

Traduction
Françoise APPY
(04.2010)

Stimuler la réussite par des messages de motivation ¹

Carol S. Dweck ²
(2007)

En tant qu'éducateurs, presque tout ce que nous disons à nos élèves, envoie un message. Certains messages suscitent de la motivation chez les élèves, mais d'autres messages la brisent. Comment savoir ? Le bon sens et l'intuition feront toujours partie d'un bon enseignement, mais ils ne sont pas toujours des guides de confiance. C'est alors que la recherche entre en jeu et nous aide à tester notre bon sens.

Imaginez un élève brillant entrant dans une nouvelle école et se mettant soudain à avoir de mauvaises notes. Ou un élève combattif ayant besoin d'être encouragé. Ou un enfant doué manquant de confiance en lui. Que diraient les enseignants à ces élèves pour susciter leur motivation ? Dans chaque cas, les enseignants peuvent être tentés de saisir les opportunités pour les encourager, les féliciter et les assurer qu'ils sont intelligents. Une enquête auprès des parents a montré que plus de 80 % d'entre eux pensaient qu'il était nécessaire de valoriser l'intelligence de leurs enfants afin de leur donner confiance dans leurs aptitudes et de les motiver à réussir.

Notre recherche montre que cela est faux. Vous allez comprendre pourquoi.

Qui sont les enfants motivés ?

Pendant plus de 30 ans, j'ai étudié la motivation des élèves afin de trouver ce qui se passe chez les élèves motivés. Voici la chose la plus importante que j'ai apprise : les élèves les plus

¹ . Paru dans *Education Canada*, printemps 2007, Canadian Education Association.

Source : http://www.cea-ace.ca/media/en/Boosting_Achievement_Spring07.pdf

² . CAROL S. DWECK est professeur de psychologie à l'université de Stanford (Lewis and Virginia Eaton) et auteur de *Mindset: The New Psychology of Success*, publié récemment chez Random House. Elle est une chercheuse experte dans la motivation des élèves, elle a reçu plusieurs bourses d'études et récompenses pour ses travaux. Ses recherches ont également fait l'objet d'articles dans Time magazine, New York magazine, the New York Times, the Boston Globe, the Washington Post, the Manchester Guardian, et à la BBC.

Une liste de lectures complémentaires de cet article est disponible sur le site du Canadian Education Association (CEA) à cette adresse : www.cea-aca

motivés et les plus déterminés ne sont pas ceux qui pensent posséder une grande intelligence, innée et définitive. Non, les plus motivés et déterminés des élèves sont ceux qui croient que leurs aptitudes peuvent se développer par l'effort et l'apprentissage.

L'intelligence est-elle acquise et immuable ou peut-elle se développer ? Bien qu'il ne s'agisse pas vraiment d'une question en ou/ou, de plus en plus de recherches révèlent que d'importants pans de l'intelligence peuvent être développés, que le cerveau a un beaucoup plus grand potentiel de développement tout au long de la vie, qu'on ne l'avait jamais imaginé. Il est aussi intéressant de savoir qu'Alfred Binet, l'inventeur des tests de QI, croyait profondément que l'intelligence des enfants pouvait être transformée et améliorée par l'éducation. Il a consacré la plupart de sa carrière à développer un curriculum d'enseignement qui y parviendrait. (Le test du QI fut simplement créé pour identifier les enfants à qui le programme ne profitait pas dans les écoles publiques parisiennes, afin qu'il puisse développer d'autres programmes, mieux adaptés.)

La question essentielle portera sur l'importance de ce que les élèves croient à propos de leur propre intelligence.

Dans une étude récente, mes collègues (Lisa Blackwell et Kali Trzeniewski) et moi avons suivi près de 400 étudiants lors de la transition vers la classe de 5^{ème}, moment où les élèves en général sont un peu perdus. À ce moment, les tâches deviennent plus difficiles, la notation est plus rigoureuse, et l'environnement moins personnalisé. Les élèves, en général, font preuve d'une baisse de motivation, accompagnée d'une baisse de leurs notes. Cependant, cela n'a pas été le cas de tous les élèves de notre étude.

Ce sont les élèves qui croyaient en une intelligence statique qui ont le plus mal accompli cette transition - même si, dans le passé, ils avaient bien réussi. Ils ont montré peu de motivation, moins de résilience face aux difficultés, et des notes basses dans les deux années qui ont suivi. Ceux qui croyaient que leur intelligence pouvait se développer ont eu des notes en augmentation pendant la même période. Comment cela s'est-il produit ?

EN BREF

Bien qu'il soit logique de penser que les élèves non motivés, en difficulté ou peu sûrs d'eux pourraient bénéficier d'éloges au sujet de leur intelligence, la recherche le contredit. Les élèves qui croient que leur succès est attribuable à leur intelligence réussissent moins que ceux qui croient qu'ils doivent investir des efforts pour réussir. Les élèves ayant l'attitude ancrée que leur intelligence est à la source de leur rendement adoptent des stratégies pour avoir l'air intelligent – même s'ils apprennent alors moins. Par contre, les élèves animés d'une attitude « de croissance » croient qu'ils peuvent développer leurs habiletés et adoptent des stratégies rehaussant leurs habitudes de travail et accroissant leurs apprentissages. ³

³ . Encart dans l'article en français.

L'esprit statique

Regardons d'abord les élèves qui croient en une intelligence fixe et voyons comment cela limite leur réussite. L'esprit statique fonctionne selon des règles dont la principale est de passer pour intelligent quoi qu'il en coûte. Bien sûr, cela vaut aussi pour la façon d'apprendre.

Par exemple, quand nos élèves de cinquième ont le choix entre apprendre une chose nouvelle et accomplir une tâche qui mettra en évidence leur intelligence, c'est la dernière qu'ils choisissent. Dans une autre étude, nous avons sondé des étudiants à l'université de Hong Kong, élite des universités où tous les cours se font en anglais. Nous avons demandé aux étudiants peu à l'aise en anglais s'ils prendraient des cours pour améliorer leur anglais dans le cas où l'université le leur proposerait. Les étudiants avec un esprit statique n'étaient pas enthousiastes – ils ne voulaient pas se retrouver dans une situation où ils ne passeraient pas pour intelligents. Ils préféreraient mettre leur carrière en péril! (les étudiants avec un esprit dynamique – qui pensaient que leur intelligence pouvaient être développée – étaient bien plus enthousiastes pour ces cours.) Bien sûr, vouloir paraître intelligent peut parfois être motivant, mais l'esprit statique est souvent accompagné de trois règles supplémentaires.

1. Ne pas faire d'erreurs. Les étudiants avec un esprit statique pensent que les erreurs ou les échecs signent leur manque d'intelligence. Nos élèves de cinquième nous ont dit que s'ils avaient une mauvaise note dans un nouveau cours, cela signifiait qu'ils n'étaient pas bons dans la discipline. Ils ont poursuivi en disant qu'ils essaieraient d'abandonner ce cours et ne s'y inscriraient plus jamais. Dans une étude relative à des étudiants préparant médecine à l'université de Columbia, nous avons observé la même chose. Les étudiants avec un esprit fixe pensaient qu'une note décevante mesurerait leur intelligence et que par conséquent leur réussite ne pourrait jamais s'améliorer.

L'IDÉE QUE DE GROS EFFORTS SONT LE SIGNE DE CAPACITÉS LIMITÉES EST L'UNE DES PIRES CROYANCES DES ÉLÈVES. IL EST QUASIMENT IMPOSSIBLE DE FAIRE QUOI QUE CE SOIT SANS UN EFFORT SOUTENU.

Autrement dit, les étudiants avec un esprit fixe croient que s'ils sont intelligents, cela les conduira directement à une performance idéale. Toute chose en deçà renvoie à une insuffisance. C'est pourquoi beaucoup d'étudiants talentueux manquent de confiance en eux. Ce qui nous amène à la règle suivante.

2. Ne pas travailler dur. Nos élèves de cinquième à l'esprit statique pensaient que travailler dur était un signe d'une faible intelligence. « *Pour vous dire la vérité, quand je travaille dur sur mon travail scolaire, cela veut dire que je ne suis pas très intelligent.* » Le degré de difficulté du travail demandé n'a pas d'importance ; leur effort était pour eux le signe d'une intelligence limitée.

C'est précisément pourquoi beaucoup d'étudiants "doués" s'arrêtent de travailler quand l'école devient trop difficile. Jusqu'alors, ils ont été capables de faire leur chemin très facilement. Pour un esprit statique, c'est le signe qu'ils étaient doués. Soudain, ils ne peuvent plus faire ainsi. Ils ont alors un choix à faire : travailler dur et se sentir idiots (et le pire de tout, ne pas être spectaculaire) ou alors ne pas travailler dur et se toujours paraître intelligents. Agir comme si vous pouviez bien faire, mais n'en avez pas la volonté. Cela n'est pas important pour vous, vous n'en avez pas envie.

L'idée selon laquelle les efforts signent de faibles aptitudes est l'une des pires croyances que peuvent avoir les étudiants. Il est quasiment impossible de faire quoi que ce soit sans effort soutenu. C'est pourquoi nous ne devrions pas dire aux élèves à quel point ils sont bons quand ils réalisent quelque chose bien et rapidement. Ils ne doivent pas penser qu'un faible effort est la signature de l'intelligence.

3. Si vous faites des erreurs n'essayez pas de les réparer. Nos élèves de cinquième à l'esprit statique nous ont dit que s'ils ne réussissaient pas une épreuve, ils travailleraient encore moins pour la prochaine et envisageraient sérieusement de tricher. Quelle recette pour la réussite ! En fait, l'esprit statique ne fournit aucune bonne recette pour se remettre d'un échec. Les échecs indiquent un manque d'aptitude, et, dans l'esprit statique, ce manque est permanent, définitif.

Dans une étude, nous avons enregistré les ondes cérébrales des étudiants (EEGs) alors qu'ils effectuaient une tâche très difficile. À quoi les étudiants prêtaient-ils le plus d'attention ? Les ondes ont révélé que ceux qui avaient un esprit statique, étaient intéressés beaucoup par savoir s'ils avaient fait juste ou faux, mais, s'ils avaient fait faux, ils prêtaient peu d'attention à la bonne réponse. Ils n'essayaient pas de corriger leurs erreurs et, par conséquent, réussissaient beaucoup moins bien que les étudiants avec un esprit dynamique, lorsqu'ils devaient faire à nouveau le même genre d'exercice.

Je pense que nous pouvons commencer à comprendre comment un esprit statique peut limiter les apprentissages d'un élève. Avoir l'air intelligent à tout prix. Ne pas faire d'erreurs. Ne pas travailler dur. En cas d'erreur, ne pas essayer de les corriger. Clairement, ce ne sont pas des règles aptes à susciter le développement intellectuel.

L'esprit dynamique

Les élèves avec un esprit dynamique croient que leurs aptitudes peuvent être développées, et ainsi, leur but premier est d'apprendre. « *Il est bien plus important pour moi d'apprendre des choses pendant les cours, qu'il ne l'est d'avoir la meilleure note.* » Bien que ces étudiants prennent aussi à cœur de réussir à l'école, ils mettent plutôt l'accent sur l'apprentissage. Ironiquement, cela les conduit à avoir de meilleures notes.

En d'autres termes, la règle cardinale de l'esprit dynamique est : apprendre ! Et, tout comme l'esprit statique, l'esprit dynamique suit trois règles qui l'aident à atteindre son but.

1. relever des défis. Nous avons souvent offert le choix aux étudiants entre un challenge qui leur permettra d'apprendre et une tâche qui les fera paraître intelligents. Les étudiants avec un esprit dynamique ne veulent pas perdre leur temps à avoir l'air intelligent sur des tâches qui n'offrent rien d'autre. Ils veulent des tâches qui leur permettent d'agrandir leurs aptitudes et leur apprendre de nouvelles choses.

2. Travailler dur. Plutôt que penser que les efforts sapient les aptitudes, nos élèves de cinquième à l'esprit dynamique croyaient que les efforts permettaient les aptitudes: « *Plus vous travaillez dur sur un sujet, mieux vous le maîtriserez.* » Ils ne croyaient pas que l'intelligence innée était la voie royale vers le succès, même pour les génies, et pensaient à juste titre, qu'il faut travailler dur pour réussir.

3. Affronter ses faiblesses et les corriger. Dans toutes les études que nous avons réalisées, les étudiants à l'esprit dynamique sont enthousiastes pour trouver une solution à leurs faiblesses. Ils sont sans doute déçus par une faible réussite, mais ils gèrent cela directement. Nos élèves de cinquième à l'esprit dynamique, après une mauvaise note lors d'un test, nous ont dit qu'ils travailleraient plus dur et essaieraient différentes stratégies d'étude la prochaine fois. Nos étudiants en prépa médecine à l'esprit dynamique se sont remis de mauvais résultats par des stratégies d'apprentissage plus approfondies et plus extensives. Nos jeunes étudiants de l'université de Hong Kong voulaient des cours de remédiation en anglais pour se remettre à niveau dans cette langue. Et les étudiants à l'esprit dynamique dans notre mesure des ondes cérébrales, ont affronté leurs erreurs et ont cherché de nouvelles connaissances pour les rectifier. Clairement, voilà des règles et des pratiques qui promeuvent le développement intellectuel. Que font les enseignants et éducateurs pour encourager un esprit dynamique chez leurs élèves ?

Messages de l'état d'esprit : les louanges

Pour répondre à cette question, revenons sur la question des louanges et des messages qui en découlent. Le sens commun suggère que les élèves non motivés, qui se battent, ou qui manquent de confiance en eux, tirent profit des louanges ; néanmoins, nous redoutons que ce type de louange puisse envoyer un mauvais message. Nous avons peur que féliciter l'intelligence d'un élève, même après un travail bien accompli, lui dise ceci : 1/ je regarde ta performance et je juge l'intelligence qui la sous-tend (message d'esprit statique), et 2/ je me soucie avant tout de ton intelligence d'arrière-plan et c'est ce que je valorise chez toi (message d'esprit statique). Autrement dit, nous craignons que louer l'intelligence mette les élèves dans un état d'esprit statique avec toutes ses vulnérabilités.

Quand nous avons réfléchi aux élèves à l'esprit statique, nous avons pensé à leur attention sur l'effort et les stratégies, et à la manière dont cette attention sur la procédure pourrait leur permettre de rester motivés et efficace face aux échecs. Donc, nous nous sommes demandé si la louange de l'effort ou des stratégies pourrait susciter un esprit dynamique avec toute sa motivation et capacité de résilience.

Nous avons alors mené une recherche pour tester ces idées. Nous avons étudié des élèves de cinquième et des élèves de GS. Nous avons étudié des élèves d'écoles citadines, de banlieues, rurales. Et chaque fois nous sommes arrivés aux mêmes conclusions.

Après que les élèves aient reçu des louanges sur leur intelligence, ils adoptaient un esprit statique. Ils rejetaient les challenges desquels ils auraient pu apprendre, à la place ils préféraient les tâches qui les feraient paraître intelligents. Lorsqu'ils se heurtaient à des difficultés et faisaient des erreurs, ils perdaient confiance en leur intelligence, (ils pensaient qu'ils n'étaient pas intelligents) et finissaient par mal réussir.

NE PAS FAIRE D'ERREUR – LES ENFANTS ADORAIENT LES LOUANGES SUR LEUR INTELLIGENCE. ILS SOURIAIENT ET SEMBLAIENT FIERs D'EUX-MÊMES. CELA FAISAIT CROIRE À L'ÉVALUATEUR QU'IL AVAIT DONNÉ À L'ENFANT QUELQUE CHOSE DE GRANDE VALEUR. MAIS NOS DÉCOUVERTES NOUS RACONTENT UNE TOUT AUTRE HISTOIRE.

Les élèves qui étaient encouragés pour leurs efforts entraient dans un esprit dynamique. Ils voulaient des défis, gardaient leur confiance et trouvaient du plaisir face à une difficulté ; ils finissaient par mieux réussir, même si la tâche était celle d'un test de QI.

Il y a eu également une autre découverte très surprenante. Les élèves qui étaient encouragés pour leur intelligence, par la suite mentaient sur leurs scores. Cela signifie que les erreurs étaient pour eux si humiliantes qu'ils ne pouvaient pas les avouer.

Ne pas faire d'erreur – les enfants adoraient les louanges sur leur intelligence. Ils souriaient et semblaient fiers d'eux-mêmes. Cela faisait croire à l'évaluateur qu'il avait donné à l'enfant quelque chose de grande valeur. Mais nos découvertes nous racontent une tout autre histoire. Ce sont les louanges sur les efforts - qui peuvent être des stratégies, de la concentration, des choix, de la persévérance – qui les ont aidés à rester motivés, confiants, et efficaces (pour les idées sur les manières de donner des encouragements sur les procédures, voir mon livre *Mindset*).

Peut-on enseigner directement l'esprit dynamique ?

Les programmes pour l'acquisition d'un esprit dynamique stimulent la réussite

Trois études récentes (par Joshua Aronson, by Catherine Good, et par mon groupe) ont montré qu'enseigner un esprit dynamique aux élèves suscite une motivation accrue, de meilleures notes, des scores de réussite plus élevés. Dans une série de sessions, on enseignait aux étudiants que leurs cerveaux formaient de nouvelles connexions à chaque apprentissage, et qu'ainsi chaque fois, ils devenaient plus intelligents. Les élèves étaient très excités par cette idée selon laquelle ils avaient une influence sur leur propre cerveau. On leur montrait aussi comment appliquer cette idée à leur travail scolaire. Qu'ils soient au collège ou dans une université prestigieuse, ceux qui ont reçu ce message ont dépassé les élèves du groupe de contrôle dans leurs résultats (même quand les élèves du groupe de contrôle ont reçu d'excellents entraînements dans l'étude des sujets concernés). On note aussi un meilleur investissement dans l'apprentissage, et les enseignants relèvent d'importants changements dans le désir de ces élèves de travailler dur et d'apprendre.

Ces bénéfices sont spécialement importants pour les élèves sujets à des stéréotypes négatifs – les filles et les maths ou les élèves afro américains. Les effets des stéréotypes étaient réduits quand les élèves croyaient que leurs aptitudes pouvaient être développées. Par exemple, dans une étude, l'écart en mathématiques entre filles et garçons, fut grandement réduit quand on enseigna aux filles un esprit dynamique.

CONCLUSION

Beaucoup d'enseignants constatent chaque année les preuves de l'existence de l'esprit statique. Les élèves qui commencent en tête de classe finissent en tête, et les élèves qui commencent en queue de classe finissent là où ils ont commencé. Les recherches effectuées par Falko Rheinberg montrent que quand les enseignants croient en l'esprit statique, c'est exactement ce qui se produit. C'est une prophétie qui s'accomplit. Cependant, quand les enseignants ont un esprit dynamique, beaucoup d'élèves qui ont commencé très bas dans la classe, s'épanouissent au cours de l'année et rejoignent les élèves les plus performants.

Comme éducateurs, nous voulons que tous nos élèves profitent de nos efforts. Un esprit dynamique – le nôtre et le leur – aide les élèves à aller vers les apprentissages, à les aimer, et à apprendre efficacement.

Mesurer l'esprit des élèves (pour des élèves de 10 ans et plus)

Lire chaque phrase ci-dessous et entourer le numéro qui vous convient. Il n'y a ni réponse juste ni réponse fausse.

1. Vous possédez une certaine quantité d'intelligence, et vous ne pouvez rien y changer. *					
Tout-à-fait d'accord	1	D'accord	2	D'accord en partie	3
Pas d'accord en partie	4	Pas d'accord	5	En fort désaccord	6
2. Votre intelligence est une chose sur laquelle vous avez peu de pouvoir. *					
Tout-à-fait d'accord	1	D'accord	2	D'accord en partie	3
Pas d'accord en partie	4	Pas d'accord	5	En fort désaccord	6
3. Vous pouvez apprendre de nouvelles choses, mais vous ne pouvez pas vraiment changer votre intelligence de base.*					
Tout-à-fait d'accord	1	D'accord	2	D'accord en partie	3
Pas d'accord en partie	4	Pas d'accord	5	En fort désaccord	6
4. Peu importe qui vous êtes, vous pouvez modifier de manière importante votre intelligence.					
Tout-à-fait d'accord	1	D'accord	2	D'accord en partie	3
Pas d'accord en partie	4	Pas d'accord	5	En fort désaccord	6
5. Vous pouvez toujours changer grandement votre intelligence.					
Tout-à-fait d'accord	1	D'accord	2	D'accord en partie	3
Pas d'accord en partie	4	Pas d'accord	5	En fort désaccord	6
6. Peu importe votre intelligence, vous pouvez toujours la changer de manière conséquente.					
Tout-à-fait d'accord	1	D'accord	2	D'accord en partie	3
Pas d'accord en partie	4	Pas d'accord	5	En fort désaccord	6

* Ces 3 items peuvent être utilisés tout seuls

LECTURES SUR LA MOTIVATION ET LES THÉORIES DE L'INTELLIGENCE

- Aronson, J., Fried, C., & Good, C.** (2002). Reducing the effects of stereotype threat on African American college students by shaping theories of intelligence. *Journal of Experimental Social Psychology*, 38, 113-125.
- Blackwell, L.S., Trzesniewski, K., & Dweck** (2007). Implicit theories of intelligence predict achievement across an adolescent transition: A longitudinal study and an intervention. *Child Development*, 78, 246-263.
- Dweck, C.S.** (1999). *Self-theories: Their role in motivation, personality, and development*. Philadelphia: Psychology Press.
- Dweck, C.S.** (2006). *Mindset*. New York: Random House.
- Good, C., Aronson, J., & Inzlicht, M.** (2003). Improving adolescents' standardized test performance: An intervention to reduce the effects of stereotype threat. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 24, 645-662.
- Mangels, J. A., Butterfield, B., Lamb, J., Good, C.D., & Dweck, C.S.** (2006). Why do beliefs about intelligence influence learning success? A social-cognitive-neuroscience model. *Social, Cognitive, and Affective Neuroscience*, 1, 75-86.
- Mueller, C. M., & Dweck, C. S.** (1998). Intelligence praise can undermine motivation and performance. *Journal of Personality and Social Psychology*, 75, 33-52.
- Sternberg, R.J.** (2005). Intelligence. In A. Elliot & C.S. Dweck (Eds.), *The handbook of competence and motivation*. New York: Guilford Press.