographié :

Le suspect est connu de la police pour avoir déjà perpétré un _____ similaire.

- 1 - déli
- 2 - délie
- 3 - délis
- 4 - délit
- A - Aucune
- T - Toutes

Question 31

Complétez la phrase suivante avec les mots correctement orthographiés :

Cette approche novatrice _____ des détails que les anciens procédés n'avaient pas _____.

- 1 - a montré / décelés
- 2 - a montré / décelé
- 3 - a montrés / décelés
- 4 - a montrés / décelé
- A - Aucune
- T - Toutes

Question 32

Complétez la phrase suivante avec les mots correctement orthographiés :

Ses parents pensent _____ qu'elle perd son temps quand elle peint seule dans son atelier pendant des heures.

- 1 - évidamment
- 2 - évidemment
- 3 - évidement
- 4 - évidament
- A - Aucune
- T - Toutes

Question 33

Complétez la phrase suivante avec les mots correctement orthographiés :

Elle s'est _____ de copier les petits textes de présentation que nous avons _____ en guise de message de bienvenue sur notre plateforme en ligne.

- 1 - permis / utilisé
- 2 - permise / utilisé
- 3 - permis / utilisés
- 4 - permise / utilisés
- A - Aucune
- T - Toutes

Question 34

Complétez la phrase suivante avec les mots correctement orthographiés :

Lors de notre arrivée sur le _____, il nous a _____ de quelques minutes pour relever de multiples malfaçons.

- 1 - cite / suffi
- 2 - site / suffi
- 3 - cite / suffit
- 4 - site / suffit
- A - Aucune
- T - Toutes

Question 35

Complétez la phrase suivante avec les mots correctement orthographiés :

L'auteur dont le travail est _____ dans cet article est réputé dans le _____.

- 1 - mentioné / métier
- 2 - mentionné / métier
- 3 - mentioné / maitier
- 4 - mentionné / maitier
- A - Aucune
- T - Toutes

Question 36

Parmi ces phrases d'élèves, choisissez la phrase correctement orthographiée :

- 1 - Le régime végétalien a-t-il un réelle impact sur l'environnement ?
 - 2 - Nous savons que la consommation de viande a augmentée depuis quelques années.
 - 3 - Les habitants produisent environs 86% de leur nourriture.
 - 4 - On remarque que les produits laitiers nécessite plus d'eau pour leur fabrication.
- A - Aucune
T - Toutes

Question 37

Parmi ces phrases d'élèves, choisissez la phrase correctement orthographiée :

- 1 - Devrait-t-on rendre les transports gratuit dans notre canton ?
 - 2 - Comme l'a déclaré le secrétaire générale de l'association, toute est à recommencer.
 - 3 - Cette initiative est novatrice et bénéfique pour l'environnement.
 - 4 - En offrant la gratuitée des transports, cela engendreraient des impôts supplémentaires.
- A - Aucune
T - Toutes

Question 38

Parmi ces phrases d'élèves, choisissez la phrase correctement orthographiée :

- 1 - Le mariage pour tous était un sujet taboue et peu de personnes en parlait ouvertement.
 - 2 - Cette habitude était désigné comme criminel et dangereuse.
 - 3 - Ce sont des femmes indépendante et libre de leur choix.
 - 4 - Nous pensons qu'il faudrait décriminaliser la consommation des drogues douces.
- A - Aucune
T - Toutes

Question 39

Parmi ces phrases d'élèves, choisissez la phrase correctement orthographiée :

- 1 - Pour leur survie, ils doivent donner une certaine somme d'argent.
 - 2 - Dans la société actuelle, voyager est devenue quelque chose de banale.
 - 3 - Pour avoir le statut de réfugié, il faut fournir des preuves concrètes.
 - 4 - Ceux sont des personnes contraintes de quitter leur région d'origine.
- A - Aucune
T – Toutes

Question 40

Parmi ces phrases d'élèves, choisissez la phrase correctement orthographiée :

- 1 - La préparation à un voyage personnel n'est pas facile psychologiquement.
 - 2 - On se retrouve devant une inégalité de traitement évidente.
 - 3 - Ils bénéficient d'un accès facilité au monde du travail.
 - 4 - Est-ce que ce sont les actualités qui accentuent la compassion ?
- A - Aucune
T - Toutes

Les questions suivantes portent sur le vocabulaire du texte donné en annexe. Veuillez vous référer à celui-ci pour répondre aux questions.

Question 41

Choisissez l'expression qui a le même sens que l'expression en gras dans la phrase suivante :

À outrance ? C'est ce que pensent deux chercheurs dans un ouvrage brillant intitulé « Le Syndrome du bien-être ».

- 1 - À dessein
 - 2 - À exclure
 - 3 - De manière excessive
 - 4 - De manière regrettable
- A - Aucune
T - Toutes

Question 42

Choisissez le synonyme du mot en gras dans la phrase suivante :

L'ouvrage part d'un constat quelque peu commun : notre société a **érigé** la santé au rang de valeur primordiale.

- 1 - détruit
- 2 - élevé
- 3 - induit
- 4 - dirigé
- A - Aucune
- T - Toutes

Question 43

Choisissez le synonyme du mot en gras dans la phrase suivante :

L'ouvrage part d'un constat quelque peu commun : notre société a érigé la santé au rang de valeur **primordiale**.

- 1 - essentielle
- 2 - indispensable
- 3 - cruciale
- 4 - fondamentale
- A - Aucune
- T - Toutes

Question 44

Choisissez l'expression qui a le même sens que le mot en gras dans la phrase suivante :

L'image d'une personne saine et mince qui fait son jogging tous les matins est érigée en modèle, et tous ceux qui n'atteindraient pas cet idéal, notamment les obèses, sont soupçonnés de manquer d'hygiène, d'être paresseux, **voire** d'être incapables de se prendre en main.

- 1 - ou plutôt
- 2 - malgré tout
- 3 - mais hélas
- 4 - et même
- A - Aucune
- T - Toutes

Question 45

Choisissez le synonyme du mot en gras dans la phrase suivante :

Si, en soi, être en forme et bien dans son corps est un objectif **louable**, les deux auteurs montrent que la tendance a dégénéré en une forme d'injonction morale dont il devient très difficile de se libérer.

- 1 - joyeux
- 2 - cruel
- 3 - abominable
- 4 - respectable
- A - Aucune
- T - Toutes

Question 46

Choisissez le synonyme du mot en gras dans la phrase suivante :

Si, en soi, être en forme et bien dans son corps est un objectif louable, les deux auteurs montrent que la tendance a dégénéré en une forme d'**injonction** morale dont il devient très difficile de se libérer.

- 1 - protection
- 2 - exigence
- 3 - fiction
- 4 - sanction
- A - Aucune
- T - Toutes

Question 47

Choisissez le synonyme du mot en gras dans la phrase suivante :

Aux Etats-Unis, une douzaine d'universités font désormais signer à leurs étudiants des « contrats de bien-être », dans lesquels ils s'engagent à avoir une hygiène de vie **impeccable**.

- 1 - propre
- 2 - personnelle
- 3 - inébranlable
- 4 - irréprochable
- A - Aucune
- T - Toutes

Question 48

Choisissez le synonyme du mot en gras dans la phrase suivante :

Rassurant pour leurs parents, sans aucun doute. Mais dommage pour ces jeunes gens **muselés**, car ce sont bien les erreurs qui forment la jeunesse, rappelle Carl Cederström.

- 1 - réprimés
- 2 - inspirés
- 3 - innocents
- 4 - tristes
- A - Aucune
- T - Toutes

Question 49

Choisissez le synonyme du mot en gras dans la phrase suivante :

Jean-Paul Sartre aurait-il pensé l'existentialisme en **sirotant** du thé vert et des biscuits bios ?

- 1 - dégustant
- 2 - préparant
- 3 - rejetant
- 4 - produisant
- A - Aucune
- T - Toutes

Question 50

Choisissez le synonyme du mot en gras dans la phrase suivante :

Tout en poussant les salariés à travailler le plus possible, dans des conditions de plus en plus **précaires**, les firmes leur proposent des séances de méditation en pleine conscience afin de se détendre, ou leur installent des tapis de course au bureau, pour pianoter sur l'écran tout en perdant des calories.

- 1 - fortuites
- 2 - hasardeuses
- 3 - étonnantes
- 4 - instables
- A - Aucune
- T - Toutes

Question 51

Choisissez le synonyme du mot en gras dans la phrase suivante :

Cette tendance **gagne** depuis plusieurs années les bords du Léman, où les multinationales encouragent leurs salariés à manger des légumes et pratiquer régulièrement du sport.

- 1 - quitte
- 2 - touche
- 3 - change
- 4 - transforme
- A - Aucune
- T - Toutes

Question 52

Choisissez le synonyme du mot en gras dans la phrase suivante :

Loin d'être un livre léger, *Le Syndrome du bien-être* **dresse** au fil des pages un constat glaçant.

- 1 - détruit
- 2 - établit
- 3 - déforme
- 4 - décime
- A - Aucune
- T - Toutes

Question 53

Choisissez le synonyme du mot en gras dans la phrase suivante :

Mis sous pression, l'individu se sent coupable s'il ne parvient pas à **dompter** son corps.

- 1 - battre
- 2 - contrôler
- 3 - détendre
- 4 - oublier
- A - Aucune
- T - Toutes

Question 54

Choisissez le synonyme du mot en gras dans la phrase suivante :

En **stigmatisant** les obèses, l'État ne joue pas son rôle.

- 1 - interdisant
- 2 - encourageant
- 3 - blâmant
- 4 - contrôlant
- A - Aucune
- T - Toutes

Question 55

Choisissez le synonyme du mot en gras dans la phrase suivante :

Et de qualifier de « stupide » le projet du républicain Paul Ryan, aux Etats-Unis, qui proposait aux pauvres d'engager des coachs de vie en **contrepartie** des aides sociales.

- 1 - supplément
- 2 - développement
- 3 - reproche
- 4 - échange
- A - Aucune
- T - Toutes

Question 56

Choisissez le synonyme du mot en gras dans la phrase suivante :

Mais le livre, **sarcastique** et instructif, offre un grand bol d'air d'anticonformisme.

- 1 - admiratif
- 2 - constructif
- 3 - railleur
- 4 - indécent
- A - Aucune
- T - Toutes

Question 57

Choisissez l'expression qui a le même sens que l'expression en gras dans la phrase suivante :

Mais le livre, sarcastique et instructif, offre **un grand bol d'air** d'anticonformisme.

- 1 - une approche sportive
- 2 - une approche nouvelle
- 3 - une approche froide
- 4 - une approche critiquable
- A - Aucune
- T - Toutes

Question 58

Choisissez le synonyme du mot en gras dans la phrase suivante :

Carl Cederström voit-il une solution à la **dérive** du bien-être ?

- 1 - répétition
- 2 - contrainte
- 3 - ferveur
- 4 - passion
- A - Aucune
- T - Toutes

Question 59

Choisissez le synonyme du mot en gras dans la phrase suivante :

« Il faut juste que ça s'arrête, conclut-il. Si vous voyez un coach dans votre entreprise **vanter** les effets de la psychologie positive, dites-lui que c'est du n'importe quoi. »

- 1 - compter
- 2 - contredire
- 3 - louer
- 4 - mépriser
- A - Aucune
- T - Toutes

Question 60

Choisissez le mot ou l'expression qui a le même sens que l'expression en gras dans la phrase suivante :

Et puis comme ils l'écrivent en conclusion, « vivre, c'est nécessairement faire l'expérience de la douleur et de l'échec, accepter que certaines choses puissent nous **faire défaut** et, dans une certaine mesure, apprendre à faire contre mauvaise fortune bon cœur ».

1 - être imparfaites

2 - être cachées

3 - manquer

4 - attrister

A - Aucune

T - Toutes

Sois bien, et tais-toi

Régime sans gluten, coachs sportifs et méditation en pleine conscience... La société nous pousse à prendre soin de notre santé. **À outrance ?** C'est ce que pensent deux chercheurs dans un ouvrage brillant intitulé « Le Syndrome du bien-être ».

INJONCTION MORALE

L'ouvrage part d'un constat quelque peu commun : notre société a **érigé** la santé au rang de valeur **primordiale**. Il vaudrait mieux arrêter de fumer, diminuer sa consommation d'alcool, manger cinq fruits et légumes par jour, éviter les graisses et cuisiner des aliments sains riches en vitamines. Il faut aussi faire du sport, car c'est bon pour la forme, pour l'équilibre et contre le stress. L'image d'une personne saine et mince qui fait son jogging tous les matins est érigée en modèle, et tous ceux qui n'atteindraient pas cet idéal, notamment les obèses, sont soupçonnés de manquer d'hygiène, d'être paresseux, **voire** d'être incapables de se prendre en main.

Si, en soi, être en forme et bien dans son corps est un objectif **louable**, les deux auteurs montrent que la tendance a dégénéré en une forme d'**injonction** morale dont il devient très difficile de se libérer. Aux Etats-Unis, une douzaine d'universités font désormais signer à leurs étudiants des « contrats de bien-être », dans lesquels ils s'engagent à avoir une hygiène de vie **impeccable**. Rassurant pour leurs parents, sans aucun doute. Mais dommage pour ces jeunes gens **muselés**, car ce sont bien les erreurs qui forment la jeunesse, rappelle Carl Cederström. Jean-Paul

Sartre aurait-il pensé l'existentialisme en **sirotant** du thé vert et des biscuits bios ?

MERCI PATRON

Le monde de l'entreprise est particulièrement touché par cette mode. Tout en poussant les salariés à travailler le plus possible, dans des conditions de plus en plus **précaires**, les firmes leur proposent des séances de méditation en pleine conscience afin de se détendre, ou leur installent des tapis de course au bureau, pour pianoter sur l'écran tout en perdant des calories. Cette tendance **gagne** depuis plusieurs années les bords du Léman, où les multinationales encouragent leurs salariés à manger des légumes et pratiquer régulièrement du sport.

Une hypocrisie totale, expliquent Carl Cederström et André Spicer, qui n'hésitent pas à en référer à Orwell pour décrire ce monde où l'homme doit être le plus performant possible, tout en gardant le sourire. Pour une raison simple : « Un travailleur heureux est un travailleur plus productif » ! En Angleterre, l'entreprise suédoise de poids lourds Scania surveille les constantes vitales de ses employés 24h/24. Ceux-ci sont pénalisés s'ils ne font pas assez d'exercice et si leur système cardiovasculaire est un peu à la traîne.

Loin d'être un livre léger, *Le Syndrome du bien-être* **dresse** au fil des pages un constat glaçant. Mis sous pression, l'individu se sent coupable s'il ne parvient pas à **dompter** son corps. Pour les deux chercheurs, le culte de la santé tient de l'ultralibéralisme : l'homme est seul responsable de son état – sous-entendu de ses performances. S'il échoue à mincir, à

courir, à se muscler et à faire du yoga, il ne peut s'en prendre qu'à lui-même.

Faire croire aux chômeurs qu'ils peuvent trouver du travail en mincissant, en faisant un joli CV et en suivant des formations contre le stress est un mensonge.

Une idéologie très dangereuse, insiste Carl Cederström au téléphone. « Car dire cela, c'est oublier que la santé est avant tout une affaire publique et politique, explique le chercheur. Toutes les études montrent que les classes défavorisées ont moins la possibilité de manger sainement. En **stigmatisant** les obèses, l'État ne joue pas son rôle. La vérité, c'est que l'industrie du bien-être est encore un domaine réservé aux riches. » Et de qualifier de « stupide » le projet du républicain Paul Ryan, aux Etats-Unis, qui proposait aux pauvres d'engager des coachs de vie en **contrepartie** des aides sociales.

SURVEILLER ET PUNIR

« Surveiller sa vie comme s'il s'agissait d'une véritable entreprise correspond en tout point de vue à la mentalité de l'agent idéal du néolibéralisme. »

Les deux chercheurs ne sont pas les premiers à dresser ce constat. Ils énoncent ouvertement leurs sources d'inspiration, notamment le travail d'Alenka Zupancic sur la « biomoralité ». Mais le livre, **sarcastique** et instructif, offre **un grand bol d'air** d'anticonformisme. Carl Cederström voit-il une solution à la **dérive** du bien-être ? « Il faut juste que ça s'arrête, conclut-il. Si vous voyez un coach dans votre entreprise **vanter**

les effets de la psychologie positive, dites-lui que c'est du n'importe quoi. » La « quête paranoïaque du bonheur » est une fausse piste. Et puis comme ils l'écrivent en conclusion, « vivre, c'est nécessairement faire l'expérience de la douleur et de l'échec, accepter que certaines choses puissent nous **faire défaut** et, dans une certaine mesure, apprendre à faire contre mauvaise fortune bon cœur ».

D'après Marie Maurisse, Le Temps.ch, 23 avril 2016.