

# **Grand manuel de psychologie de la motivation**



Sous la direction de  
Fabien Fenouillet  
et Philippe Carré

# **Grand manuel de psychologie de la motivation**

**Théories et pratiques**

2<sup>e</sup> édition

**DUNOD**

Mise en page : Belle Page

**NOUS NOUS ENGAGEONS EN FAVEUR DE L'ENVIRONNEMENT :**



Nos livres sont imprimés sur des papiers certifiés pour réduire notre impact sur l'environnement.



Le format de nos ouvrages est pensé afin d'optimiser l'utilisation du papier.



Depuis plus de 30 ans, nous imprimons 70 % de nos livres en France et 25 % en Europe et nous mettons tout en œuvre pour augmenter cet engagement auprès des imprimeurs français.



Nous limitons l'utilisation du plastique sur nos ouvrages (film sur les couvertures et les livres).

© Dunod, 2024

11 rue Paul Bert - 92240 Malakoff

ISBN 978-2-10-085660-2

## Liste des auteurs

### Ouvrage réalisé sous la direction de :

- Fabien FENOUILLET Professeur de psychologie positive des apprentissages, Université Paris Nanterre.
- Philippe CARRÉ Professeur émérite de sciences de l'éducation et de la formation, Université Paris Nanterre.

### Avec la collaboration de :

- Albert BANDURA (1925-2021). Professeur de psychologie sociale, Université de Stanford (USA).
- Marjorie BERNIER Maître de conférences en psychologie du sport, Université de Bretagne Occidentale.
- Joëlle CARPENTIER Professeur, ESG, Université du Québec à Montréal (Canada).
- Laurent COSNEFROY Professeur émérite en sciences de l'éducation et de la formation, École normale supérieure de Lyon.
- Antonia CSILLIK Professeur des universités, Université de Lorraine.
- Giovanni DE MARCO Professeur en neurosciences et neuroimagerie, Université Paris Nanterre.
- Jacques FOREST Professeur, ESG, Université du Québec à Montréal (Canada).
- Marylène GAGNÉ John Curtin Distinguished Professor, Curtin University.
- Dominique GELPE Docteur en psychologie, chercheur associé, Inetop-Cnam.
- Marc-Antoine GRADITO-DUBORD Post-doctorant/Research Fellow, Curtin University, Université du Québec à Trois-Rivières (Canada).
- Mark A. GRIFFIN John Curtin Distinguished Professor, Curtin University.
- Jean HEUTTE Professeur des universités en sciences de l'éducation et de la formation, Université de Lille.
- Even LOARER Professeur émérite, Inetop-Cnam.
- Charles MARTIN-KRUMM Professeur de psychologie, École de Psychologues Praticiens de l'Institut Catholique de Paris.
- Maxime MASTAGLI Maître de conférences, Université de Lorraine.
- Elise MAUDET-COULOMB Chargée de mission projet innovation, Institut de recherche Siel Bleu.
- Thierry MEYER Professeur de psychologie sociale, Université Paris Nanterre.

Jean-Christophe MINO	Médecin spécialiste de santé publique, chercheur HDR, Institut Siel Bleu et Centre de Recherche en Épidémiologie et Santé des Populations (Inserm).
Anja H. OLAFSEN	Professeur, University of South-Eastern Norway.
Virginie PAQUETTE	Chercheuse postdoctorale, Université du Québec à Trois-Rivières (Canada).
Sharon K. PARKER	John Curtin Distinguished Professor, Curtin University.
Nathalie PRUDHOMME	Maître de conférences, Aix-Marseille Université.
Jany ST-CYR	Doctorante en psychologie, Université du Québec à Montréal (Canada).
Damien TESSIER	Maître de conférences HDR, Université Grenoble Alpes.
Robert VALLERAND	Professeur titulaire de psychologie sociale, Université du Québec à Montréal (Canada).
Catherine VALMORIN	Doctorante en psychologie, Inetop-Cnam.
Aurélien VAN HOYE	Maître de conférences HDR, Université de Lorraine, Adjunct Senior Lecturer, University of Limerick.
Nora YENNECK	Chercheur associé, Université Paris Nanterre.

# Table des matières

## Partie 1 - Convergences théoriques

<b>CHAPITRE 1 – LA MOTIVATION DANS TOUS SES ÉTATS (FABIEN FENOUILLET ET PHILIPPE CARRÉ)</b> .....	13
1. Une préoccupation universelle .....	15
2. Renouveau théorique .....	17
3. Richesse des implications pour les pratiques sociales .....	21
4. Les registres de la motivation .....	22
<b>CHAPITRE 2 – LE MODÈLE INTÉGRATIF DU PROCESSUS MOTIVATIONNEL (FABIEN FENOUILLET)</b> .....	27
Introduction .....	29
1. Approche historique de la motivation .....	29
2. Les ensembles du modèle intégratif .....	33
3. Motivation, volition et concepts associés .....	55
Pour conclure .....	58
<b>CHAPITRE 3 – LA THÉORIE SOCIALE COGNITIVE : UNE PERSPECTIVE AGENTIQUE (ALBERT BANDURA)</b> .....	63
1. Les changements de paradigme dans les théories psychologiques .....	65
2. Une théorie physicaliste de l'agentivité humaine .....	68
3. Les traits fondamentaux de l'agentivité humaine .....	71
4. La gestion agentique du hasard .....	79
5. Les modalités de l'agentivité humaine .....	81
6. Les influences qui minent l'efficacité collective dans des sociétés en mutation .....	88
7. La primauté émergente de l'agentivité humaine dans la coévolution biosociale .....	90
<b>CHAPITRE 4 – LA THÉORIE DE L'AUTODÉTERMINATION (DAMIEN TESSIER)</b> .....	101
1. Théorie de l'évaluation cognitive .....	104
2. Théorie de l'intégration organismique .....	106
3. Théorie des orientations de causalité .....	110
4. Théorie des besoins psychologiques fondamentaux .....	112
5. Théorie du contenu des buts .....	116
6. Théorie de la motivation relationnelle .....	118

<b>CHAPITRE 5 – LE MODÈLE HIÉRARCHIQUE DE LA MOTIVATION INTRINSÈQUE ET EXTRINSÈQUE (JANY ST-CYR, VIRGINIE PAQUETTE ET ROBERT J. VALLERAND)</b> .....	125
1. Panorama sur le modèle hiérarchique de la motivation intrinsèque et extrinsèque .....	127
2. Sur la nature de la motivation.....	129
3. Les déterminants de la motivation.....	132
4. Les différents types d'effets intra-personnels sur la motivation.....	136
5. Les conséquences de la motivation.....	140
6. Études intégratives et directions futures.....	141
Conclusion.....	143
<b>CHAPITRE 6 – LES THÉORIES REPOSANT SUR LE CONCEPT DE BUT (LAURENT COSNEFROY)</b> .....	145
1. Les buts : du concept aux théories.....	147
2. De la motivation d'accomplissement aux buts de compétence.....	148
3. La théorie de la fixation des objectifs.....	155
4. Les buts d'apprentissage et de performance vus par les deux théories.....	159
En conclusion : points communs et divergences.....	160
<b>CHAPITRE 7 – LE MODÈLE DUALISTE DE LA PASSION : THÉORIE ET RECHERCHES (VIRGINIE PAQUETTE ET ROBERT J. VALLERAND)</b> .....	165
1. La passion : histoire et concept.....	168
2. Développement initial de la passion.....	171
3. Développement continu de la passion.....	171
4. Conséquences intrapersonnelles et interpersonnelles de la passion.....	174
Conclusion.....	180
<b>CHAPITRE 8 – FLOW ET MOTIVATIONS. AU CŒUR DE LA THÉORIE SOCIALE CONATIVE (JEAN HEUTTE)</b> .....	183
1. La théorie de l'autotélisme-flow au regard de l'apprentissage tout au long de la vie.....	185
2. Le flow et la motivation.....	191
Conclusion : l'expérience autotélique au cœur de l'apprenance tout au long de la vie.....	204
<b>CHAPITRE 9 – L'INTÉRÊT (NORA YENNEK)</b> .....	209
1. L'intérêt et l'envie d'apprendre tout au long de la vie.....	211
2. Le développement de l'intérêt.....	220
Conclusion.....	224

<b>CHAPITRE 10 – COGNITION MOTIVÉE : QUAND LA MOTIVATION IMPACTE LE TRAITEMENT DE L'INFORMATION (THIERRY MEYER)</b> .....	229
1. L'agent rationnel : motivé à l'exactitude et plus ou moins avide de connaissances.....	232
2. L'agent inséré socialement, motivé par des besoins multiples et défendant ses convictions.....	237
Conclusion : la cognition motivée entre traitement biaisé et adaptation flexible.....	241
<b>CHAPITRE 11 – LES NEUROSCIENCES MOTIVATIONNELLES (FABIEN FENOUILLET ET GIOVANNI DE MARCO)</b> .....	249
Introduction.....	251
1. Niveau d'analyse et de mesure.....	251
2. Le circuit de la récompense.....	254
3. Prédiction de la récompense.....	255
4. Les composants de la récompense.....	256
5. La récompense chez l'homme.....	258
6. De quoi la récompense est-elle le nom ?.....	260
Pour conclure.....	263
 <b>Partie 2 - Enjeux pour les pratiques</b>  	
<b>CHAPITRE 12 – MOTIVATION ET APPRENTISSAGES SCOLAIRES (LAURENT COSNEFROY ET FABIEN FENOUILLET)</b> .....	267
1. Conceptions motivationnelles des apprentissages scolaires.....	269
2. La régulation de la motivation.....	279
<b>CHAPITRE 13 – MOTIVATION ET PÉDAGOGIE DES ADULTES (PHILIPPE CARRÉ)</b> .....	289
1. Une question ancienne, mais plus vive que jamais.....	291
2. Les principales théories.....	294
3. Psychopédagogie de la motivation en formation.....	299
Conclusion.....	307
<b>CHAPITRE 14 – MOTIVATION ET ORIENTATION (EVEN LOARER, NATHALIE PRUDHOMME, CATHERINE VALMORIN ET DOMINIQUE GELPE)</b> .....	311
1. Orientation et motivation dans un monde en transformation.....	313
2. Les processus à l'œuvre.....	317
3. L'ambition professionnelle.....	321
4. Le soutien de la motivation dans l'accompagnement de l'orientation.....	325
Conclusion.....	328

<b>CHAPITRE 15 – MOTIVATION ET TRAVAIL. FORGER LE FUTUR DU TRAVAIL AVEC LA THÉORIE DE L’AUTODÉTERMINATION</b> (MARYLÈNE GAGNÉ, JACQUES FOREST, MARC-ANTOINE GRADITO-DUBORD, ANJA H. OLAFSEN, JOËLLE CARPENTIER, SHARON K. PARKER ET MARK A. GRIFFIN .....	333
Introduction.....	335
1. Les grandes lignes de la théorie.....	335
2. Les antécédents des besoins psychologiques : organisation du travail, relations interpersonnelles et rémunération.....	338
3. Que comporte le futur du travail ? .....	342
Conclusion.....	345
 <b>CHAPITRE 16 – MOTIVATION POUR LE SPORT (AURÉLIE VAN HOYE, MARJORIE BERNIER, MAXIME MASTAGLI, ELISE MAUDET-COULOMB, JEAN-CHRISTOPHE MINO ET CHARLES MARTIN-KRUMM).....</b>	 351
Introduction générale.....	353
1. La motivation en EPS.....	353
2. La motivation en contexte sportif organisé.....	359
3. La motivation en contexte de sport-santé.....	363
Conclusion.....	365
 <b>CHAPITRE 17 – L’ENTRETIEN MOTIVATIONNEL (ANTONIA CSILLIK) .....</b>	 371
1. Définition et historique de l’entretien motivationnel .....	373
2. L’entretien motivationnel : une approche positive de la psychothérapie.....	373
3. Objectif et concepts de l’EM.....	374
4. L’esprit de l’entretien motivationnel.....	375
5. Les processus de l’entretien motivationnel.....	378
6. Domaines d’application et efficacité de l’entretien motivationnel .....	381
7. Mécanismes d’efficacité de l’EM.....	387
8. Pistes de recherches futures et conclusion .....	389

# Partie 1

## Convergences théoriques



# Chapitre 1

## La motivation dans tous ses états<sup>1</sup>

---

1. Par **Fabien Fenouillet** et **Philippe Carré**.



# Sommaire

<b>1. Une préoccupation universelle .....</b>	<b>15</b>
<b>2. Renouveau théorique.....</b>	<b>17</b>
<b>3. Richesse des implications pour les pratiques sociales.....</b>	<b>21</b>
<b>4. Les registres de la motivation.....</b>	<b>22</b>

## 1. Une préoccupation universelle

La question des motifs de nos actes et des processus qui mènent à la décision et à l'action est au cœur de la pensée humaine. Les essais d'explications du désir, de la volonté, du besoin, de la passion, bref de toutes les tendances humaines qui mènent à l'action ont un rôle majeur dans les plus grands systèmes philosophiques de l'histoire ; selon Épicure (341-270 av. J.-C.), par exemple, « à propos de chaque désir, il faut se poser cette question : "Quel avantage résultera-t-il si je ne le satisfais pas ?" » La question du *pourquoi* de nos actes recouvre, aujourd'hui *a fortiori*, des enjeux universels pour la connaissance des faits humains et l'action quotidienne. On en trouve des exemples réguliers dans la plupart des domaines de la vie sociale. Dans le domaine de l'éducation, bien sûr : la presse et les revues pédagogiques se font régulièrement les échos de la question aujourd'hui classique : « Comment motiver les élèves ? » Le monde professionnel est devenu un autre lieu de questionnement récurrent à ce sujet : managers, responsables de ressources humaines et *leaders* cherchent depuis longtemps les « clés » de l'implication des salariés, supposée garante de la performance globale d'une entreprise. Le thème de l'engagement (au travail, dans la recherche d'emploi, l'insertion, le développement des compétences...) traverse de façon lancinante les préoccupations dominantes des spécialistes de l'orientation, de la formation, de l'emploi, de l'organisation. Tous les territoires de la vie sociale et privée sont quotidiennement investis par un questionnement prosaïque sur les raisons de nos actes, depuis les motivations d'achat jusqu'aux motifs du crime, en passant par l'interrogation sur les mobiles, les raisons, les explications du comportement du parent, du collègue, de l'amoureux ou de l'amie, voire du sien propre. La question de « pourquoi nous faisons ce que nous faisons » est une constante de la réflexion humaine, qu'elle soit quotidienne ou académique.

Sur le plan scientifique, la plus ancienne des notions forgées dans ce domaine foisonnant, la plus répandue empiriquement, la mieux établie théoriquement, mais aussi la plus contestée – et parfois la plus contestable – est bien sûr celle de la *motivation*, définie comme un « construit hypothétique » censé décrire les facteurs internes et externes produisant « le déclenchement, la direction, l'intensité et la persistance du comportement » (Vallerand et Thill, 1993). On peut en retrouver les racines scientifiques dans la psychologie comportementaliste des débuts du xx<sup>e</sup> siècle. C'est sans doute cet héritage pesant (et, pour d'aucuns, honteux) qui explique, en partie, le caractère « sulfureux » du terme aujourd'hui. Le concept de

motivation est en effet très inégalement usité, son statut scientifique plus ou moins reconnu dans la psychologie et les sciences de l'éducation de langue française aujourd'hui. Cependant, dans les années 2000, avec l'arrivée des neurosciences, il est devenu possible d'observer les effets de différentes formes de motivation sur le fonctionnement neuronal. Ce qui était jusqu'à ces observations un phénomène hypothétique, souvent confondu avec d'autres explications plausibles notamment dans le cadre des apprentissages, est ainsi devenu en quelque sorte plus concret et plus crédible.

Cependant dans le cadre français, le statut scientifique du terme a longtemps été marqué par une forme de déni pour un certain nombre de raisons, par-delà le manque de connaissance des ouvrages écrits en anglais sur le thème. On y perçoit les traces laissées par les interprétations de trois systèmes d'idées dominants qui se sont intéressés aux motifs du comportement dans la psychologie du xx<sup>e</sup> siècle : béhaviorisme, psychanalyse, humanisme. Si l'on interroge des praticiens en ressources humaines, de la formation ou des étudiants en psychologie ou sciences de l'éducation quant aux grands auteurs sur la motivation, on obtient généralement une liste baroque de pédagogues, de philosophes et de psychologues parmi lesquels figurent en bonne place Skinner, Freud et Maslow. Or, on sait à quel point les expériences de conditionnement, classique puis opérant, ont donné de la motivation une image réductrice et caricaturale ; et si avec Petot (*in* Vallerand et Thill, 1993) on admet que « la psychanalyse est, pour l'essentiel, une théorie de la motivation », alors on reconnaîtra que ces deux systèmes ont diffusé de cette thématique une image partielle, contestable et décourageante. Quant à Maslow, connu pour le schématisme de sa « pyramide des besoins », aujourd'hui largement dépassée, sa vision simplificatrice du fonctionnement de la motivation a sans doute contribué à décrédibiliser la notion.

De sorte qu'à l'orée des années 1990, hormis l'exception notable que représente l'ouvrage pionnier de Nuttin *Théorie de la motivation humaine* (1980), le champ scientifique francophone de la motivation était en friche. L'ouvrage fondateur de Vallerand et Thill (1993) a alors permis de désenclaver la notion de ses ganguettes caricaturales, de lui (re)donner un statut de concept scientifique, et a contribué à l'essor de la recherche francophone sur cette question (Carbonneau et Paquet, 2017 ; Fenouillet, 2012, 2016), aussi appliquée dans le champ de l'éducation scolaire (Viau, 1994 ; Lieury et Fenouillet, 2012 ; Delannoy, 1997 ; Galand et Bourgeois, 2006 ; Martin-Krumm et Boniwell, 2015), du travail (Michel, 1989 ; Francès, 1995 ;

Lévy-Leboyer, 1998, 2007 ; Maugeri, 2004), de la formation (Carré, 1998, 2001) ou du sport (Cury et Sarrazin, 2001) ou encore *via* la traduction d'ouvrages de langue anglaise (Bandura, 2003 ; Reeve, 2017) allant jusqu'au désenfouissement de la pensée des précurseurs<sup>1</sup>. Cette production s'inscrit dans le sillage d'une modification des paradigmes dominants de l'étude de la motivation humaine et témoigne de l'essor remarquable de ce thème de recherche qui ne fait que s'accroître dans le milieu anglo-saxon depuis cette même époque (Weiner, 1992 ; Higgins et Kruglanski, 2000 ; Tesser, Stapel et Wood, 2002 ; Mc Inerney et Van Etten, 2004 ; Elliot, Dweck, Yeager, 2018 ; Reeve, 2005 ; Shah et Gardner, 2008 ; Ryan, 2023 ; Ryan et Deci, 2017 ; Bong, Reeve et Kim, 2023). Cet essor s'inscrit sur un fond d'intérêt sensible aux États-Unis, ce qu'attestent les centaines de productions de recherche présentées dans le cadre des *Nebraska Symposia on motivation* réunis annuellement depuis 1953...

## 2. Renouveau théorique

Le paradigme nouveau de la motivation a ainsi pris son envol au tournant du XXI<sup>e</sup> siècle dans le cadre d'une périodisation sociohistorique parfois qualifiée de « postmoderne », pour illustrer la rupture sociétale avec la modernité industrielle et son dépassement vers des formes inédites de fonctionnement économique, social, technologique et culturel au niveau mondial. Ce contexte s'accompagne sur le plan des idéologies de la chute des grands systèmes explicatifs « donneurs de sens » qui avaient dominé la pensée du XX<sup>e</sup> siècle. Chacun de ces systèmes d'interprétation du monde est porteur d'une conception du sujet et se traduit dans les orientations théoriques dominantes des sciences sociales et humaines à une époque donnée. Ainsi, en sciences sociales et particulièrement en milieu francophone, du sociostructuralisme d'inspiration marxiste, puis bourdieusienne, caractérisé par la vision d'un *sujet-habitus* déterminé, voire aliéné, par ses conditions objectives d'existence, son appartenance de classe, sa position dans le champ économique et culturel. Ainsi également du *sujet-pulsion* de la psychanalyse aux prises avec les forces complexes de son univers inconscient, ou du *sujet-réponse* du béhaviorisme, réagissant aux stimulations de son environnement selon les lois du conditionnement. Ainsi enfin

1. Ainsi de l'ouvrage sur la psychologie de P. Diel (Bavelier, 1998).

du *sujet-démiurge* des psychologies humanistes, tendu vers l'actualisation de soi dans la toute-puissance de sa liberté...

Par contraste, le *xxi*<sup>e</sup> siècle voit surgir et se développer de nouveaux systèmes explicatifs plus modestes, moins marqués du sceau de leurs idéologies fondatrices, mieux éprouvés à l'aune de démarches d'analyse rigoureuses et contrôlées, autour d'un paradigme sociocognitif. À travers celui-ci se dessine la figure d'un *sujet-arbitre*, ultime juge de la combinatoire évolutive de ses déterminations sociofamiliales, de ses expériences de vie et de l'exercice de sa puissance personnelle d'agir, dans un retour à la formule sartrienne qui pose l'énigme de l'existence comme « ce que l'on fait de ce que la vie a fait de nous ».

Renouveau : il ne s'agit plus en effet ici de concevoir la motivation comme il y a un quart de siècle, autour du concept initial d'orientation béhavioriste, indissolublement lié aux théories du conditionnement animal. Ni comme l'expression d'un « désir » aux contours flous, porté par les logiques opaques de l'inconscient. Ni comme aujourd'hui encore se plaît parfois à la dévoyer une certaine littérature managériale ou pédagogique, férue de schémas simples pour mettre au travail des équipes démobilisées ou des élèves apathiques. L'émergence et la domination graduelles du paradigme cognitiviste initial du dernier quart du *xx*<sup>e</sup> siècle n'ont pas immédiatement changé grand-chose à cette désaffection pour la recherche motivationnelle. Psychologie « froide », centrée sur les processus de traitement de l'information, longtemps dominée par la métaphore de l'ordinateur humain, la psychologie cognitive de l'apprentissage, tout en reconnaissant l'importance des aspects dynamiques, affectifs, motivationnels de l'action, les reléguait, précisément, au champ de l'émotion et de l'affectivité, « sous-traitant » parfois la question à la psychanalyse...

C'est dans ce cadre chaotique, donc propice aux remises en question, et porté par l'essor d'une psychologie cognitive « chaude », aux confins de la pensée, de l'émotion et de l'intention, qu'est réapparu le concept de motivation, aux États-Unis d'abord, puis, *via* le Québec, sous nos latitudes. On y découvre un ensemble conceptuel en voie d'organisation (Weiner, 1992), riche de la vision ouverte d'un sujet social actif, co-auteur de sa propre histoire, agissant à l'intérieur d'un réseau de contraintes et de déterminations externes avec lesquelles il est en perpétuelle interaction.

Porté par les théories de l'expectation et de la valeur, de l'attribution, de l'auto-efficacité, des buts, de l'autodétermination et de l'intérêt, le nouveau

courant de la psychologie des motivations fait une large place à l'analyse des représentations d'avenir, du contexte social et de la conception de soi. C'est dire qu'il croise à la fois les problématiques cognitives classiques des représentations, les théories psychosociales du « soi » et les psychologies matérialistes de la personnalité (Leontiev, Wallon, Sève). Ce courant s'inscrit dans la mouvance d'une psychologie sociocognitive « chaude », héritière de la psychologie sociale expérimentale, tournée vers l'étude rigoureuse et contrôlée des interactions entre facteurs dispositionnels, contextuels et comportementaux de la vie psychique. Dans le présent ouvrage, trente auteurs internationaux, inscrits dans cette discipline ou dans des disciplines voisines des champs de l'éducation, de l'orientation, de la clinique, des activités sportives ou du travail, font la démonstration de la puissance heuristique et de la surface théorique des « nouvelles » approches de la motivation et de la portée de leurs enjeux pour les pratiques sociales.

La première partie sera dédiée à une présentation synthétique de quelques-unes des grandes théories et des concepts majeurs de la psychologie de la motivation.

Cette section s'ouvrira sur une approche intégrative des théories de la motivation présentée par Fabien Fenouillet qui tentera de faire appréhender au lecteur toute l'étendue de ce concept (chapitre 2). En effet, derrière ce terme se cachent de très (et peut-être trop) nombreux concepts et théories qui, ensemble, construisent une certaine unité qui peut servir de guide à la lecture de cet ouvrage.

Le chapitre suivant, rédigé par Albert Bandura (1925-2021) sera consacré à sa théorie sociocognitive, qui a un impact majeur en psychologie aujourd'hui. L'œuvre de cet auteur, commencée à Stanford il y a plus de 60 ans, s'appuie sur une conception de l'agentivité humaine qui fait de nous les « co-constructeurs » de nos propres destinées (chapitre 3). Au cœur de cette conception globale du fonctionnement humain, la notion d'« auto-efficacité » fait figure d'organisateur des conduites, aux sources du comportement motivé.

Autre grande proposition théorique en développement permanent depuis une cinquantaine d'années, la théorie de l'autodétermination de Deci et Ryan convoque l'hypothèse du triple besoin de compétence, d'autodétermination et d'affiliation sociale pour nous conduire, *via* un ensemble de « mini-théories », vers une construction majeure et influente de la motivation intrinsèque et extrinsèque, applicable à différents niveaux de généralité :

situationnel, contextuel et global (Damien Tessier, chapitre 4 ; Jany St-Cyr, Virginie Paquette et Robert Vallerand, chapitre 5).

Les théories « reposant sur le concept de but » feront l'objet d'un chapitre, qui passera en revue le rôle de ces organisateurs de l'action que sont les buts ou « représentations internes d'un résultat désiré » (Laurent Cosnefroy). Les caractéristiques des buts, les liens entre buts et performances, la distinction entre buts de performance et buts d'apprentissage sont certains des thèmes examinés ici (chapitre 6).

Les trois chapitres suivants viseront à présenter trois grands concepts de la motivation dans le champ de la francophonie. Le chapitre 7, présenté par Virginie Paquette et Robert Vallerand, commencera avec la passion et en proposera une conception dualiste qui permettra de mieux comprendre les implications tant positives que négatives de cette motivation si particulière. Le chapitre 8, présenté par Jean Heutte, sera consacré à une autre émotion particulière ressentie lors de la totale absorption dans une activité, conception qui a été traduite un premier temps par flux mais qui fait maintenant consensus sous l'appellation de *flow*. Enfin, le chapitre 9, présenté par Nora Yennek, abordera une autre émotion motivationnelle beaucoup plus ancienne, l'intérêt, mais qui, étonnamment, a végété conceptuellement pendant plus d'un siècle et qui connaît actuellement un renouveau théorique d'une actualité brûlante.

Le chapitre 10 présenté par Thierry Meyer permettra de mesurer toute l'importance que représente actuellement le concept de motivation dans le champ de la cognition sociale. En effet, sous l'impulsion d'innombrables travaux menés notamment sur les attitudes explicites et surtout implicites, il apparaît que les mécanismes d'une cognition froide sont insuffisants pour expliquer les actions et interactions humaines. La cognition motivée corrige avantageusement ce déficit et propose de nombreuses pistes de compréhension des comportements sociaux.

Le chapitre de clôture de cette partie théorique, consacré aux neurosciences motivationnelles (chapitre 11, présenté par Fabien Fenouillet et Giovanni de Marco), permettra d'apporter quelques éclairages sur cette explosion tant méthodologique que conceptuelle, qui ébranle actuellement notre compréhension de la motivation du point de vue du fonctionnement neuronal.

### 3. Richesse des implications pour les pratiques sociales

La seconde partie de l'ouvrage passera en revue un ensemble de pratiques sociales traversées par la notion de motivation et au cours desquelles la problématique du passage à l'action est déterminante.

Nous commencerons le périple avec, en toute logique, la question première de l'école et des apprentissages scolaires (Laurent Cosnefroy et Fabien Fenouillet). Conformément aux déclarations récurrentes des éducateurs et des responsables du système scolaire, le chapitre 12 mettra ainsi en lumière la pertinence des questions abordées par les différentes théories de la motivation. En dépit d'une impression de « puzzle conceptuel » que donne de prime abord la littérature dans ce domaine, la lecture du chapitre confirmera l'impact essentiel que l'univers théorique sociocognitif de la motivation peut avoir sur l'amélioration des pratiques et la compréhension des dynamiques de l'apprentissage scolaire, sur le plan de son déclenchement et de sa régulation.

Passant de l'enfance à l'âge adulte, Philippe Carré abordera ensuite, dans le chapitre 13, la question de la motivation dans l'univers de la formation pour adultes qui, bien que récemment désenfouie, reste encore actuellement trop confondue avec la problématique de la pédagogie scolaire. La transition sera fluide avec le chapitre 14 sur l'orientation professionnelle. Dans ce domaine, l'étude scientifique de la motivation a de longue date été prise au sérieux, sur le plan empirique comme théorique, ce qui s'explique facilement compte tenu de l'évidence de la problématique du choix de nos actes dans le secteur de l'orientation. Les thèmes du sentiment d'efficacité personnelle, de l'autodétermination et des buts trouveront ici, peut-être encore plus qu'ailleurs, une évidente légitimité, dans le cadre d'une « conception d'un sujet actif, agent de ses conduites, qui construit sa réflexion dans le cadre de l'interaction sociale de la relation de conseil » (Even Loarer et coll.).

Suite logique de notre progression à travers cet ouvrage, le thème de la motivation trouve un sens vif aujourd'hui dans le contexte du travail (chapitre 15, présenté par Marylène Gagné, Jacques Forest et leurs collaborateurs). Le monde industriel et des services est aujourd'hui piloté *via* une individualisation des modes de gestion, et une autonomisation des équipes qui, jointes à l'incertitude dominante qui pèse sur les économies capitalistes, impliquent un recours accru aux ressources des personnes, qu'elles soient cognitives ou affectives. Dans un tel contexte historique,

économique et social, la thématique des motivations trouve d'évidence sa justification.

Dans le domaine du sport (chapitre 16), on constate que les études sur la motivation font partie de plein droit des références théoriques incontournables dans le traitement de problématiques essentielles, comme la performance et le *fair-play*. À partir des constructions théoriques du sentiment d'autodétermination, de l'auto-efficacité et des buts, Aurélie Van Hoya et ses collaborateurs soulignent la pertinence des théories sociocognitives de la motivation dans la compréhension des comportements liés à la pratique sportive, qu'elle soit tournée vers l'amélioration des performances ou le souci de réalisation de soi.

Le dernier chapitre présentera une nouvelle approche de l'entretien, dit « motivationnel », grâce auquel les théories de la motivation trouvent une application directe dans le traitement par thérapies brèves de divers dysfonctionnements psychiques (Antonia Csillik, chapitre 17). Dans un croisement avec l'approche rogérienne du développement de la personne, on pourra lire ici à quel point la combinatoire d'un climat d'acceptation et de l'usage des concepts sociocognitifs de motivation peuvent mener à la résolution de troubles aussi divers que l'alcoolisme, les toxicomanies, les comportements à risque et les dérèglements alimentaires, permettant la mise en synergie des dimensions cognitives, émotionnelles et comportementales de l'engagement autodirigé dans le changement.

## **4. Les registres de la motivation**

Lors de la première édition de cet ouvrage (Carré et Fenouillet, 2009), nous avons anticipé une contagion des théories motivationnelles à l'ensemble de la cognition. Dans cette perspective, il nous paraissait nécessaire d'adopter une terminologie recentrée sur l'essence même de la motivation. Le concept de *conation* nous semblait être un bon choix et ce pour de nombreuses raisons. En référence à la définition de Reuchlin (1990), ce terme permet de réunir l'ensemble des observations, des concepts et des théories portant sur « le choix et l'orientation des conduites ». Ce néologisme connexe des concepts de motivation, de volition et de métacognition permet de saisir le dynamisme spécifique du fonctionnement humain sous-estimé par une approche trop mécaniste de la cognition. Le terme de conation demeure pertinent mais son utilisation reste encore discrète dans les écrits consacrés à la motivation.

Les concepts et conceptions issues des recherches sur la motivation sont de plus en plus utilisés dans tous les domaines de la psychologie, y compris bien entendu dans le cadre de la psychologie cognitive comme nous avons pu l'anticiper. À titre d'exemple parmi beaucoup d'autres, les recherches sur la mémoire ont longtemps été exemplaires d'une cognition dite « froide » qui a permis de distinguer différentes structures mnésiques sans recourir au moindre ajout émotionnel ou motivationnel. Cependant l'une des structures mnésiques identifiées au tournant du *xxi*<sup>e</sup> siècle, la mémoire prospective (la mémoire de ce que nous projetons de faire), fait de *l'intention* (un concept essentiellement utilisé dans les théories motivationnelles) l'élément clef de cette structure mnésique et les recherches montrent que la récompense à une action sur cette mémoire (Rummel *et al.*, 2017). La théorie volitionnelle de l'implémentation d'intention (Gollwitzer, 2014) se révèle très pertinente pour comprendre les mécanismes cognitifs de la mémoire prospective (Dodhia et Dismukes, 2009) et questionne en filigrane la place de celui qui émet cette intention.

Les théories de la motivation ne peuvent pas faire l'économie de la question de *l'agentivité* de l'être humain. Celle-ci se pose d'ailleurs d'autant plus à l'heure actuelle avec l'ascension des neurosciences comme source d'explication des facteurs motivationnels de l'ensemble des organismes. La connexion entre motivation et cognition est sans doute le fruit, au moins en partie, de cette émergence des neurosciences depuis ces 20 dernières années. En proposant des méthodes d'observation du cerveau humain pratiquement inédites avant le *xxi*<sup>e</sup> siècle, les neurosciences se sont placées en quelque sorte aux premières loges de l'observation des mécanismes cognitifs. Cependant, elles s'appuient sur un long historique de théorisations du comportement animal où le « sujet » est nettement moins coopératif que dans les expérimentations humaines sur lesquelles s'appuie la recherche cognitive chez l'être humain. Pour que l'animal « accepte » d'adopter un comportement, il est en effet nécessaire de le « motiver » (ou, à proprement parler, de le « mobiliser »).

En partant de l'animal, le risque est donc d'évacuer la question de l'agentivité, aujourd'hui au cœur de la compréhension des conduites humaines. Dans cette conception, le sujet social est vu comme un agent partiel de son propre développement, à la fois « producteur et produit de son existence », déployant son pouvoir d'agir dans le jeu permanent des interactions entre perception de soi, régulation du comportement et événements du contexte de vie (Bandura, 2023). On comprend dès lors l'importance nouvelle que ce champ de recherche prend en psychologie de la motivation aujourd'hui.

## Références bibliographiques

- Bandura, A. (2003). *Auto-efficacité : le sentiment d'efficacité personnelle*. Bruxelles : De Boeck.
- Bandura, A. (2023). *Social cognitive theory. An agentic perspective on human nature*. New York : Wiley.
- Bavelier, A. (1998). *L'homme et ses motivations. La psychologie de Paul Diel*. Paris : Retz.
- Bong, M., Reeve, J. et Kim, S. (2023). *Motivation Science : Controversies and Insights*. Oxford University Press.
- Carbonneau, N. et Paquet, Y. (2017). *La théorie de l'autodétermination : Aspects théoriques et appliqués*. Bruxelles : De Boeck.
- Carré, P. (Dir.) (1998). *Motivation et engagement en formation. Éducation permanente*, 136.
- Carré, P. (2001). *De la motivation à la formation*. Paris : L'Harmattan.
- Carré, P. et Fenouillet, F. (2019). *Traité de psychologie de la motivation*. Paris : Malakoff, nouv. prés.
- Cury, F., Sarrazin, P., Dir. (2001). *Théories de la motivation et pratiques sportives*. Paris : PUF.
- Delannoy, C. (1997). *La Motivation*. Paris : Hachette.
- Dodhia, R.M. et Dismukes, K.R. (2009). Interruptions create prospective memory tasks. *Applied Cognitive Psychology*, 23, 73-78.
- Elliot, A.J., Dweck, C.S. et Yeager, D.S. (2018). *Handbook of competence and motivation : Theory and application* (second edition). The Guilford Press.
- Fenouillet, F. (2012). *La motivation*. Malakoff : Dunod, 3<sup>e</sup> éd.
- Fenouillet, F. (2023). *Les théories de la motivation*. Malakoff : Dunod, 2<sup>e</sup> éd.
- Francès, R. (1995). *Motivation et efficacité au travail*. Liège : Mardaga.
- Galand, B., Bourgeois, E. (Dir.) (2006). *(Se) motiver à apprendre*. Paris : PUF.
- Gollwitzer, P.M. (2014). Weakness of the will : Is a quick fix possible ? *Motivation and Emotion*, 38, 305-322. <https://doi.org/10.1007/s11031-014-9416-3>
- Higgins, E.T., Kruglanski, A.W. (Dir.) (2000). *Motivational science*. Philadelphia : Psychology Press.
- Lévy-Leboyer, C. (1998). *La motivation dans l'entreprise. Modèles et stratégies*. Paris : Éditions d'Organisation.
- Lévy-Leboyer, C. (2007). *Re-motiver au travail*. Paris : Eyrolles.
- Lieury, A., Fenouillet, F. (2019). *Motivation et réussite scolaire*. Malakoff : Dunod, 4<sup>e</sup> éd.
- Martin-Krumm, C. et Boniwell, I. (2015). *Pour des ados motivés*. Paris : Odile Jacob.
- Maugeri, S. (2004). *Théories de la motivation au travail*. Malakoff : Dunod.
- McInerney, D.M., Van Etten, S. (Dir.) (2004). *Big theories revisited*. Greenwich : Information Age Publishing.
- Michel, S. (1989). *Peut-on gérer les motivations ?* Paris : PUF.
- Nuttin, J. (1985). *Théorie de la motivation humaine. Du besoin au projet d'action*. Paris : PUF, 3<sup>e</sup> éd. 1991.

- Reeve, J. (2005). *Understanding motivation and emotion*. Hoboken : John Wiley and Sons.
- Reeve, J. (2017). *Psychologie de la motivation et des émotions*. Bruxelles : De Boeck.
- Reuchlin, M. (1990). *Les Différences individuelles dans le développement conatif de l'enfant*. Paris : PUF.
- Rummel, J., Smeekens, B. et Kane, M.J. (2017). Dealing with prospective memory demands while performing an ongoing task : Shared processing, increased on-task focus, or both ? *Journal of Experimental Psychology : Learning, Memory and Cognition*, 43, 1047-1062.
- Ryan, R. et Deci, E. (2017). *Self-determination theory : Basic psychological needs in motivation, development, and wellness*. Guilford Press.
- Ryan, R (2023). *The Oxford handbook of self-determination theory*. Oxford Library of Psychology.
- Shah J. et Gardner W.L. (Dir.) (2008). *Handbook of motivation science*. New York : Guilford Press.
- Tesser, A., Stapel, D.A., Wood, J.V. (2002). *Self and motivation*. Washington : American Psychological Association.
- Vallerand, R.J. et Thill, E. (Dir). (1993). *Introduction à la psychologie de la motivation*. Laval : Vigot.
- Viau, R. (1994). *La Motivation en contexte scolaire*. Bruxelles : De Boeck.
- Weiner, B. (1992). *Human motivation : Metaphors, theories, and research*. Thousand Oaks, CA : Sage Publications, Inc.