

# La motivation scolaire

## Adolescent

La **motivation** est un ensemble de **désirs** et une **volonté** qui **poussent** une personne à accomplir une tâche ou à atteindre un objectif.



### Pour mieux comprendre

Voyez la motivation de cette façon ; l'intelligence, c'est comme le moteur d'une automobile ; on peut avoir de grandes capacités intellectuelles, tout comme l'automobile peut posséder un très bon moteur, mais s'il n'y a pas d'essence, l'automobile ne roulera pas. Deux ou trois personnes peuvent bien la pousser, mais elle n'ira pas très loin. Il en va de même pour un enfant peu motivé : l'enseignant peut bien pousser, les parents aussi, mais si l'enfant ne s'en mêle pas, il ne sera pas « auto mobile ».

(Ref. Livre La motivation à l'école, un passeport pour l'avenir)



### ÉVITER LES CLICHÉS ET LES GÉNÉRALITÉS

1. Encouragez l'adolescent avec des idées positives. Amenez-le à se poser des questions pour qu'il apprenne à se connaître.
2. N'imposez pas de croyances sur ce que vous pensez de ses capacités. Ne faites pas de suppositions sur ce qu'il devrait ou ne devrait pas être.
3. Le jeune ne trouvera pas la motivation à obtenir de bons résultats s'il se fait répéter qu'il est mauvais.
4. Ce n'est pas l'adolescent qui est bon ou mauvais, ce sont les résultats qui le sont. Heureusement, tout est réversible.



### FIXER DES OBJECTIFS

1. Fixez des objectifs à court terme afin que l'adolescent progresse à son rythme. Il est important d'avoir un plaisir immédiat, ce qui augmente ses capacités attentionnelles.
2. Des objectifs à court terme le motiveront plus. Par exemple ; un point de plus dans son évaluation, une diminution de remarques négatives pour la semaine, etc. Une fois l'objectif atteint, félicitez-le et fixez un nouvel objectif à court terme.



### PRIVILÈGES

Si l'adolescent est en échec fréquent, soutenir les moments d'étude par des privilèges. Cela compensera l'absence de gratification par l'obtention de bons résultats. Lorsqu'il obtiendra régulièrement des points ou des privilèges reflétant ses efforts, sa confiance en ses capacités augmentera.

| 418-294-4410 |

SYNAPSE  
360



Accompagnement  
TDA/H & SGT

| [www.synapse-360.com](http://www.synapse-360.com) |

**Pour plus de trucs et astuces sur le soutien à la motivation scolaire à l'adolescence, n'hésitez pas à nous contacter!**

Sources :

1. DE COSTER, Pascale. (2016). Apprivoiser le TDA/H à l'adolescence. TDA/H Belgique.
2. DUCLOS, Germain. (2010). La motivation à l'école, un passeport pour l'avenir. CHU Sainte-Justine
3. HÉBERT, Ariane et SYLVESTRE, Christiane. (2019). TDA/H chez les ados; la boîte à outils. Mortagne.