

# COMMENT CONSTRUIRE DES COMPÉTENCES À PARTIR DES ERREURS ET DES ÉCHECS ?

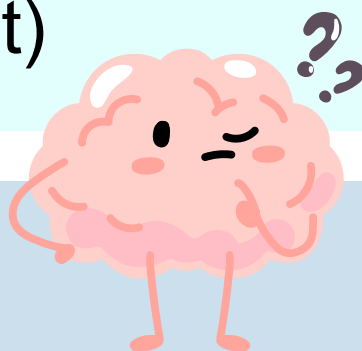
## La métacognition pour identifier les ajustements

La métacognition permet de comprendre ce qui a manqué pour réussir ou les circonstances qui expliquent la démotivation, voire le décrochage.



### -> À quoi est dû l'échec ?

- Raisons **personnelles** (stress, fatigue...)
- Raisons **interpersonnelles** (mécontentement, dispute, trop de pression exercée par les parents, soumission...)
- Manque de **travail**
- **Stratégie** mal adaptée à l'objectif
- Méthodes d'entraînement **inefficaces** malgré les efforts déployés (travail inefficace)



## Des questions clés

- Tu as fait un **hors sujet** : qu'est-ce qui t'a induit en erreur ?
- Tu n'es **pas encore au point**. Que peux-tu apprendre de tes erreurs ?
- Ces difficultés sont ton **point de départ** : qu'est-ce que tu peux entreprendre pour les dépasser ? Quelle est la première chose que tu peux mettre en place ?
- Qu'est-ce qui **dépend de toi** ? Comment agir sur ce que tu peux contrôler ? (par exemple, classer les priorités)
- De quelle sorte **d'aide** as-tu besoin ? Comment l'obtenir ?
- Que fallait-il connaître pour bien réaliser ce travail ?



## Au-delà des stratégies pures d'apprentissage

- Les éléments d'une bonne **santé** physique
- Des **encouragements**
- Des outils pour éviter **l'inattention**
- Des questions sur les raisons du décrochage pour déceler des signes de **dépression** ou de **harcèlement**
- Une réflexion sur les **objectifs** et les projets porteurs de sens à travers la définition des **aspirations** déclinées en étapes et **objectifs** intermédiaires

## Identifier ce qui n'a pas marché



Se dire "c'est ma faute" n'est pas utile; se dire "c'est seulement la faute des autres" non plus.

Mieux vaut réfléchir aux **difficultés précises** : dans la préparation, dans l'organisation, dans les réponses aux questions, dans la gestion du temps...

## Éviter les étiquettes

Poser des étiquettes (nul, fainéant) dégrade la motivation.

Certains élèves adoptent des stratégies pour **éviter la honte** (ex: ne pas travailler pour justifier les mauvaises notes par un non travail plutôt que par une non compréhension difficile à admettre).

Certains "mauvais" élèves ou clowns tirent des bénéfices secondaires de cet état (comme un statut social valorisant).

## 3 fondements de la motivation

1. **Autonomie** (besoin d'être libre de ses propres choix, de se sentir à l'origine des actions)
2. **Compétence** (besoin de se sentir capable d'effectuer les tâches)
3. **Appartenance** sociale (besoin de se sentir soutenu, encouragé et d'être intégré dans un groupe)