

# COMMENT MOTIVER LES ENFANTS ?

Quand ces trois besoins sont satisfaits, l'enfant peut construire un fort sentiment d'efficacité personnelle.



## 3 fondements de la motivation

1. Autonomie : le besoin d'être **libre** de ses propres choix, de se sentir à **l'origine des actions**, sans avoir l'impression de subir ou d'être contraint.
2. Compétence : le besoin de se sentir compétent, **capables** d'effectuer les tâches demandées.
3. Appartenance sociale : le besoin de se **sentir soutenu, encouragé** et d'être **apprécié**.



## L'autonomie

Un enfant a besoin de faire des choses à la hauteur de ses capacités par lui-même (même si c'est moins bien fait et moins rapide).



## La compétence

- **Souligner les efforts** et le travail plus que les notes, le processus, valoriser les **stratégies** plus que les résultats (notes, classement).
- Poser des **questions** pour identifier les origines des erreurs et aider à construire des ressources personnelles.
- Insister sur le **pouvoir du "bientôt"** (tu ne sais pas faire pour le moment et tu sauras *bientôt* faire) et du "pas encore" (tu n'y arrives pas *encore*) pour ne pas supprimer **l'espoir**.



## L'appartenance sociale

Il est important que les enfants se sentent **utiles, acceptés, appréciés** pour ce qu'ils sont, tels qu'ils sont (en dehors de toute performance scolaire ou sportive). L'appartenance sociale va de pair avec le sentiment de **sécurité** car la recherche de **réconfort** est une stratégie efficace et d'ordre neurobiologique face à la peur et au stress.

Comme la motivation est en lien avec l'espoir, les professeurs ont un rôle à jouer dans le fait d'aider les élèves à **imaginer un avenir plus optimiste**. C'est possible en encourageant les **efforts**, en indiquant des **stratégies** efficaces (*comment* faire), en proposant des **buts adaptés** à leurs capacités.

