

République Algérienne Démocratique et Populaire

Ministère de l'Enseignement Supérieur et de la Recherche Scientifique.

Université Amar Telidji–Laghouat

Faculté des Lettres et des Langues.

Département de Français LMD

Filière langue française



Mémoire de Master

OPTION : Didactique de langues étrangères

L'ESTIME DE SOI DE L'ELEVE AU CYCLE MOYEN

Présenté par : BENSAFIDDINE Dounia Khadra

Sous la direction de :

M.KHENCHA TAYEB

Membre de jury :

Présidente : Mme FATIMA ZIOUANI maître de conférences B UATL

Examineur : M GRARI ABDALLAH maître assistant A UATL

Promoteur : M. KHENCHA TAYEB maître assistant A UATL

Année universitaire 2019/2020

Remerciements

Je tiens à remercier cordialement M. Khencha Tayeb, mon promoteur ainsi que M. Grari Abdallah pour leurs nombreux conseils pour la réalisation de mon mémoire de fin d'études.

Je vous remercie énormément de m'avoir incitée à continuer mes études et également pour votre disponibilité et votre soutien.

Ensuite je remercie madame Ziouani Fatima pour son travail énorme et sa gentillesse.

De plus, je tiens également à remercier ma famille, pour leur patience durant ces longues années.

Dédicaces

Je dédie ce mémoire à mes chers parents, ma mère et mon père pour leur patience, leur amour, leur soutien et leurs encouragements et à mes frères Zoheir et Adlene.

Table des matières

Remerciements	02
Dédicaces	03
Table des matières	04
Résumé	07
Introduction	08
Partie I :	11
Cadre théorique	12
Chapitre I : la notion de l'estime de soi	13
1. Historique du concept de soi	13
2. Le concept de soi en philosophie	14
3. Définition	15
3.1. Les éléments de l'estime de soi	15
*Amour de soi	15
*Vision de soi	15

*Confiance en soi	16
*Acceptation de soi	17
4. L'estime de soi et l'adolescence	18
4.1. L'adolescence	20
4.2. Le sentiment de confiance	20
5. Les compétences psychosociales des adolescents	21
5.1. La construction identitaire	21
5.2. La régulation émotionnelle	21
5.3. L'estime de soi	22
Chapitre II : Estime de soi et action didactique	23
(Introduction)	
1. Estime de soi et scolarité	27
1.1. Estime de soi et l'école	27
1.2. Relation enseignant-élève	28

2. Estime de soi réussite et échec scolaire	32
2.1 estime de soi et compétences (performances)	33
3. comment remettre en état la confiance en soi chez l'apprenant ?	35
3.1 redonner confiance aux élèves	36
3.2 L'art de renforcer l'estime de soi	36
Partie II :	38
Cadre pratique	38
1. Prise en charge des activités	39
2. organisation des activités	39
3. le garant du cadre de l'activité (fonction d'autorité)	40
4. Le garant de l'écoute lors de l'activité (fonction de soutien)	41
5. l'activité	42
Conclusion	44
Bibliographie	45

Résumé

L'objectif de ce travail est de démontrer que l'estime de soi représente la valeur qu'un individu s'accorde globalement, valeur qui fait appel à la confiance fondamentale en son efficacité et en son mérite. La présente recherche porte précisément sur le thème de l'estime de soi. Certaines recherches démontrent que le faible rendement scolaire peut avoir un impact négatif sur l'estime de soi. Nous voulons démontrer que la motivation et l'estime de soi sont des facteurs de réussite.

Mots clefs : estime de soi – motivation – adolescence- confiance

INTRODUCTION

« *Le monde ne vous donnera jamais que la valeur que vous vous donnez vous-même.* » Joseph Murphy¹

L'estime de soi est un des fondements de notre personnalité, de ce que nous sommes, c'est une qualité de base pour tout individu, elle correspond à la valeur que chacun s'accorde, à partir de la conscience de ses ressources et de ses manques, de sa capacité à surmonter les obstacles, à rectifier ses erreurs et à trouver des solutions pour agir.

G.Duclos (2000)² définit l'estime de soi comme étant la conscience de sa valeur personnelle qu'on se reconnaît dans différents domaines. C'est un ensemble d'attitudes et de croyances qui nous permettent de faire face au monde.

L'estime de soi suppose une conscience de ses forces, de ses difficultés et de ses limites personnelles. Elle représente une valeur positive qu'on se reconnaît globalement en tant qu'individu et dans chacun de ses domaines importants de la vie. L'estime de soi est cyclique, parfois instable et toujours variable à l'image de la vie.

Aussi bien dans le milieu de la psychologie, de la santé mentale que dans le milieu de l'éducation, l'estime de soi occupe une place importante. La société d'aujourd'hui, caractérisée par des remises en question d'un grand nombre de valeurs et par la présence toujours plus rare de référents stables sur lesquels nous pouvons nous appuyer, accentue de même cette importance, l'estime de soi devient, comme la qualifie Duclos(2010)³, un facteur nécessaire à la survie. La recherche en question nous mène donc à nous interroger sur un concept capital dans le développement des élèves, membres indispensables de notre société.

D'après mes lectures, je m'appuie davantage sur l'estime de soi des jeunes, je trouve très intéressant de comprendre la construction de l'estime de soi des ces jeunes. Cependant et suite à une recherche dans les mémoires, qui ont été traités auparavant, j'ai constaté qu'il existe très peu d'études abordant la notion, de l'estime de soi scolaire, et par l'interpellation de ce manque j'ai souhaité m'y intéresser.

¹ Joseph Murphy (20 mai 1898 - 16 décembre 1981) est un ministre de l'église protestante américaine « Science divine » et un auteur.

² Duclos, G. (2000). *L'estime de soi : un passeport pour la vie*, éditions Hôpital Ste-Justine, Montréal.

³ Duclos, G. (2010). *L'estime de soi, un passeport pour la vie* (3ème édition). Montréal : CHU Sainte-Justine

Dans ma recherche, je vais décrire le concept de soi en le comparant à celui des élèves n'éprouvant pas de difficultés d'apprentissage de l'intégration scolaire et les difficultés d'apprentissage, je vais parler aussi et essayer de comprendre le rôle de l'école, et ses acteurs dans l'élaboration de l'estime de soi scolaire, j'ai précisé ma thématique autour de l'estime de soi scolaire, des jeunes adolescents au moyen. Mon choix est orienté vers les élèves de la quatrième année moyenne, pour les interroger, et comprendre le rôle des parents, de l'enseignant et la société sur l'estime de soi chez l'enfant, afin d'aborder le développement de l'estime de soi, et par quoi elle peut être détruite.

L'objectif de cette recherche est avant tout de mieux comprendre la dynamique de l'estime de soi par rapport à la réussite et à l'échec scolaire. Dans un deuxième temps l'objectif consiste à proposer des pistes d'intervention, afin de minimiser les effets négatifs possible à long terme sur l'estime de soi.

Mon souhait et mon objectif est d'établir et de proposer une feuille de route afin d'influencer l'enseignant a donner l'information à l'apprenant tout en respectant les étapes que l'apprenant a acquis dans son parcours (la famille, société, école).

A partir d'une conclusion je verrai un aboutissement à ce qui a précédé.

Pour cela je propose la problématique suivante:

- Comment réagit l'élève qui vit un événement malheureux (échec scolaire) ?
- Dans quelle mesure l'estime de soi d'un élève peut affecter son rendement scolaire ?
- Dans quelle mesure l'enseignant peut il stabiliser et protéger l'estime de soi de l'élève, le solliciter davantage dans ses apprentissages tout en gérant le groupe de classe ?

Afin de répondre à ce questionnement je formule les hypothèses suivantes

Il se pourrait que l'apprenant abandonne l'école.

L'élève pourrait prendre confiance en soi si on le met dans de bonnes conditions.

L'enseignant aurait un rôle majeur dans cette opération.

Chaque individu réagit de façon différente aux situations auxquelles il est confronté et ce même si elles semblent presque identique.

Pour répondre à ce questionnement nous proposons le plan suivant :

La première partie qui se veut théorique est composée de deux chapitres. Dans le premier j'ai tout d'abord brièvement abordé l'histoire de l'estime de soi, puis le point essentiel qui est le concept de soi en philosophie, ainsi que ses éléments. J'expose le concept de base d'estime de soi scolaire à travers sa relation avec l'adolescence et l'intégration sociale tout au long de ce mémoire, je termine ce chapitre en développant la construction identitaire et la régulation émotionnelle.

Dans le deuxième chapitre, je parle de l'estime de soi scolaire dans le domaine de la didactique et plus précisément de la scolarité, l'école ainsi que les deux acteurs principaux enseignant/élève, réussite et échec scolaire, j'ai essayé de citer quelques conseils pour remettre en état la confiance en soi chez l'apprenant et lui redonner confiance en lui.

La deuxième partie qui sera consacrée à la pratique contient un seul chapitre. Il sera question de la prise en charge et l'organisation des activités.

PARTIE I :
Cadre théorique

CHAPITRE 1 :

De la notion de l'estime de soi

Historique du concept de soi

Comprendre et travailler l'estime de soi et l'estime des autres suppose une connaissance préalable du concept général du Soi (identité), qui englobe l'estime de soi. Le Soi n'est pas une préoccupation nouvelle. Déjà, les philosophes grecs tels que SOCRATE et PLATON, y faisaient référence. C'est un concept que l'on retrouve aussi dans d'autres domaines, notamment la psychologie analytique qui l'envisage comme le centre du psychisme de l'individu et de ses pathologies. De nombreux auteurs s'accordent pour reconnaître que la psychologie sociale est le champ où les propositions théoriques et empiriques sur le Soi et sur l'estime de soi sont les plus novatrices. Dès la fin du XIX^{ème} siècle, William JAMES (1842-1910), considéré comme le père de la psychologie sociale, adopte une perspective marquant une rupture dans l'approche jusqu'alors philosophique du Soi.

Le concept de soi dans la philosophie

La connaissance de soi est une préoccupation déjà présente chez les philosophes grecs de l'antiquité. L'injonction « *Connais-toi toi-même* » est attribuée à **SOCRATE** (469-399 av. JC), qui pour lui signifiait qu'il faut atteindre la connaissance et la maîtrise de soi, et s'affranchir des spéculations idéologiques et des explications théologiques. Son fidèle disciple **PLATON** (427-347 av. JC) énonce dans son dialogue "Phèdre" : «*Il est risible de s'occuper d'autre chose quand on s'ignore soi-même... Ne mène pas la vie d'homme qui ne s'interroge pas sur lui-même*».

Au début de l'ère chrétienne, la conception stoïcienne a été développée par **SÉNÈQUE** (4-65), **EPICTETE** (50-125) et **MARC-AURÈLE** (120-180). Elle vante les bienfaits de l'examen de conscience, la maîtrise de soi faite du contrôle de ses passions, et la pratique de l'écriture de soi pour atteindre le bonheur et la sagesse. Cette conception resurgit avec **MONTAIGNE** (1533-1592) et **DESCARTES** (1596-1650), et a survécu jusqu'à nos jours.

Au XVII^{ème} et XVIII^{ème} siècles, **DESCARTES** (1596_1650), **MONTESQUIEU** (1689_1755), **VOLTAIRE** (1694_1778), **DIDERO**

T (1713-1784) et **ROUSSEAU** (1712-1778) considèrent que les religions sont facteurs d'obscurantisme et freins à la connaissance de l'homme. L'homme a le droit de penser par lui-même sans être influencé et l'homme est parce qu'il pense : « Je pense donc je suis ». Ce courant s'attache à comprendre l'homme qui a de plus en plus conscience de ses capacités, de son pouvoir et de ses responsabilités.

Définition

D'un point de vue étymologique, estimer signifie « évaluer ». Il s'agit donc d'apprécier sa propre valeur, ses compétences, richesses et traits de personnalité par une autoévaluation positive (DE Saint Paul, 2004)⁴. L'estime de soi est l'évaluation positive de soi, basée sur la conscience de sa propre valeur et de son importance intransmissible en tant qu'être humain. Une personne qui s'estime se traite avec bienveillance et se sent digne d'être aimée et d'être heureuse. L'estime de soi est également fondée sur le sentiment de sécurité que donne la certitude de pouvoir utiliser son libre arbitre, ses capacités et ses facultés d'apprentissage pour faire face de façon responsable et efficace aux événements et aux défis de la vie.

L'estime de soi se construit donc également par le rapport à l'autre, par le mélange du jugement de soi et celui de soi sous le regard d'autrui. Pour cette raison, les relations sociales sont à considérer dans le développement de l'estime de soi (André, 2009)⁵.

Scolairement parlant, quand l'estime de soi est considérable, meilleures seront les performances et réussites. Si l'élève est muni d'une basse estime de soi a tendance à se montrer pessimiste, passif et fuyant, l'élève démontrant d'une haute estime de lui-même, l'adaptation, la remise en question, la recherche de soutien social, la confiance et l'investissement dans les différentes tâches de son quotidien. Autrement dit, le premier tend à adopter une posture passive face aux événements du quotidien, tandis que le second semble en prendre les commandes, participant ainsi activement à son propre développement.

⁴ De Saint Paul, J. (2004). Estime de soi, confiance en soi : s'aimer, s'apprécier et croire en soi. Paris : Inter Editions

⁵ André, C. (2009). Imparfait, libres et heureux – pratiques de l'estime de soi. Paris : Odile Jacob

Les éléments de l'estime de soi

L'estime de soi se compose de plusieurs éléments essentiels :

Amour de soi

L'estime de soi est le premier pilier dans l'amour de soi. Lorsque un individu est doté d'un amour et d'une estime pour lui-même, cela signifie qu'il témoigne de comportements, d'attitudes et de réflexions bienveillants à son propre égard, ceci lui ouvre les portes à la satisfaction de soi, il s'agit là de l'élément central et combien intime de l'estime de soi. Il faut préciser que cet amour de soi est étroitement lié à celui que nous avons reçu de la part de notre entourage (nos proches, nos connaissances) cependant, il est difficilement visible et évaluable d'un point de vue extérieur.

L'amour de soi dépend en grande partie de l'amour que notre famille nous a accordée quand nous étions enfant, les carences de l'estime de soi qui prennent leur source à ce niveau sont sans doute les plus difficiles à rattraper, on les retrouve dans ce que les psychiatres appellent « les troubles de la personnalité », c'est-à-dire chez des sujets dont la manière d'être avec autres les pousse régulièrement au conflit ou à l'échec.

Vision de soi

Vient ensuite le sous-concept de vision de soi. Ici, il est question du regard que l'individu pose sur lui-même par l'évaluation de ses richesses et imperfections, de ses forces et faiblesse. Ce regard peut aisément être qualifié de subjectif, en cela qu'il repose sur les convictions propres de l'individu, lesquelles ne sont pas forcément en adéquation avec celles d'une tierce personne. Par exemple, un élève pourra se juger médiocre en mathématiques, alors que ses professeurs soulignent ses bonnes compétences dans cette discipline.

La subjectivité y tient donc le beau rôle ; son observation est difficile, et sa compréhension, délicate. C'est pourquoi, une personne complexée dont l'estime de soi

est souvent basse laissera souvent perplexe un entourage qui ne perçoit pas les défauts dont elle se croit atteinte.

Confiance en soi

Contrairement aux deux premières composantes, la confiance en soi s'avère plus aisément observable, identifiable et évaluable, en cela qu'elle se remarque essentiellement au travers des actions de l'individu et réside dans ses comportements, il suffit pour cela de fréquenter régulièrement une personne, observer comment elle se comporte dans des situations nouvelles ou imprévues, lorsqu'il y a un enjeu, ou si elle est soumise à des difficultés dans la réalisation de ce qu'elle a entrepris.

Dotée d'une riche confiance en elle, une personne se sentira capable d'agir de façon appropriée dans les situations importantes de son quotidien. Si l'amour de soi et la vision de soi sont d'une importance supérieure dans le développement de l'estime de soi et constituent les causes de la confiance, cette dernière est tout de même cruciale. En effet, les actes et les petites réalisations à son origine contribuent de manière significative au développement de l'équilibre psychologique de la personne.

Selon André & Lelord (2008)⁶, si la confiance en soi se développe en premier lieu au sein de la famille nucléaire, de par le mode d'éducation établi, d'autres figures présentes dans le quotidien de l'enfant, tel que son enseignant notamment, participent de manière active au développement de la confiance en soi. L'enseignant se doit en effet de veiller au bon développement de la confiance en soi chez ses élèves, en leur apprenant, notamment, à se valoriser et à se féliciter en cas de réussites et, surtout, de progrès, tout comme à s'encourager en cas d'échecs.

⁶ André, C. & Lelord, F. (2008). L'estime de soi – s'aimer pour mieux vivre avec les autres. Paris : Odile Jacob.

Acceptation de soi

Elle repose sur plusieurs plans comme l'apparence physique, les sentiments, les convictions personnelles et les attitudes, est nécessaire pour accéder à la confiance en soi. S'accepter, c'est être convaincu de sa valeur et de son importance ce qui mène la personne à se considérer, se respecter et construire une belle et saine image d'elle-même.

L'être humain a souvent tendance à critiquer et dévaloriser sa propre personne, donc son entièreté, alors qu'il s'agirait idéalement d'effectuer cela pour un comportement, une attitude ou un geste qui pose spécifiquement problème et se doit d'être changé. L'idée-force, ici, est de comprendre que nos agissements, positifs et négatifs, ne sauraient remettre en cause la personne que nous sommes. Trop souvent, notamment en milieu scolaire, nous faisons face à des remarques et jugements généralisés, voir parfois excessivement exagérés. Dire à l'élève qu'il est nul, c'est le juger dans son entièreté, de manière violente et potentiellement destructrice. Idéalement, d'un point de vue pédagogique, il est souhaité de procéder par essais-erreurs en cas de difficulté ou problème. Il est donc question d'amener l'élève à modifier le comportement inadéquat ou inapproprié le nombre de fois que cela s'avère nécessaire, dans le but de le rendre positif. Par cette mise en mouvement, cette activité pratique, tout individu sera amené à expérimenter, au sens premier du terme, et, au fil du temps, à être capable d'agir dans des situations problématiques du même ordre. Il s'agit donc clairement, par l'exercice pratique, d'évaluer ses propres comportements, puis d'y travailler en vue de les optimiser.

Ce qui vient d'être dit ici renvoie à l'importante nécessité de tolérer l'erreur qui, en milieu scolaire nous concernant, est absolument normale, et même souhaitée ! L'école étant le lieu des apprentissages, nous ne pourrions exiger de nos élèves de tout avoir appris avant même d'être entrés dans ces apprentissages. En effet, il s'agirait là d'une complète absurdité. L'erreur est alors, dans cette perspective, positive. Elle devrait être considérée comme l'outil optimal permettant de prendre connaissance de ce que nous ignorons ou de ce qui nous pose problème, de sorte à pouvoir élaborer, de manière

accompagnée si nécessaire, un plan d'action nous permettant l'acquisition de nouveaux savoirs.

Nous avons compris par ce qu'a été dit, que l'estime de soi a une grande importance. Cette prise de conscience est liée au fait que nous vivons ensemble une période de profondes remises en question; on peut la considérer comme une véritable crise d'identité due aux changements que nous rencontrons, cette période de vie est « l'adolescence ».

L'adolescent peut extérioriser son estime de lui-même en s'affirmant personnellement. L'affirmation de soi est en quelque sorte l'estime de soi en action.

L'estime de soi et l'adolescence

Erick Erikson⁷ parle de huit stades d'évolutions au cours de la vie. Ils impliquent des conflits et des tensions entre la naissance et la vieillesse. Ces moments de tension sont la crise d'adolescence. Le tableau comporte les crises qui font partie du mécanisme du développement psychosocial :

⁷ Erik Homburger Erikson psychanalyste et psychologue l'auteur d'une théorie du développement psychosocial reposant sur huit stades psychosociaux successifs

Dénomination	Tension	Question
Espoir	Confiance - Méfiance	Comment satisfaire mes besoins ?
Volonté	Autonomie - Doute	Pourrai-je être autonome ?
Conviction	Initiative - Culpabilité	Quelles sont mes limites ? Quels sont mes buts ?
Compétence	Entreprenant - Infériorité	Suis-je ce que je suis capable de faire ?
Fidélité	Identité - Confusion	Qui suis-je ?
Amour	Intimité - Confusion	Est-ce que je peux partager ma vie avec quelqu'un ?
Attention	Régénération - Stagnation	Qu'est ce que j'ai produit comme plus-value ?
Sagesse	Intégrité- Désespoir	Ai-je vécu une vie pleine ?

L'adolescence :

L'adolescence est une période cruciale en ce qui concerne le développement et la consolidation de l'estime de soi. En effet, c'est à ce moment de la vie que chaque individu doit absolument trouver son identité. Pour ce faire, le jeune doit courir le risque de se séparer de ses parents en se définissant par rapport à eux et en explorant l'intimité avec des amis et avec des représentants de l'autre sexe. Tous ces changements placent les jeunes dans une position de grande vulnérabilité et cela explique qu'ils soient parfois ingrats aux adultes. En fait, ils ont besoin que nous reconnaissons leur valeur et que nous les aidions à consolider leur sentiment de fierté.

Le jeune doit apprendre à se connaître (ses qualités, ses forces, ses difficultés, ses vulnérabilités), c'est-à-dire de parvenir à bien juger ce qu'il découvre en lui car, l'estime de soi s'appuie avant tout sur le sentiment de l'identité personnelle. L'adolescence ne doit pas être vue comme un simple résumé de l'enfance ou la fin des préoccupations infantiles. Le « qui suis-je ? » (L'identité) et le « quelle est ma valeur ? » (Estime de soi) sont des préoccupations centrales à l'adolescence. C'est la connaissance de soi qui rend l'adolescent capable de se projeter dans l'avenir et de faire des choix professionnels.

Le sentiment de confiance :

Le sentiment de confiance est transmissible entre les individus, et pour pouvoir le transmettre à son adolescent, tout d'abord il faudra que les parents eux même ressentent cette confiance.

Comme parents, chacun se reconnaît des points forts qui ont aidé à l'évolution de l'enfant, et ces points forts deviennent la base de la confiance en soi comme parents et qui apportent une assurance personnelle dans l'éducation de l'adolescent.

Le sentiment de confiance de l'adolescent à l'égard de ses parents grandit jour après jour, et se manifeste que lorsque les parents sont crédibles dans leurs réalisations quotidiennes, sachant que la confiance entre les parents et l'adolescent évolue progressivement. Afin d'y arriver il est nécessaire qu'il y ait une relation de sécurité et

d'attachement entre les deux, et que les parents reconnaissent les forces, les capacités et les talents de l'adolescent.

Pour aider l'adolescent à maintenir sa confiance en lui, il faut éviter certains comportements comme une protection exagérée, un contrôle excessif et avoir des attentes irréalistes à son égard, par contre il faut plutôt l'aider à être moins dépendant, le pousser à vivre de nouvelles expériences, à faire le bon choix et accepter ses erreurs et les voir comme des occasions d'évoluer.

Les compétences psychosociales des adolescents

La recherche porte particulièrement sur le processus de « construction de soi à l'adolescence » ; ces termes recouvrent plusieurs processus qui interagissent avec les apprentissages cognitifs, et qui orientent les stratégies et comportements des adolescents :

La construction identitaire

- Processus de singularisation, qui permet à la personne de se séparer de l'enfance et du statut d'enfant, pour élaborer son identité subjective et s'appropriier les événements de son existence.
- Processus d'association, qui permet d'accepter l'autre et de négocier avec l'altérité, en vue d'établir un bien commun.
- Dynamique identitaire, qui permet d'articuler et de trouver un équilibre entre une « idée stable de soi » et une « succession vécue de statuts et de rôles ».

La régulation émotionnelle

- Processus qui permet de négocier avec ses affects, de trouver un équilibre entre plaisir et déplaisir, entre autorisation et restriction.

- Capacité à attribuer de la valeur aux choses, aux êtres et à soi et à orienter son action en fonction de ces valeurs.

L'estime de soi

- A l'adolescence, s'accumule une variété d'images de soi, qui élargissent et complexifient le sens de l'identité personnelle, et qui se répercutent positivement ou négativement sur l'acceptation de soi.
- Au centre d'une dynamique identitaire complexe et mouvante, l'adolescent doit se choisir lui-même en tant qu'objet d'intérêt, de respect et d'estime. C'est la notion de narcissisme. Les besoins d'estime, de reconnaissance et de respect sont des besoins fondamentaux.
- L'estime de soi est le processus par lequel un individu porte des jugements positifs ou négatifs sur lui-même, ses performances, ses aptitudes et ses mérites...Il s'agit d'une « évaluation globale de la valeur de soi en tant que personne, donc du degré de satisfaction de soi ».
- L'estime de soi recouvre une dimension générale propre à chaque personne, mais est aussi spécifique à six domaines: **compétences cognitives, compétences athlétiques, apparence physique, réussite et utilité sociale, rapport à la loi, popularité.**
- L'estime de soi contribue à renforcer les compétences psychosociales de l'adolescent : amour de soi (narcissisme), connaissance de soi et de ses compétences, sentiment d'appartenance à des collectifs, sentiment de confiance ; autant de compétences à partir desquelles peuvent se développer l'empathie et la reconnaissance de l'altérité, indispensables à la communication interhumaine.
- L'estime de soi a également un impact sur les compétences scolaires ; si elle est négative chez un élève, ce dernier peut développer des stratégies d'intériorisation ou de contestation, qui nuisent à sa posture d'élève et à ses apprentissages scolaires.

CHAPITRE 2 :
Estime de soi et action didacticienne

Plusieurs études ont mis au jour récemment que les apprentissages scolaires ne relevaient pas seulement de la mise en œuvre du processus cognitif et que les variables affectives jouaient également un rôle crucial notamment parce que l'affectif est une motivation intrinsèque qui soutient l'implication dans la matière et approfondit l'intérêt au sujet notamment lorsqu'il est positif (Rodríguez, Plax & Kearney, 1996 :297)⁸. Il a été prouvé que les facteurs affectifs pouvaient conduire à un apprentissage plus efficace mais, en même temps, qu'ils pouvaient le dégrader s'ils sont négatifs. Parmi ces facteurs affectifs prennent place la motivation, l'anxiété, les attitudes, les croyances, les styles d'apprentissage... qui forment, en fait, les différences individuelles. Cette importance portée aux questions affectives pour l'apprentissage est également devenue un sujet de débat dans le domaine de la didactique des langues et certaines de ces variables ont été acceptées comme ayant un grand impact sur l'apprentissage des langues étrangères et donc qu'elles ne pouvaient être ignorées pour sa réussite ou son échec. Chastain (1988 : 122)⁹ explique que « *le domaine affectif joue un plus grand rôle que le cognitif dans le développement des compétences en langues secondes car les émotions contrôlent la volonté d'activer ou d'arrêter la fonction cognitive* ». De même Stevick (1980 : 4)¹⁰ affirme que dans l'apprentissage des langues « *le succès dépend moins des matériaux, des techniques et des analyses linguistiques et davantage de ce qui se passe dans et entre les personnes.* ». En faisant référence aux facteurs individuels tels que la peur, la motivation, les techniques d'apprentissage, etc. par l'affirmation « *dans les personnes* » et aux interactions au sein de la classe avec les autres apprenants et l'enseignant, au climat, à l'atmosphère qui règnent dans la classe par l'affirmation « *entre les personnes* », Stevick met bien en valeur l'influence du domaine affectif qui est un domaine très large où coexistent les émotions, les sentiments, les croyances, les attitudes.

Aujourd'hui, dans les classes de langues, il est ainsi visé à réduire l'anxiété, la peur éprouvées par les apprenants, essentiellement, lorsqu'ils doivent prendre la parole devant les autres dans la langue cible, à élever la motivation dont l'impact sur

⁸ Rodríguez, J.I., Plax, T.G., Et Kearney, P. (1996). Clarifier la relation entre l'immédiateté non verbale de l'enseignant et l'apprentissage cognitif des élèves: l'apprentissage affectif en tant que médiateur causal central. *Communication-Education*, 45, 293–305.

⁹ Chastain, K. (1988). *Développer les compétences en langue seconde: théorie et pratique (3ème)*. États-Unis: Hartcourt Brace Jovanovich

¹⁰ Stevick, E.W. (1980). *Enseigner les langues: une voie et des voies*. Rowley, M.A. Newbury House.

les apprentissages a largement été démontré mais aussi depuis quelques années, à forger l'estime de soi des apprenants dont la hausse favoriserait un apprentissage effectif de la langue étrangère et une meilleure acquisition de la compétence de communication (Arnold, 2006 ; Rubio, 2007 : 7).¹¹ Brown (1994 : 136)¹² explique que « *L'estime de soi est probablement l'aspect le plus omniprésent du comportement humain.* » Selon lui, « Il peut être facilement affirmé qu'aucune activité cognitive ou affective ne peut être réussie sans un certain degré d'estime de soi, de confiance en soi, de croyance en soi concernant nos capacités à réaliser avec succès cette activité. » (ibid.). Les recherches (Martinot, 2001, Galand, 2006, André & Lelord, 2008 cités par Smuk, 2012 : 84)¹³ ont montré que l'estime de soi est un facteur influençant le plaisir éprouvé pour l'apprentissage, les initiatives à prendre pour apprendre, l'activation des ressources cognitives nécessaires (tel l'usage des stratégies), la stimulation des ressources affectives (comme la motivation). L'estime de soi est un jugement et une évaluation qualitatifs que l'individu fait de soi-même et qui influence sa confiance envers les autres. Elle se structure dès l'enfance à travers les interactions sociales mais se développe en premier lieu sous l'influence des parents et de leurs messages puis au contact des autres individus formant l'environnement immédiat (les camarades de classes et les enseignants notamment). Même si après un certain temps son « développement devient stable... [Elle] est quand même ouverte à des variations en fonction de circonstances personnelles. » (Rubio, 2007 : 5)¹⁴. Ces variations de l'estime de soi sont en lien avec l'évolution de l'âge et le développement de l'être humain, et par conséquent, peuvent être dues aux changements des relations entretenues avec le proche environnement dont les parents, les pairs... mais aussi aux changements de leurs opinions à propos d'eux-mêmes. En effet, en fonction des réussites ou échecs antérieurs, des expériences

¹¹ Arnold, J. (2006). Comment les facteurs affectifs influencent-ils l'apprentissage d'une langue étrangère ? *Etudes de linguistique appliquée*, 144: 407-425.

¹² Brown, H.D., (1994). *Principles of language learning and teaching* (third Ed.). San Francisco: Prentice Hall Regents. Chambre de Commerce et d'Industrie de Paris. (2001) *Test d'évaluation du Français*. Paris: Hachette FLE.

¹³ Martinot D et Monteil JM(2000), Différences entre bons et mauvais élèves français dans l'utilisation de soi dans la formation des préférences. *Journal de psychologie sociale* 119-131

¹⁴ Rubio, F. (2007). Estime de soi et apprentissage des langues étrangères: une introduction

vécus, des comparaisons avec autrui, l'estime de soi « peut varier (augmenter ou diminuer) tout au long de la vie et être différente selon le domaine » (Smuk, 2012 : 84). Selon Rosenberg (1965 :15)¹⁵, l'estime de soi est une attitude positive ou négative de l'individu envers lui-même. Harter (1982 : 88) explique que c'est « l'évaluation que l'individu fait de sa propre valeur ». Toczek et Martinot (2004 :26) affirment que c'est la « valeur que les individus s'accordent, s'ils s'aiment ou ne s'aiment pas, s'approuvent ou se désapprouvent ». Rubio (2007 : 5)¹⁶ postule que c'est « un phénomène psychologique et social à travers lequel un individu évalue sa compétence et son soi en fonction de certaines valeurs ». De ces quelques définitions, il est vu que l'estime de soi est la façon dont se perçoit l'individu, s'apprécie, c'est l'opinion ou sentiment que l'individu a de lui-même, de ses compétences, ses aptitudes, de sa propre valeur suite à des auto-évaluations. C'est donc un auto-jugement de la personne, un jugement final auquel aboutit l'individu après s'être évalué : c'est une valeur/appréciation qu'il s'est octroyée après évaluation de son soi. En analysant ce facteur intrinsèque, les chercheurs en ont conclu qu'il existait deux types d'estime de soi (une haute et une faible) qui influent sur tout apprentissage mais en particulier sur l'apprentissage des langues : les apprenants à haute estime de soi croiraient plus en eux, se sentiraient encore plus capables d'apprendre une langue étrangère alors que ceux ayant un faible niveau se considéreraient comme moins aptes et douteraient de leurs capacités. Par ailleurs, les apprenants qui auraient une haute estime de soi et donc qui auraient confiance en leur capacité trouveraient agréable d'apprendre à parler une langue étrangère et seraient moins découragés par les échecs ; tandis que ceux à faible niveau ne seraient pas motivés et auraient peur de s'exprimer, notamment à l'oral (Naouel, 2015)¹⁷. Ces derniers, doutant de leurs capacités, seraient moins enclin à prendre les risques nécessaires, manqueraient d'énergies, de confiance, auraient perpétuellement peur

¹⁵ Rosenberg, M. (1965). *La société et l'image de soi des adolescents*. Princeton, NJ: Princeton University Press

¹⁶ Rubio, F. (2007). *Estime de soi et apprentissage des langues étrangères: une introduction*

¹⁷ Naouel, B. (2015). *Le rôle de l'estime de soi des apprenants de langues étrangères dans l'amélioration de leurs performances orales*. *Express, un journal international de recherche multidisciplinaire*, 2, (2). accessible depuis www.express-journal.com

d'échouer, de se ridiculiser, refuseraient de faire l'effort nécessaire pour apprendre une nouvelle langue, seraient moins persistants devant les tâches difficiles, éprouveraient un sentiment d'impuissance et donc s'investiraient moins, deviendraient de plus en plus passifs, timides, craintifs, raisonneraient en se basant sur leurs échecs, ce qui freinerait l'approfondissement du savoir-apprendre, comme le précise Arnold (2006 : 415), « *Les croyances négatives sur soi-même l'empêcheront de se concentrer sur les tâches didactiques à réaliser pour pouvoir apprendre, car une grande partie de [leurs] énergies cognitives seront dépensées à nourrir des préoccupations concernant [leur] manque de capacités ou de valeur* ». Ainsi, les apprenants de langue à haute estime de soi atteindraient leurs pleins potentiels et seraient motivés : ils sont ceux considérés en tant qu'apprenants compétents.

L'estime de soi et scolarité

L'estime de soi et l'école :

Le véritable moteur de la motivation des élèves, réside dans l'estime de soi que donnent l'apprentissage maîtrisé et l'exercice réussi.

De plus l'estime de soi est sans doute une des clés de l'acquisition de la compétence. Est-ce que l'école favorise l'estime de soi de l'élève ?

Le neuropsychiatre Boris Cyrulnik affirme dans une interview accordée à la revue Famille et Education « *Dans les études de population, on constate que deux enfants sur trois, quels que soient leur culture ou leur milieu, ont acquis inconsciemment une sécurité affective, une confiance primitive, une manière d'aimer, leur permettant de se sentir aimables à leur tour. Quand ils arrivent à l'école, ils peuvent se faire accepter par les autres et vivre l'école comme un lieu apportant des connaissances et leur permettant d'explorer l'inconnu.* »

L'estime de soi est un élément essentiel de la problématique éducative d'un futur citoyen libre, autonome et capable de se construire un système de valeurs respectueux des autres.

L'école est appelée à assurer un rôle éducatif, et pour soutenir l'estime de soi, il est nécessaire qu'elle réponde à :

- a- Comment élargir que l'école ne cause une sous estime de soi chez certains élèves ?
- b- L'école peut elle aider continuellement un élève à éveiller une estime de soi, alors qu'elle n'a pas le pouvoir de s'immiscer sur les facteurs extrascolaires qui sont à l'origine de cette estime de soi insuffisante ?

Si l'école ne peut pas agir, et régler les éléments extrascolaires qui ont entraîné une estime de soi insuffisante chez l'élève, elle peut par contre aider l'élève à changer de regard sur lui-même. C'est là une action fondamentale légitime, et l'école en a les moyens car elle peut agir en profondeur et sur le temps.

Le dénigrement de soi est à certains moments si ancrée dans l'inconscient de l'individu, qu'il peut lui être difficile d'y renoncer. Le contexte spécifique de l'école va pouvoir aider l'élève à se construire une image positive de lui-même dans ce contexte précis.

Dans un texte " l'enseignant, tuteurs potentiel de résistance", Jacques Lecomte, docteur en psychologie, chargé de cours à l'université de Paris X, membre du « Comité scientifique sur la résilience » au sein de la fondation pour l'enfance présente un ouvrage « Mémoires de maitres, paroles d'élèves », qui rassemble de nombreuses lettres d'anciens élèves qui content leur vécu à l'école. Il en conclut : « *il semble que dans la majorité des cas, l'étincelle allumée poursuit sa course durant de longues années. En effet par le lien qu'il établit avec l'élève, l'enseignant permet à l'élève de créer du sens, il permet à celui-ci de se projeter dans l'avenir, de donner une direction et une signification à son travail scolaire, voire à son existence* »

Cette « étincelle » est durable que lorsqu'elle est allumée par un enseignant et entretenue par la suite tout au long de la scolarité de l'élève.

Relation enseignant-élève

La relation enseignant-élève est au centre de l'expérience scolaire des enfants et des adolescents qui sont dans nos classes. Les liens créés avec un enseignant qu'on apprécie seraient donc beaucoup plus marquants que, par exemple, les résultats inscrits au bulletin. Un constat qui mérite qu'on s'y attarde.

En effet, parce qu'ils côtoient les élèves quotidiennement ou sur une base régulière, les enseignants établissent des relations qui influencent, au-delà des contenus qu'ils enseignent ou des compétences qu'ils tentent de faire acquérir, le bien-être affectif, la motivation, les résultats ou même le choix de carrière, pour ne nommer que ces éléments. Il est donc du devoir de tout adulte qui œuvre dans une école, particulièrement les enseignants, de prendre les moyens nécessaires afin de développer et entretenir des liens significatifs avec chacun des élèves qui lui sont confiés. Cela peut paraître banal pour certains, démesuré pour d'autres, il n'en demeure pas moins que l'effet d'une relation enseignant-élève positive est une variable prépondérante, ayant des répercussions à de multiples niveaux et jouant un rôle déterminant sur le lien que l'élève aura avec l'école (Fredriksen et Rhodes, 2004; Brewster et Bowen, 2004). Malheureusement, on sous-estime trop souvent le pouvoir de l'effet enseignant... On s'intéresse et on s'attarde davantage au contenu en pensant favoriser la réussite de nos élèves alors que Fallu et Janosz (2003) ont clairement démontré que les relations chaleureuses diminuent le risque de décrochage scolaire des élèves à risque élevé. Il est donc d'une importance capitale qu'on prenne le temps et les moyens appropriés pour créer ce lien, si puissant, dès la première minute de la classe ou dès l'instant qu'on côtoie des élèves, peu importe notre fonction dans une école.

Afin de sensibiliser les enseignants à reconnaître les impacts d'une relation positive avec leurs élèves, qui se font ressentir bien au-delà du plan scolaire en pensant à l'estime de soi, aux habiletés sociales ou tout simplement au bien-être émotionnel des élèves en général, de nombreux aspects de la vie extérieure à l'école bénéficient de cette relation positive. Une bonne compréhension de la réalité personnelle et familiale d'un élève permet, assurément, à l'enseignant de mieux le comprendre, d'ajuster ses interactions avec lui et ultimement de le soutenir plus adéquatement. Par ailleurs, j'oserais dire que le fait de fréquenter nos élèves dans un cadre autre que celui de la classe (activités parascolaires, sorties, ...) donne l'occasion, autant à l'enseignant qu'à l'élève, de connaître l'autre sous de nouveaux angles et, ainsi, d'identifier des qualités, des aptitudes ou des intérêts qui servent à tisser des liens qui ne peuvent qu'être que bénéfiques à la relation enseignant-élève.

Plus un enseignant se sent compétent à gérer une classe en plus de maîtriser les contenus à enseigner, plus il risque d'entretenir des relations positives avec ses élèves, il est primordial que chaque enseignant puisse être au fait des pratiques pédagogiques les plus efficaces en plus de maîtriser un certain éventail de stratégies relationnelles éprouvées envers des élèves présentant des besoins particuliers. Le sentiment de confiance et d'efficacité de l'enseignant est donc un facteur clé si on veut favoriser une relation enseignant-élève menant à la réussite scolaire.

Les élèves passent le quart de leur temps éveillé en présence des enseignants. Ceux-ci jouent donc un rôle significatif dans leur vie puisqu'en plus d'être responsables de leurs apprentissages scolaires, ils ont la possibilité d'influencer de manière importante leur bien-être.

Les «bons enseignants» sont d'abord ceux qui s'investissent sur le plan relationnel avec leurs élèves. Ce faisant, ils favorisent le bien-être de ces derniers. L'enseignant doit prendre le temps d'entrer en relation avec les élèves, d'apprendre à les connaître, de s'intéresser à leur point de vue et à leur perception de la réalité. Le début des cours est un moment privilégié pour faire preuve d'écoute et de disponibilité en accueillant son groupe à la porte afin de démontrer son intérêt envers la personne qui se cache derrière chaque élève.

La participation de l'enseignant à la vie scolaire et parascolaire des élèves permet aussi de favoriser la création de liens positifs et significatifs avec ceux-ci. Tout enseignant est appelé à se poser et surtout à répondre aux questions suivantes afin de faire le point sur ses pratiques relationnelles avec les élèves :

- Est-ce que je connais le nom de chacun de mes élèves?
- Est-ce que je crée des moments privilégiés pour entrer en relation avec chacun d'eux?

- Qu'est-ce que les élèves connaissent de moi, de la personne que je suis?
- Quels sont nos rituels (d'accueil, de départ, etc.)?
- Est-ce que je crois au potentiel de réussite de mes élèves? Est-ce que je leur montre que je crois en leurs capacités?
- Est-ce que je prends le temps de souligner suffisamment les efforts et les réussites de mes élèves?
- Est-ce que je passe plus de temps à encourager mes élèves ou à les critiquer?
- Quand un de mes élèves adopte un comportement inapproprié, est-ce que je prends le temps d'intervenir de manière à préserver ma relation avec lui (p. ex., en dissociant le comportement de la personne)?

Puisque la communication est à la base de toute relation interpersonnelle, les enseignants ont tout avantage à s'adresser aux élèves avec respect, et ce, peu importe les circonstances. Ainsi, les enseignants efficaces savent bien utiliser tant leur communication verbale que non verbale. Par exemple, ils évitent de montrer les élèves du doigt, de leur tourner le dos lorsqu'ils parlent, de faire claquer la porte, d'utiliser un ton sarcastique ou encore de lever les yeux au ciel en signe de découragement. Aussi, ils adoptent un ton et un débit de voix dynamiques et demeurent attentifs aux signes d'écoute et de compréhension des élèves. Dans les situations de gestion de classe plus difficiles, ils savent garder leur calme, acceptent d'admettre leurs erreurs et traitent les élèves de manière juste et équitable.

Enfin, toute relation s'entretient par la présence de rétroactions positives fréquentes. Être à l'écoute, s'impliquer activement dans les activités qui se déroulent en classe et féliciter les élèves pour leurs efforts et leur participation sont des exemples d'actions que posent les enseignants qui s'investissent dans leurs relations avec les élèves. Les défis liés à la gestion de classe sont multiples. Néanmoins, le développement de relations positives entre les élèves et l'enseignant demeure le meilleur levier pour

amener les élèves à coopérer et à s'engager dans leurs apprentissages. Ce faisant, on prévient l'émergence de comportements difficiles en classe.

Estime de soi réussite et échec scolaire

Une interaction entre les pratiques éducatives des parents et des processus psychologiques (estime de soi et compétences cognitives) développe chez l'adolescent des attitudes inégalement favorables à l'investissement et à l'accomplissement des tâches scolaires. Nous dégageons en effet, un modèle de la réussite scolaire, reliant l'indépendance à l'égard du champ, un soi scolaire fort et des pratiques parentales stimulantes. La dialectique « réussite-échec » nourrit elle-même les sentiments de supériorité-infériorité et modélise les rapports sociaux, scolaires et professionnels dans le sens de la lutte des classes. Mais actuellement, de nombreux psychologues et sociologues s'interrogent sur les situations scolaires atypiques.

Si l'école apparaît comme un moyen de favoriser chez l'enfant l'actualisation de ses compétences et d'un savoir être à travers l'acquisition de connaissances, il n'en demeure pas moins que la famille a son rôle à jouer dans le rapport de l'enfant au savoir notamment par la mise en place de fonctions éducatives favorables aux stratégies de réussite. À l'adolescence des processus psychologiques tels que l'estime de soi et certaines compétences cognitives de contrôle prennent une place et une dynamique telles que la suite du développement peut s'en infléchir, et tout particulièrement l'efficacité scolaire. L'estime de soi et les compétences cognitives constituent deux dimensions essentielles de la personnalisation qui très tôt, s'avèrent déterminantes dans la réussite scolaire, les pratiques éducatives de la famille soit facilitent ou freinent la dynamique de ces processus psychologiques de l'adolescent.

L'explication de la réussite ou l'échec par des variables individuelles comme les différences d'aptitudes psychologiques aboutit souvent à une explication caricaturale (Cherkaoui, 1979, 11). Cet auteur fait apparaître l'importance de certains indicateurs, tels que le niveau d'instruction de la famille, la composition du milieu scolaire et la

structure des représentations de l'élève (l'intérêt que l'élève accorde à l'école, le sens du contrôle de son environnement, etc.).

La confiance en soi est un facteur clé de la réussite scolaire, et pour la développer et la cultiver il existe plusieurs petites techniques pédagogiques, relationnelles dont l'efficacité est attestée par des expériences en psychologie sociale. Un élève en réussite scolaire s'évalue d'une façon plus flatteuse qu'un élève qui présente des difficultés et ceci, sur des paramètres personnels pas forcément liés directement à la situation scolaire. Le Moi perçu de l'élève qui réussit (c'est-à-dire ce que le sujet pense être) est plus en accord avec le Moi idéal (ce que le sujet voudrait être).

On peut souligner également que dans l'échec scolaire, les attitudes, les pratiques des parents sont d'une importance capitale, en ce sens qu'elles sont déterminantes dans les images que l'enfant se forme. L'enfant attribue ainsi des significations particulières et diverses aux jugements provenant du milieu familial et scolaire. Ainsi l'intérêt manifesté par les parents au travail scolaire influence l'investissement scolaire de leur enfant. L'estime de soi que le sujet peut avoir de lui-même contribue alors à valoriser ou diminuer ses aspirations, ses projets et même ses compétences. L'estime de soi sera d'autant plus positive si dans le style éducatif, on perçoit la négociation, la relation, la communication et l'encouragement à la prise de décisions. Par contre, une estime de soi négative sera caractéristique d'un style éducatif où le contrôle, la contrainte, une faible communication entre les parents et l'enfant, et l'encouragement à l'accommodation seront prédominants.

L'encouragement à l'autonomie et à la prise d'initiative de l'enfant a été également associé à la « disponibilité affective des parents ». Ces « qualités », plus répandues dans les classes favorisées, contribuent à une meilleure réussite au cours de la scolarité élémentaire de l'enfant.

Estime de soi et compétences (performances)

La plupart des gens pensent que les échecs scolaires est un reflet d'une faible estime de soi ! Les recherches en éducation déterminent pourtant une réponse plus mitigée

tant l'estime de soi apparait comme une notion complexe. En réalité, un élève ayant une faible estime de lui-même risque fort de ne pas trouver l'énergie pour s'engager dans son travail scolaire. Cependant la majorité des élèves, même ceux en difficulté d'apprentissage, ont une estime d'eux même relativement positive, ce qui veut dire qu'il n'est pas facile d'expliquer la plus part des échecs par une faible estime de soi.

Les chercheurs se sont donc intéressés à un élément plus pertinent et plus flexible afin d'expliquer les résultats scolaires des élèves : la confiance en ses capacités d'apprentissage.

La confiance en nos capacités à agir efficacement, joue un rôle essentiel dans notre orientation et nos succès. Les recherches montrent que cette confiance peut varier d'un domaine à un autre, et d'une matière scolaire à une autre, l'élève peut se sentir très compétent en français comme langue étrangère mais peu brillant en physique. Ainsi l'élève qui a confiance en ces capacités dans une matière, choisit des activités qui présentent pour lui un défi et lui donnent l'occasion d'éveiller ses habiletés, il préfère le défi plutôt que de s'engager dans des tâches faciles, et qu'il est assuré de réussir. En général ce genre d'élève se fixe des objectifs d'apprentissage plus élevés, cherche à comprendre en profondeur et à donner du sens à ce qu'il étudie, il gère mieux son temps de travail et il domine également mieux le stress et l'anxiété et aboutit souvent à de meilleurs résultats.

Par contre, l'élève a tendance à se désintéresser des activités dans lesquelles il se sent peu efficace, ce qui peut entraîner des répercussions sur son choix d'études, cette stratégie permet à l'élève de garder une bonne estime de lui-même mais peut conduire certains élèves à cesser d'être motivés dans leur scolarité.

Soulignons que les conséquences positives, d'une bonne confiance en soi ne se vérifient pas dans tous les cas puisque les résultats à atteindre doivent dépendre en partie de l'effort de l'élève, ou d'un environnement propre à lui ; il faut toujours offrir à l'apprenant un stimulant (une envie d'apprendre) pour qu'il apprenne sans obstacles, sans codes et sans limites. Motiver et stimuler un apprenant, est la base de toute

méthode d'apprentissage, pour lui prouver que tout savoir appris, spécifiquement ou dans le tas a une valeur et un intérêt, pour le moment ou pour plus tard.

Comment remettre en état la confiance en soi chez l'apprenant ?

La relation entre confiance et performance est bien acquise chez des élèves de tous âges, même s'il existe un écart entre ces deux valeurs. Les recherches démontrent que la réussite d'un élève ne vient pas seulement de ses compétences, mais aussi de sa confiance en ses capacités d'apprentissage. Des élèves ayant des compétences cognitives supérieures à la moyenne peuvent donc avoir peu confiance en eux, avec tous les effets négatifs qui y sont associés. A l'inverse des élèves qui ont de faibles connaissances de départ mais qui croient en leurs capacités et savent les exploiter efficacement peuvent développer largement leurs compétences.

Le psychologue Albert Bandura, stipule que la confiance en ces capacités d'apprentissage provient de quatre sources d'information : les performances passées, l'observation des performances d'autrui, les messages de l'entourage et les états physiologique et émotionnelles.

Il est clair que les succès et les échecs dans n'importe quel domaine, peuvent affecter la confiance en soi de la personne, ainsi le redoublement scolaire a souvent un impact négatif durable, et peut faire basculer l'élève dans un cercle vicieux de faible confiance et échec.

Ce qu'on va tirer de l'échec ou de la réussite est très important... si je prends l'exemple d'un élève qui réussit à un examen parce que c'était facile, cette réussite ne renforcera pas sa confiance en ses capacités d'apprentissage ; de même si son échec est imputable à un manque de travail, sa confiance en lui ne sera pas ébranlée.

Redonner confiance aux élèves :

Les élèves sont sensibles à l'image de leurs compétences. Les parents, leurs pairs et enseignants et leur confiance en eux reflète en partie ces perceptions.

Tout ce que reçoit l'élève de son entourage comme soutien, critique, encouragement, conseils, attentes, etc., ont une influence sur l'élève et sur son apprentissage, même au niveau non verbal, les enseignants manifestent, souvent de manière non intentionnelle, leurs attentes vis-à-vis des élèves à travers l'attention qu'ils leur portent, la façon de les regrouper, la difficulté des tâches qu'ils leur assignent, le degré d'autonomie qu'ils leur accordent. Ce qui concerne les évaluations et la façon de communiquer les résultats a un effet sur les implications qu'en tirent les apprenants concernant leurs capacités à apprendre.

Une évaluation détecte les progrès de l'apprenant par rapport à ses exploits antérieurs, et même si ces exploits sont insuffisants, suscite davantage de confiance pour les apprentissages futurs qu'une évaluation qui classe sa capacité par rapport à celles des autres élèves.

Donc, d'après ce qui a été dit on confirme que la confiance en ses capacités d'apprentissage n'est pas donnée en une seule fois, mais se construit au fil des expériences vécues dans différentes matières, comme elle ne dépend pas seulement de l'élève mais également des types de dispositifs pédagogiques mis en place par les enseignants et des messages communiqués par les parents.

La confiance en soi n'est pas issue seulement des résultats scolaires de l'élève, mais aussi et surtout de la manière dont il perçoit réussites et échecs et des implications qu'il en tire concernant ses capacités d'apprentissage.

L'art de renforcer son estime de soi :

Il s'agit donc d'amener les apprenants à se concentrer sur les progrès accomplis et sur les moyens qu'ils peuvent acquérir en vue de mieux maîtriser les tâches à réaliser, plutôt que sur l'évaluation de leur place par rapport aux autres.

L'enjeu et notamment de trouver des formes d'évaluation qui soulignent que la compétence est une capacité qui se construit à travers le travail, l'étude et la régulation efficace des contraintes et des ressources, et qui communiquent des attentes élevées vis-à-vis des progrès réalisables par l'élève.

Dans, l'ensemble, les recherches en éducation suggèrent qu'il est possible de mettre en place des activités d'apprentissage permettant une acquisition graduelle de compétences et leur validation progressive, et de développer ainsi la confiance en soi et la motivation des élèves, même quand ceux-ci ont un niveau initial de compétences très bas. Les pistes évoquées dans ce texte demandent sans doute à être adaptées selon le contexte, mais elles forment une structure cohérente de pratiques éducatives peu coûteuses à mettre en œuvre. Elles invitent les enseignants à agir autrement pour soutenir au mieux les élèves.

PARTIE II :
Cadre pratique

Prise en charge des activités

Les activités pédagogiques sont prises en charge par des enseignants, il est possible de mobiliser un partenaire de l'environnement social de l'école (acteur associatif...). Il est souhaitable, si possible, d'intervenir à deux personnes, puisque deux fonctions sont identifiées pendant les animations :

- une fonction de « garant du cadre », fonction d'autorité dans le déroulement des animations.
- une fonction de « garant de l'écoute », fonction de soutien et de facilitateur auprès des élèves.

Organisation des activités

Les membres de l'équipe pédagogique, impliqués dans le projet, doivent ORGANISER les sessions avec les élèves :

- Avant de commencer, ils doivent préparer le groupe d'élèves en choisissant le ou les thèmes abordés (par exemple les relations garçons/filles, les insultes, la violence...).
- Au cours du processus, l'animateur peut tenir un journal de bord permettant de mémoriser, de séance en séance, les thèmes émergents, les sujets qui préoccupent les élèves, les différentes stratégies mises en œuvre par ces derniers, leurs propositions et leurs perspectives énoncées.
- Il conviendra de choisir attentivement le lieu le plus propice aux échanges, l'endroit où les élèves ne sont pas trop exposés et où ils ne seront pas dérangés. La disposition de la salle doit aussi être pensée ; les élèves se déplaceront dans la salle, et il devra y être parfois possible de mettre de côté les tables et les chaises ; la mobilité dans l'espace permet d'expérimenter de nouvelles postures et façons d'être.
- Le nombre de sessions est déterminé à l'avance. Ce rythme dépend avant tout des besoins des élèves, des possibilités dans leur emploi du temps et dans celui des

membres de l'équipe pédagogique. Il faut compter entre six et dix sessions. Une session toutes les trois semaines permet aux élèves de rester dans la dynamique du projet. Une durée de 55 mn à une heure par session est pertinente. Les sessions sont clôturées par une rapide synthèse des échanges et une information succincte sur la session suivante.

Le garant du cadre de l'activité, fonction d'autorité

- Au moment de l'animation, il fixe le cadre de l'activité, invite les élèves à l'échange, distribue la parole à tour de rôle ou à celui qui a envie de s'exprimer mais qui n'ose pas s'imposer. Il s'efface pour laisser les élèves parler ou, au contraire, relance quand cela s'avère nécessaire. L'animation est non directive et respectueuse des élèves.
- Les règles suivantes s'appliquent aux activités : discrétion, confidentialité, liberté de silence et de parole, non-jugement, non violence, non monopolisation de la parole pour faciliter la communication.
- Pour relancer le groupe, il peut être nécessaire de reformuler les derniers propos tenus afin de reprendre la direction des échanges lorsqu'un des élèves monopolise la conversation.
- À la fin de la session, il rappelle aux élèves les prochaines séances et analyse les interactions qui se sont produites, de manière à préparer la prochaine rencontre.
- Dans tous les cas, le garant du cadre de l'activité n'est pas celui qui a des réponses toutes faites, qui s'appuie sur la morale, sur un discours structuré par des « il faut faire » ou « il ne faut pas faire ». Il est celui qui favorise et encourage la réflexion et l'expression de tous.
- Face aux élèves, il assume les responsabilités de l'adulte. Il est garant du cadre et de l'institution scolaire, du temps et du respect des règles établies avec les élèves au début du projet.

- Il rappelle les règles de l'activité au début de chaque session et veille à ce qu'elles soient respectées : la simple consigne « on s'écoute et on demande la parole » peut être suffisante.
- Si une règle est enfreinte par un élève et débouche sur une situation problématique pour le groupe, il faut agir en reprenant avec le groupe ce qui a posé problème, et en expliquant en quoi cette transgression peut mettre mal à l'aise les autres élèves.
- Dans la régulation des échanges, il faut savoir faire place au silence pour permettre aux élèves de réfléchir.
- Il importe de se montrer attentif et d'être capable de rediriger la discussion si les propos d'un élève deviennent trop intimes sur sa vie privée.

Le garant de l'écoute lors de l'activité, fonction de soutien

- L'animation ne se limite pas à l'organisation et au rappel des règles ; lors des sessions, les élèves vont établir une complicité avec celles et ceux qui les animent. Cette complicité favorise les échanges.
- Les élèves seront plus à l'aise pour parler s'ils se sentent en confiance avec les animateurs qui organisent les échanges, et s'ils trouvent chez eux une attention à leurs préoccupations, une capacité à montrer de l'empathie face à leurs inquiétudes, etc.
- La fonction d'écoute conduit parfois à soutenir individuellement des élèves, soit parce qu'ils se replient sur eux-mêmes, soit parce qu'ils manifestent une grande excitation ou des difficultés à s'exprimer oralement.
- Pour gagner la confiance, il est essentiel de garder les échanges à l'intérieur du groupe d'élèves directement concernés : ce qui est dit dans le groupe n'en ressort que sous couvert d'anonymat, de produit collectif des discussions mais jamais nominativement.

Je propose vous propose l'activité suivante :

Je parie...

1. Objectifs généraux de l'activité

- Renforcer l'estime de soi.
- S'intéresser à autrui.
- Construire une bonne ambiance dans la classe.

2. Remarques générales

L'exercice est basé sur le volontariat, il ne doit impliquer que les élèves candidats, car parler de soi-même devant la classe peut être très stressant. Il faut s'attendre à entendre des informations personnelles, parfois intimes, où des élèves relatent des difficultés ou des traumatismes. Il conviendra alors de se montrer attentif à ces informations sans pour autant s'y appesantir. Dès lors, il importe de maintenir un rythme dans les tours de parole, et de maintenir une dynamique, un ton joyeux.

3. Compétences développées

- Les élèves s'expriment sur eux-mêmes.
- Les élèves apprennent à se connaître les uns les autres.

4. Description de l'activité

1. Les élèves forment un cercle en s'asseyant.
2. Un élève volontaire se tient au milieu du cercle et prononce la phrase :
« Je parie que je suis le seul... » (La suite donne des informations sur lui-même qui seraient uniques dans la classe) ; par exemple, « Je parie que je suis le seul à avoir un frère jumeau » ou « Je parie que je suis le seul à être allé à Paris »
3. Les élèves écoutent la phrase et si quelqu'un dans la classe partage la déclaration présentée, il se met debout à côté de l'élève du milieu.

4. Le cercle dur aussi longtemps qu'il y a de volontaires dans la salle de classe, prêts à voir ce qui les rend uniques.

5. Rôle de l'animateur de la session

Il est garant de la règle, du temps, il apporte son aide et son soutien aux élèves qui ne trouvent rien d'original en eux. Il est conseillé d'entretenir une certaine dynamique de groupe, une rapidité dans la présentation. Un ton humoristique facilite l'expression. L'atelier est alors fait dans la bonne humeur sous une forme de défi valorisant pour les élèves. Il peut arriver que des élèves soulèvent des questions très personnelles et parfois lourdes de sens pour eux.

Conclusion

L'école est un lieu de partage et d'entraide où chacun prend conscience qu'il s'agit d'une étape importante dans la réussite d'un bel avenir, elle est considérée aussi comme un lieu essentiel dans la vie des élèves en tant que lieu de socialisation, dans lequel ils développent des croyances personnelles, des buts éducatifs et professionnels.

Responsable et garant des apprentissages, l'enseignant doit adopter une attitude bienveillante envers ses élèves et veiller au respect des différences, dans un cadre serein dans lequel les élèves puissent s'épanouir dans leurs apprentissages, est alors essentielle au bon développement de l'estime de soi.

L'enseignant doit laisser les élèves trouver par leurs propres moyens les éléments permettant de vivre librement et sans crainte, accepter les erreurs et s'émanciper du regard des autres afin d'éprouver un sentiment de bien-être émotionnel, physique et psychologique.

A travers ce mémoire, j'ai voulu tenter de comprendre et de cerner ce qui se passe entre un enseignant et un élève. Au fur et à mesure de mes investigations bibliographiques, mes lectures, je me suis enrichi d'un certain nombre de concepts, d'informations, des connaissances, il n'en reste pas moins que je suis restée sur ma « faim » par rapport au manque de sources d'informations, la documentation car ce sujet n'a pas été traité auparavant chez nous, sans oublier le cas du covid-19 qui a été le grand obstacle pour apporter un certain nombre de réponses, et surtout effectuer une enquête de terrain.

Il n'en reste pas moins que ce travail de réflexion et de recherche nous a apporté quelques éléments de compréhension et de solutions.

J'espère apporter d'autres idées dans des recherches futures.

Bibliographie

Ouvrage :

L'affectivité dans l'apprentissage, presses de l'Université di Québec, sous la direction de Louise LAFORTUNE et Pierre MONGEAU.

Cessons de motiver les élèves, 18 clés pour favoriser l'apprentissage. Daniel FAVRE.

Coaching scolaire, augmenter le potentiel des élèves en difficulté. Gaëtan Gabriel
préface d'Olivier DEVILLARD

Estime de soi et santé, dossier pédagogique à l'intention des enseignants pour l'animation d'ateliers "estime de soi" en premier cycle de secondaire.

Développer les compétences sociale des adolescents par des ateliers de parole, livre de Edith Tartar Goddet

Les grandes problématiques de la psychologie clinique, ouvrage réalisé par François MARTY

Psychologie de l'identité, soi et le groupe de Edmond Marc

L'estime de soi des adolescents, la collection de l'hôpital sainte-Justine pour les parents, Germain Duclos, Danielle Laporte et Jacques Ross.

Répertoire d'outils favorisant/ renforçant l'estime de soi et les compétences psychosociales, Une collaboration entre l'Equipe Prévention et Promotion de la Santé du Département Prévention et Santé Mentale du CPAS de Charleroi et le Centre Local de Promotion de la Santé de Charleroi-Thuin

Strong, soutenir les compétences psychosociales des adolescents pour favoriser les apprentissages au collège, cahier technique. Patrick Lecaplain et Christophe Moreau.

Traité de psychologie de la motivation, sous la direction de Philipe Carré et Fabien Fenouillet

La construction de l'estime de soi des élèves en EPS : une illustration en ultimate, Pascal Isambert. Master « Métiers de l'Enseignement, de l'Éducation et de la

Formation » Mention premier degré La construction de l'estime de soi des élèves en EPS Une illustration en ultimatum, Mémoire présenté en vue de l'obtention du grade de master en présence de la commission de soutenance composée de : Feigean Olivier, directeur de mémoire Bruno Demas président de jury soutenu par Isambert Pascal le 28 mai 2018.

Estime de soi, le pouvoir intérieur, livre de développement personnel, psychologie coaching enseignement, Jullien, Charles.

L'estime de soi... ça se mérite ! La confiance en soi... ça se développe ! La lettre du psy, Larocque, K. (2007, février). Repéré à <http://www.infopsy.com/estimeconf1.html>

Mémoires consultés :

Estime de soi et éducation scolaire, Evaluation de la rénovation de l'enseignement primaire Document de travail no3Avril 2002 par Verena JENDOUBI

La construction de l'estime de soi scolaire Chez les adolescents de l'enseignement spécialisé de type, Mémoire réalisé par AUDRIT Géraldine

Réussite scolaire et estime de soi par Benoit GALAND

L'évolution de l'estime de soi à travers le processus scolaire chez des adultes ayant rencontré des difficultés d'ordre scolaire, mémoire présenté par Isabelle MORIN, l'université du Québec

Relation pédagogique et construction du savoir, académie de Montpellier, mémoire réalisé par Telli Faiza

Sitographies :

https://www.researchgate.net/publication/315719662_L'ESTIME_DE_SOI_ET_L'APPRENTISSAGE_D'UNE_LANGUE_ETRANGERE_UNE_ETUDE_AVEC_DES_APPRENANTS_DE_FLE

<https://ecolebranchee.com/une-bonne-relation-enseignant-eleve-pour-favoriser-le-succes-a-lecole/>

<https://www.koi-coaching.fr/exercice-estime-de-soi/>

<http://www.infopsy.com/estimeconf1.html>

https://www.psychologue-paris.com/nouveautes-reussite-scolaire.php?fbclid=IwAR3EUBCenBPP6B_jgRJPtIYXZ91SPDJQN59XDmOxG4dpiWUq3DITh-uQFyY

https://www.aide.ulaval.ca/psychologie/textes-et-outils/developpement-personnel/1-estime-de-soi/?fbclid=IwAR0DLRiWRsUC-FUI8T_Lsc4cUIQGuDrw42BvRCXe_Q1-eHAOkh3iPUVfi6c

<https://cursus.edu/>

<https://www.cairn.info/revue-empan-2006-3-page-30.htm>