

MOOC

Psychologie pour les enseignants

Franck Ramus

Joëlle Proust

Jean-François Parmentier

FUN MOOC

SEMAINE 3

by Natacha C.

@CardieReunion

RÉGULATION DU COMPORTEMENT



- ▶ Le comportement humain est influencé par les **RÉCOMPENSES** et les **PUNITIONS**, même s'il est complexe.
- ▶ Modèle **ACC** du comportement :



→ La probabilité qu'un comportement survienne dépend à la fois des antécédents et des conséquences.

DÉFINITIONS

1. COMPORTEMENT

▶ Le **COMPORTEMENT** est l'ensemble des réactions observables chez l'individu

↳ Les comportements ont, dans une large mesure, été appris



(*) Cela peut être par observation, imitation, mais aussi par les conséquences répétées.

Ainsi, bien des comportements **INDÉSIRABLES** ont été appris car ils sont suivis de **CONSEQUENCES POSITIVES**



Heureusement, il peut être désappris!

(*) Plus besoin de le nommer, tout le monde le reconnaît!

↳ Tous les comportements ont une **fonction** qui n'est pas toujours facilement identifiable

- ▶ Eviter quelque chose
- ▶ Obtenir quelque chose



Perso, c'est les deux : j'évite de me lever et j'obtiens une grasse matinée!

Pour modifier un comportement, il faut jouer sur antécédents et conséquences.

CQFD

2. ANTECEDENT

Les antécédents sont tout ce qui précède immédiatement un comportement.

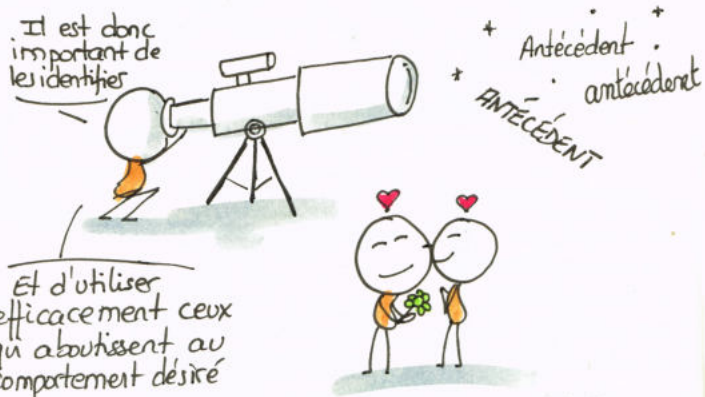


En classe, cela peut être la consigne, mais aussi une intonation ou une simple expression faciale...



➔ Les antécédents déclenchent un comportement, ou le facilitent ou diminuent sa probabilité d'apparition.

Il est donc important de les identifier



Et d'utiliser efficacement ceux qui aboutissent au comportement désiré

3. CONSEQUENCE

Les conséquences sont tout ce qui se passe après un comportement (immédiatement après)

Il y a 3 types de conséquences:

- les conséquences positives ($\hat{=}$ récompenses)
- les conséquences négatives ($\hat{=}$ punitions)
- l'absence de récompense \emptyset



➔ Quelques EXEMPLES de

RÉCOMPENSES

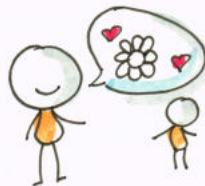
nourriture ➔



➔ biens matériels, argent



➔ Récompenses sociales :
affection, compliments,
sourire, attention, popularité,
reconnaissance, ...



Tu n'auras pas à sortir la poubelle
➔ Éviter quelque chose de désagréable

TOUTE RÉCOMPENSE
AUGMENTE la
probabilité d'un
comportement

renforcement positif

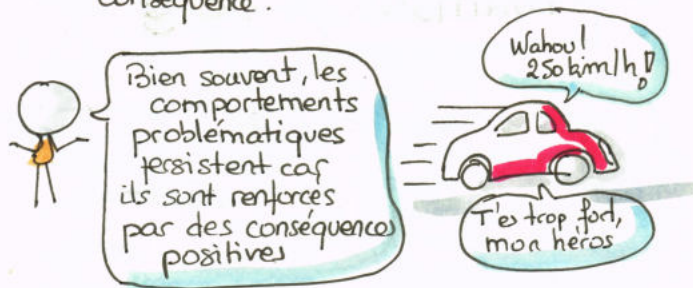


Ga, c'est pas rentrer dans l'oreille d'un sourd!

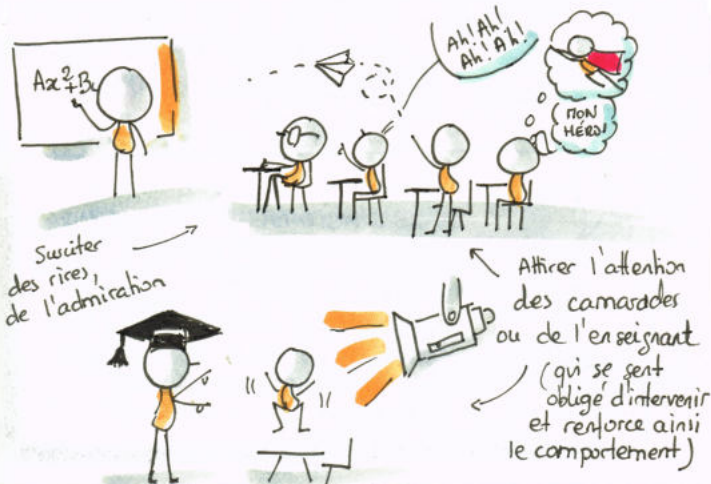
PUNITIONS



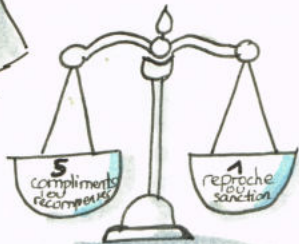
→ L'absence de récompense et en soi une conséquence.



→ En classe, voici quelques exemples de renforcement possible de comportement problématique

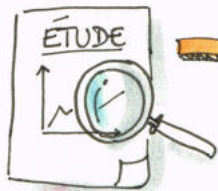


LES LIMITES DES PUNITIONS



L'effet d'un reproche ou d'une sanction est si délétère qu'il faut 5 compliments ou récompenses pour le COMPENSER !

En classe, c'est la même chose !



Plus le rapport entre les compliments et les reproches augmente, plus les élèves sont concentrés et plus les comportements perturbateurs diminuent



IL NE S'AGIT PAS D'ÉLIMINER TOTALEMENT LES RÉPRÉHENSIBLES, QUI SONT NÉCESSAIRES, À CONDITION D'ARRIVER DANS UN CONTEXTE GLOBALEMENT POSITIF, RASSURANT, MOTIVANT, ET DANS LEQUEL LES BONS COMPORTEMENTS SONT RECONNUS ET VALORISÉS

QUELQUES EFFETS PERVERS DES PUNITIONS



Les punitions (ou menaces de punition) sont sources de souffrance immédiates et d'émotions négatives : peur, anxiété, stress...

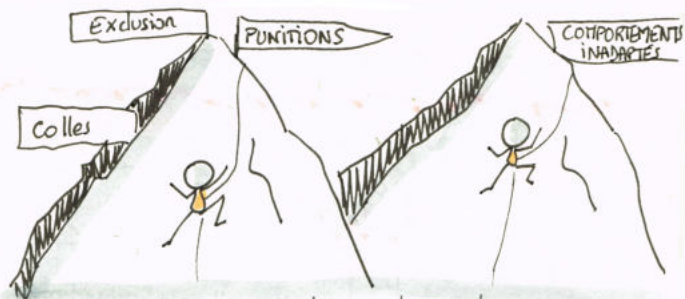
Les punitions engendrent des comportements indésirables



La potion a des effets permanents chez moi : je suis tombée de haut quand j'étais petit



Pour moi c'est presque pareil, mais à l'envers : j'ai tellement eu de punitions, que ça ne me fait plus aucun effet !



L'escalade des sanctions n'apporte aucune solution, ni à l'élève, ni à l'institution

↳ les exclusions (summun de l'escalade des sanctions) sont des **AVEUX D'ÉCHEC**



J'arrive !
J'ai échoué !

Pourtant les punitions **SONT EFFICACES !**



Erreur ! C'est une **ILLUSION !**
C'est parce que les punitions sont efficaces à court-terme mais à moyen ou long-terme, le comportement a de fortes chances de réapparaître...

POURQUOI LES PUNITIONS SONT-ELLES **INEFFICACES** ?

J'aimerais bien le savoir !



▶ Erreur d'attribution



Tu copieras 100 fois :
"Je ne mets pas de punaise sur la chaise du professeur !"



C'est pas moi qui ai eu l'idée en premier. Ce prof ne m'aime pas. Je le déteste, et son collège avec !

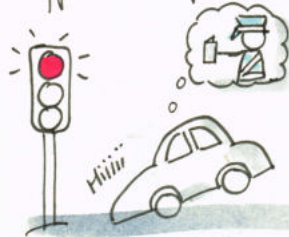
▶ Désensibilisation en cas de punitions répétées

SEANCE DE **DESENSIBILISATION**

perfusion de punitions



▶ Les recherches montrent que les adolescents apprennent plus des récompenses que des punitions



L'adulte apprend, aussi des punitions



L'adolescent, beaucoup moins...

▶ Les punitions n'informent pas sur le comportement désiré



On n'a pas ce comportement en magasin!

Plutôt que de punir les comportements indésirables, en espérant les faire disparaître, mieux vaut les remplacer par des comportements plus adaptés en les valorisant, les encourageant



Attention aussi au biais de négativité!

BIEN EXPLOITER LES ANTÉCÉDENTS

→ Notre comportement est influencé en permanence par des antécédents, parfois de façon quasi automatique.



→ QUELQUES EXEMPLES D'ANTÉCÉDENTS QUI FAVORISENT LES COMPORTEMENTS DÉSIRÉS

Être poli, chaleureux, calme, sourire...

S'il te plaît, veux-tu bien ranger tes jouets?

Tu peux aussi d'abord aller te doucher, puis ranger tes jouets...

Être physiquement proche, rassurant

offrir des choix

Je peux t'aider à commencer si tu le souhaites

lancer des défis réalisables

C'est plutôt les grands qui savent ranger tout seuls... Je ne sais pas si tu y arrivera...



Un **BON CLIMAT** de classe où les élèves se sentent en sécurité, soutenus, encouragés, respectés place les élèves dans un état d'esprit d'antécédent **FAVORABLE**

→ Une stratégie? "L'accueil positif à la porte" pour établir une connexion positive et individuelle avec chaque élève



MODIFIER LES COMPORTEMENTS



3 RECOMMANDATIONS :

- Expliciter le comportement attendu



- Entraîner le comportement : savoir n'est pas la même chose qu'agir

- Décomposer le comportement, surtout s'il est complexe, en plusieurs séquences.



3 MOYENS D'INDUIRE ET RENFORCER UN NOUVEAU COMPORTEMENT

- Le renforcement direct



- Le modelage : il s'agit d'imaginer un chemin entre le comportement actuel et celui désiré.



- ① Flipper est récompensé lorsqu'il passe par hasard au-dessus d'une ligne au fond de la piscine.



- ② Flipper est davantage récompensé lorsqu'il passe dans le cerceau, même sous l'eau.

→ Le modelage est le renforcement des approximations successives d'un comportement

► Enfin, les simulations sont utiles pour :

- les comportements qui ne se produisent jamais
- les comportements en réaction à des situations rares ou dangereuses

↳



Exemple : les exercices d'évacuation.

À RETENIR

sur la modification des comportements

- 1 Remplacer les comportements indésirables par des comportements opposés positifs.
- 2 Formuler de façon très précise et explicite ces opposés positifs.
- 3 Entraîner le comportement désiré en le renforçant positivement.



Plutôt que de te bagarrer avec tout le monde, va frapper le punching-ball quand tu es énervée!



Brawo! quel talent!
Ce punching-ball n'a qu'à bien se tenir!