



# Motivation en formation : une dynamique à cultiver

Comment susciter et entretenir la motivation, levier essentiel pour se former ? Réponses avec l'expert Audric Mazietti.

Par Nicolas Deguerry - Le 17 juillet 2023.

Après l'approche empirique de la motivation par le champion olympique Edgar Gropiron ([notre article](#)), place à la théorie avec Audric Mazietti, docteur en psychologie cognitive <sup>[1]</sup>. S'intéressant aux mécanismes psychologiques qui sous-tendent la motivation, l'enseignant-chercheur invite d'emblée à considérer le concept sous l'angle d'une « *dynamique existentielle*. » Face à ce qu'il nomme la « *sclérose des capacités* » à atteindre l'objectif fixé, se trouve toujours une perte des mécanismes dynamiques qui fondent la capacité.

## Plasticité synaptique

La bonne nouvelle, c'est que la « *neuroplasticité* » de notre cerveau nous permet d'entretenir et même de réparer cette dynamique capacitaire. À grands renforts d'études démontrant notre « *plasticité synaptique* », Audric Mazietti explique que nos expériences d'apprentissage modifient tout au long de notre vie les capacités de notre système cognitif. En fonction de la nature des stimuli externes et internes auxquels nous nous confrontons, nous pouvons ainsi développer ou abîmer notre capacité à faire.

## Pouvoir, c'est vouloir

Pour le chercheur, la mise en mouvement de nos aptitudes obéit à des mécanismes motivationnels, qui reposent sur des interactions permanentes entre ce que nous sommes en capacité de faire (le pouvoir) et ce que nous sommes déterminés à faire (le vouloir). Problème : s'y ajoutent des croyances, qui conditionnent notre perception de l'environnement en dehors de tout fait objectif, et qui peuvent se révéler limitantes ou capacitantes.  
C.Q.F.D. : « *accéder aux capacités réelles et aux aspirations réelles demande un travail de déconstruction des croyances et un travail de reconstruction des capacités et aspirations.* »

# Rôle des accompagnateurs

Ici peuvent intervenir les professionnels de l'accompagnement, qui peuvent aider les individus à définir leurs objectifs, à partir de leurs capacités et motivations réelles. Il s'agit là pour Audric Mazziotti d'une condition nécessaire au déploiement d'une stratégie motivationnelle efficace. Le chercheur insiste, « *les gens non motivés sont souvent des gens qui ne savent pas où ils sont.* »

Pour les conseillers des Maisons de l'information sur la formation et l'emploi qui aiment à se définir comme des « *maïeuticiens du projet professionnel* », il y a là une pente naturelle vers la maïeutique de la motivation.

## DEUX DÉFINITIONS DE LA MOTIVATION

En psychologie et selon la définition du CNTRL<sup>[2]</sup>, la motivation est « *l'ensemble des facteurs dynamiques qui orientent l'action d'un individu vers un but donné, qui déterminent sa conduite et provoquent chez lui un comportement donné ou modifient le schéma de son comportement présent.* » Selon la définition retenue par l'enseignant-chercheur, il s'agit d'un « *construit hypothétique utilisé pour décrire les forces externes et internes produisant le déclenchement, la direction, l'intensité et la persistance du comportement.* »

- **Rencontres nationales des Mife, « Travail, Orientation, Motivation – Perspectives européennes », lundi 19 et mardi 20 juin, Lyon :**  
<https://intermife.fr/blog/rencontres-nationales-des-mife-19-et-20-juin-2023-a-lyon/>

## Notes

1. ↑ Audric Mazziotti est enseignant-chercheur en psychologie et responsable digital learning de l'Esdes Lyon business school.
2. ↑ Centre national de ressources textuelles et lexicales.