

# La reformulation pour éviter les répétitions

## Introduction

La **reformulation** est une compétence indispensable pour écrire avec clarté, précision et élégance. En évitant les **répétitions**, tu rends ton texte plus fluide, plus agréable à lire et plus convaincant. Mais reformuler ne consiste pas seulement à remplacer un mot par un autre. C'est un véritable travail d'expression : il s'agit de **varier le vocabulaire**, de **changer la structure**, de **substituer un pronom**, ou encore de **choisir une tournure plus précise**, tout en conservant fidèlement le sens initial. Comment reformuler efficacement pour améliorer son style sans trahir l'idée d'origine ?

Par exemple, observe les deux passages suivants, ils racontent la même histoire mais ils ne produisent pas du tout le même effet sur le lecteur. Le premier multiplie volontairement les répétitions et les redondances, ce qui alourdit la lecture et gêne la compréhension :

Paul avançait dans la rue, une rue très longue, une rue vraiment très longue de la ville, et il avançait encore dans cette longue rue. Il se rendait au parc, un parc qu'il aimait beaucoup parce que ce parc était calme et parce que ce parc avait de très grands arbres. En marchant, il regardait les passants, les passants qu'il regardait toujours, et les façades anciennes, des façades anciennes très anciennes qui étaient tout le long du chemin. L'air du matin était frais, un air frais du matin qui le vivifiait et le vivifiait encore. Il se sentait apaisé, très apaisé, rien qu'en pensant à son banc préféré, un banc qu'il aimait parce que c'était son banc préféré. Peu à peu, il aperçut les branches du parc, les branches du parc qui apparaissaient, et il accéléra le pas, accélérant vraiment le pas.

Maintenant, tu peux constater que le second raconte la même scène en variant les formulations afin de fluidifier le texte et de rendre la lecture plus agréable :

Paul avançait dans l'une des longues rues de la ville. Il se rendait au parc qu'il appréciait particulièrement pour son calme et ses arbres immenses. En marchant, il observait les passants et les façades anciennes qui bordaient le chemin. L'air frais du matin le vivifiait et il se sentait déjà apaisé à l'idée de s'installer sur son banc préféré. Peu à peu, il aperçut les premières branches du parc et accéléra le pas.

## Pourquoi éviter les répétitions ?

## La répétition lexicale

Répéter un même mot dans deux ou trois phrases successives crée une impression de lourdeur.

Exemple maladroit :

« Le personnage est en colère. Cette colère le pousse à agir. Sa colère est visible. »

Une reformulation rend le texte plus fluide :

« Le personnage est en colère. Cette émotion le pousse à agir. Elle est visible dans son attitude. »

## La répétition syntaxique

Répéter constamment la même structure fatigue le lecteur :

« L'auteur montre que... L'auteur explique que... L'auteur dit que... »

Varié la construction dynamise l'analyse :

« L'auteur montre que... En expliquant..., il souligne que... Ce passage indique que... »

## La répétition d'idées

Parfois on dit la même chose plusieurs fois — sans s'en rendre compte. La reformulation permet d'éviter ces doublons en reformulant plus précisément ou en résumant.

### À retenir

Éviter la répétition ne signifie pas supprimer l'idée, mais **changer la manière de l'exprimer**.

## Techniques pour reformuler efficacement

### Utiliser des synonymes appropriés

Un bon synonyme doit correspondre exactement au sens souhaité.

Exemples :

« dire » → affirmer, déclarer, commenter, murmurer.

« montrer » → révéler, souligner, mettre en évidence.

« triste » → malheureux, accablé, mélancolique.

Attention : tous les synonymes ne sont pas interchangeables.

On ne remplace pas « mélancolique » par « triste » dans un poème de Baudelaire sans changer la nuance.

### Employer des expressions équivalentes

Reformuler une idée entière peut être plus efficace que remplacer un mot.

« Il ne supporte plus cette situation » → « Cette situation devient insupportable pour lui. »

« Elle veut partir » → « Elle souhaite s'en aller. »

## **Varié les structures de phrase**

Changer l'ordre des mots ou le rythme de la phrase évite la monotonie.

« Le narrateur souligne que... »

« En soulignant..., le narrateur révèle... »

« Ce passage met en lumière... »

## **Utiliser des pronoms ou reprises nominales**

Plutôt que répéter un nom, on peut le reprendre de manière variée.

« Jeanne refuse d'avouer la vérité. Jeanne préfère mentir. Jeanne pense qu'elle peut s'en sortir. »

→ « Jeanne refuse d'avouer la vérité. Elle préfère mentir, convaincue qu'elle peut s'en sortir. »

## **Changer la catégorie grammaticale**

Cela donne davantage de liberté.

Nom → verbe : « Il a une admiration profonde » → « Il admire profondément ».

Verbe → nom : « Il décrit le paysage » → « La description du paysage... ».

### **À retenir**

Reformuler, c'est savoir choisir entre synonymie, changement de structure ou substitution grammaticale.

## **Reformuler dans l'analyse littéraire**

En commentaire ou en dissertation, certains mots reviennent très souvent : « personnage », « auteur », « montrer », « dire », « important ».

Varié enrichit le style.

Exemples :

« le personnage » → le protagoniste, le héros, la jeune femme, cet homme.

« dire » → affirmer, raconter, suggérer, confier.

« important » → essentiel, majeur, déterminant, significatif.

Dans *Le Rouge et le Noir*, au lieu de répéter :

« Julien pense que... »,

tu peux alterner :

« Le jeune homme estime que... », « Selon lui... », « Il se persuade que... ».

### À retenir

La variété lexicale montre ta maîtrise de la langue et donne du relief à ton analyse.

## Comment s'entraîner à reformuler ?

### Lire davantage

Les textes littéraires, articles et essais offrent d'excellents modèles de reformulation naturelle.

### S'exercer régulièrement

Prends une phrase simple et reformule-la trois fois sans changer le sens. C'est un excellent entraînement.

### Vérifier systématiquement

Demande-toi :

« Ai-je répété un mot inutilement ? »

« Est-ce que mon synonyme respecte bien le sens ? »

### Utiliser le brouillon

Essaye plusieurs versions, choisis la plus claire.

### Astuce

Constitue-toi une liste de synonymes fiables pour les mots que tu utilises souvent.

## Conclusion

La **reformulation** est un outil essentiel pour rédiger des textes précis, élégants et agréables à lire. Elle permet d'éviter les répétitions, de varier les structures, de préciser les idées et d'enrichir le style sans déformer le sens. Maîtriser cet art, c'est apprendre à exprimer la même idée sous différentes formes, à choisir le mot juste et à construire un texte fluide et nuancé. Grâce à la reformulation, ton écriture gagne en **qualité**, en **souplesse** et en **efficacité**, des atouts indispensables pour réussir au lycée.