

Formation PP & Motivation

Introduction rapide à la psychologie positive

Des élèves motivés : une fake news ?

En attendant, vous pouvez télécharger l'application Mentimeter sur votre smartphone
ou
vous connecter sur www.menti.com

Samuel Collaud / 23 novembre 2022

FOCUSPOSITIF.CH

AREPP

Association Romande
d'Education et de Psychologie
Positives

menti



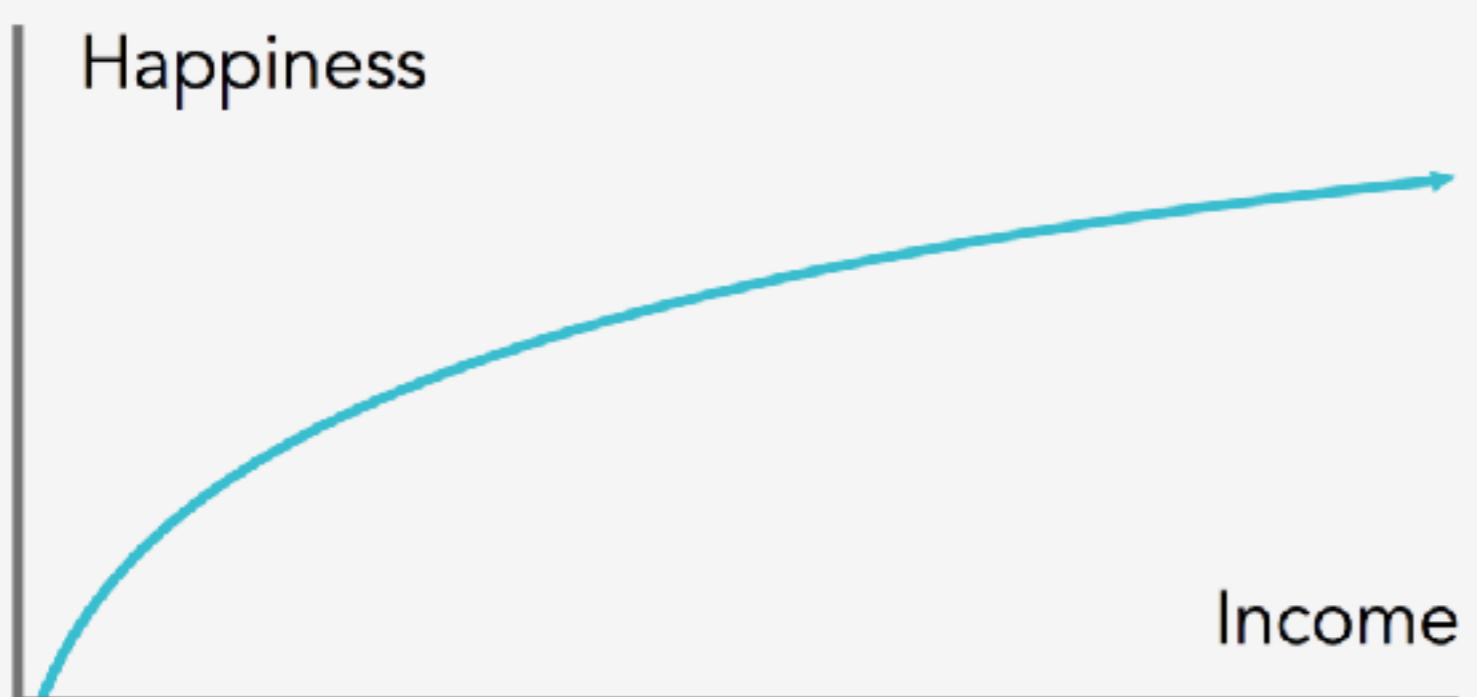
Pensée positive



apiphobia PHONOLOGICAL DISORDER **OCD** PSYCHOSIS
sleep terror **pyromania** HERPETOPHOBIA aquaphobia
relational disorder **bibliomania**
insomnia **depression** HEDONOPHOBIA
neurocysticercosis **dysthemia** narcolepsy
social anxiety disorder **EROTOMANIA** Munchausen Syndrome by Proxy
zoophobia **pathological gambling** histrionic encopresis
MANIC EPISODE **ADHD**
dissociative identity **anorexia** orthorexia entomophobia DENIAL
hypomania **anosognosia** FRIGOPHOBIA Tardive dyskinesia
oppositional defiant disorder Geschwind syndrome PHASMOPHOBIA
hypochondriasis
panic NEOPHOBIA **persecutory delusion** sleep paralysis
hypersomnia stereotypic movement disorder TOMOPHOBIA
mental disorder arachnophobia denial
Fregoli delusion ophidiophobia **mathematics disorder** HAPHEPHOBIA Capgras syndrome
ALGOPHOBIA somatization **catatonia** ruminantion syndrome binge eating disorder
catatonia SHARED PSYCHOTIC DISORDER **bulimia** trichotillomania **acrophobia**
selective mutism **antegrade amnesia**
dementia Couvade syndrome **conversion**
parasomnia panic disorder PAIN DISORDER
NECROPHOBIA triskaidekaphobia insomnia
exhibitionism Stockholm syndrome **anxiety** chiroptrophobia
PICA hemophobia **misophonia** RADIOPHOBIA neurasthenia
OCD **addiction** pseudologia fantastica De Cierambault syndrome
lacunar amnesia **nyctophobia** ANOREXIA NERVOSA PORNOPHOBIA
nightmare disorder **schizophrenia** myrmecophobia
cyclothymia **avoidant personality** dyspraxia
PDD-NOS PARTIALISM HALLUCINATION
Othello syndrome grandiose delusions depersonalization fugue state
DENIAL transient tick disorder **schizophrenia**
nihilophobia
ornithophobia mixed episode seasonal affective disorder
antisocial personality kleptomania **PTSD** GLOBOPHOBIA
astrophobia EDNOS psychalgia **oneirophrenia** exercise bulimia
OCD Cotard delusion MALINGERING Ganser disorder
BULIMIA NERVOSA **claustrophobia** PICA
alcohol abuse **solastalgia** fairphobia
cermatillomania HOPLOPHOBIA

1998





Kahneman, D., Diener, E., & Schwarz, N. (Eds.). (1999)



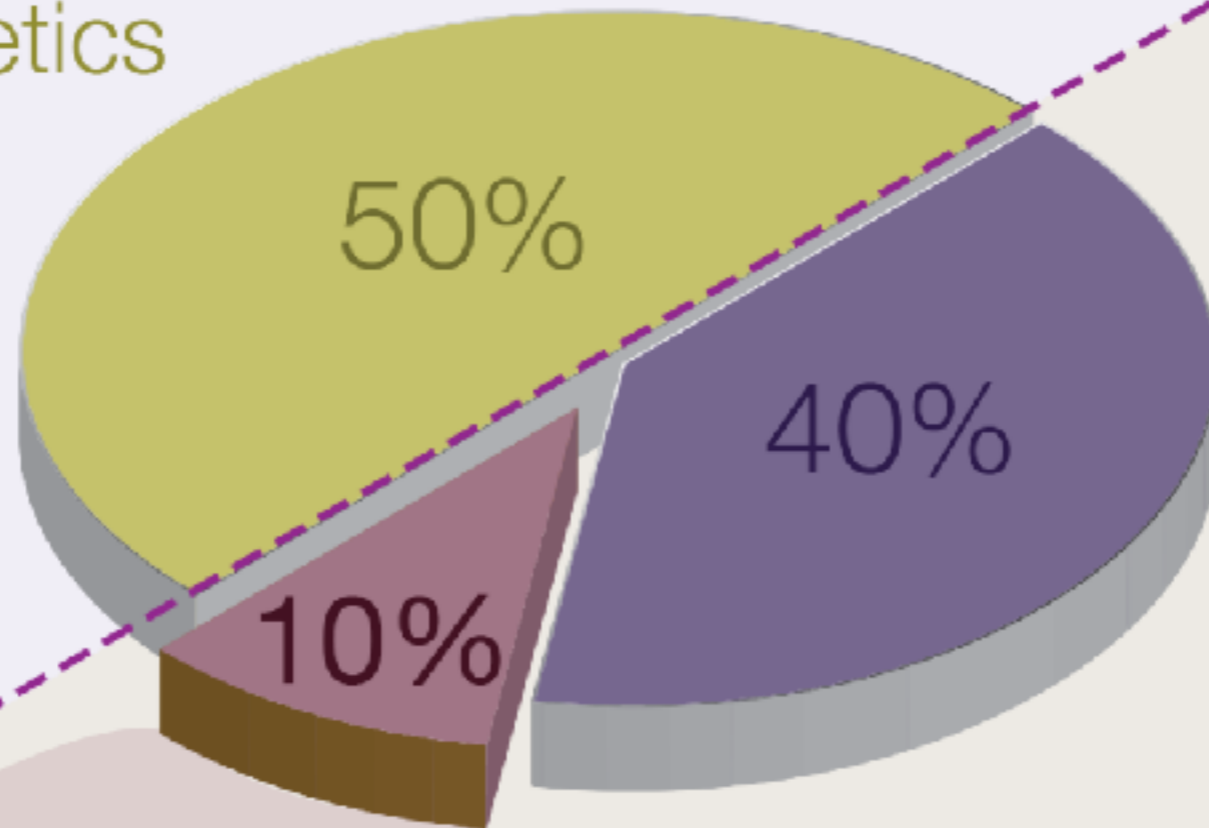
HAPPINESS

by Anna Vital

depends on your



genetics



cannot control
can control



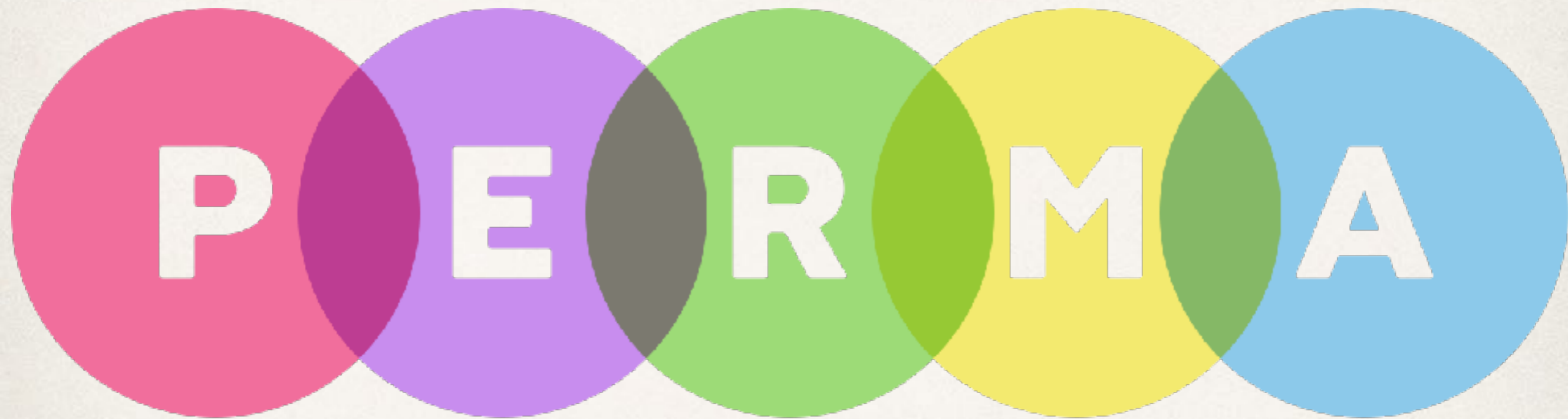
internal
state of mind

circumstances



Funders and Founders

source: Sonja Lyubomirsky "The How of Happiness",
Penguin Books



**Positive
Emotions**

Engagement

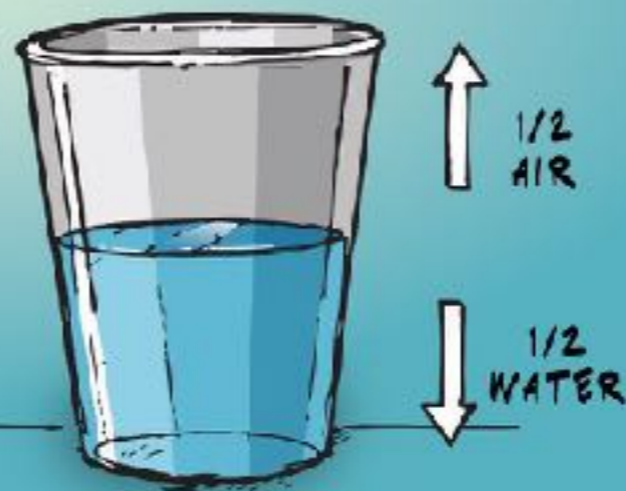
**Positive
Relationships**

Meaning

Accomplishment

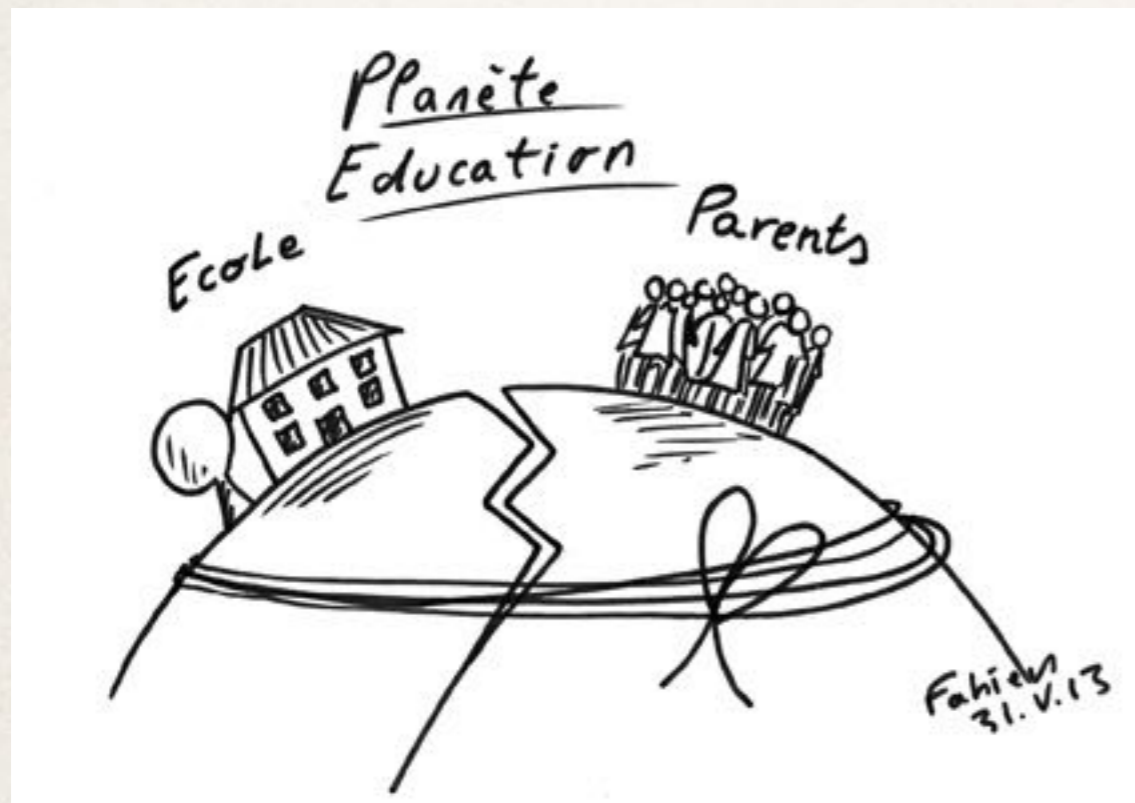


**THE GLASS IS
ALWAYS FULL,
SO IS LIFE!
YOU JUST NEED
THE RIGHT VISION.**



Psychologie positive - définition

L'étude scientifique des conditions et des processus qui contribuent à l'épanouissement et au fonctionnement optimal des individus, des groupes et des institutions.



Gable & Haidt, 2005

Objet d'application # 1

John Gottman

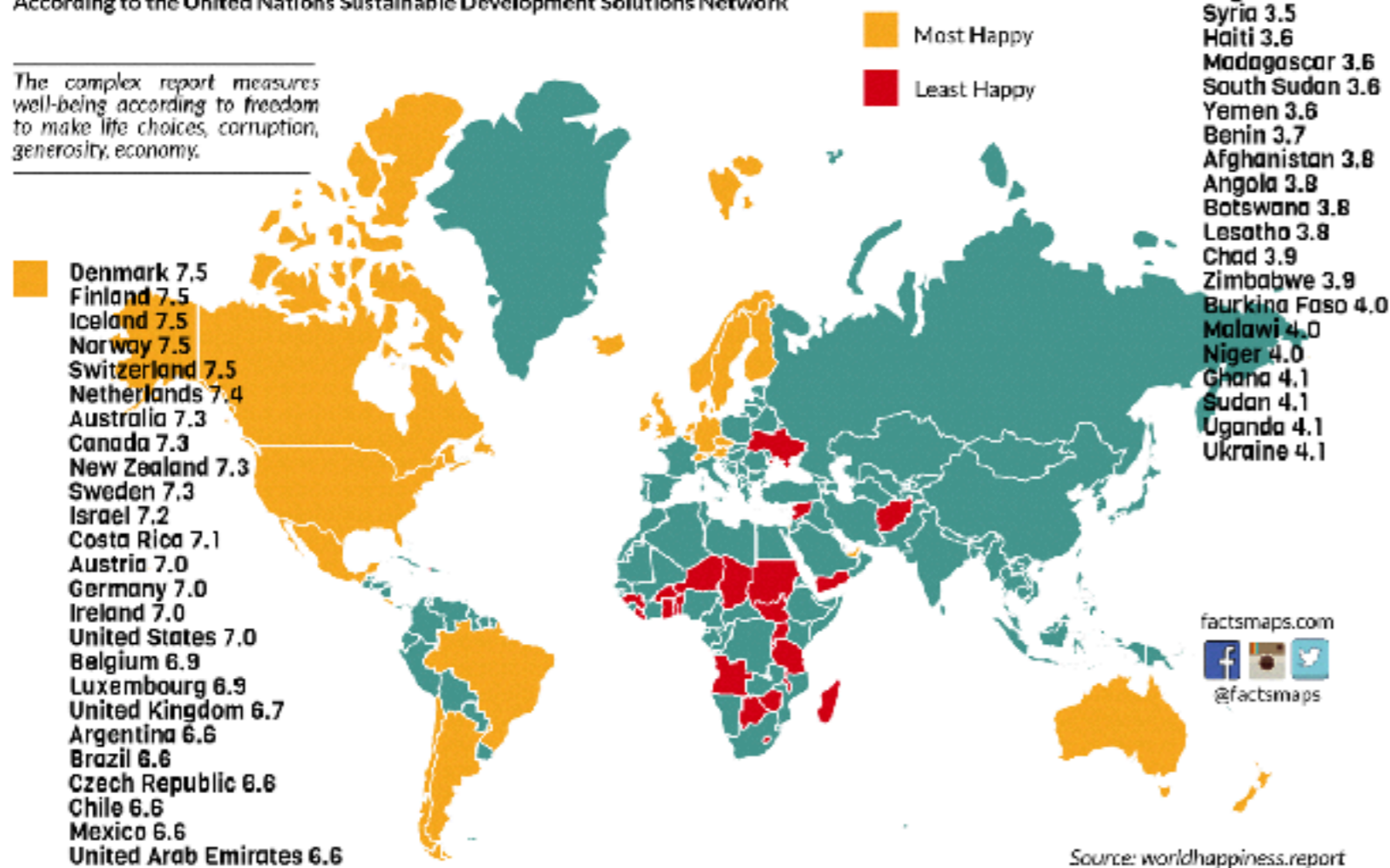


Objet d'application #2

The 25 most and least happy countries in the world (2017)

According to the United Nations Sustainable Development Solutions Network

The complex report measures well-being according to freedom to make life choices, corruption, generosity, economy.



Source: worldhappiness.report



Objet d'application #3



Éducation positive
Discipline positive
Parentalité positive

Psychologie cognitive
Neurosciences
Psychologie sociale du développement

Le test du marshmallow



PNL
Gestion mentale
Brain Gym

...



Et encore...

- ❖ Le bonheur pour le plus grand nombre
- ❖ Le bonheur durable
- ❖ Optimisme
- ❖ Les compétences psycho-sociales
- ❖ Mindfulness
- ❖ La psychothérapie positive
- ❖ Résilience



Liste d'experts en psychologie positive

- ❖ Rebecca Shankland
- ❖ Jacques Lecomte
- ❖ Damien Tessier
- ❖ Jean Cottraux
- ❖ Thierry Nadisic
- ❖ Chaîne Youtube Fil Good
- ❖ Martin Seligman
- ❖ Steven Pinker
- ❖ Mihaly Csikszentmihalyi
- ❖ Barbara Fredrickson
- ❖ Edward Deci
- ❖ John Gottman

Podcast psychologie positive Rhône FM

- ❖ La psychologie positive - introduction
- ❖ La psychologie positive du monde
- ❖ L'éducation positive
- ❖ Les émotions
- ❖ La gratitude
- ❖ Les couples heureux
- ❖ La psychologie positive à l'école

menti

Motivation

Conférence



23 novembre 2022 - Nyon - Samuel Collaud

Mobilisation VS Motivation

Savoir VS Apprendre

- Comprendre les données
 - Appliquer des procédures
 - Phases de tâtonnement
- >>> Ça demande de l'effort cognitif

La motivation permet cet effort.

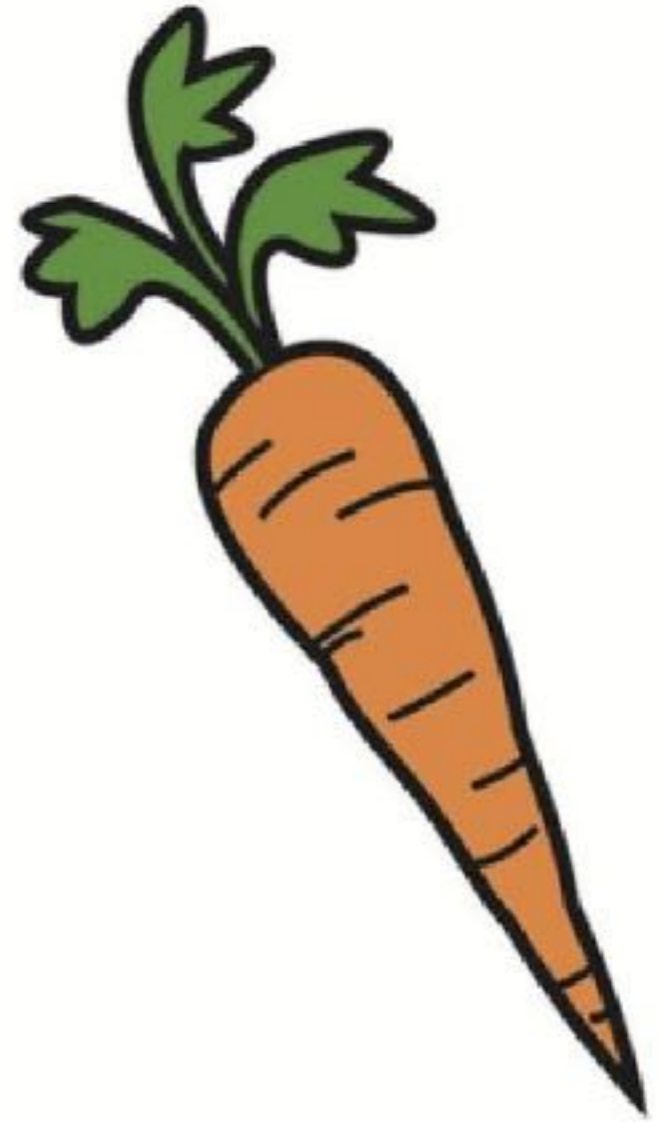
Les croyances permettent de savoir sans comprendre



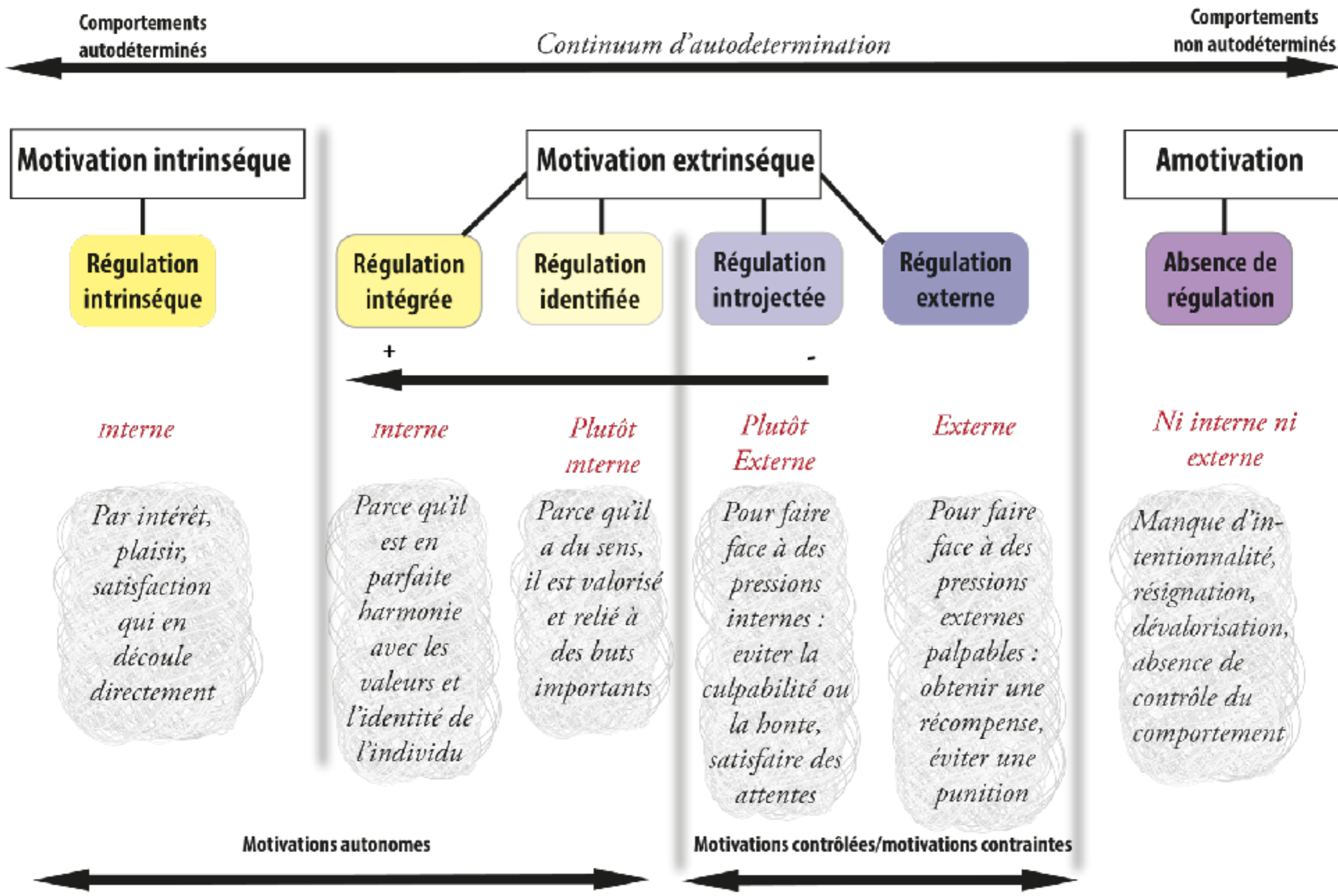
Menti



>



Motivation
intrinsèque



TAXONOMIE ET CARACTÉRISTIQUES PRINCIPALES DE LA MOTIVATION SELON LA TIO
(Théorie de l'intégration Organismique, mini-théorie incluse dans la TAD)

Vos retour

- ❖ Je récompense les bons comportements > Motivation extrinsèque régulation externe
- ❖ Après 10 coches de bons comportements selon défi ou objectif fixé par l'élève : remarque WAW dans agenda pour parents > Motivation extrinsèque introjectée plutôt externe ("il reste des élèves en MI et en AM")





3 besoins fondamentaux

Besoin d'autonomie

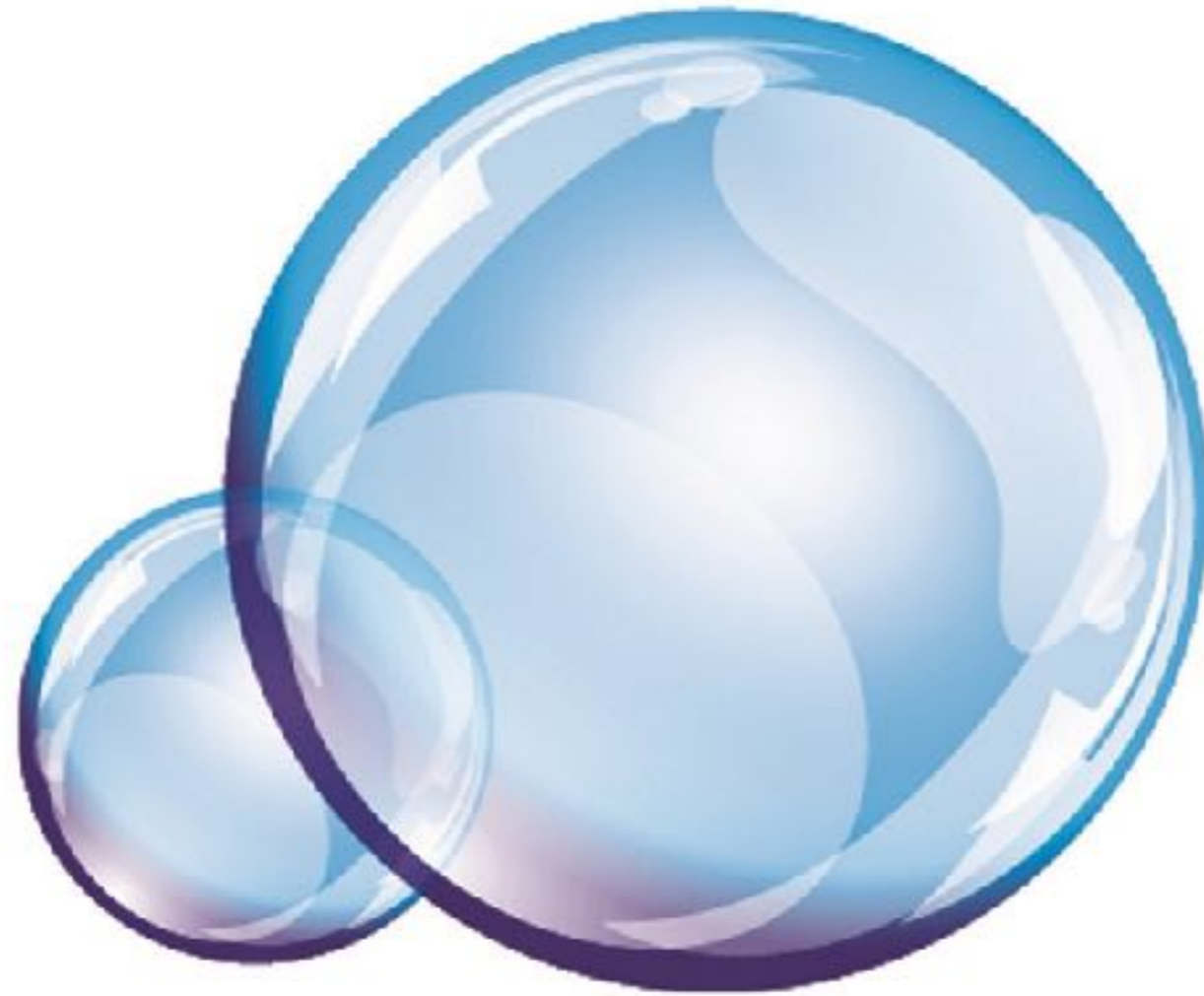
Besoin de compétence

Besoin de proximité sociale

Besoin d'autonomie

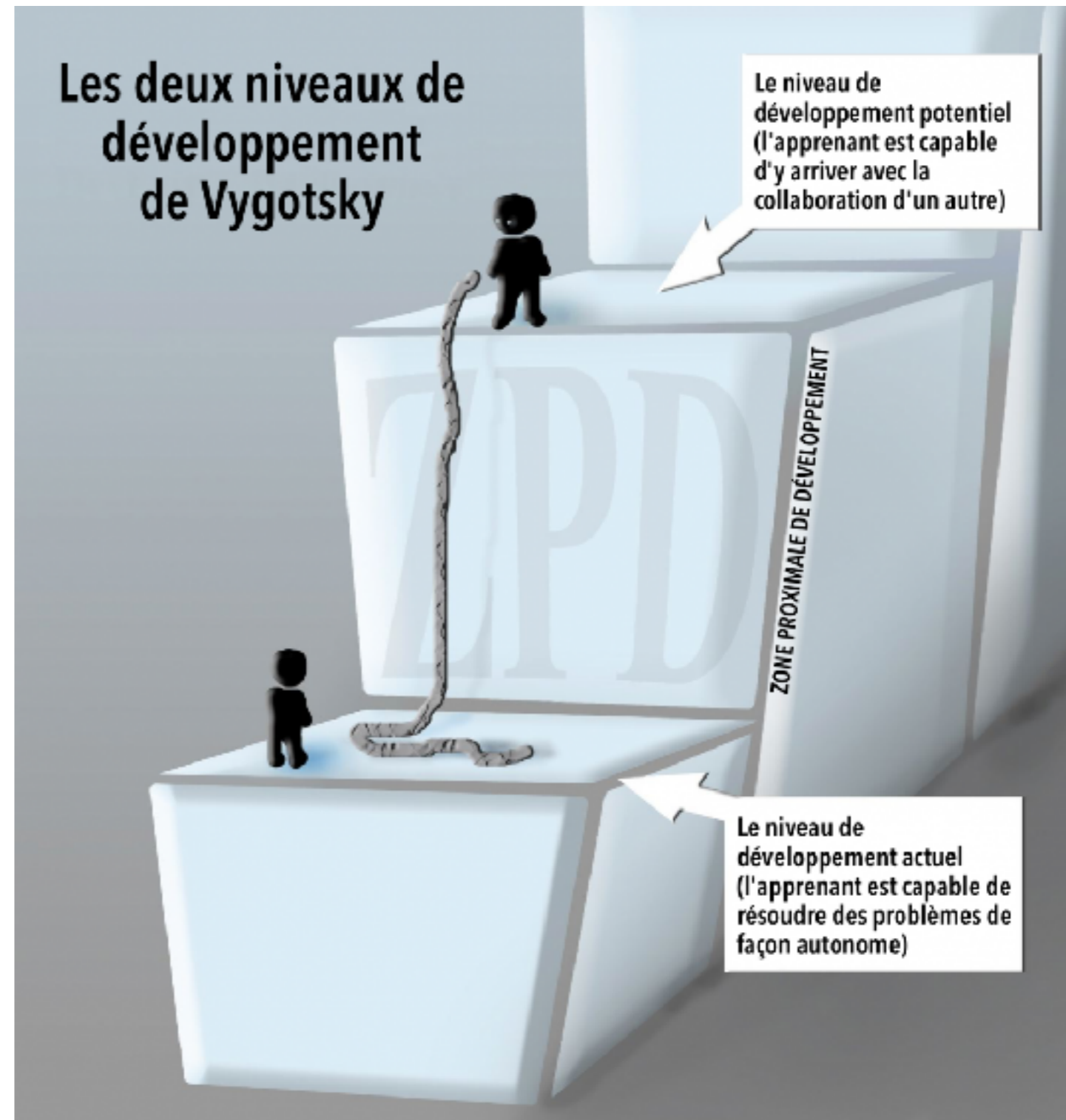
- Pouvoir faire de vrais choix
- Avoir son mot à dire
- Pouvoir prendre des initiatives

Autonomie VS Liberté



Besoin de compétence

- Penser qu'on peut réussir
- Ce qui mobilise ou améliore nos capacités nous intéresse
- Recevoir des feedbacks efficaces (cf feedbacks 3 phases)
- Connaître l'objectif
- ZPD Vygotsky



Le retour d'information

Source : 4 piliers de l'apprentissage / S. Dehaene



Bilan de ta journée
ma fille :
174 chutes
8 mètres de marche
Note obtenue : 4.1

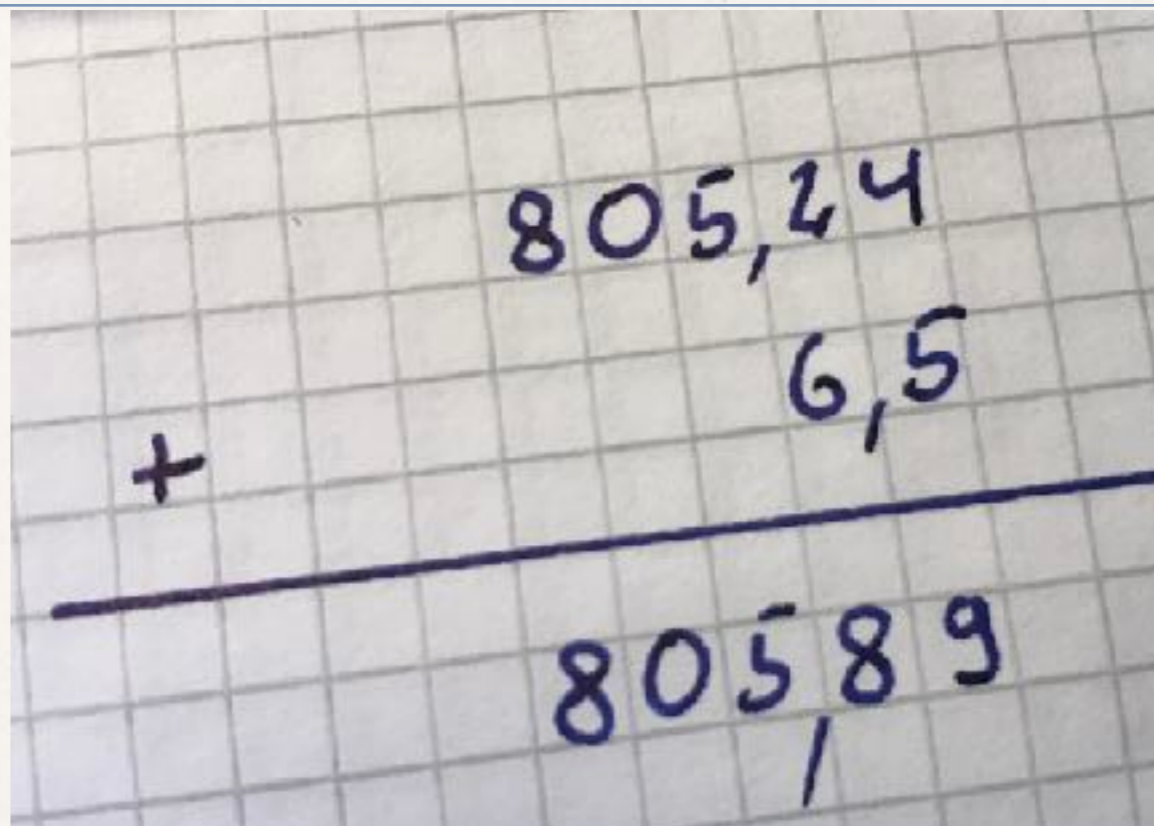
Le retour d'information

A

B

Le retour d'information

- ❖ Pas de jugement
- ❖ Immédiat
- ❖ Pas besoin de faire découvrir l'erreur
- ❖ Montre le chemin à prendre pour réussir seul



A photograph of a handwritten addition on grid paper. The numbers 805,24 and 6,5 are written above a horizontal line. Below the line, the sum 805,89 is written. A small vertical tick mark is placed under the 9 in the sum, indicating a correction or a specific point of interest.

$$\begin{array}{r} 805,24 \\ + 6,5 \\ \hline 805,89 \end{array}$$

❖ immédiat VS

❖ 3 phases :

❖ 1. Rappel du but + succès + erreurs VS *“trouver l’erreur par soi-même”*

❖ 2. On montre le chemin.

❖ 3. On l’aide à prendre ce chemin tout seul (autorégulation) - en s’arrêtant

❖ Accompagnement VS contrôles et corrections

❖ Non jugement



Le petit Walt a écrit :



CES GENTILS PROFES ÉCOUTES AVEC ATTENTION.

Sujet de la leçon : les accords

1. Buts, succès, erreurs
2. Chemin pour faire juste
3. Autorégulation, quand s'arrêter et réfléchir

Besoin de proximité social

- Être connecté avec les autres
- Être respecté par les autres
- Travaux de groupe encadrés



Vos retour

- ❖ Humour en classe

Proverbe du jour

A dolphin is shown leaping from the water, its body arched in mid-air. The background is a deep blue night sky with a large, bright full moon and several stars. The water below is dark blue with some white foam from the dolphin's splash.

**L'enseignant ne motive pas ses élèves.
Il ne peut que créer les conditions pour
faire émerger une motivation de
qualité, la plus autodéterminée
possible, soutenant les trois besoins
fondamentaux.**

EVALUATION FORMATIVE

(FRANCAIS)

< OU >

1. Quel sont les (sept) exeptions qui prennent un X
au pluriel ?
bijou-caillou-cher-joujou-hibou

2. Biffe l'intru.
A : hibou-pou-clou-chou
B : joujou-bisou-sou-trou

3. Mets ces mots au pluriel.
Genou _____
pou _____
bisou _____

4. Entoure les mots qui prennent un X !
bambou-chou-bijou-cou-pou-caillou
kangourou-hibou-sou-genou
généralement les noms
lier prennent

L'engagement actif

Source : 4 piliers de l'apprentissage / S. Dehaene





Mentimeter



Outils numériques



Plickers is a powerfully simple tool that lets teachers collect real-time formative assessment data without the need for student devices



Plickers démo pour QCMCam

20 of 26

"Devenir", tu, passé simple

A

Tu devins

B

Tu devenas

C

Tu devinas

SUBMIT ANSWER

Mastery Connect

Socrative

The image shows five people in silhouette jumping joyfully on a beach. They are positioned in a line across the middle of the frame. The background is a dramatic sky at sunset or sunrise, with dark, heavy clouds and a bright, glowing horizon. The beach is visible in the foreground, and the water in the background reflects the sky and the people. The overall mood is one of celebration and achievement.

Encore 2 astuces faciles

**...et pour les enseignants
ennuyants :**

+ 20%

Vos retours

- ❖ Quand les élèves ne parlent pas la langue du cours, ils doivent aller chercher dehors ce qu'elles ont oublié. Elles ne comprennent pas tout de suite, puis réalisent avec le sourire qu'il faut revenir avec la valise (virtuelle) de la langue en question.



Évaluations sommatives

“Test”

La consolidation

Force de stockage

>>> Cette phase d'encodage est valorisée à l'école.

VS

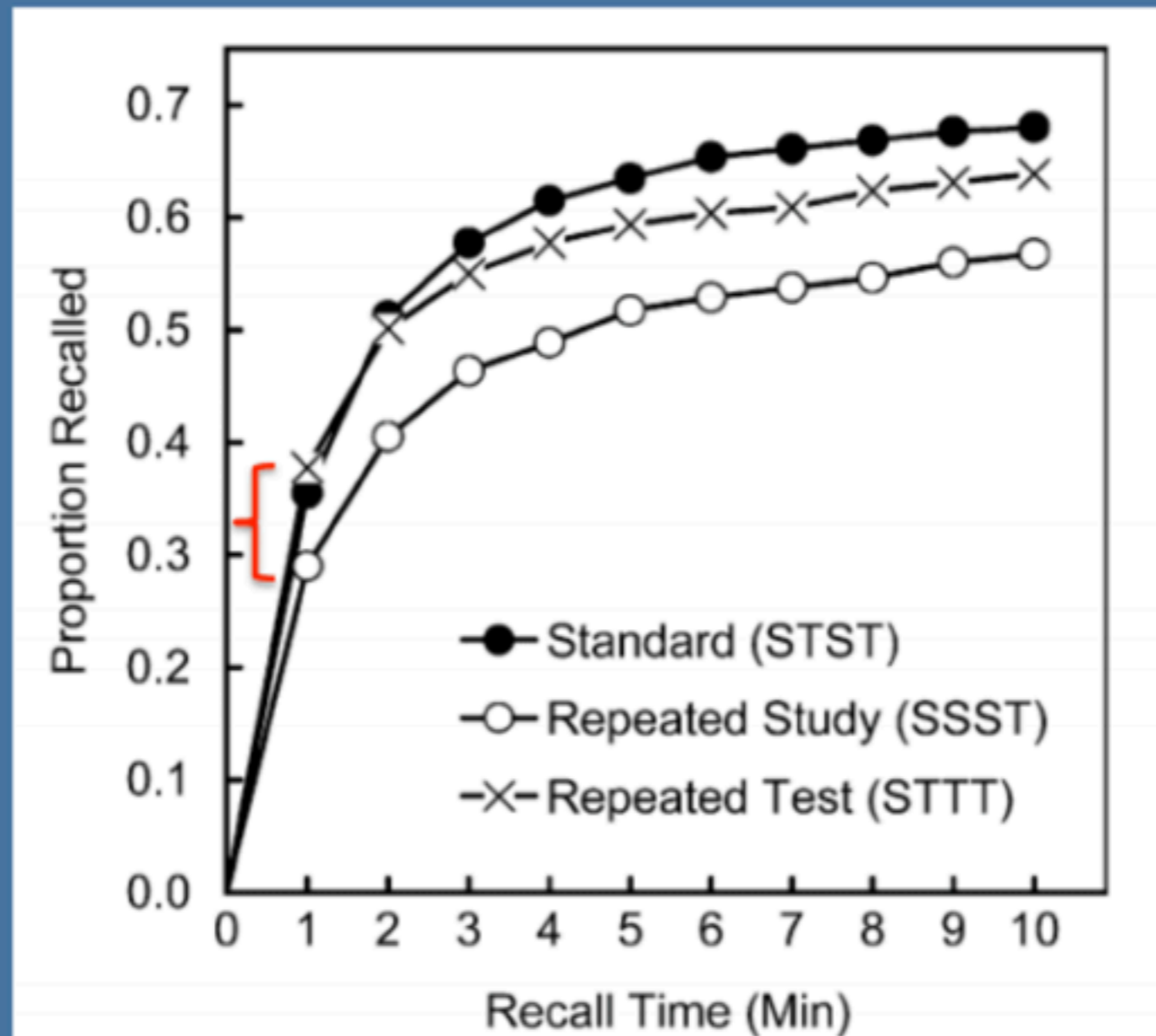
SSST vs STST

Force de récupération

>>> Cette étape est considérée comme le reflet de l'apprentissage (et non comme sa participation).

Test final: une semaine plus tard, on donne 10 min pour écrire le plus de mots possible

(Cumulatif)



STST meilleur: implique un feedback de S juste après T



Available online at www.sciencedirect.com

ScienceDirect

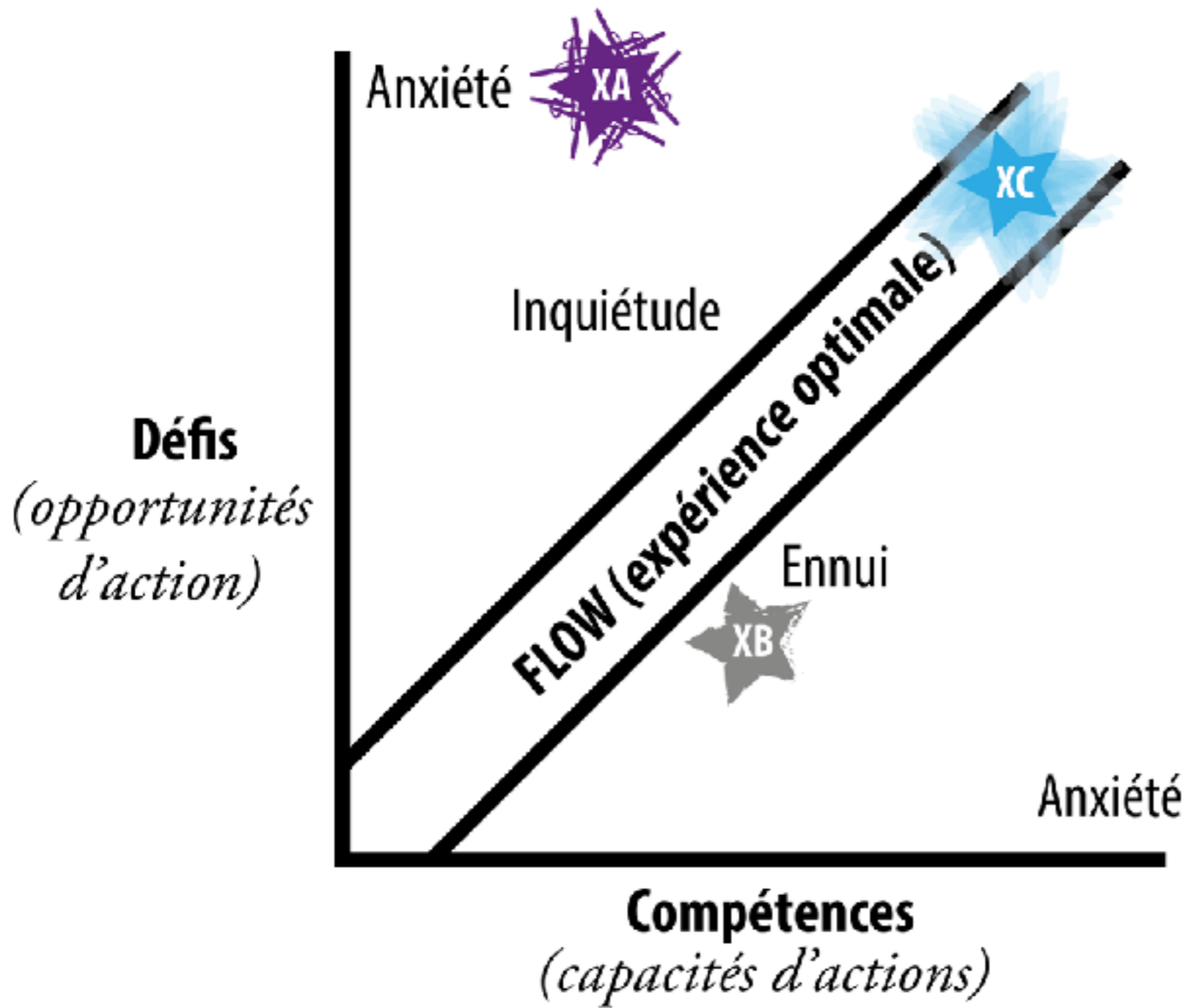
Journal of Memory and Language 57 (2007) 131–142

Journal of
Memory and
Language

www.elsevier.com/locate/jml

Repeated retrieval during learning is the key
to long-term retention²⁷

Jeffrey D. Karpicke^a, Henry L. Roediger III



Le flow

Expérience optimale

Menti - questions - discussion

**> écrire votre prénom si je peux
vous interroger en plenum**