



La persévérance et la motivation dans les études à distance

La persévérance et la motivation

La définition de la motivation

- La motivation est comme l'essence dans une voiture; elle nous permet d'avancer
- C'est une force qui entraîne un comportement orienté vers un objectif
- Plus l'objectif est important pour une personne, plus la motivation est grande
- La motivation est dynamique, c'est-à-dire qu'elle fluctue constamment et doit être réactivée régulièrement (tout comme il faut faire le plein d'essence régulièrement)
- L'aspect le plus important de la motivation est qu'il permet de persévérer lorsque des obstacles se présentent
- En formation à distance, la motivation demeure sans contredit le premier facteur de réussite

Les deux types de motivations

1. La motivation intrinsèque :

La motivation intrinsèque signifie que la personne pratique une activité pour le plaisir et la satisfaction qu'elle en retire. On étudie parce qu'on aime la matière, parce que le cours nous intéresse.

2. La motivation extrinsèque :

La personne agit dans l'intention d'obtenir une conséquence (un gain) qui se trouve en dehors de l'activité même. On étudie parce qu'on veut obtenir un diplôme, avoir un meilleur emploi, un meilleur salaire dans le futur.

La motivation intrinsèque est la plus importante lorsqu'on choisit notre domaine d'études. En effet, la motivation sera plus grande si la matière nous passionne. Toutefois, il est rare que l'intérêt soit constamment suscité à 100 % par chaque tâche, chaque exercice, voire chaque cours. C'est là que la motivation extrinsèque est importante. Se rappeler des bénéfices à plus long terme permet de garder le cap sur nos objectifs.

Les défis de la motivation dans les études à distance

Étudier à distance peut engendrer des défis supplémentaires :

- Le sentiment de solitude, surtout lorsqu'il est difficile de comprendre la matière
- Moins enclin à poser des questions, à s'impliquer, en raison de la barrière de l'écran d'ordinateur
- À défaut de fréquenter une classe régulièrement, on accorde moins d'importance aux études qui sont reléguées au second plan
- Le travail rémunéré ou les activités prennent toute la place
- Le sentiment de découragement par rapport à la quantité de travail à accomplir et l'impression que c'est une montagne impossible à gravir

Nourrir sa motivation

1. Avoir confiance en sa capacité de réussir

Les étudiants réussissent mieux quand ils croient qu'ils seront capables de réussir.

2. Créer des liens avec d'autres étudiants

Un des plus grands facteurs de motivation face aux études est le sentiment d'appartenance envers l'institution ou le groupe. En formation à distance, on peut développer cet aspect en échangeant avec les autres étudiants par le biais des forums et plateformes d'échanges mises à notre disposition. Il ne faut donc pas hésiter à aller vers les autres et à s'intéresser à eux malgré les entretiens « virtuels ». Notre motivation s'en trouvera stimulée.

3. S'assurer que le projet d'études s'insère bien dans notre vie

La motivation est maintenue lorsque nos projets concordent bien avec la vie familiale, sociale, professionnelle.

4. Faire face aux changements

La motivation est influencée par la capacité à se réorganiser si des changements surviennent, et ce, au plan personnel, scolaire ou professionnel.

5. Participation active! Poser des questions, que ce soit aux professeurs, au soutien technique ou aux collègues

La motivation est augmentée par le sentiment d'être partie prenante de son propre apprentissage, par le développement d'une implication soutenue et une rétroaction positive. On doit soulever ses interrogations et incompréhensions, stimuler sa réflexion et sa curiosité!

6. Garder les objectifs en tête

Le temps et les coûts exigés par le projet d'études sont-ils proportionnels aux bénéfices que vous en tirerez?

Sources :

La motivation, clé de la réussite des études à distance :

<http://journalmetro.com/plus/carrieres/357507/la-motivation-cle-de-la-reussite-des-etudes-a-distance/>

Tétrault, Caroline. « Programme d'ateliers d'insertion professionnelle pour le Programme Jeunes au travail », Collège Éducacentre, 2010

Ruel, Gaétan, « Persistance scolaire en formation à distance », *DistanceS*, 2010, 12(1), 27-43

Bourdages, Louise. « La persistance et la non-persistance aux études universitaires sur campus et en formation à distance » http://cqfd.teluq.quebec.ca/distances/D1_1_e.pdf

Vers la réussite : http://www.cegepadistance.ca/services/vers_la_reussite.asp