

<b>Zeitschrift:</b>	Mobile : la revue d'éducation physique et de sport
<b>Herausgeber:</b>	Office fédéral du sport ; Association suisse d'éducation physique à l'école
<b>Band:</b>	7 (2005)
<b>Heft:</b>	4
<b>Rubrik:</b>	Aux racines de la démotivation

#### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

#### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

#### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 25.02.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

# Aux racines de la démotivation

**Q**uoi de plus frustrant pour un enseignant que de ne pas réussir à instaurer un climat propice à l'apprentissage? Quand des adolescents affichent peu d'enthousiasme pour un cours ou vont jusqu'à le boycotter, il n'est pas toujours facile d'en cerner les causes. Enseignant l'éducation physique au gymnase, je connais des problèmes avec une classe de filles «recomposée», dans laquelle l'ambiance laisse à désirer.

## Manque d'enthousiasme

Les débuts sont difficiles. Je me dis que c'est normal, qu'il faut faire connaissance. Mais je finis par perdre patience. Le cours ne se déroule pas comme je l'entends, il n'y a pas une bonne dynamique. Le problème vient-il de ma façon d'enseigner? Est-il lié à ma personne? J'essaie de m'expliquer avec les élèves, mais elles se lancent dans d'interminables discussions qui ne débouchent sur rien. «Restez cool!», «on fait ce qu'on peut!». Devant ces réactions, mon mécontentement et ma frustration ne font que croître. Mon problème semble être avant tout un problème relationnel entre les élèves.

## Tentatives avortées

Je m'efforce de trouver des solutions en associant les élèves à l'organisation du cours. Pour cela, je discute séparément avec les élèves des deux demi-classes.

En dépit de ces efforts, l'ambiance ne s'améliore pas et les élèves ne s'investissent pas plus qu'avant. Souvent, j'ai le sentiment qu'en rejetant la faute sur l'autre classe, elles cherchent une excuse pour masquer leur propre désintérêt. J'essaie de me concentrer sur les filles qui aiment la gym et les encourage à jouer le rôle de «locomotives». Mais j'ai fixé la barre trop haut! A la rentrée d'automne, je leur demande de formuler par écrit ce qui leur plaît dans le cours et ce qui ne leur plaît pas. J'attends aussi des propositions de changement. Les réponses sont très variées. Si les filles souhaitent s'attarder moins longtemps sur une discipline et explorer de nouvelles choses, elles parlent

aussi souvent des «autres»: «Quand tout le monde se donne à fond, cela me stimule» ou «j'aime bien le cours, mais je suis démotivée en voyant que certaines ne font rien».

## Une plus grande ouverture

Nous convenons de varier régulièrement le contenu des leçons (circuit en musique, jeux), en mettant l'accent sur de nouvelles disciplines, ce qui se fait de toute façon en 3e et 4e années dans notre établissement. Nous faisons du kayak sur le lac et de l'escalade, mais aussi du handball et des acrobaties. Je remarque enfin un changement. L'ambiance est plus agréable, les tensions s'atténuent. J'estime que les élèves s'investissent comme elles le devraient. Je suis soulagé...

## A méditer

Que s'est-il passé? Les efforts consentis à différents niveaux ont-ils porté leurs fruits? Pour le moment, je ne peux que me livrer à des suppositions:

- les élèves ont grandi et mûri. Elles sont au-dessus de ces rivalités et arrivent mieux à accepter les autres;
- le fait de pouvoir donner leur avis sur le contenu des leçons et de tester des nouveautés a relancé la dynamique;
- mes exigences ont baissé, ce qui réduit les risques de conflits;
- C'est sans doute grâce à la conjonction de ces divers éléments que la situation s'est débloquée.

---

**Peter Moor** enseigne le sport au Gymnase allemand de Bienne.  
➤ **Contact:** pete.moor@besonet.ch

