

Estime de soi et scolarité

- Estime de soi ?
- Développement de l'estime de soi
- Différentes parties de l'estime de soi
- Estime de soi et adoption
- Estime de soi et scolarité
- Conduites d'élèves pour protéger l'estime de soi
- Conduites d'enseignants pour protéger l'estime de soi de leur élèves
- Conduites parentales pour protéger l'estime de soi de leur(s) enfant(s)
- Conduites parentales pour protéger l'estime de soi de leur(s) enfant(s) écolier(s)

Estime de soi ?

- Estime de soi est une notion très populaire, diffusée dans le domaine public

"estime de soi" [Recherche avancée](#)
[Préférences](#)

Rechercher dans : Web Pages francophones Pages : France

Résultats 1 - 10 sur un total d'environ 3 010 000 pour "estime de soi" (0,30 secondes)

Self-esteem [Recherche avancée](#)
[Préférences](#)

Rechercher dans : Web Pages francophones Pages : France

Résultats 1 - 10 sur un total d'environ 36 100 000 pour Self-esteem (0,36 secondes)

- Sans doute parce que c'est un des plus anciens domaines de recherches de la psychologie scientifique
 - Un des premiers à avoir travaillé sur l'estime de soi est William James (1842-1910)
 - *Précis de psychologie* en 1892
- Sans doute aussi parce que tout le monde comprend bien que sous cette appellation simple ("estime de soi") se joue quelque chose autour de l'identité et de sa valeur

Estime de soi ?

- Reste à avoir une définition de l'estime de soi. En voici deux :



- Estime de soi correspond à la valeur que les individus s'accordent, ils s'aiment ou ne s'aiment pas, s'approuvent ou se désapprouvent (Martinot, 2008)
 - Ensemble des attitudes et des sentiments que le sujet éprouve à l'égard de lui-même (Preteur, 1998)
-
- Les jugements positifs ou négatifs que l'individu porte sur lui-même, sur ses capacités, sur ses performances guident, dans une large mesure, ses comportements et ses réactions
 - Ces jugements définissent le rapport affectif que les individus entretiennent avec leur identité

Développement de l'estime de soi

- Estime de soi se construit dans la rencontre (adaptatif)
 - Rencontres avec des environnements dans lequel l'individu vit
 - Rencontres avec d'autres individus avec lesquels il entre en relation
 - Parents (adultes qui s'occupent de lui), fratrie, famille
 - Enseignants (adultes de l'école)
 - Pairs (camarades de l'école ou de clubs)
 - Autres modèles de rôles
- Estime de soi est un phénomène dynamique
 - Se construit au cours du temps (en fonction des possibilités intellectuelles liées à l'âge)
 - Fluctue au cours de temps

Jugement des autres + comparaison aux autres + ... ► estime de soi

Développement de l'estime de soi

Estime de soi évolue au cours de l'enfance, de l'adolescence puis tout au long de la vie

- 4-5 ans les enfants se décrivent avec des caractéristiques totalement indépendantes les unes des autres
 - Valeurs exagérément positives
- 5-7 ans les enfants commencent à comprendre que les autres personnes ont construit une évaluation de lui et de ses comportements
 - Progressivement l'enfant commence à être attentif aux évaluations des membres de sa famille et des enseignants
 - Valeurs exagérément positives perdurent encore car, à cet âge, pas beaucoup de possibilités intellectuelles pour se comparer aux autres

Développement de l'estime de soi

Estime de soi évolue au cours de l'enfance, de l'adolescence puis tout au long de la vie

- 8-11 ans les enfants intègrent progressivement les évaluations de sa famille et de l'école et commencent à avoir une idée *réaliste* de ses propres caractéristiques. Début des comparaisons aux autres.
- A l'adolescence importance énorme des comparaisons aux autres. L'estime de soi évolue d'un contexte à l'autre (avec les copains, à l'école, dans la famille)
 - L'organisation de l'estime de soi et l'articulation entre les différentes évaluations reçues arrivent à la fin de l'adolescence, au début de l'âge adulte

Différentes parties de l'estime de soi

Estime de soi est donc composée de différentes parties (en simplifiant)

- Estime de soi scolaire (retours des évaluations scolaires)
 - + Estime de soi sociale (retours des évaluations lors d'activités en groupe)
 - + Estime de soi physique (image de ses performances physiques et de son propre corps par rapport aux autres)
-

= Estime de soi globale

Estime de soi ++ = Estime de soi scolaire ++ + Estime de soi sociale + + Estime de soi physique -

Estime de soi ++ = Estime de soi scolaire - + Estime de soi sociale + + Estime de soi physique ++

Estime de soi -- = Estime de soi scolaire - + Estime de soi sociale + + Estime de soi physique -

Estime de soi est un besoin fondamental : les enfants comme les adultes souhaitent se voir comme des personnes de valeur

Estime de soi et adoption

Plusieurs recherches utilisant des mesures standardisées (comparables et stabilisées) donnent des résultats à valeur scientifique :

- Toutes convergent (sauf une canadienne de Harder, 1987) pour dire que **les enfants adoptés ont *en général* une bonne estime d'eux-mêmes** en relation avec le niveau économique élevé des parents
- Importance primordiale du milieu familial pour l'estime de soi des enfants adoptés
- Sans doute (2 études : Simon et Altstein, 1991 ; Westhues et Cohen, 1997) **des différences peuvent exister entre les enfants biologiques et les enfants adoptés au sein d'une même famille à l'avantage des premiers**
- Une étude (Westhues et Cohen, 1997) montre même que les enfants adoptés ont un niveau d'estime de soi plus élevé que les autres

Estime de soi et adoption

Fin de l'enfance et adolescence, l'importance de la comparaison aux autres accentue l'impact du sexe et de l'origine ethnique

- Comme pour les autres enfants les filles adoptées passent par une période de baisse de leur estime de soi à l'adolescence (Bagley, 1993). Adulte cette baisse est compensée
- Plusieurs études montrent que la couleur de la peau ou l'ethnie ne semble pas avoir d'impact quelle que soit la composition ethnique de la famille
 - Même si les adoptés ont une faible identité ethnique cela n'impacte pas le niveau global d'estime de soi (Lydens, 1989 ; Despeignes, 1993 ; Bagley, 1993)

Estime de soi et scolarité

- Les relations entre estime de soi et réussite scolaire ont donné lieu à une très grande quantité d'études
- Consensus des chercheurs pour dire qu'il y a un lien très fort entre estime de soi élevé et réussite scolaire

estime de soi ++ — réussite scolaire ++

- Effectivement beaucoup de parents, d'enseignants observe qu'une estime de soi élevée et de bons résultats scolaires vont ensemble
- Et ils peuvent en conclurent que l'estime de soi est le moteur de la réussite scolaire **mais...**

Estime de soi et scolarité

estime de soi ++ \longrightarrow réussite scolaire ++

ou

estime de soi ++ \longleftarrow réussite scolaire ++

- Les études extensives (sur un grand nombre d'individus avec des mesures standardisées) ne permettent pas vraiment de trancher
 - *Il est scientifiquement imprudent de conclure que l'estime de soi pourrait susciter la réussite scolaire* (Martinot, 2008)
- Sans doute
 - Augmenter l'estime de soi des élèves en difficultés indépendamment de leurs résultats supprime une des motivations à réussir : on travaille à l'école aussi pour se donner de la valeur à ses yeux et si la valeur arrive sans travail...

Conduites d'élèves pour protéger l'estime de soi

- Ne pas se comparer à meilleur que soi
 - Pas la peine de se comparer à des meilleurs car ils sont trop différents de moi
 - Et donc il est légitime que mes résultats soient différents (moins bons)
 - Mais en évacuant la comparaison avec le bon niveau, il se donne moins d'envie de l'atteindre
- Se comparer à plus mauvais que soi
 - Se comparer à des élèves avec une moins bonne évaluation que la sienne relativise sa difficulté, il y a pire...
 - Et donc je suis meilleur qu'eux
 - Mais se comparer uniquement aux élèves inférieurs est peu propice à une augmentation des efforts...

Conduites d'élèves pour protéger l'estime de soi

- Rejeter la responsabilité de son échec
 - S'attribuer la responsabilité de ses réussites (parce que je suis doué) et rejeter la responsabilité de ses échecs (le prof ne m'aime pas)
 - Et donc pas ma faute si mes résultats ne sont pas bons
 - Mais, pour progresser dans les apprentissages scolaires, il faut prendre en compte ses erreurs...
 - Mais si c'est la faute d'autrui, l'élève va affaiblir son sentiment de contrôle (puissant moteur de la motivation)
 - Et cela ne va pas toujours pouvoir être la faute des autres... il faut trouver une autre conduite :

Conduites d'élèves pour protéger l'estime de soi

- S'auto-handicaper = anticipation de l'échec
 - Placer soi-même des obstacles pour freiner sa propre performance. Le meilleur : absence d'effort = ne rien faire, ne pas réviser, ne pas travailler
 - Ainsi : évaluations négatives = paresseux. C'est plus supportable que le manque d'intelligence !
 - Et si les évaluations sont correctes (ou presque) = je suis doué
 - Mais s'auto-handicaper revient à supprimer les efforts pour l'école et donc peu de chances de progresser...

Conduites d'élèves pour protéger l'estime de soi

- Ne plus accorder d'importance à certaines matières ou à l'école
 - Déconsidérer des domaines scolaires vécus comme menaçant voire l'école entière
 - Si les maths n'ont aucune importance pour moi, une mauvaise note ne me fait plus rien...
 - Si l'école n'a aucun intérêt, les évaluations négatives m'importent peu...
 - Mais si cela protège ou épargne l'estime de soi cela démotive entièrement car on ne peut travailler efficacement dans un domaine qui n'a plus d'intérêt

Ces 5 conduites protègent l'estime de soi mais aggravent de plus en plus l'échec en affaiblissant la motivation à travailler

Conduites d'enseignants pour protéger l'estime de soi de leur élèves

Les professeurs des écoles et les professeurs des collèges et des lycées sont tous des professeurs : un seul **référentiel de compétences** pour tout type d'enseignant (Bulletin Officiel n°1 du 4 janvier 2007)

- **Pratique professionnelle de l'évaluation** (C6 : Prendre en compte la diversité des élèves et C7 : Évaluer les élèves)
 - **Dissocier valeur de l'enfant de sa performance scolaire.** La performance n'est qu'un indicateur de la compétence. Et les compétences scolaires ne renvoient qu'indirectement à l'intelligence ou aux qualités propres de l'élève voire de l'enfant
 - Si niveau de performance est un indicateur de l'intelligence, lors d'un échec (même relatif) l'enfant risque de croire qu'il arrive à ses limites et donc baisser ses efforts
 - Bien **cerner les capacités d'un élève** afin de lui offrir des situations d'apprentissage qui lui permettent d'acquérir une certaine confiance
 - Pour lui-même cela renforce son **sentiment d'être capable** de faire des tâches scolaires
 - Pour sa relation à l'enseignant cela légitime son rôle de mise en activité (il donne du travail adapté)

Conduites d'enseignants pour protéger l'estime de soi de leur élèves

- Motiver l'élève grâce à trois ressorts :
 - Proposer des **activités** utiles ou **intéressantes**
 - **Sentiment d'être capable** de faire ce qu'on lui demande
 - Sentiment qu'il a une **certaine part de responsabilité** (contrôle) dans le déroulement de ses apprentissages et croit qu'il est en grande partie responsable de ses succès comme de ses échecs
- Posture professionnelle dans sa relation aux élèves (C1 : Agir en fonctionnaire de l'État et de façon éthique et responsable et C5 : Organiser le travail de la classe)
 - **Climat coopératif** et pas compétitif
 - Préparer, accompagner, guider et expliciter les apprentissages scolaires et encourager les élèves (**étayage**)
 - **Principe d'hospitalité**. Une école hospitalière est une école qui accueille et qui sait faire place à chacun afin que personne ne se sente étranger en son sein
 - **Principe d'éducabilité**. Un enseignant doit parier sur les possibilités d'apprentissage de ses élèves

Conduites parentales pour protéger l'estime de soi de leur(s) enfant(s)

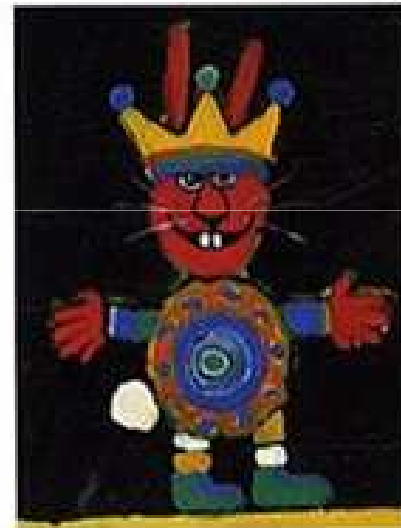
- Pistes pour responsabiliser et développer l'estime de soi de l'enfant
 - Lui faire connaître nos règles de vie et nos valeurs personnelles
 - Lui faire connaître nos attentes face à ses règles et ses valeurs
 - Faire réfléchir l'enfant tout au long de son apprentissage
 - Lui donner des outils pour s'évaluer lui-même
 - Lui souligner ses efforts, le féliciter, l'encourager
 - Lui souligner ses progrès, même s'ils nous paraissent minimes
 - L'écouter avec attention et lui dire qu'il est important pour nous
 - Lui donner des responsabilités selon son niveau de développement
 - Le renforcer par des moments privilégiés passés en sa compagnie
 - L'aider à faire sa place parmi les autres
 - Ne pas faire à sa place, même si cela prend beaucoup plus de temps

Conduites parentales pour protéger l'estime de soi de leur(s) enfant(s) écolier(s)

- Dissocier valeur de l'enfant de sa performance scolaire
 - = ne pas associer réussite scolaire à intelligence
- Apprendre à gérer les difficultés scolaires de votre enfant voire ses échecs dans l'apprentissage
 - Pas de catastrophisme mais de la compréhension
 - Travailler le rapport à l'école
- Construire un style éducatif clair, ni trop autoritaire, ni laxiste qui favorise la qualité de communication entre parents et enfant(s) (Kellerhals & al., 1992)
 - Cadre éducatif qui entoure sans étouffer l'enfant avec des rôles clairs (parents/enfants)
- Dissocier la réussite de l'adoption de la performance scolaire de l'enfant
 - Ne pas faire porter à l'enfant cette responsabilité sous couvert de réussite scolaire

- JENDOUBI V. (2002). *Estime de soi et éducation scolaire*. SERD, Genève.
 - <http://www.geneve.ch/SRED/publications/docsred/2002/EstimeSoi.pdf>
- LEVEILLEE, S. & Coll. (2005). La compétence et le style parental. *Journal du Centre Universitaire de Services Psychologiques, Université du Québec à Trois-Rivières*, Vol. 2, n°1, p.2-7.
 - https://oraprdnt.uqtr.quebec.ca/pls/public/docs/GSC134/F1292188599_volume2_no1.pdf
- MARTINOT, D. (2001). Connaissance de soi et estime de soi : ingrédients pour la réussite scolaire. *Revue des sciences de l'éducation*, vol. 27, n°3, p. 483-502.
 - <http://www.erudit.org/revue/rse/2001/v27/n3/009961ar.pdf>
- MARTINOT D. (2004). Connaître le soi de l'élève et ses stratégies de protection face à l'échec, *in* M.-C. Toczek et D. Martinot (dir.). *Le Défi éducatif. Des situations pour réussir*. Paris : Armand Colin.
- MARTINOT D. (2008). Estime de soi, *in* A. Van Zanten (dir.). *Dictionnaire de l'éducation*. Paris : Presses Universitaires de France.
- OUELLETTE, F-R & BELLEAU, H. (1999). *L'intégration familiale et sociale des enfants adoptés à l'étranger : recension des écrits*. INRS-Culture et Société,
 - http://www.inrs-ucs.quebec.ca/pdf/rap2001_01f.pdf
- TOCZEK, M. C. (2005). La face cachée d'une estime de soi élevée. *Diversité, ville école, intégration*, n°143, p. 91-96.

Christophe André
François Lelord
L'Estime de soi
S'aimer pour mieux vivre
avec les autres



Odile
Jacob
poches

NOUVELLE
EDITION