

Le renforcement positif

« La motivation ne fait que nous aider à faire ce que nous sommes déjà capables de faire. »
[Traduction]

– Robert Sylwester,
professeur émérite en éducation, Université de l’Oregon

Pour effectuer des changements positifs, les élèves doivent avoir une idée claire de ce qu’est un comportement positif et faire l’objet d’un renforcement positif lorsqu’ils adoptent ce comportement. Le renforcement positif correspond à tout événement qui suit un comportement et qui accroît la probabilité que ce comportement soit répété. Le renforcement positif motive les élèves à faire ce qu’ils sont capables de faire.

Intensifier le renforcement

Varier le renforcement

Afin de maintenir la motivation et l’intérêt, varier les types de renforcement positif offerts aux élèves. En faisant participer les élèves, trouver des renforcements positifs comme ceux mentionnés ci-dessous :

- éloge et communication non verbale (p. ex., sourire, faire oui de la tête, faire un signe de bravo);
- attention dans un contexte social (p. ex., conversation, temps privilégié avec un enseignant ou un camarade);
- objets tels que autocollants, nouveaux crayons ou tatouages non permanents;
- activités ou privilèges comme jouer à un jeu, s’asseoir à un endroit spécial dans la classe, écrire pour le plaisir, dessiner, colorier, se rendre à la récréation ou au gymnase plus tôt que les autres, avoir plus de temps à l’ordinateur;
- renforcements positifs secondaires (tels que coches ou points, jetons ou argent) que les élèves accumulent en vue d’acquérir des objets ou de pouvoir participer à des activités spéciales.

Donner ces renforcements de façon fréquente et uniforme.

Certains renforcements positifs ont une plus grande valeur pour certains élèves que pour d’autres. Demander aux élèves de dresser une liste de renforçateurs et de leur assigner un chiffre de 1 à 5 afin de déterminer lesquels ils apprécient le plus.

Prévoir le moment d’offrir le renforcement

Décider à l’avance à quelle fréquence le renforcement positif aura lieu. Au début, les élèves comprennent mieux la relation entre le comportement et le renforcement lorsque le renforcement est obtenu chaque fois que le comportement se produit.

S'efforcer de donner le renforcement immédiatement après que le comportement a lieu. Si cela est physiquement impossible, avertir l'élève qu'il a manifesté le comportement souhaité et que le renforcement positif suivra dès que possible. Donner le renforcement avec enthousiasme.

Être sensible aux besoins de chacun

Faire preuve de sensibilité en choisissant le moment et la façon de donner un renforcement. Les salles de classe et les groupes d'élèves ont leur propre culture. Les élèves de 3^e année peuvent aimer recevoir des éloges devant les autres élèves; les élèves de 7^e année peuvent préférer recevoir une rétroaction positive de manière discrète, par exemple, un signe, un geste ou une note. Ils peuvent également percevoir les félicitations devant le reste de la classe comme une conséquence négative.

Afin d'encourager le maintien d'un comportement sans devoir offrir un renforcement chaque fois, utiliser un rapport préétabli de renforcement pour favoriser l'adoption du nouveau comportement, et ensuite un rapport variable pour encourager la persistance du comportement.

- Rapport fixe : renforcer le comportement une fois sur deux, une fois sur trois ou une fois sur quatre.
- Rapport variable (parfois appelé intermittent) : renforcer le comportement en moyenne une fois sur quatre (parfois après la troisième fois, parfois après la cinquième).

Aider les élèves à apprendre à accepter le renforcement positif

Certains élèves peuvent souhaiter recevoir du renforcement positif, mais ils ne savent pas comment agir lorsqu'ils en reçoivent. Certains élèves rejettent les compliments parce qu'ils ont une faible estime de soi, peut-être parce qu'ils ont vécu l'échec ou des mauvais traitements.

Certains élèves ont l'habitude de recevoir des « éloges en sandwich », c'est-à-dire des compliments accompagnés de commentaires plutôt négatifs. Par exemple, un adulte pourrait dire, « C'est une belle calligraphie, mais pourquoi ne t'es-tu pas appliqué plus tôt quand je te l'ai demandé la première fois? » Si cela se produit fréquemment, le renforcement positif devient un indicateur pour l'élève que quelque chose de négatif est sur le point d'arriver.

Les « félicitations spontanées » sont efficaces dans ces situations. Lorsque les élèves ont un comportement positif, passer près d'eux, les féliciter rapidement et s'éloigner avant qu'ils n'aient la chance de rejeter ou de discuter l'éloge reçu. Si les élèves essaient de rejeter le compliment, vous pouvez ignorer leurs remarques ou dire tout simplement : « C'est comme ça que je vois les choses. »

La reconnaissance verbale

Le renforcement verbal est l'un des types de renforcement positif les plus efficaces que le personnel scolaire puisse utiliser.

Les compliments doivent s'accompagner d'une description du comportement.

Les commentaires doivent porter sur ce que l'élève a fait et être formulés dans un langage positif. Par exemple, « Tu as écrit un très beau paragraphe parce que... »

Faire le compliment immédiatement.

Plus le renforcement positif est donné tôt après l'observation du comportement, plus l'élève est susceptible de poursuivre ou de répéter ce comportement.

Exprimer les compliments de différentes manières.

Lorsque les élèves entendent toujours les mêmes compliments, ceux-ci finissent par perdre de leur valeur.

Fournir de l'information aux élèves au sujet de leur compétence ou de la valeur de leurs accomplissements.

Par exemple, « Tu as écrit un très beau paragraphe parce que... », « Tu as posé un beau geste lorsque tu as aidé M^{me} Martin à transporter ses sacs. Je sais qu'à cause de cela elle s'est sentie bien accueillie dans notre école. »

Attribuer le succès à l'effort et à la capacité

Cela laisse entendre qu'on peut s'attendre à des réussites semblables à l'avenir. Par exemple, « Tes efforts ont été fructueux. Tu as reçu une bonne note au test de mathématiques. Cela veut dire que tu as maîtrisé la résolution de problèmes. » Ce genre de compliment aide également les élèves à apprécier davantage leurs propres capacités.

Commencer au niveau de l'élève

S'assurer que les élèves ont suffisamment d'occasions de mériter un renforcement positif. Les programmes de modification du comportement échouent souvent parce qu'ils n'offrent pas suffisamment de renforcement positif pour les comportements positifs. Si un élève ne reçoit pas de renforcement positif ou qu'il en reçoit rarement, le programme doit être réévalué. Les élèves ont besoin de recevoir un renforcement positif répété pour les motiver à adopter un comportement approprié.

Garder un rapport de 4:1

Donner au moins quatre renforcements positifs pour chaque interaction négative ou corrective. La réussite de cet effort repose en grande partie sur l'observation initiale et la collecte de données. Par exemple, si un élève frappe les autres environ deux fois par jour, viser à lui offrir un renforcement positif lorsqu'il adopte un comportement de remplacement (p. ex., garder ses mains pour soi ou ne pas frapper les autres) huit fois par jour, par exemple, après chaque heure passée sans frapper un autre élève.

Offrir des occasions de réussir

Si un élève ne peut se concentrer sur une tâche que pendant deux minutes, commencer par lui donner un renforcement positif après deux minutes. Ensuite, demander à l'élève d'augmenter graduellement le temps consacré à une tâche et donner le renforcement positif en conséquence. Si le but est de faire écouter et de faire coopérer l'élève, l'enseignant doit alors faire des demandes auxquelles l'élève est susceptible de pouvoir répondre.

Les jetons¹²

Un système de jetons peut jouer un rôle essentiel pour ce qui est d'offrir un milieu d'apprentissage positif. Il peut faire augmenter la fréquence des comportements positifs en récompensant un élève à l'aide de « jetons » selon les règles ci-dessous, ou lorsque ce dernier manifeste certains comportements. Les jetons peuvent être des pièces de monnaie, des points sur une carte, des coches, des autocollants ou des récompenses en papier ayant une valeur prédéterminée. Ces jetons peuvent être échangés plus tard contre quelque chose que l'élève valorise. Les jetons peuvent être « encaissés » en échange de renforçateurs tels que de la nourriture, des objets, des activités ou des privilèges spéciaux.

Le système de jetons peut notamment :

- aboutir à une plus grande uniformité de l'attention et des renforcements accordés pour les comportements positifs;
- accroître la motivation;
- offrir une portabilité et une disponibilité dans différents contextes;
- offrir une rétroaction immédiate et positive ainsi que des incitatifs, sans toutefois interrompre l'enseignement;
- modifier ou augmenter les critères de réussite à mesure que les élèves s'améliorent;
- être utilisé pour enseigner la gratification différée;
- s'appliquer à d'autres contextes et appuyer les programmes à la maison ainsi que la participation des parents;
- être associé à la reconnaissance sociale et aux compliments afin d'enseigner la valeur des résultats naturels et des compliments;
- améliorer le respect des règles;
- promouvoir l'imitation du comportement approprié chez les camarades qui sont témoins du renforcement;
- enseigner le langage de l'évaluation et du renforcement de soi-même.

Pour qu'il soit efficace, le système de jetons doit être planifié soigneusement. La mise en place d'un système de jetons nécessite :

- l'évaluation des élèves pour déterminer s'ils ont la capacité et les aptitudes nécessaires pour adopter les divers comportements qui leur permettront d'obtenir des jetons;
- la sélection et la définition des comportements, des aptitudes ou des niveaux de réussite sociale ou scolaire nécessitant un renforcement positif accru;
- la sélection de jetons qui sont faciles à utiliser et qui sont adaptés aux champs d'intérêt des élèves;
- la sélection d'une gamme de renforçateurs qui reflètent les champs d'intérêt et les préférences des élèves;

12. Adapté avec la permission de Karen Bain (juillet 2007).

- l'établissement d'un ensemble de règles indiquant comment obtenir des jetons, et quand et comment les utiliser;
- une description de la façon dont le système sera présenté et enseigné aux élèves;
- une description de la manière dont les jetons seront gérés;
- la formation du personnel concernant :
 - la façon et le moment d'effectuer le renforcement, et la quantité de jetons à accorder;
 - l'utilisation de descriptifs à associer aux jetons, « S'asseoir en silence – 2 points! »
- le choix d'une méthode de collecte de données concernant les comportements visés, ainsi que d'une méthode de suivi au fil du temps;
- la planification de la façon dont les comportements seront appliqués à d'autres milieux ou avec d'autres personnes;
- la description de la façon dont le programme sera graduellement éliminé ou que de nouveaux comportements à modifier seront choisis.

Le « Club des amis », un système de jetons fondé sur les relations sociales

De nombreux systèmes de jetons sont établis pour certains élèves individuellement, mais il est également possible d'adapter ces systèmes au groupe pour enseigner des règles, développer des habiletés sociales et définir les attentes sociales dans les salles de classe. L'exemple suivant, le « Club des amis », décrit un système de jetons à l'échelle de la classe, qui a pour objet l'acquisition d'habiletés sociales et l'amélioration du travail d'équipe dans les écoles élémentaires.

Le présentoir mural d'une salle de classe (le « Magasin du club ») contenait divers produits alimentaires, des petits jouets, des fournitures artistiques et des cartes de récompenses offrant des activités telles que « 10 minutes de temps libre » ou « la préparation d'un chocolat chaud ». Chaque article portait une étiquette de prix indiquant le nombre de points requis.

Tous les élèves de la classe avaient une carte de membre et devaient choisir un article qu'ils pourraient se procurer en accumulant des jetons. Après avoir placé leur carte à côté de l'article choisi, les élèves remplissaient une feuille de pointage ayant un nombre de cases correspondant au prix de l'article. Ils cochaient une case pour chaque compliment reçu.

Les coches étaient accordées pour divers comportements appropriés et étaient accompagnées d'un compliment décrivant clairement pourquoi l'élève les méritait : « C'est bien de regarder Jeff lorsqu'il parle ». Cette rétroaction descriptive était particulièrement importante au début du programme, alors que les élèves apprenaient le langage nécessaire à l'évaluation et au renforcement de leur propre comportement. Des coches étaient également accordées à l'ensemble du groupe afin de favoriser les rapports sociaux. « Tout le monde a aidé à ranger la classe, alors tout le monde reçoit une coche. » « Félicitations, tout le monde a collaboré pour être à l'heure au cours de mathématiques! »

À moins qu'un enseignement de groupe ne soit en cours, un élève pouvait obtenir l'objet qu'il avait choisi du magasin dès qu'il avait reçu la dernière coche nécessaire. Si celle-ci était obtenue pendant une période d'enseignement, l'élève devait attendre jusqu'à la prochaine

pause pour aller chercher son objet, généralement pas plus de 10 à 15 minutes. L'élève choisissait ensuite le nouvel article qu'il voulait obtenir.

À titre de félicitations supplémentaires, l'enseignant demandait ensuite à la classe de reconnaître les élèves qui « se rendaient au présentoir ». Une rencontre du « Club des amis » était prévue chaque vendredi après-midi pendant les quelques dernières minutes de la journée. De nouveaux articles étaient placés dans le présentoir, certaines habiletés sociales étaient réévaluées et les élèves qui avaient atteint des objectifs précis étaient félicités.

Les parents avaient été informés de l'existence du club et du système de jetons, et donnaient souvent des articles pour le présentoir. Dans la mesure du possible, les élèves aidaient à maintenir le présentoir et les listes de contrôle ainsi que l'enregistrement des transactions.

Les élèves ont appris à se renforcer eux-mêmes grâce à un avertisseur réglé à intervalle aléatoire pendant certaines périodes de travail. Lorsque l'avertisseur retentissait, les élèves devaient décider s'ils étaient concentrés sur la tâche et dans l'affirmative, ils s'accordaient une coche. Cette méthode favorisait la responsabilité personnelle et la réflexion. À l'occasion, les élèves étaient également invités à donner des coches à d'autres élèves. « Regardez autour de vous et accordez une coche à une personne qui reste dans son aire de travail et qui travaille avec ses blocs mathématiques ». Cette technique a joué un rôle essentiel dans l'établissement de relations de groupe et dans l'utilisation du comportement positif des autres comme modèle visuel.