

Les concepts de
Compétences, Efforts, Intérêts et Projet
en relation avec
le Plaisir et le Bien-être

Yancy Dufour, Annie Mansy-Dannay et Alain Guerrien
Journées de Montpellier 2007

Préambule

- Production collective!
- Laboratoire de Psychologie (PSITEC) de Lille3
- Notre postulat:
- « **Susciter le plaisir pour une tâche ou une activité est nécessaire**
- **mais relativement aisé.**
- **Cependant la persistance dans une activité, même si elle a engendré des émotions positives,**
- **dépend d'autres facteurs »**

- Persistance
- Motivation Intrinsèque et théorie de l'autodétermination (Deci et Ryan, 1985, 1991)
- Distinction entre:
 - -Conceptions eudémonistes:
 - Respecter la satisfaction des besoins généraux
 - -Idées hédonistes
 - Multiplication des plaisirs
- Présentation de 5 pistes de réflexion en relation avec la conception eudémoniste, la persistance...

1^{ère} piste: le sentiment de compétence

- Gagnaire et Lavie (2005)
- Groupe Plaisir (2003)
- Trois dimensions permettent d'apprécier le sentiment de plaisir:
 - -l'aspect compétitif
 - -l'aspect ludique
 - -l'aspect convivial

- « Somme toute, ce qui apparaît pour le moins surprenant c'est que les élèves n'utilisent pas les APSA sur le registre qui les caractérise le mieux et sur lequel on aurait tendance à les attendre : le domaine compétitif » (Gagnaire et Lavie, 2006, p.5).
- Et ils ont raison! Mais c'est normal, Philippe et François sont de l'AEEPS... Et ils sont bons.

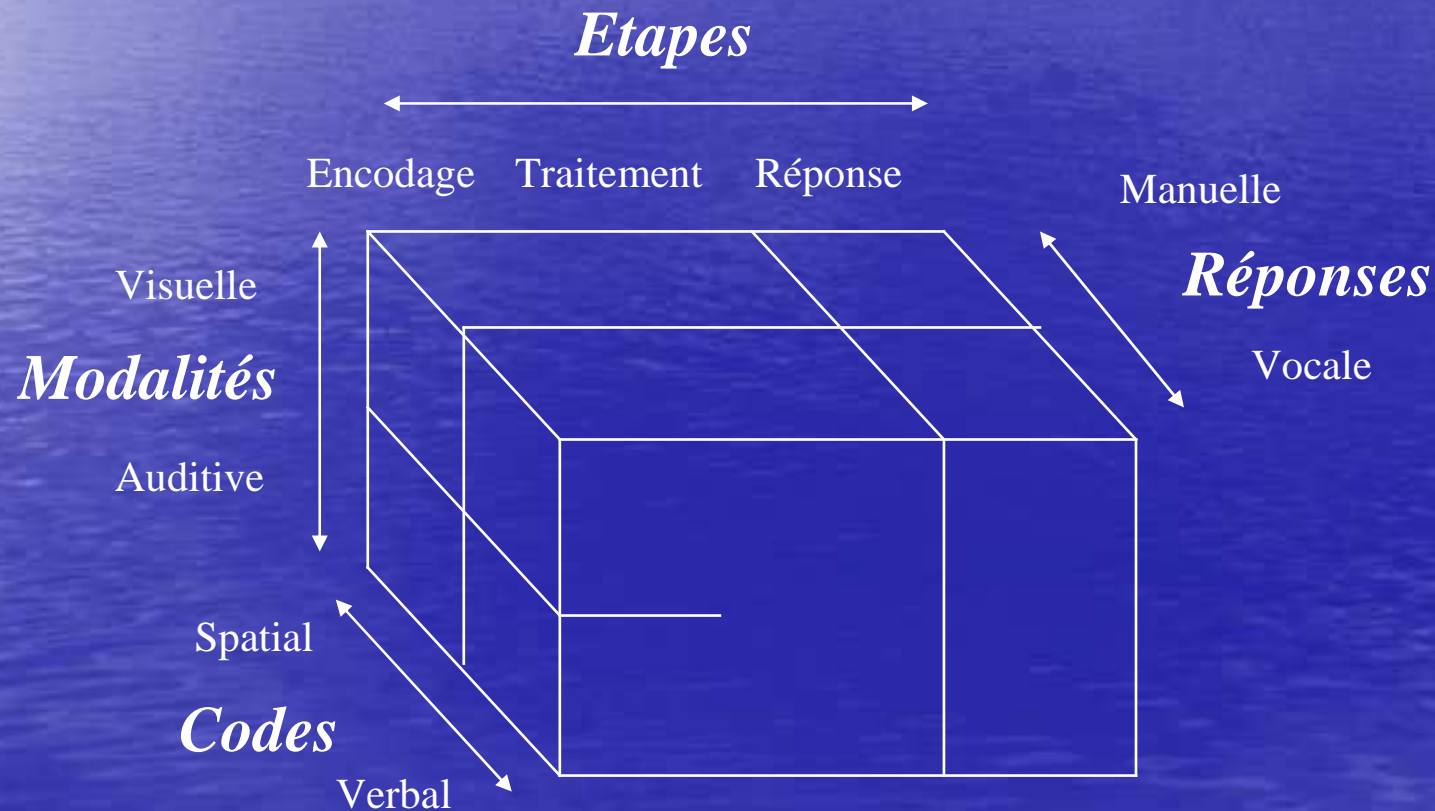
- Dufour (2006)
- 405 élèves de collège
- Quelles sont les deux raisons expliquant le choix de l'APSA n°1?
- Trois raisons principales ressortent:
- -le sentiment d'amusement (l'aspect ludique de l'APSA, représentant 32,3% des réponses),
- -le sentiment de compétence lors de la pratique de l'APSA (31,1% des réponses) et
- -le sentiment d'appartenance sociale (14,5% des réponses).

- 1^{ère} remarque:
- Nous n'effectuerons pas avec le même plaisir toutes les activités pour lesquelles nous sommes compétents.
- Les activités pour lesquelles nous prenons du plaisir satisfont un grand nombre de besoins (affectif, cognitif, moteur)
- Dufour et Mansy-Dannay (2002): Les comportements hors-tâches comme indicateurs de besoins
- 2^{ème} remarque:
- Des différences inter-individuelles apparaissent : certains n'ont qu'une passion, une activité à laquelle ils se consacrent sans relâche, d'autres au contraire cherchent le changement perpétuel passant d'une activité à l'autre en explorateurs insatiables.

2^{ème} piste: La variété d'efforts

- Chaque type d'effort peut être source de plaisir.
- Divers protocoles expérimentaux (Dufour et al, 2003, 2005, 2006)
- Tâches sollicitant des réservoirs de ressources attentionnelles différents
- Modèle de Wickens, 1984

Modèle des ressources attentionnelles multiples (Wickens, 1984)



- Fonctions exécutives différentes:
- -Updating
- -Shifting
- -Inhibition
- Guerrien et al (2006): organisations intra-séance et inter-séances

- Résultats:
- Augmentation de l'agrément, de la motivation
- Apparition plus lente de la fatigue
- Mansy-Dannay et Guerrien (2006, Debeyre n°1) :
- Il y a un intérêt cognitif et développemental très important de la variété des compétences et des efforts sollicités afin de contribuer au bien-être des élèves.

3^{ème} piste:

L'intérêt que procure la tâche

- Berlyne (1960)
- Intérêt et Plaisir
- L'intérêt comme le plaisir passent par un maximum pour une quantité optimale de nouveauté, incongruité, complexité.
- Vigilance
- Potentiel d'éveil
- Mansy (1990)
- La valeur hédonique du stimulus est une fonction curvilinéaire du potentiel d'éveil

4^{ème} piste:

La notion de projet

- Fourchard et al (2001):
- Projet collectif
- Ryan et Deci (2001)
- Étude de l'impact motivationnel d'un dispositif d'aménagement du temps de l'enfant de CM1 et CM2 (Fourchard, Mansy et leconte, 2001)
- Fourchard, Mansy et leconte-Lambert (2006):
- « encourager, tenter de faire mieux, même à deux, plutôt que d'instaurer un climat de compétition systématique, préjudiciable à la motivation, paraît utile à intégrer en tant qu'éducateur ou enseignant » (p.97).
- Cela rejoint le constat de Gagnaire et Lavie (2006)

5^{ème} piste: la notion de Bien-être

- Guerrien (2006):
- -perspective hédoniste
- -perspective eudémoniste
- Deci et Ryan (2000, 2001)
- « De même que l'orientation motivationnelle de l'élève vis-à-vis de l'école a une incidence majeure sur la qualité de ses apprentissages, [...] elle constitue un déterminant important de son bien-être subjectif, qu'il soit envisagé sur un plan général (bien-être trait) ou plus ponctuel (bien-être état) (Guerrien, 2006, p.67).
- Guerrien et Mansy-Dannay, 2006:
- Étude sur le bien-être ressenti par les élèves

- Ambiance non contrôlante
- Contrainte = aucun choix personnel
- Le plaisir n'émerge pas de l'effort contraint, il suppose l'effort librement consenti
- L'absence de contraintes ne doit pas être confondue avec l'absence d'efforts

- Composante sociale du Bien-être
- Composante physique du Bien-être
- Dufour (2007): plaidoyer pour une véritable éducation au bien-être en EPS
- Journées Debeyre
- La concurrence avec d'autres activités explique aussi l'abandon du sport chez les jeunes
- Il est important de satisfaire les besoins qui constituent la base de la motivation intrinsèque!

Conclusion

- Nous ne pouvons pas maîtriser toutes les connaissances et nous ne pouvons pas nous adonner à toutes les activités.
- Quelles sont les différentes compétences dont nous disposons et pourquoi certaines activités plutôt que d'autres nous paraissent propres à les exercer ?
- Y-a-t-il des attitudes devant l'effort transférables d'une activité à l'autre ?
- Nous pouvons faire l'hypothèse qu'apprendre aux élèves à gérer leur orientation motivationnelle constitue un enjeu éducatif majeur pour l'EPS !