



DEC
DÉPARTEMENT
D'ÉTUDES
COGNITIVES

PSL
UNIVERSITÉ PARIS

The logo for PSL (Paris Sciences et Lettres) University Paris features a blue five-pointed star centered within a square frame. The frame is composed of a grid of lines, and the star is overlaid on a circular path. The text 'PSL' is in a large, blue, sans-serif font, and 'UNIVERSITÉ PARIS' is in a smaller, blue, sans-serif font below it.

Réguler efficacement les comportements des élèves

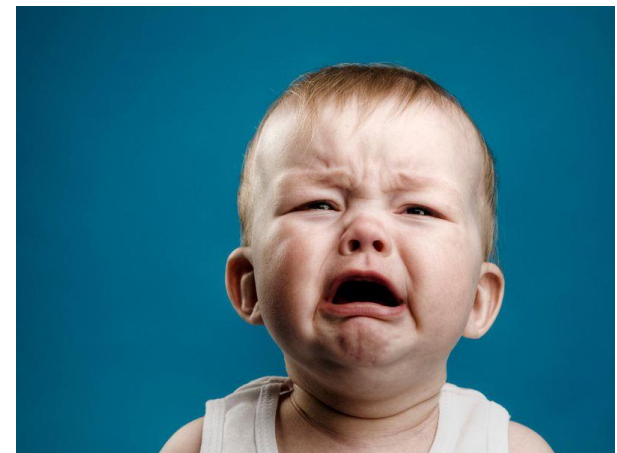
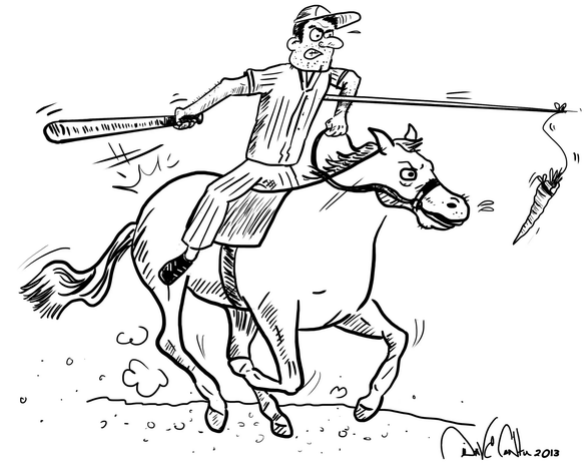
Franck Ramus

CNRS

Département d'Etudes Cognitives
Ecole Normale Supérieure, Université PSL, Paris

Le comportement

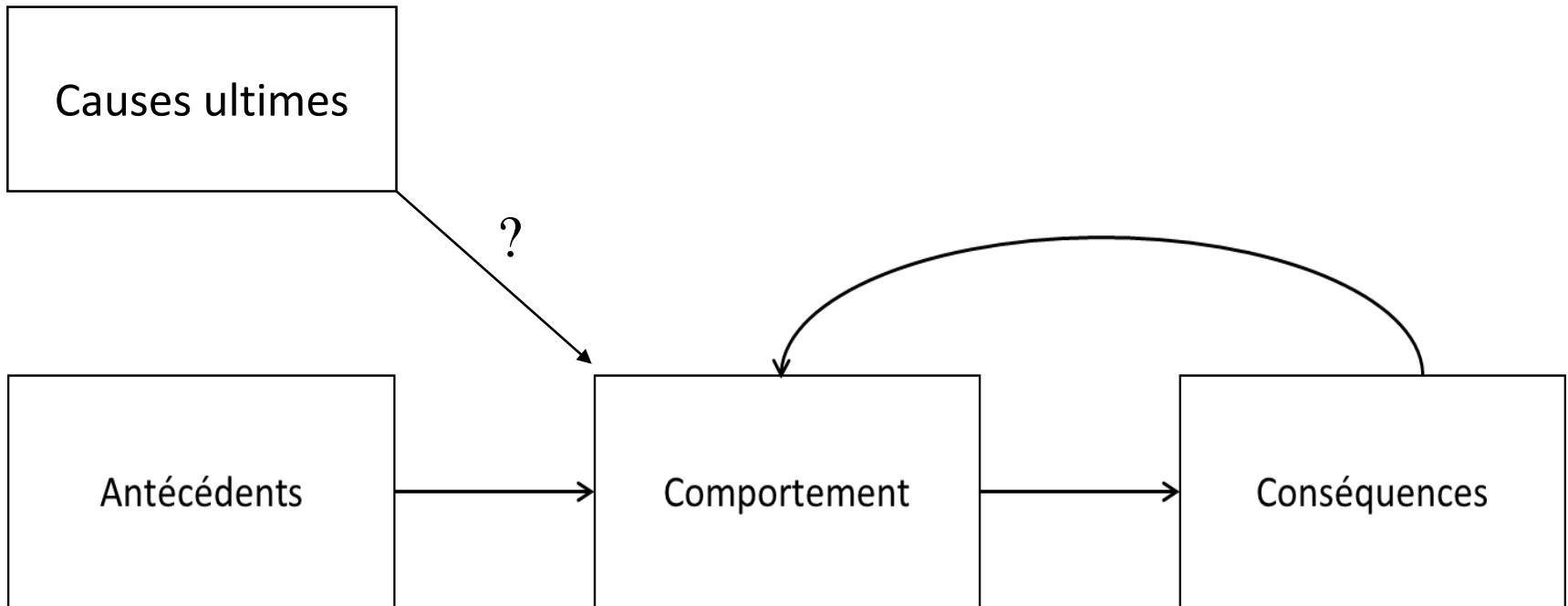
- Un enjeu majeur à l'école.
- Influencer le comportement des autres: une compétence intuitive.
- Les récompenses et les punitions influencent le comportement:
 - Compliments, reproches, sourires, regards, gestes
- Tout le monde s'en sert quotidiennement. Surtout les parents et les enseignants!
- Pourquoi ne sommes-nous pas plus efficaces?
- Le comportement humain est complexe. Mais il est bien compris par la recherche en psychologie.



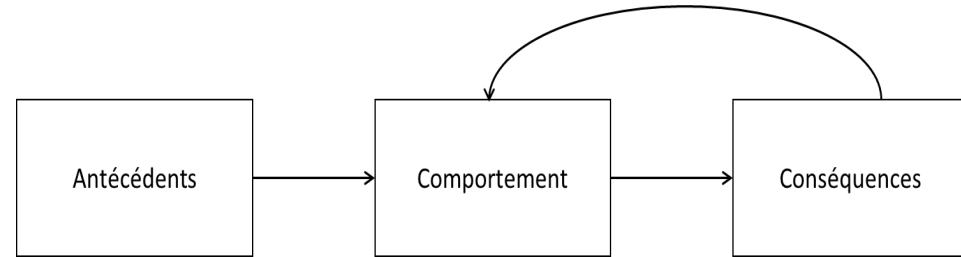
Plan

- Comprendre les bases du comportement
- Repenser le rôle des récompenses et des punitions
- Comment modifier le comportement?
- Le pouvoir des récompenses
- L'art difficile de l'extinction
- Les punitions: quoi, quand, pourquoi et comment?
- L'analyse du comportement

Les bases du comportement: le modèle ACC

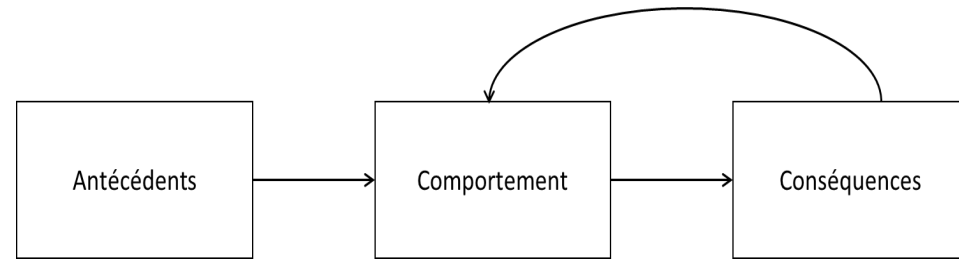


Le comportement



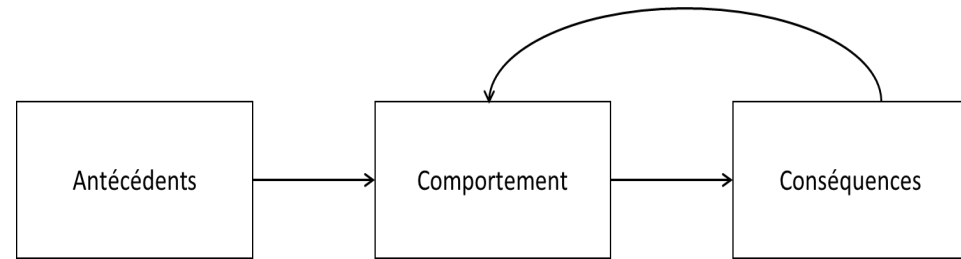
- **Définition:** ensemble des réactions observables chez un individu.
- Le comportement est dans une très large mesure appris:
 - Observation et imitation
 - Par renforcement (conséquences qui ont suivi le comportement dans le passé)
- Chaque comportement a une fonction pour l'individu:
 - Obtenir quelque chose de désirable:
 - Satisfaction d'un besoin primaire: Nourriture...
 - Bien matériel
 - Statut social ou situation désirable
 - Admiration, respect, reconnaissance, opinion favorable
 - Rapport de forces
 - L'attention des autres
 - Eviter quelque chose de désagréable:
 - Situations dévalorisantes ou humiliantes: situations d'échec, surtout en public
 - Activités comportant un fort risque d'échec: contrôles
 - Activités perçues comme ennuyeuses ou désagréables: exercices

Les antécédents



- **Définition:** tout ce qui précède immédiatement un comportement.
- Les plus fréquents:
 - Instructions données par l'enseignant
 - Mais aussi: comportement, expression faciale, intonation, de l'enseignant
 - Comportement d'un autre élève
 - Evènement extérieur
- Antécédents classiques de comportements problématiques en classe:
 - Insulte, moquerie ou toute autre provocation
 - Injustice subie ou perçue
 - Situation d'échec ou anticipation d'échec
 - Situation de stress
 - Se voir demander quelque chose de difficile
 - Se voir refuser quelque chose
 - Recevoir une punition, ou toute conséquence négative
 - Certaines sensations (internes au corps de l'élève, ou externes : bruits, lumières, odeurs)

Les conséquences



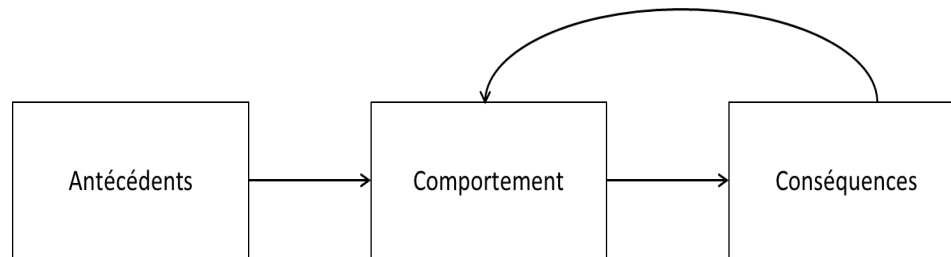
- **Définition:** tout ce qui passe immédiatement après un comportement. (inclut le retour d'information, ou « feedback »)
- Conséquences positives
 - Définition:** Une récompense est toute conséquence qui augmente la probabilité du comportement. (= renforcement)
 - Nourriture
 - Biens matériels, argent
 - Récompenses sociales: compliments, sourire, affection, approbation, reconnaissance, rire, toucher, attention...
 - Privilèges (avoir le droit de...)
 - Egalement: évitement/cessation de stimulus aversif (= renforcement négatif)
- Conséquences négatives:
 - Définition:** Une punition est toute conséquence qui diminue la probabilité du comportement.
 - Douleur, faim, soif...
 - Punitions sociales: désapprobation, reproches, réprimandes, ostracisme...
 - Egalement: Perte ou privation (de biens, de privilèges...).

Conséquences qui renforcent souvent les comportements perturbateurs

- Echapper à une tâche pénible ou à une contrainte.
- Susciter des rires, de l'approbation, de l'admiration, de la part de certains camarades.
- Attirer l'attention des camarades sur soi.
- Attirer l'attention de l'enseignant sur soi!
- Apaiser une sensation dérangeante (ou en détourner l'attention).
- Obtention d'une stimulation intrinsèquement gratifiante (mouvements répétitifs, grattage, auto-stimulation, parfois auto-mutilation)

Comment modifier les comportements?

- Jouer sur les antécédents
- Jouer sur les conséquences
 - Récompenses
 - Punitons



Conséquences: La règle des « 5 pour 1 »

- En entreprise: performance des équipes (Losada & Heaphy 2004)
- Dans le mariage: prédicteur de divorce (Gottman, 1993).
- Dans la parentalité: effets sur le vocabulaire et le QI (Hart & Risley, 1995).
- Dans les classes: effets sur les comportements perturbateurs et les périodes d'inattention (Becker et al. 1967 ; Madsen et al. 1968 ; Nafpaktitis et al. 1985).

- Pas un nombre magique; règle essentiellement empirique.
- Contraste avec l'environnement essentiellement répressif en vigueur.

Les inconvénients des punitions

- Souffrance.
- Emotions négatives
 - Sur le moment: tristesse, colère.
 - Par anticipation: peur, anxiété, stress.
- Comportements indésirables:
 - Évitement
 - Echappement
 - Agression
- Aversion acquise pour l'enseignant et pour l'école.
- Habituation, désensibilisation.
- Escalade des punitions et des infractions.
- Issue contre-productive: exclusion.
- Si encore les punitions étaient efficaces...

Pourquoi les punitions modifient-elles si peu les comportements?

- Erreur d'attribution de la cause des punitions: enseignant vs. élève.
 - -> pas de correction du comportement;
 - -> aversion pour l'enseignant.
- Habituation aux effets de la punition -> perte de l'effet dissuasif.
- Comparés aux adultes, les adolescents apprennent:
 - Autant des récompenses.
 - Moins des punitions.
 - Moins des récompenses et punitions promises dans le futur.
- Certaines punitions renforcent des associations contre-productives:
 - Enseignant = source de punition = stimulus aversif.
 - Heures de colles: école, classe = punition.
 - Devoirs supplémentaires: travail = punition.
- **Une punition n'enseigne pas les bons comportements.**

Comment réduire les comportements perturbateurs sans augmenter les punitions?

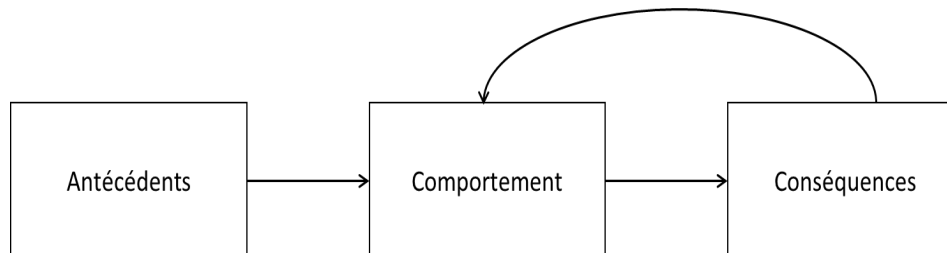
- Il ne faut pas juste essayer de faire disparaître les comportements perturbateurs (en les punissant): il faut les remplacer par des comportements meilleurs.
 - Comment? En enseignant et en récompensant les bons comportements.
-
- Renversement de perspective:
 - Biais de négativité.

Comment modifier un comportement perturbateur?

- Identifier le comportement positif opposé.
- Renforcer le comportement positif opposé.
- Expliciter le comportement
- Mais: La connaissance du bon comportement ne suffit pas!
- Le comportement de l'enfant est plus déterminé par les antécédents et les conséquences passées que par ses connaissances théoriques.
- Si le comportement ne fait pas déjà partie du répertoire de l'enfant, il peut être enseigné:
 - Décomposer le comportement
 - Modelage
 - Simulation
- Pièges:
 - Exiger une réalisation parfaite.
 - Vouloir aller trop vite.

Bien exploiter les antécédents

- Antécédents fréquents de nos comportements: mots, gestes, regards, expressions faciales, panneaux et symboles.
- Effets souvent inconscients (et donc souvent négligés).
- Certains antécédents diminuent la probabilité du comportement désiré (augmentent le risque de désobéissance):
 - Ordres, absence de choix.
 - Cris, énervement, perte de contrôle.
 - Les menaces et ultimatums (« fais-le sinon... »)
 - Les répétitions (qui rendent les demandes aversives)
 - Les arguments d'autorité (« parce que c'est comme ça »)
- Détecter les contextes défavorables (faim, fatigue).



Antécédents qui augmentent la probabilité des comportements désirés:

- Etre poli, dire STP
- Garder un ton aimable, chaleureux, calme, sourire.
- Lorsque que le démarrage est difficile, aider à commencer plutôt qu'ordonner.
- Etre clair et spécifique sur la nature du comportement demandé.
- Le plus proche possible du comportement souhaité (immédiatement avant quand c'est possible).
- Etre physiquement proche (affectueux ou rassurant, pas menaçant)
- Offrir des choix (ne seraient-ce qu'apparents)
- Faire précéder les demandes à faible probabilité par des demandes à haute probabilité.
- Lancer des défis.

Le pouvoir des récompenses

- Tous les enseignants donnent des récompenses. Mais lesquelles? Dans quelles conditions? Comment? Est-ce que c'est efficace?
- Peut-on diminuer des comportements par des récompenses?
- Oui, en renforçant les comportements opposés positifs.
- Cas simples: lorsque les comportements opposés positifs se manifestent déjà parfois.
- Lorsque les comportements opposés positifs sont inexistants:
 - Renforcer toute période pendant laquelle le comportement perturbateur ne se manifeste pas.
 - Renforcer des périodes de plus en plus longues. (ex: Ted)
- Lorsque tous les comportements sont indésirables:
 - Identifier et renforcer les comportements les moins indésirables.
 - Saisir tout progrès comme nouveau comportement à renforcer.
 - Jusqu'à obtention d'éléments de comportement positif. (ex: Evan)
- Points-clés:
 - Remarquer les comportements à renforcer!
 - Augmenter très progressivement les exigences.

Bien choisir les récompenses

- Rappel: Une récompense est une conséquence qui augmente la probabilité d'un comportement.
- Pas seulement biens matériels.
- Pas besoin de récompenses coûteuses.
- Les récompenses qui marchent peuvent dépendre de chacun.
- Avoir l'avis des intéressés est utile.
- Mais: ne pas se limiter aux récompenses que les enfants sont capables de nommer comme telles.
- Les petites récompenses fréquentes et immédiates sont plus efficaces que les grandes récompenses rares ou lointaines.
 - Ex: (parents) Promesses de récompenses pour un bon bulletin.
 - Ex: (enseignants) Promesse de sortie scolaire après un bon trimestre.

Types de récompenses

- Attention
 - Attention positive: expression bienveillante, sourire, approbation.
 - Attention négative aussi! expression menaçante, désapprobation, rappels à l'ordre, réprimandes...
- Compliments
 - Sincères
 - Plausibles
 - La manière compte.
- Récompenses matérielles: images, autocollants, crayons, petits objets...
- Récompenses immatérielles:
 - Activités, jeux, récréations
 - Privilèges: rôle valorisant, droit d'effectuer un choix, droit de faire quelque chose d'inhabituel.
- Systèmes de points ou de jetons

Systemes de points ou de jetons, vignettes

- Systemes monetaires: points accumulables et convertibles en recompenses tangibles.
- Recompenses reelles -> recompenses symboliques: les points deviennent des recompenses.
- Les points sont en quantite illimitee: ils peuvent donc etre donnes aussi frequemment que necessaire. Permet de fractionner les grandes recompenses en petites.
- Definir:
 - Les comportements precis qui vont etre recompenses.
 - Le nombre de points qui peuvent etre gagnes pour tel comportement dans telle circonstance.
 - Les recompenses qui sont offertes (hierarchie, avis des eleves).
 - Le nombre de points necessaires pour l'obtention de chaque recompense.
- Rendre les points (donc les progres) visibles. Progression dans des niveaux.
- Individuel ou collectif.

Comment donner une récompense efficacement?

- Une démarche de renforcement du comportement positif peut échouer pour des questions de détail: récompenses mal choisies et/ou mal données.
- Immédiateté
 - Contre-exemples: notes, bulletins...
- Explicitation
 - Ex: « cette fois tu as réussi à réagir sans t'énerver, c'est très bien ».
- Qualité des récompenses
 - Compliments nonchalants inutiles.
 - Vérifier la valeur hédonique pour l'individu.
- Récompenser les comportements concrets et les efforts, pas juste le succès.
- Modulateur d'effet: le toucher affectueux
 - Alternative: proximité physique.

La systématique

- Plus le renforcement est systématique (100% des comportements positifs renforcés), plus la probabilité du comportement augmente vite.
- Mais aussi: plus le comportement devient dépendant du renforcement.
 - Si le renforcement s'arrête, le comportement aussi.
- But à atteindre: que le comportement se maintienne sans renforcement.
- Moyen: renforcement fréquent mais pas systématique ni totalement prévisible.
- A moduler en fonction de la fréquence du comportement à renforcer.
- Atténuer progressivement le renforcement (jusqu'à disparition totale).
- Ou augmenter progressivement ses exigences.
- Un programme de modification du comportement doit toujours être flexible.

Comment *ne pas* renforcer les comportements perturbateurs?

- Beaucoup de comportements indésirables s'acquièrent et se maintiennent parce qu'ils reçoivent un renforcement positif.
- Ex:
 - L'acquisition de biens désirables renforce le comportement de vol.
 - L'attention des autres renforce le comportement:
 - Des élèves: rires, reconnaissance, admiration, mais aussi crainte.
 - Des enseignants: compliments, mais aussi réactions négatives, qui sont très immédiates et systématiques.
- Une stratégie essentielle: priver ces comportements de renforcement positif. (ex: vol)
- Extinction.

L'art difficile de l'extinction

- Biais de négativité. (à surmonter)
- Il faut bien identifier ce qui renforce le comportement. Quelles réactions exactement? De l'enseignant? Des camarades? Le comportement est-il auto-renforcé?
- L'extinction seule peut être efficace mais a des effets très graduels et lents. Peut ne pas suffire.
 - > A combiner avec renforcement du comportement positif.
- Recrudescence au début de l'extinction.
 - Ex: panne de batterie.
 - Risque de renforcer un comportement plus grave que l'initial.
- Conséquences:
 - Être prêt à cette éventualité et à tenir bon.
 - Faire diversion.
 - Utiliser d'autres ingrédients: renforcement du comportement positif, administration de punition sans accorder d'attention.
- Réapparition occasionnelle, et risque de renforcement accidentel.
- Si comportement renforcé par les camarades: récompense collective pour les comportements positifs.

Les punitions : quoi, pourquoi, quand et comment ?

- La punition est la réponse par défaut des enseignants et de l'institution à toutes les infractions. (cf. règlements intérieurs)
- Elle a de nombreux effets pervers et est peu efficace -> importance de lui substituer des stratégies plus efficaces.
- Mais on ne peut pas totalement s'en passer.
- Il faut l'utiliser à bon escient:
 - Dans les cas où l'on ne peut pas faire autrement.
 - Dans les cas où elle a une certaine efficacité.
 - D'une manière efficace. (en évitant les nombreuses manières contre-productives)
 - Rarement seule.

Anticiper et prévenir les punitions

- Dès les premières prémisses, sans s'interrompre:
 - Utiliser le regard insistant pour signaler à l'élève que son comportement est repéré.
 - Utiliser un signal non verbal convenu à l'avance avec les élèves : se racler la gorge, taper dans ses mains, taper sur la table de l'élève.
 - Se rapprocher de l'élève. La seule proximité physique peut avoir l'effet souhaité.
 - Entrer dans la sphère privée de l'élève. Toucher (calme) de l'élève, de sa table, de sa chaise.
 - Renforcer positivement la cessation du comportement.
- En s'interrompant:
 - Ignorer le comportement perturbateur mineur, mais récompenser le comportement approprié d'un voisin immédiat de l'élève.
 - Rediriger explicitement l'élève vers le comportement désiré: ne pas dire ce qu'il faut arrêter de faire, dire ce qu'il faut faire.

Quelles punitions?

- Les différents rôles possibles (et parfois antagonistes) des punitions:
 - Rendre la justice.
 - Leçon morale.
 - Réparation.
 - **Diminuer la probabilité du comportement.**
- Punitions « justes/morales »: sévères, données de manière solennelle, après délibération.
- Punitions « comportementales »: immédiates, courtes, peu sévères, données de manière calme.
- Trois types:
 - Conséquences aversives: désapprobation, réprimandes, cris, (coups)... Effet immédiat mais pas durable.
 - Privations: confiscation, perte de points ou privilèges, isolement...
 - Corvées.

Comment donner une punition efficacement?

- La punition n'est jamais le seul élément d'un programme de modification du comportement.
- Peu sévère. L'efficacité d'une punition n'est pas proportionnelle à sa sévérité. Les effets pervers, si.
- Courte (quelques minutes suffisent).
- Donnée et exécutée immédiatement après le comportement. Les punitions retardées n'ont aucun impact.
- Systématique (autant que possible).
- Attention à ne pas y associer du renforcement positif (attention, mise en valeur, réactions des camarades...) qui annulerait l'effet de la punition.
- Rester calme, ne pas crier, ne pas frapper (!).
- Application calme et systématique d'une règle préétablie.

Les pièges des punitions

- Un mauvais résultat scolaire n'est pas un comportement indésirable qui peut être diminué par une punition !
- Un bon comportement réalisé imparfaitement ne doit pas être puni. Modelage.
- Ne pas retirer des récompenses déjà données. Deux systèmes non convertibles.
- Une punition n'enseigne pas comment se comporter.
- Eviter de tomber dans la « trappe à punitions »:
 - Les réactions négatives instinctives interrompent les comportements perturbateurs.
 - Cette efficacité immédiate est un renforcement positif de ces réactions négatives.
 - L'absence d'efficacité sur le long terme n'est pas pris en compte.

En résumé: comment diminuer un comportement indésirable?

- Identifier les antécédents du comportement -> les réduire ou les éliminer.
- Identifier les conséquences qui renforcent le comportement -> les réduire ou les éliminer (extinction).
- Identifier et expliciter les comportements opposés positifs -> les récompenser.
 - On peut aussi récompenser une période de temps sans comportement indésirable, ou même des comportements moins indésirables.
 - Si comportement non maîtrisé, utiliser modelage ou simulation.
- Utiliser les antécédents pour augmenter la probabilité des comportements désirés.
- Punir les comportements indésirables, lorsque c'est nécessaire, d'une manière efficace minimisant les effets pervers.
- Avoir un plan : définir un objectif clair et précis, des étapes si nécessaires, un plan de renforcement.
- Adapter régulièrement le plan.

Les méthodes proposées ici:

- Ont été illustrées au niveau individuel.
- Peuvent aussi s'appliquer au niveau de la classe.
 - Programmes collectifs de renforcement du comportement positif.
 - Cultiver la relation enseignant-élève et le climat de classe.
 - Développer la méta-cognition et l'auto-régulation.
- Sont d'autant plus efficaces qu'elles s'inscrivent dans un cadre plus général cohérent au niveau de l'établissement.
- Découlent d'un siècle de recherche scientifique en psychologie.
- Ont été évaluées scientifiquement et ont prouvé leur efficacité , y compris en classe.

Par exemple: EEF

<https://educationendowmentfoundation.org.uk/evidence-summaries/teaching-learning-toolkit/>

Le comportement à l'Éducation Nationale

- Niveau 1: tous les enseignants et personnels de l'EN devraient avoir une formation de base au comportement. (conférence ≠ formation)
- Niveau 2: tous les établissements devraient disposer d'une ou plusieurs personnes ayant une formation renforcée. (CPE, enseignant ressource, infirmier...)
- Niveau 3: certains personnels de l'EN devraient être des experts du comportement, capables de mettre en œuvre des programmes complexes pour les cas les plus difficiles. (enseignants spécialisés, psychologues...)

Est-il éthique de « conditionner » les élèves?

Est-ce de la manipulation?

Est-ce déloyal d'utiliser des moyens efficaces?

- Le conditionnement:

- Simple apprentissage d'associations entre antécédents, comportements, conséquences.
- Universel et intrinsèque au comportement humain.

- La vraie question éthique:

- Les objectifs de modification du comportement sont-ils légitimes?

- Si les objectifs sont jugés légitimes, alors il est légitime de vouloir les atteindre de manière efficace!

- Ce qui n'est pas éthique, c'est de poursuivre des buts légitimes de manière inefficace.

Sources

- Alberto, P., & Troutman, A. C. (2009). *Applied behavior analysis for teachers*. Upper Saddle River, NJ: Pearson Education.
- Bissonnette, S., Gauthier, C., & Castonguay, M. (2017). *L'enseignement explicite des comportements : Pour une gestion efficace des élèves en classe et dans l'école*. Montréal, Québec, Canada: Chenelière Education.
- Direction de l'éducation française, Alberta. (2008a). *Renforcer le comportement positif dans les écoles albertaines. Une méthode appliquée à l'échelle de la classe*. Edmonton: Alberta Education. Consulté à l'adresse <https://education.alberta.ca/media/482221/renforcerclasse.pdf>
- Direction de l'éducation française, Alberta. (2008b). *Renforcer le comportement positif dans les écoles albertaines. Une méthode appliquée à l'échelle de l'école*. Edmonton: Alberta Education. Consulté à l'adresse <https://education.alberta.ca/media/482222/renforcerecole.pdf>
- Direction de l'éducation française, Alberta. (2008c). *Renforcer le comportement positif dans les écoles albertaines. Une méthode intensive et personnalisée*. Edmonton: Alberta Education. Consulté à l'adresse <https://education.alberta.ca/media/482224/renforcerpersonnalisee.pdf>
- Kazdin, A. (2012). *Behavior Modification in Applied Settings* (Seventh). Long Grove, Illinois: Waveland Press.
- Kazdin, A. E., & Rotella, C. (2013). *The Everyday Parenting Toolkit: The Kazdin Method for Easy, Step-by-Step, Lasting Change for You and Your Child*. Houghton Mifflin Harcourt.
- Blog: <http://www.scilogs.fr/ramus-meninges/vers-education-fondee-preuves/>
- EEF: <https://educationendowmentfoundation.org.uk/>

