Ecole de culture générale Ella-Maillart

TRAVAIL DE MATURITÉ SPÉCIALISÉE PÉDAGOGIE

2017-2018

L'estime de soi à l'école

Référente ECG: Emmanuelle Tarazi

Inês Espinhal Amaro

Table des matières:

I. Introduction 4

II. Qu’est-ce que l’estime de soi? 6

III. Qu’est-ce que "l’école bienveillante"? 8

IV. La place de l’estime de soi à l’école 9

1. Les Méthodes pour développer l'estime de soi: 11

a) Apprendre par l’échec 11

b) L'Evaluation 14

c) L’Interaction avec les élèves 16

d) Les Liens entre les parents, l'enseignant et l'élève 17

V. L'Effet Pygmalion 21

VI. L'importance de l'estime de soi dans l'apprentissage 24

VII. Conclusion 28

VIII. Remerciements 29

XI. Annexes 30

Interview n°1 30

Interview n°2 36

X. Lexique 39

XI. Bibliographie 40

I. INTRODUCTION

La thématique abordée dans ce travail est un domaine essentiel auquel je pense qu'il est très important de s'intéresser pour toute future carrière au sein d'un établissement scolaire, surtout quand il s'agit d'enseigner à des enfants en bas âge. Je me suis donc davantage intéressée à ce sujet, mon but étant de devenir enseignante.

Si l'on ne s'estime pas soi-même, si l'on n'a pas confiance en soi, comment peut-on avoir confiance en ses propres capacités, en son potentiel pour pouvoir avancer? Bien que cette confiance en soi ne s'acquière pas seulement au sein du cadre scolaire (le cadre familial est également très important), il ne faut pas négliger l'importance du rôle de l'école, en particulier de l'enseignant[1], qui doit accompagner au mieux ses élèves pour les mener vers une progression permanente, surtout à un âge (entre 4 et 9 ans) où l'attention est encore difficile à garder et où apprendre n'est pas tous les jours évident.

En ce qui concerne la pédagogie, l'école a connu cependant d'énormes avancées: en Suisse, durant l'époque Moderne, l'école était réservée dans un premier temps aux garçons de classe aisée supérieure et les cours étaient tenus par des curés, des moines ou encore, des abbés. On y apprenait essentiellement le catéchisme, les chants religieux puis l'écriture et enfin, la lecture. L'enseignement était essentiellement basé sur la religion dominante de l'époque (le christianisme) et plus tard, au 17ème siècle, les premières ordonnances générales sur l'école furent adoptées. Elles instaurèrent l'école obligatoire pour les deux sexes. Au 20ème siècle, de nombreux pédagogues et penseurs ,comme André Chavannes, émirent de nombreuses critiques envers un enseignement qu'ils trouvaient alors trop axé sur l'enseignant et la matière enseignée et moins sur la pédagogie, l'enseignement actif, la prise en charge de l'enfant lui-même. Ces nombreuses remises en question ont permis d'évoluer dans le domaine de l'éducation. Si l'on compare l'école publique d'hier à celle d'aujourd'hui, on peut y voir que l'enseignement a bien évolué notamment en devenant une école laïque, gratuite, obligatoire puis en accentuant l'importance de la pédagogie. La façon d'enseigner est beaucoup plus centrée sur

[1] Dans un souci de lisibilité, seul le masculin est utilisé dans ce document. Le texte s'applique indifféremment aux femmes et aux hommes.

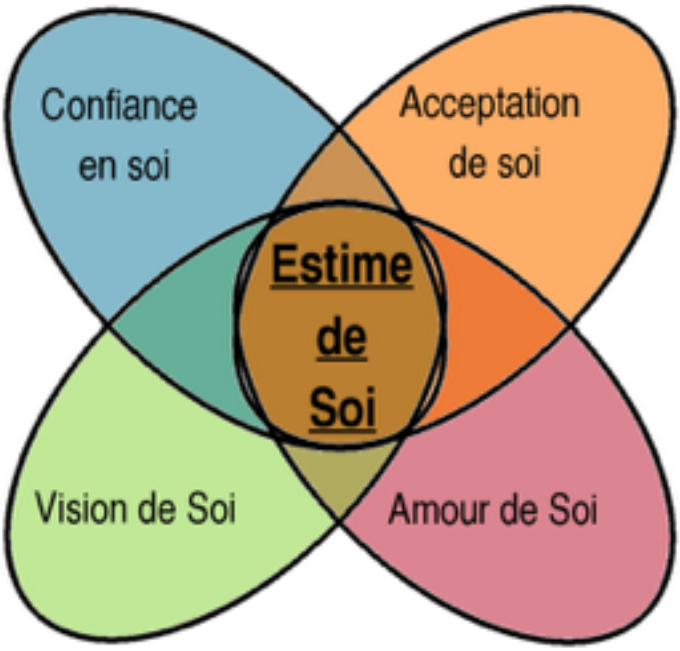
l’enfant qu’elle ne l’était auparavant. Aujourd'hui l’enseignant est mieux disposé à répondre aux besoins de ses élèves et à mieux les accompagner. À l’époque il était même inimaginable de remettre en question la façon dont les élèves apprenaient, une hiérarchie maitre-élèves était imposée, où le maître était le dominant et l’élève, le dominé. L’affectif et le bien être de l’élève n’entraient en aucun cas dans cette démarche. Les gens étaient donc loin de penser à *l’estime de soi*. Grâce aux nombreux progrès que l’école a fait en terme de pédagogie, aujourd'hui l’enfant n’est plus perçu comme un simple objet. C’est pourquoi la notion d’*estime de soi* peut y prendre place d’autant plus, on le verra par la suite, qu’elle se révélera efficace dans l’apprentissage. Ainsi, il devient donc important de l'instaurer au mieux en primaire pour qu'elle persiste au fil du temps. Dans ce travail, je vais donc m’intéresser plus particulièrement aux enfants de 4 à 9 ans des degrés allant de la 1p à la 5p (Harmos).

Dans un premier temps, nous allons voir ce qu’est l’*estime de soi* d’une manière générale puis nous ferons des liens entre ce concept et la pédagogie en montrant la place qu’il peut avoir dans les apprentissages des élèves. Ainsi, nous examinerons le rôle qu'a l’enseignant vis-à-vis de l'estime de soi d’un enfant et comment il doit faire pour construire et forger une bonne confiance en soi chez ses élèves.

Pour appuyer ma réflexion, je m’aiderai de plusieurs sources écrites, pouvant me renseigner et me guider dans mon sujet ainsi que des notes que j’ai pu prendre lors de mon stage de deux semaines dans une classe primaire. Je vais également m’appuyer sur les interviews faites auprès d’une enseignante qui met au centre l’estime de soi au sein de sa classe et d'une étudiante diplômée de l'université de Genève en psychologie et qui aujourd'hui poursuit ses études en Mental Health Studies au King's College London. Au cours de mon travail, je vais donc essayer de répondre à la problématique suivante: *“En quoi l’estime de soi est-elle d'une grande importance pour l'enfant dans les apprentissages scolaires?"*

II. QU'EST-CE QUE L'ESTIME DE SOI?

L'expression "*estime de soi*" comporte le mot "*estime"* provenant du verbe *esmer*, issu du latin "*aestimare"*, qui signifie évaluer, apprécier ou encore juger. Ce mot, au fil du temps, se verra accompagné de "soi" et signifie donc, une évaluation personnelle, un jugement qu'on se fait de soi-même. Autrement dit, la valeur que nous nous attribuons. Ce jugement se construit par plusieurs piliers dont les 4 principaux sont:



- *la vision de soi*, "*Qui suis-je*?" (identité) et la croyance en ses capacités permettant de se projeter dans des projets futurs et ses rêves. Une bonne vision de soi permet de maitriser ses choix, de ne pas avoir peur d'avancer et d'affronter des échecs car l'individu se sent capable de les franchir et de les surmonter.
- *l'amour de soi*, lié à la bienveillance du regard qu'on porte sur soi et une aisance dans ses relations avec les autres. Dans le cas où cet amour de soi serait trop faible, les relations avec autrui deviennent plus compliquées car l'on pourrait avoir peur de ne pas être à la hauteur de l'autre, de ne pas être intéressant ou encore d'être ignoré.
- *l'acceptation de soi,* qui est son auto-évaluation. Elle se fabrique avec son propre regard, celui que l'on a sur soi-même mais également avec le regard des acteurs qui entourent l'individu. Ainsi ce dernier se sert aussi du regard d'autrui pour fonder son opinion sur lui-même.
- Et pour finir, l'estime de soi comprend également *la confiance en soi*, qui est très souvent confondue avec l'estime de soi car la frontière entre ces deux termes est assez fine. Mais la confiance en soi se focalise essentiellement sur la confiance que l'individu a en ses capacités. Par exemple, un élève qui serait persuadé de ne pas

réussir un exercice de français, car il considère être mauvais dans ce domaine, n'a d'une part, pas confiance en lui (en ses capacités à pouvoir réussir) et d'autre part, a une mauvaise estime de lui car il se dénigre en partant déjà du principe qu'il est "nul". Or, un élève peut aussi penser qu'il n'est pas très fort en français mais sans que cela ne le perturbe outre mesure. Dans ce cas sa confiance en soi est basse mais son estime est intacte car cela lui importe peu de réussir en français.

Pour s'estimer il faut donc, dans un premier temps, comprendre que l'on est digne d'estime. Cette estime n'épargne personne car elle est involontaire. Ce n'est pas quelque chose que l'on peut complètement contrôler car des acteurs extérieurs influencent cette construction. L'image que l'on a de soi-même se construit également avec le regard extérieur que le gens portent sur nous, ainsi que sur des événements qui échappent à notre contrôle. Ce regard peut se manifester de différentes manières, verbales ou gestuelles. L'on peut essayer de ne pas prêter attention à tout ce que l'entourage peut nous dire, cependant, il n'en demeure pas moins que parfois, certaines paroles ont un impact et prennent plus de place que d'autres, indépendamment de notre choix. Un bon travail sur notre estime de soi peut nous apprendre à ne pas prêter attention à toutes les choses que l'on peut dire sur nous, à faire le tri car une trop grande peur du "qu'en dira-t-on" nous enferme dans une crainte de l'affirmation de soi.

De plus, l'estime de soi n'est également pas figée, elle se construit et évolue jour après jour; dans la vie nous sommes en perpétuel apprentissage, amenés à rencontrer des échecs et des réussites auxquels on fait face grâce à notre expérience qui ne cesse de grandir au fil du temps. Par conséquent, l'estime de soi ne peut être figée car on peut, par différents chemins, être amené à ce qu'elle s'améliore ou parfois se détériore. Cependant, une estime de soi trop faible est très néfaste, ce qui est également le cas si elle est trop élevée.

En d'autres thermes, l'estime de soi est l'écart entre ce que l'individu voudrait être et ce qu'il est réellement, c'est à dire ce qu'il pense être. Donc, plus l'image que l'on a de soi est éloignée de ce que l'on voudrait être, plus son estime de soi est basse. À l'inverse, plus l'image qu'on a de soi se rapproche de ce qu'on voudrait être, plus son estime sera haute. Une estime de soi trop élevée pourrait donc mener à une adoration de soi disproportionnée menant à l'égoïsme, à l'orgueil et à un ego démesuré.

III. QU'EST-CE QUE "*L'ÉCOLE BIENVEILLANTE"?*

L*'estime de soi* est un concept qui est rarement abordé en tant que tel dans les documents d'informations distribués par l'école ou lors des réunions parents-élèves et qui n'est également pas beaucoup sujet à discussion lors des réunions entre enseignants. C'est un concept qui certes est, ne serait-ce qu'involontairement, introduit dans l'école vu qu'il touche la vie de tous les jours, mais on peut également le mettre en exergue comme c'est le cas dans certaines pédagogies alternatives qui y accordent une attention bien particulière. L'école bienveillante fait partie de ce que l'on appelle "*Les Pédagogies alternatives".* Voilà déjà plus de 600 ans que la pédagogie, aux sein des écoles, est à la base de réflexions et de remises en cause par de nombreuses personnes à travers le monde, dont des penseurs comme Jean-Jacques Rousseau en France, en passant par John Dewey aux Etats-Unis, Cecil Reddie en Angleterre ou Edouard Claparède en Suisse et bien d'autres. Aujourd'hui encore, les pédagogues ne cessent de se questionner sur l'enseignement mis en place dans les écoles. C'est pour cela que de nombreux projets et idées évoluent et essaient de montrer leur efficacité dans la façon d'enseigner. C'est le cas de la "*pédagogie bienveillante*" qui met au centre l'estime de soi pour que les élèves réussissent et progressent dans leurs apprentissages.

À travers ce type de pédagogie, l'élève n'est pas considéré uniquement à travers ses apprentissages mais on prend également en compte son ressenti et son bien-être. Il est donc important de mettre en place un cadre propice aux apprentissages, c'est-à-dire, de ne pas faire seulement entrer de force des paroles dictées par l'enseignant dans la tête des enfants, qu'ils se contenteront de reproduire plus tard lors d'évaluations, mais il faut donner à l'enfant l'envie d'apprendre et de s'attarder sur ce qu'il ne comprend pas. L'enseignant doit alors s'adapter aux besoins de chacun, favoriser l'activité, prôner l'entraide et la libre parole ainsi que valoriser et motiver les élèves. Dans le cadre de cette pédagogie, il faut donc faire preuve de bienveillance envers les élève, c'est-à-dire avoir ''*une attitude qui veille au bien de l'autre. Dans ce but, elle s'exprime par la compréhension, voire l'indulgence pour les autres face aux faiblesses, erreurs ou bêtises des personnes ou des élèves. Elle est fondée sur la capacité à ressentir, de manière empathique, ce dont l'autre aurait besoin pour une évolution favorable. Dans l'éducation, elle permet de renforcer*

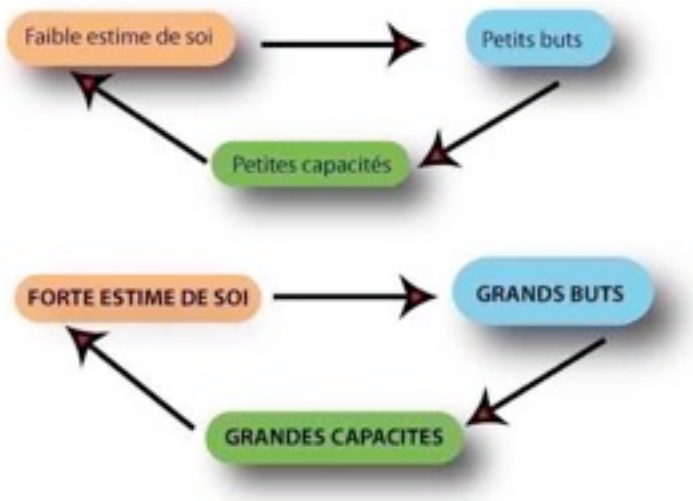
l'estime de soi et la construction de soi afin de favoriser l'évolution espérée."[2] Il y a donc, d'une part, beaucoup de points dont l'école "ordinaire" pourrait s'inspirer. Celui notamment qui consiste à considérer l'élève en fonction de son niveau et son rythme n'est pas évident, étant donné que les classes sont soumises à un programme scolaire décidé au préalable que l'enseignant est dans l'obligation de respecter.
D'autre part, pour mettre en place une pédagogie bienveillante, le nombre d'élèves par classe ne devrait pas être trop élevé ou alors le nombre d'enseignants par classe devrait être augmenté, ce qui d'un simple point de vue économique, est difficilement imaginable. La pédagogie bienveillante peut cependant apporter de nombreuses réflexions et être appliquée dans une classe de l'enseignement "ordinaire". Dans le cas des relations entre élèves et enseignants, rien n'empêche d'apprendre et d'enseigner tout en expliquant aux enfants l'importance de l'estime de soi et d'y accorder une attention particulière. Pour cela, l'on pourrait imaginer une école ou plusieurs séances d'informations où les enseignants seraient formés à ces principes élémentaires, tout en suivant un programme et un plan d'étude définis.

IV. LA PLACE DE L'ESTIME DE SOI À L'ÉCOLE

Le Département de l'Instruction publique fait face à de nombreux échecs scolaires années après années qui peuvent s'expliquer par des facteurs divers. On peut alors se demander si l'on s'interroge assez sur le rôle-clé que joue l'estime de soi dans les apprentissages? C'est aussi pour faire face à ces échecs constants que des pédagogies alternatives ont été mises en place. Il faut prendre conscience qu'apprendre n'est pas si facile surtout pour des enfants qui ont une approche beaucoup moins forgée et expérimentée que la celle d'un adulte dans l'assimilation de nouvelles notions. Selon Stanley Coopersmith, chercheur, écrivain et thérapeute (1967, p. 4-5), l'estime de soi est "*l'évaluation que l'individu fait et qu'il entretient habituellement: elle exprime une attitude d'approbation ou de désapprobation, et indique le degré selon lequel il se croit lui-même capable, important, en pleine réussite et digne. En bref, l'estime de soi est un jugement personnel de mérite qui s'exprime dans les attitudes que l'individu véhicule vers les autres par des communications verbales et par d'autres comportements expressifs*". Donc si l'on

[2]. Graine de Paix. (s.d.). Bienveillance. Récupéré le 12 décembre, 2017, de http://www.grainesdepaix.org/fr/ressources-de-paix/dictionnaire-paix-education/bienveillance

part du principe que l'estime de soi joue un rôle fondamental dans les croyances envers soi-même, envers ses propres capacités, cela signifie qu'elle est particulièrement importante durant le cursus scolaire et même au quotidien. Lorsque que l'on apprend, on acquiert de nouvelles connaissances, des notions ou des compétences et cela se fait petit à petit, quotidiennement. C'est grâce à une conscience en ses facultés que l'individu va pouvoir les développer ou en fabriquer d'autres. Et pour évoluer, on doit aussi tous passer par des échecs sans quoi il ne serait pas possible d'apprendre. Comme dirait le célèbre Henry Ford: "*Échouer, c'est avoir l'opportunité de recommencer de manière plus intelligente.*" Mais pour se relever et continuer sur le chemin de l'apprentissage, il faut avoir une bonne estime de soi qui permet de voir l'échec non comme une barrière infranchissable mais comme une aide pour s'améliorer qui doit pousser vers la persévérance. De plus, l'élève a, dans un premier temps, besoin du professeur pour qu'il lui transmette ses connaissances et pour lui enseigner de nouvelles choses. Mais le problème est que, encore une fois, si l'enfant n'a pas une bonne confiance en lui, il peut se renfermer et ne pas oser dire quand il n'arrive pas ou ne comprend pas. Sans quoi l'enseignant, face à tant d'élèves, ne remarquera pas forcément qu'un élève en particulier a des soucis de compréhension ou n'ose pas s'affirmer et il poursuivra la leçon.
Le schéma ci-dessous met en avant qu'une faible estime de soi conduit à de petits buts, qui mènent à des petites capacités. Ce qui est logique si l'on part du principe que, si un élève ne croit pas en ses capacités, il a donc une faible estime de soi et ne se donnera pas la peine de se projeter dans de grandes ambitions.



Par conséquent, non seulement il réduira ses objectifs, et de ce fait, ne développera pas ses capacités, mais encore, n'améliorera pas sa confiance en soi. En revanche, si l'élève a une forte estime de soi, il aura la capacité de se croire capable de réussir et se fixera des buts plus importants, sans se mettre de barrières. Car c'est principalement en visant de grands buts que l'on peut développer ses capacités. En effet, il est difficile de s'améliorer, si les buts fixés sont toujours les mêmes ou facilement atteignables. Cependant, on ne peut pas affirmer qu'un élève avec une basse estime de soi ne pourra jamais réussir, mais cela peut être un facteur d'échec et un frein à l'apprentissage.

1. Les Méthodes pour développer l'estime de soi:

a) Apprendre par l'échec

L'échec un est mot dont la connotation est négative et qui, dans le cadre scolaire, peut faire peur. Or, selon la pédagogie bienveillante, ainsi que de nombreux auteurs, l'échec est aussi un allié de poids pour l'apprentissage. Comme l'explique Arnaud Granata dans son livre: "*Aucune institution ne nous apprend à échouer, du moins à accepter que l'échec fasse partie de la vie. Mieux, qu'il est essentiel à notre processus d'émancipation parce qu'il nous oblige à prendre des risques, à essayer, à recommencer. Et surtout, à travailler." (...) "Si l'image de la réussite est telle que nous vénérons ceux qui semblent tout avoir (les chanteurs populaires, les entrepreneurs, les comédiens ou les animateurs) tous ont connu de cuisants échecs et ont dû trouver le moyen d'y faire face et d'affronter cette peur de ne pas réussir tout le temps"*.[3]

Trop souvent les enfants vont de préférence s'attribuer le mérite de leur réussite et rejeter les échecs. Ils n'ont pas conscience du profit que l'on peut tirer des expériences négatives; il leur est plus agréable de montrer les succès remportés car leur estime de soi en souffre moins. En revanche, s'ils prenaient conscience de leurs échecs, ils pourraient voir où se situent leurs difficultés et par conséquent, tenter d'aborder les problèmes rencontrés par de nouvelles méthodes. Si les échecs sont montrés par l'enseignant comme un élément négatif, que faire des fautes

[3]Granata, A. (2016). Et si on parlait d'échec. In La Presse (Éd.), Le pouvoir de l'échec (pp. 17-18). Montréal: La Presse.

équivaudrait à être "mauvais" ou "bête", les élèves qui commettent des erreurs chercheront alors à les éviter à tout prix pour ne pas être considérés comme inférieurs aux autres qui ont mieux réussi. L'élève en difficulté construit des stratégies d'évitement en se dirigeant vers ce qui est facile pour lui ou répète ce qu'il sait déjà faire, ce qui revient à ne plus apprendre et ne plus avancer dans de nouvelles notions afin d'éviter de se trouver à nouveau confronté à l'échec. Pour apprendre, il faut sortir de sa zone de confort et gravir d'autres niveaux. Sans l'intervention de l'enseignant pour trouver différents chemins afin de surmonter les échecs, il sera difficile pour l'élève de sortir de ce cercle vicieux. En effet, un tel apprentissage n'est pas positif: si l'enfant se heurte sans cesse à des barrières sans être soutenu il perd confiance en soi considérant que la raison pour laquelle il n'arrive pas à effectuer une tâche réside dans son incapacité à l'accomplir, ce qui débouche dans une perte de motivation et d'envie d'apprendre. Progressivement, un désistement peut apparaître, l'élève se mettant alors dans une situation de pensée conditionnée où il se demandera pourquoi essayer puisque, de toute façon, il n'y arrivera pas. De cette démotivation et envie d'abandon face aux difficultés répétées peut naître le phénomène d'"*impuissance acquise"*; "*L'impuissance acquise est un phénomène qui se produit lorsqu'un être humain (ou un animal) est sujet de manière répétée à un stimulus perçu comme négatif, auquel il ne peut échapper. Au bout d'un certain temps, l'individu cessera d'essayer d'échapper à la situation déplaisante dans laquelle il se trouve et réagira comme s'il était impossible de s'en échapper. Même lorsque des moyens de sortir d'une telle situation seront présents, cette impuissance acquise fera en sorte que la personne n'agira pas.*"[4]

[4] Fartassi, A. (2015, 26 décembre) L'impuissance acquise : Le frein de votre estime. Récupéré le 20 décembre, 2017, de https://www.penserchanger.com/limpuissance-acquise-le-frein-de-votre-estime

Pour démontrer ce phénomène, une expérience fut menée par une psychologue, Charisse Nixon, dans une classe américaine:[5]

Avant l'activité:

- l'enseignante a divisé sa classe en deux, sans en informer les élèves;
- elle a distribué aux élèves du premier groupe des anagrammes (les mots, *BAT* - chauve souris; *LEMON* - citron; et *CINERAMA* qui doivent donner, suite à l'inversion des lettres, les mots *TAB* - languette; *MELON* et *AMERICAN*).

Mais pour la deuxième partie de sa classe, elle leur a donné deux premiers mots différents avec lesquels on ne peut pas faire d'anagrammes (*WHIRL* et *SLAPSTICK*).

Pendant l'activité:

- les élèves qui parviennent à faire un anagramme avec le premier mot doivent lever la main. Seuls ceux qui ont reçu les mots pouvant donner des anagrammes lèvent la main, les autres n'y parviennent pas;
- les élèves qui parviennent à faire un anagramme avec le deuxième mot lèvent la main, les autres à nouveau, sont mis en échec;
- au troisième mot, celui que tous ont reçu et qui donne forcément un anagramme (*CINERAMA*), les élèves du deuxième groupe ayant été mis en situation d'échec les deux premières fois, et se sentant stupides face à d'autres qui réussissent, ont perdu en confiance et motivation et expriment une impuissance acquise, n'essayant même plus de résoudre le dernier mot.

Après l'activité:

L'enseignante explique aux élèves comment elle a procédé et demande aux élèves du deuxième groupe comment ils se sont sentis face à cette situation d'échec et de faiblesse par rapport aux autres camarades. Certains répondent: "*Je me suis senti stupide.*", "*J'avais envie de partir.*", "*Frustrée*", "*Je me sentais encore plus confuse.*", "*J'ai perdu confiance en moi.*".

Cette expérience n'a que duré quelques minutes, on peut donc se questionner sur ce que cela pourrait donner durant plusieurs années, à long terme. Si l'élève est constamment mis en situation d'échec et qu'on ne lui donne pas la possibilité de s'en servir comme d'un tremplin pour s'améliorer et mieux comprendre pourquoi il a

[5] Le Fourn-Tanguy, C. (2016, 27 janvier). L'impuissance apprise ou résignation acquise - Martin Seligman. Récupéré le 19 décembre, 2017, de https://www.eveilasoi.com/blog/psychologie-1/l-impuissance-apprise-ou-resignation-acquise.html

moins bien réussi, une démotivation peut s'en suivre, puis une résignation au fait qu'il serait "nul" et qu'il ne peut pas changer sa situation. De plus, le fait de voir les autres réussir et de ne plus croire en ses compétences favorise une baisse d'estime de soi. L'enseignant doit donc mettre avant et valoriser les échecs pour les transformer en méthodes ayant comme issue la réussite. Une estime de soi stable, ni trop importante, ni trop faible, permet de résister aux échecs et d'ainsi maintenir l'envie d'apprendre. L'échec n'est pas quelque chose que l'on peut fuir tout au long de sa vie. Si l'on veut vraiment le détourner il n'y a qu'une seule possibilité: ne rien faire. Or si l'on ne fait rien, comment peut-on avancer? Il faut alors être particulièrement attentif avec les enfants qui dès leur jeune âge n'acceptent pas l'échec, qui le reçoivent avec frayeur et qui par conséquent, n'arrivent pas à l'affronter. Comme disait l'écrivain Robert Sabatier: "*La peur de l'échec enterre la réussite.*"

b) L'Evaluation

L'évaluation est un sujet qui suscite de nombreuses réflexions car certains seraient favorables à supprimer le système par notation que nous connaissons. En Suisse, à partir de la 4P, les élèves commencent à être évalués au moyen de notes allant de 1 à 6 (plus la note est élevée, meilleur est le résultat). Les années précédant ce degré, on évalue les apprentissages et le comportement dans la vie scolaire et ce n'est qu'à partir du deuxième trimestre de la 2P que l'on aborde la progression des connaissances dans les disciplines enseignées. Pour pouvoir observer la progression des élèves tant du point de vue du comportement et des interactions que des facultés à apprendre, un livret scolaire, où figurent les appréciations sur ces différents points, est rédigé par l'enseignant. Ce livret qui suivra les élèves jusqu'à la fin de l'école primaire est remis aux parents à trois reprises au cours de l'année scolaire. Ce n'est qu'à partir de la 4P, que le fameux système de notation, que beaucoup souhaitent voir réformé, entre en vigueur. Pour certains, le processus d'évaluation par le biais de chiffres comporte plusieurs aspects négatifs. Les enfants qui présentent le plus de difficultés se sentent bien plus stressés. Il en résulte une mauvaise ambiance en classe qui génère à la longue de mauvais résultats et initie une spirale négative: l'estime de soi baissant, il en va de même pour la motivation.

Pour les opposants à ce système d'évaluation, il est beaucoup plus important de se focaliser sur les apprentissages et compétences de chacun.

Pour d'autres en revanche, ce système de notation est indispensable. En effet, évoquer l'impact négatif des notes sur les élèves et leur bien-être, est un argument qui n'est pas recevable. Dans la mesure où, devenus des adultes, les élèves seront soumis tout au long de leur existence et de leur carrière professionnelle à l'évaluation et au jugement inhérent au système social, il leur faut s'adapter dès l'enfance à celui-ci. De plus, certains ne voient pas la raison pour laquelle on toucherait à un système mis en place depuis fort longtemps. Cette pratique comporterait notamment, pour certains parents, l'avantage d'être fiable, permettant de mieux estimer le niveau de leur enfant. De surcroît, elle serait moins compliquée à comprendre que le système des "acquisitions de compétences" qui n'utilise pas de notes mais des lettres et/ou des couleurs accompagnées d'appréciations. Force est de constater qu'il serait difficilement envisageable et utopique de supprimer complètement les notes.

Il n'est cependant pas incompatible de faire un mixte des deux, à savoir, mettre des notes, tout en maintenant une espèce de carnet journalier où l'enseignant noterait de manière progressive et continue les compétences de l'enfant et valoriserait les progrès réalisés. Le système de notation unique ne permettant pas de valoriser les efforts, même minimes de l'élève. Il serait par ailleurs intéressant et important d'avoir un suivi continu des connaissances, les élèves et les parents pourraient ainsi mieux situer l'avancée des apprentissages acquis ou à acquérir et l'on prendrait le temps d'apprécier les efforts de l'enfant, grâce aux commentaires faits quotidiennement par l'enseignante et l'élève. Les notes de 1 à 6 peuvent interrompre la relation naturelle ainsi que le dialogue entre enseignant et élève, d'autant plus qu'elles sont rarement suivies d'explications. D'une part, le fait de souligner les avancés de l'enfant motive également ce dernier car il aura conscience que ses efforts sont payants. D'autre part, on introduirait ponctuellement des notes pour vérifier si ses acquis sont validés, sans que cela prenne le dessus sur les évaluations constantes et commentées au cours des années d'apprentissage, accompagnées du ressenti de l'élève, le tout tenu dans un petit carnet *ad hoc* accompagné d'un bref *feedback* enseignant-élève.

c) L'Interaction avec les élèves

L'évaluation sans une bonne relation entre l'élève et l'enseignant, n'est pas aussi bénéfique qu'il n'y paraît. C'est pourquoi, si un lien de confiance est instauré, l'enfant qui se trouve confronté à une mauvaise note ou à des difficultés, pourra sans craintes poser des questions et l'enseignant pourra, grâce à une bonne communication, faire également part de ses ressentis et commentaires sur l'évaluation et l'évolution constante de l'élève. Lorsque que l'on s'adresse à des enfants, il est important, à cet âge plus qu'à un autre, de mesurer non seulement le poids de ses mots mais de faire également attention à sa manière d'agir. Un adulte réagira moins violemment à une critique qu'un enfant et surmontera plus facilement une offense verbale. La manière de l'enseignant de s'adresser à ses élèves, ou tout autre adulte à un enfant, ne doit pas se réduire à un lien d'autorité où parfois, l'on peut entendre que l'affect ne rentrerait pas en compte dans le cadre d'une relation professeur-élèves. Or pour pouvoir enseigner dans un cadre propice à l'apprentissage, une bonne ambiance est nécessaire. Le fait de susciter des émotions positives chez ses élèves, engendre un bon climat et une plus grande motivation. À l'inverse, les élèves ne prendraient pas goût aux apprentissages et une perte de motivation se ferait vite sentir. "*Des recherches ont montré que lorsque les enfants aiment apprendre, ils comprennent mieux et retiennent les choses plus longtemps. Ils sont également plus persistants dans leur travail et ouvert au challenge.*"[6] De plus, il serait bénéfique que l'enseignant noue un lien de confiance avec eux et fasse comprendre qu'il est là pour les aider en cas de problèmes, de questions ou tout simplement pour les écouter. Surtout il ne faut pas que l'élève ait peur de s'exprimer; la parole étant la base d'une bonne entente et permettant de communiquer. Or si un élève redoute de s'exprimer craignant que ce qu'il dit n'intéresse personne ou par peur qu'on se moque de lui, il ne sera plus en mesure de verbaliser ses difficultés et ses incompréhensions, ce qui conduirait très probablement à un échec car l'enseignant ne pourra pas l'aider. Pour cela il est important de faire comprendre aux élèves des règles fondamentales s'appliquant à tous et cela dès le début de l'année scolaire:

- Il n'y a pas de questions bêtes;

[6] Petit Pouce. (2017). *Motiver son enfant à apprendre sans piquer des crises de colère.* Récupéré le 21 décembre, 2017, de https://petitpousse.fr/motiver-son-enfant-a-apprendre/

- On ne se moque pas;
- On ne juge pas.

D’autre part, le langage qu’utilise le professeur, ne devrait pas être truffé de termes négatifs, mais en revanche être plus axé sur l'explicatif. Parler de manière sèche et froide à un enfant a un impact direct sur son estime qui peut le conduire à se refermer sur lui-même. Par exemple, si un élève ne cesse de parler durant les cours et que cela dérange ses camarades, au lieu de lui dire "Mais c’est pas vrai Cécile, arrête de parler. Ne discute plus!" sur un ton sévère, il serait préférable de dire "Cécile, il faut que tu arrêtes de parler. Tu pourras parler plus tard lors de l’activité libre.", d'un ton serein et calme, plus axé vers explicatif. L’intonation de la voix peut paraître banale mais elle importe beaucoup car les enfants y sont très sensibles.

Pour conclure, la verbalisation des actes et des ressentis faite par les élèves sur eux-mêmes et les enseignants sur les élèves est également importante car elle permet de faire part de leurs états et de renforcer leur confiance en eux, ainsi que le lien de confiance avec leur enseignant. En effet, il est nécessaire que les élèves puissent exprimer leur propre réussite mais aussi que les enseignants les félicitent. Quand par exemple un élève travaille et progresse, si l’enseignant fait part de son contentement à son égard, l’élève en ressentira de la fierté ce qui le conduira à maintenir une estime de soi et l’incitera à franchir les étapes supérieures, étant plus motivé. Il ne faudrait cependant pas tomber dans l'autre l'extrême et prodiguer encouragements et félicitations exagérés, ce qui conduirait immanquablement à annuler tous les bénéfices de cette méthode.

d) Les Liens entre les parents, l'enseignant et l'élève

Dans le processus du renforcement de l'estime de soi des élèves, d'autres acteurs importants interviennent : les parents. Comme l'explique l'étudiante en *Mental Health Studies* au *King's College London* interviewée dans le cadre de ce travail: "*La famille doit avoir conscience du manque d’estime de soi de son enfant et de la peine que cela lui procure. Ils doivent être sensibilisés à la question, peut-être via une thérapie de famille, ou une meilleure communication avec les enseignants, mais aussi une meilleure communication avec leur enfant. Il faut tâcher de ne pas rabaisser l’enfant*

à la moindre occasion, d'être optimiste, et même si l'enfant échoue, de valoriser le fait qu'il a essayé, que c'est comme ça que l'on apprend et qu'à terme on y arrive."[7]
Il pourrait être intéressant de mettre en place, en début d'année et/ou en cours d'année scolaire, des séances gratuites s'adressant aux parents, tenues par des professionnels de la pédagogie/éducation et de la psychologie, au cours desquelles les enseignants seraient présents. Cette démarche aurait pour but d'examiner avec eux les différents moyens auxquels on pourrait avoir recours pour aider l'enfant dans ses apprentissages et évoquer par la même occasion le thème de l'estime de soi et son impact sur les élèves. Bien sûr, ces séances ne seraient pas obligatoires. Elles permettraient également aux parents de débattre et de poser des questions sur les différents points abordés.
En effet, les parents font partie de la vie scolaire de leur enfant. Au début de leur scolarité, les élèves n'ont pas les capacités nécessaires et la maturité pour être assez responsables. Ils ont besoin de leurs parents dont la présence et le rôle a aussi un effet dans l'intégration de l'enfant. D'autant plus qu'ils attachent une importance également très forte aux jugements que les parents leurs renvoient sur leurs capacités et leurs attentes. De nombreux spécialistes dont Camille Rocher,[8] psychologue diplômée d'Etat et psychothérapeute expliquent que les parents ont également une influence sur son estime qui, elle, influence dans les apprentissages, le bien-être de l'élève et bien plus encore, selon les enfants. Mais cela ne s'applique pas qu'au cadre scolaire, bien entendu. Pour aller vers un bon développement de l'élève, il pourrait être bénéfique d'appliquer plusieurs points; le premier serait d'éviter de rabaisser son enfant, d'éviter de confirmer son sentiment de "raté", aller vers plus d'empathie et le motiver. Quand par exemple un enfant rentre de l'école avec une mauvaise note et qu'il se sent vraiment "nul" ou découragé alors qu'il s'est donné de la peine, on pourrait lui dire "*Ne t'inquiète pas, je comprend que tu sois triste mais tu as tout donné. L'essentiel c'est d'avoir essayé, tu feras mieux la prochaine fois.*" De ce fait, le parent fait preuve premièrement, de compréhension, mais il le motive aussi et le pousse hors du découragement. Il faut accepter, être

[7] cf. XI. Annexes, Interview n° 2

[8] Rocher, C. (2017). Parents: votre rôle dans l'estime de soi de vos enfants. Récupéré le 21 décembre, 2017, de https://www.anoustous.com/estime-de-soi-des-enfants/#comments

tolérant et essayer de comprendre pourquoi il n'a pas bien réussi. Un commentaire tel que " *Mais tu es vraiment un bon à rien. Comment elle fait ta copine pour réussir, elle* !?" n'apporte aucun bénéfice et ne résout rien. Deuxièmement, comme abordé préalablement, l'image que l'on se fait de l'échec importe également. En effet, la façon dont l'enseignant aborde l'échec est importante mais les parents jouent aussi un rôle déterminant. Il faudrait expliquer à l'enfant que l'échec est humain, qu'il fait partie du succès. Il serait intéressant que les parents expriment et verbalisent leurs propres situations d'échec pour lui monter que ce n'est pas une honte de faire des erreurs et que les parents également y sont confrontés. Apprendre et aider son enfant à surmonter les échecs va lui permettre de renforcer sa confiance, lui permettant ainsi de ne pas craindre de chercher de l'aide auprès d'eux en cas de besoin. Cependant, il est important de laisser à son enfant la liberté de commettre des erreurs et d'en tirer des leçons. Il ne faudrait pas tomber dans la sur-protection et ne pas lui laisser d'espace. Cette attitude pourrait le persuader que ses propres parents n'ont pas confiance en ses capacités et de ce fait, le freiner dans l'accomplissement des tâches scolaires tout en l'habituant à ce que l'on exécute les choses à sa place. Au contraire, si les parents accordent une attention plus particulière aux apprentissages qu'aux notes, l'enfant pourrait s'investir et s'épanouir davantage, sur une période donnée, dans le travail effectué à école et obtenir ainsi de meilleurs résultats. Par exemple, au lieu de dire: "Q*uelle note as-tu eue en français?*" on pourrait dire: "*Qu'est-ce que tu as appris aujourd'hui en français? Raconte-moi.*" Il est évident que si les parents sont intéressés par ce qu'il apprend à l'école et aux progrès qu'il fait, l'enfant se sentira en confiance, digne d'écoute, ce qui renforcera son estime. Ce climat détendu favorisera son désir d'apprendre car, ayant moins peur, il sait qu'il peut compter sur eux. Mais il ne faudrait pas pour autant déconsidérer les notes. En définitive, il serait souhaitable d'expliquer aux parents qu'un enfant qui fait l'objet de trop de pression et d'attentes, subira un grand stress, voir un échec scolaire, même si bien sûr, cela ne se vérifie pas dans tous les cas. Béatrice Copper-Royer, psychologue clinicienne spécialisée dans l'enfance et l'adolescence, explique une situation qui rentre dans le cas de figure où une grosse pression sur son enfant engendre un échec scolaire: "*Dès l'entrée à l'école, le parent se transforme en parent d'élève*" regrette Béatrice Copper-Royer. "*Et a*

tendance à ne plus considérer son enfant que comme un élève !"[9] Suite à ces comportements où le parent met trop en avant le rôle d'élève qu'occupe son enfant, il en oublierait presque que son enfant a aussi d'autre hobbys et préoccupations dont la scolarité ne fait pas partie. Par conséquent, ça pourrait notamment donner lieu à des conflits intra-familiaux. Marion, une patiente raconte: "*J'étais une excellente élève, j'ai sauté la première année d'école parce que je savais lire et écrire à 6 ans, raconte Marion, 35 ans, chercheur de haut niveau en génétique. J'ai bassiné ma fille avec ça pendant tout son CP. Résultat, elle a eu de grosses difficultés d'apprentissage et n'a su lire qu'au bout d'un an et demi. Je ne voyais pas que ma fille souffrait de cette pression silencieuse et dangereuse. Je ne me rendais pas compte qu'avant même de lui dire bonjour je lui demandais ses notes !"*[10]

Dès lors que Marion a parlé à sa psychologue sur ce problème d'être un parent trop pesant, elle a pu en tirer des recommandations et les a appliquées. Suite à quoi elle dit: "*J'ai compris que sa vie n'avait pas à être calquée sur la mienne et que le monde ne s'écroulera pas si elle reste une élève moyenne !* "

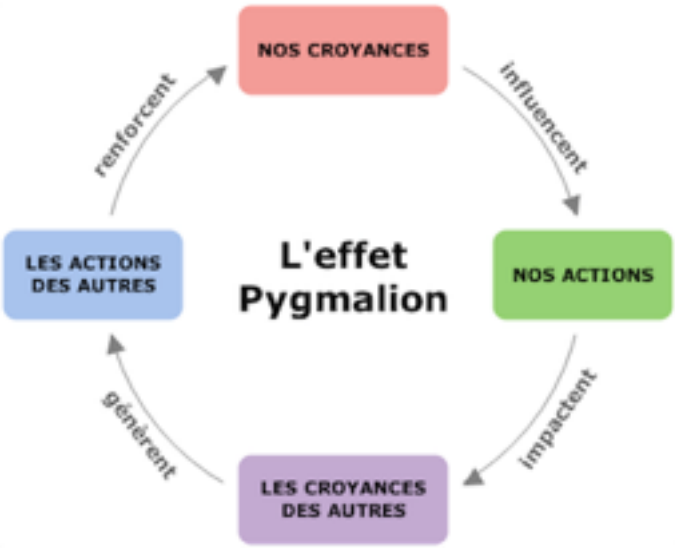
[9] Poblete, M. (2009, juillet). Scolarité : quand les parents mettent la pression. Récupéré le 10 décembre, 2017, de http://www.psychologies.com/Famille/Education/Scolarite/Articles-et-Dossiers/Ecole-arretons-de-leur-mettre-la-pression/Scolarite-quand-les-parents-mettent-la-pression/4

[10] *Ibid.*

V. L'EFFET PYGMALION

L'interaction, les comportements et la communication entre les élèves et l'enseignant sont donc fortement liés à l'ambiance de la classe et de travail. Cependant, il s'avère que parfois certains comportements ne sont pas forcément maitrisés car ils sont involontaires et échappent à notre contrôle. Ces comportements auront immanquablement des effets sur autrui car, comme nous l'avons évoqué préalablement, les comportements de nos pairs influencent l'estime et donc le regard que l'on porte sur soi-même. Bien souvent, nos attentes sont basées sur des jugements et des aprioris.

Comme nous l'explique le schéma ci-contre, chaque individu a des **croyances sur sa propre personne**, qui à leur tour **influencent ses actions**; selon ce que l'on croit être on va agir de telle ou telle manière.

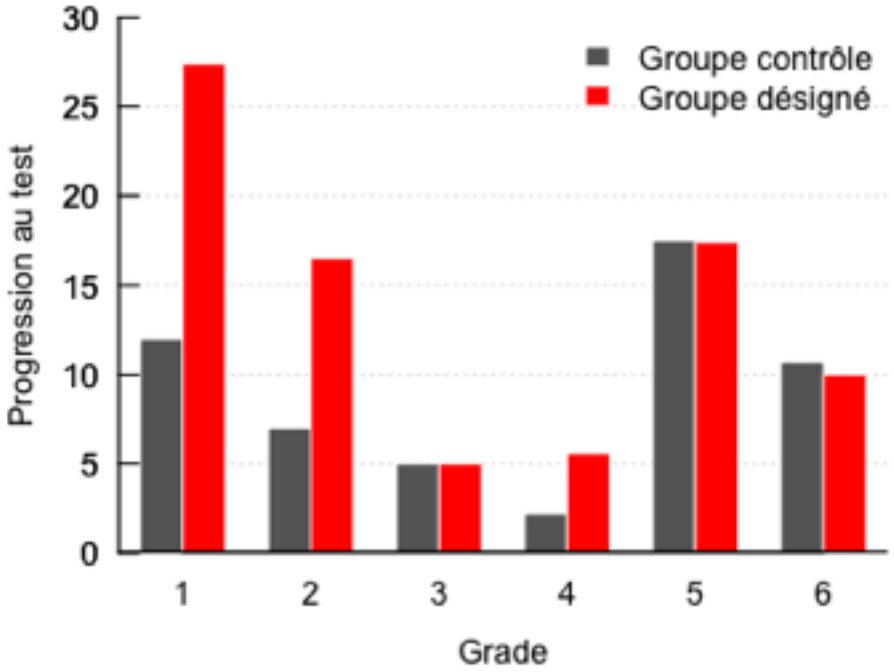


Puis, **nos actions impactent les croyances des autres** qui à leur tour se font un jugement de l'individu en observant ce que qu'il fait. Les croyances que les autres projettent sur celui-ci vont générer des **comportements/actions, lesquels** vont renforcer ses croyances: Par exemple, si un élève est perçu par l'enseignant comme étant "nul" (croyances des autres), les attentes de l'enseignant ne seront pas forcément les mêmes que celles qu'il aura envers un "meilleur" élève, car il estimera que ses capacités sont supérieures à celles du cancre (ou perçu comme tel). Donc, le comportement de l'enseignant (actions des autres) va différer d'un élève à l'autre, selon les croyances et les préjugés qu'il porte vis-à-vis de ces derniers. Si l'enseignant agit en fonction de ses aprioris ("*l'élève est "nul" donc je vais pas m'acharner à lui ré-expliquer, ça ne sert à rien, il n'y arrivera pas*") cela va renforcer les convictions de l'élève quant à ses capacités (ici: un élève peu doué). Se considérant un élève médiocre, il va agir en adéquation avec le regard porté sur lui (nos croyances influencent nos actions). En résumé, en fonctions des croyances, renforcées par les actions des autres, le

jugement que l'enseignant porte sur l'élève va être conforté par le comportement de celui-ci qui réagira alors en fonction du jugement d'autrui. C'est une sorte de spirale.
Ce schéma n'a pas vraiment de début ou de fin, on peut commencer à le lire à partir du rectangle choisi. Cela s'appelle l'*effet Pygmalion* ou l'*effet Rosenthal*. Comme nous l'expliquait Monteil en 1997, "*Depuis plus de 30 ans, le rôle joué par les attentes de l'enseignant dans la réussite scolaire d'un enfant est un thème de recherche majeur en psychologie sociale appliquée au domaine de l'éducation*".[11] En 1968, c'est d'ailleurs ce qui a mené les psychologues Robert Rosenthal et Lenore Jacobson, également directrice d'une école de San Fransisco, à publier les résultats de leur étude qui deviendra, par la suite, très célèbre et sujette à de nombreuses réflexions, dérivant de l'hypothèse que les perceptions qu'on a sur autrui mènent à des attentes et des façons d'agir plus ou moins positives envers lui. Et donc, que les croyances d'un enseignant sur les réussites d'un élève mèneraient vraisemblablement à une meilleure réussite que s'il n'y croyait pas. Car l'attitude (influencée par ses croyances) du professeur envers l'élève évoluera à mesure que l'élève, envers lequel on montre une plus forte croyance dans son potentiel, se sentant plus motivé, aura d'avantage en confiance en lui, ce qui par ricochet non seulement lui permettra de profiter pleinement de son potentiel mais également de progresser.
L'expérience suivante illustre bien ce phénomène. Elle a débuté en 1964 au sein de l'école d'Oak School, dans plusieurs classes de différents degrés (correspondant à la 3ème primaire jusqu'à la 8ème primaire Harmos). Rosenthal et Jacobson ont fait passer un test de QI à des élèves en début d'année. Puis, ils ont fait en sorte que les enseignants voient les résultats du test de QI qui était censé avoir été élaboré à l'Université d'Harvard pour mettre en évidence les élèves qui possèdent un potentiel majeur à apprendre et à progresser. Mais les chercheurs ont gardé les vrais résultats pour eux et ont montré des résultats truqués aux enseignants, en leur faisant accroire que certains élèves (5 élèves par classe, choisis aléatoirement) avaient de meilleures compétences que le reste de la classe. Par ce procédé, les chercheurs voulaient voir si les aprioris et croyances (fondés sur le test) des enseignants sur leurs futurs élèves allaient modifier la progression de ces derniers.

[11] Trouilloud, D., & Sarrazin, P. (2003). Les connaissances actuelles sur l'effet Pygmalion : processus, poids et modulateurs. Revue française de pédagogie, vol.145, 89-119. Récupéré sur http://www.persee.fr/doc/rfp_0556-7807_2003_num_145_1_2988

Arrivés à la fin de l'année scolaire, ils ont fait repasser un nouveaux test de QI aux élèves des classes où s'est tenue l'expérience. En comparant les vrais résultats du début d'année à ceux de fin d'année, ils ont remarqué que les élèves dit "prometteurs" avaient pour la plupart nettement progressé par rapport aux autres.
Le graphique ci-dessous montre la marge de progression au test de QI dans les différents degrés entre les élèves "plus intelligents" (groupe désigné, en rouge) et les autres (groupe contrôle, en gris).



L'hypothèse que les pré-requis portés sur les enfants modifient les comportements des enseignants en fonction de l'opinion qu'ils ont à leur égard, est corroborée par l'attitude des enfants. Ce que les enfants croient être ("prometteurs") va influencer leur comportement et derechef ceux des enseignants. Comme nous l'explique le scientiste David Louapre, "*Pour Rosenthal, cette différence se joue généralement simplement au niveau de l'inconscient des professeurs. Sans remettre en cause le professionnalisme ou l'équité des enseignants, des différences peuvent se créer simplement au niveau du langage du corps: la posture ou le ton de voix du professeur suffisent à renvoyer à un enfant une image différente de lui-même.*"[12]

[12] Louapre, D. (2014, 10 février). L'effet Pygmalion. Récupéré le 13 janvier, 2018, de https://sciencetonnante.wordpress.com/2014/02/10/leffet-pygmalion/

Cela n’implique pas nécessairement que la faute incombe aux enseignants si certains élèves ont plus de peine à réussir que d'autres, mais suggère que le comportement qu'un professeur adopte envers ses élèves peut influencer la façon dont l'enfant va se sentir (image de soi), comme cela a été longuement explicité plus avant. L’enseignant doit donc agir avec une grande circonspection si l’on considère que les attentes et les jugements portés préalablement sur les élèves (que l'on ne connait pas en début d'année) ne se concrétisent au fil du temps, en fonction des croyances portées sur celui-ci. En bref, éviter que les préjugés, bien souvent involontaires, ne conduisent l’enseignant à adopter un comportement, lequel à son tour impactera celui de l’enfant.

VI. L'IMPORTANCE DE L'ESTIME DE SOI DANS L'APPRENTISSAGE

Nous avons donc vu, à travers diverses théories, à quel point l’estime de soi peut influencer les apprentissages des élèves. La perception qu’ils ont d’eux-mêmes et de leur croyance en leurs capacités, l’image d’eux-mêmes qui leur est transmise par leur enseignant, entre autres, sont autant de facteurs qui peuvent modifier leur comportement face à l’acquisition des savoirs, demandée par l’école. Les données obtenues lors de la première interview avec une enseignante d'enseignement spécialisé, que nous appellerons Madame X, sont très intéressantes et apportent quelques arguments supplémentaires pour répondre à la problématique qui est au coeur de ma recherche. En effet, cette enseignante travaille uniquement avec des élèves qui, après des années d'échec, se retrouvent tellement mis à mal qu'ils n'arrivent plus à avancer dans leur apprentissage. Cette enseignante, chez qui j'ai effectué mon stage, constate que la plupart de ses nouveaux élèves, quand ils arrivent dans sa classe, ont une estime de soi très basse. Elle doit réinstaurer de nouvelles bases et rétablir un sentiment de confiance bafoué. Ses élèves, avant d'intégrer sa classe, ont souvent été en situation de détresse, constamment confrontés aux échecs et ont donc été amenés à entendre régulièrement des commentaires désobligeants sur leurs capacités, ce qui bien entendu a eu des effets négatifs considérables sur leurs résultats scolaires. Son témoignage rejoint les données exposées dans le chapitre sur l'échec et la façon de l'aborder (c.f *partie IV, 1, a) Apprendre par l’échec*), que j'ai pu étudier pour ce travail et où j'ai montré que

l'échec pouvait être positif. En effet, l'enseignante pense également que l'échec peut être un bon allié, à condition qu'il soit bien utilisé. Dans le cas contraire, comme c'est le cas avec ses élèves, les enfants se retrouvent avec un trop lourd poids sur les épaules découlant d'une confrontation aux échecs fréquente sans y apporter une remédiation. Les élèves sont alors pris dans une spirale dont ils n'arrivent pas à sortir. D'ailleurs, pour cette institutrice, enseigner c'est avant tout transmettre le goût et l'interêt d'apprendre, sans quoi il est plus difficile pour les élèves d'entrer dans l'apprentissage de nouvelles notions. C'est toujours beaucoup plus motivant et intéressant d'apprendre avec plaisir et envie. Elle explique également qu'il n'y a pas que l'aspect didactique qui doit être envisagé au sein des apprentissages, mais aussi le côté psycho-social, qui ne peut être ignoré. Un élève est avant tout un enfant dont on ne peut nier le côté humain et surtout affectif. C'est pourquoi l'enseignant ne peut faire son cours sans mettre en place une bonne relation avec ses élèves qui favorisera une dynamique positive d'apprentissage. Madame X met d'ailleurs un point d'honneur à faire respecter certaines règles de base, comme le respect entre tous, qui permet de créer une bonne cohésion, de favoriser l'écoute et d'instaurer une bonne ambiance dans la classe. De plus, pour elle, le respect amène également la notion de "bienveillance", plusieurs fois évoquée lors de mon travail. Et à la question de savoir si à l'Université, les futurs enseignants en primaire sont assez formés aux aspects plus humains et sociaux qui font dorénavant partie de ce métier, elle répond: *"J'ai l'impression de par ce que je vois, que l'Université met beaucoup l'accent sur les didactiques, sur comment amener une matière mais beaucoup moins sur le côté humain."* Comme nous l'explique également ma deuxième interlocutrice du *King's College London*, que nous appelleront Madame Y: "*Il faut faire de la psychoéducation, aussi bien avec l'ensemble des enseignants qu'avec des élèves parfois. Les enseignants doivent être capables de repérer les enfants les plus fragiles et doivent, à tout prix, éviter l'humiliation et la moquerie devant les autres élèves ou enseignants. Ils doivent plutôt les encourager, même si les premiers résultats ne sont pas bons. Cette question fait à mon avis partie de la formation de tout enseignant. Ils doivent être sensibles à cela et rendre les autres élèves sensibles à leur tour. Ils doivent aussi se montrer à l'écoute de l'enfant qui a de la peine, et doivent être là comme figure encourageante et bienveillante, surtout si les parents ne le sont pas, pour une quelconque raison…*". Former ou informer les

enseignants à une meilleure compréhension de ce qu'est *l'estime de soi*, et de l'importance qu'elle revêt à l'école, est donc grandement nécessaire. Elle explique également qu'il n'y a pas que les enseignants qui doivent agir dans ce sens, bien entendu, mais également les parents qui sont des acteurs essentiels dans la promotion de l'estime de soi de leur enfant. Ces propos rejoignent le chapitre *IV. 1. d) sur '' Les Liens entre les parents, l'enseignant et l'élève"* et confortent l'idée que les parents, en aidant leur enfant à développer son estime de soi, sont alors des acteurs de la scolarité de celui-ci et qu'ils peuvent l'influencer. L'enseignant peut faire de son mieux pour aider ses élèves dans les apprentissages et également promouvoir leur bien-être en milieu scolaire mais il ne peut parvenir à ce que l'enfant se sente bien sans l'implication des parents. On ne peut nier que l'élève a une vie et une éducation différente en dehors de l'établissement scolaire. C'est pourquoi, il est important d'avoir une coopération et une communication constante entre l'enseignant et les parents.

De plus, si le terme d'*estime de soi* reste encore flou pour la plupart des personnes, les parents pourront, par le biais d'explications données par l'enseignant (à condition que lui-même soit informé et convaincu des bénéfices de l'estime de soi pour ses élèves), en comprendre l'importance dans le développement scolaire et extra-scolaire de leur enfant. Madame X travaille aussi avec certaines activités issues de la discipline positive dont le TEC, *temps d'échange en classe*. Cette démarche a pour but de laisser les enfants parler sur différents sujets qui peuvent aller d'un compliment à un problème. S'il s'agit d'un problème émis par l'un des élèves, ses camarades pourront lui proposer des solutions ce qui renforcera la cohésion de la classe et l'entraide, importante pour une bonne intégration. Dans le cas où il s'agirait de faire un compliment aux autres ou à soi-même, cela renforce l'estime de soi. De plus, le TEC permet aux élèves de développer une plus grande indépendance car l'enseignant agit aux propos une fois seulement que les élèves se sont concertés entre eux. Et pour finir, cette activité donne également l'occasion aux enfants de proposer des idées de sortie ou toute autre proposition concernant la classe. Le temps d'échange est donc bénéfique car il permet à tous les élèves de s'exprimer librement et de faire part de leurs sentiments et de leurs soucis afin d'y apporter des solutions. Ainsi si l'enfant est plus apaisé et en confiance, l'apprentissage se fait forcément dans de meilleures conditions.

Comme nous l'avons évoqué, un enfant avec une estime de soi basse va se renfermer sur lui-même et n'osera plus s'exprimer. Les propos de mes deux interlocutrices se rejoignent sur ce point, montrant bien que ce comportement mène à un effet contraire au but recherché. L'enfant a, en effet, tellement peu confiance en lui, qu'il aura constamment besoin d'être rassuré, cherchant de l'aide et de l'attention, se disant incapable de faire quelque chose avant même d'avoir essayé. Craignant l'échec, il ne se donnera plus la peine de commencer une nouvelle activité, comme c'est souvent le cas avec les élèves de Mme X. La peur d'échouer est donc souvent présente chez ces élèves qui renoncent à essayer. C'est d'ailleurs ce que j'ai souvent pu constater lors de mon stage chez Mme X: ses élèves qui, je le rappelle, sont en classe spécialisée car ils ont été confrontés à trop d'échecs et qu'ils se sont donc, après quelques temps, sentis délaissés et incapables de parvenir à réussir ce qu'ils entreprenaient, ont pour la plupart perdu toute confiance en eux et peinent à avancer sans l'intervention d'un enseignant. En début d'année, venant d'une classe "ordinaire", ils ont constamment besoin d'avoir quelqu'un à côté d'eux pour les motiver et leur montrer qu'ils sont capables de réussir les exercices et les activités. L'enseignante doit aussi constamment leur répéter qu'ils ne sont pas "nuls" et qu'ils ont les capacités pour avancer. Ces cas d'élèves qui n'ont pas bien réussi à suivre le rythme d'apprentissage imposé dans leur ancienne classe, illustre bien l'importance de l'estime de soi dans l'apprentissage et dans leur progression. En effet, une fois que l'on rentre dans une sous-estime constante de ses capacités, avancer devient plus compliqué. À contrario, un enfant avec une bonne estime de soi sera plus optimiste, n'hésitera pas à essayer, quitte à se tromper afin d'apprendre des données nouvelles, pour enfin réussir. Il est également intéressant de souligner que parfois, certains de ces enfants peuvent aussi, comme nous l'explique Mme Y, "*décider de travailler beaucoup (car il n'a pas une bonne estime de lui et jugera bon d'en faire beaucoup pour réussir), et ainsi il remontera progressivement son estime de lui-même, en voyant qu'il peut y arriver."* Il est donc possible de remédier à une basse estime de soi. Selon Mme Y, ce ne serait pas une fatalité car au contact d'adultes bienveillants (professeurs, parents d'autres élèves, psychologues, autres membres de la famille, etc.) et d'amitiés saines, l'enfant pourra remonter son estime de soi, et travailler pour y arriver, aussi bien dans ses interactions sociales que scolaires. Les deux personnes interviewées ainsi que mes recherches rejoignent

donc toutes l'affirmation qu'une bonne estime de soi aide dans le processus d'apprentissage. Elles pensent aussi que développer l'estime de soi de l'élève fait parti d'une des premières missions qu'il faudrait prendre en compte, en tant qu'enseignant. C'est grâce à cela que les élèves pourront avancer dans les apprentissages, sans s'arrêter au moindre problème, pour enfin arriver à progresser et savourer leur réussite. L'on pourrait dire que l'estime de soi est comme un équipement qui permet et aide l'enfant à avancer avec plus de confiance, de sérénité et de motivation. Ce qui, bien entendu, favorise la capacité et l'envie d'apprendre.

VII. CONCLUSION

Ce travail arrive maintenant à son terme. Il comporte à présent de nombreux éléments concernant l'estime de soi de manière générale, et plus particulièrement l'estime de soi dans le milieu scolaire. Les informations que j'ai pu tirer de toutes les recherches que j'ai entreprises et mes interviews m'ont permis de mieux comprendre les liens entre l'estime de soi et l'école, ainsi que de découvrir de nouvelles pédagogies. Effectivement, en tant qu'étudiante, je pense pouvoir dire que le concept de "*pédagogies alternatives*" n'est pas souvent évoqué alors que la notion d'"*estime de soi*" est souvent citée, sans pour autant pouvoir l'identifier facilement. A l'issue de ce travail, l'idée générale d'*estime de soi* m'est déjà bien plus claire, ce qui sera aussi, je l'espère, le cas des futurs lecteurs. Une fois ce concept clarifié, j'ai pu approfondir mes recherches en faisant le lien entre l'estime de soi et les apprentissages scolaires, la problématique de ce travail étant de savoir *"En quoi l'estime de soi est-elle d'une grande importance pour l'enfant dans les apprentissages scolaires?".*

J'ai donc pu constater, qu'en effet, l'estime de soi avait un fort impact dans l'apprentissage. Elle contribue, à de nombreux niveaux, à la motivation, à la persévérance, au bien-être, à l'implication et à l'épanouissement des élèves lors de leur cursus scolaire et se révèle bénéfique à bien d'autres égards encore. Cependant je ne voudrais pas, au vu de ce travail, affirmer que l'on ne puisse pas réussir sans une bonne estime de soi, car bien sûr comme souvent, il y a des exceptions. J'ai également essayé de souligner qu'une bonne estime de soi

uniquement ne suffit pas pour réussir à l'école; de nombreux autres paramètres entrent en ligne de compte. Mais je dirais qu'elle est indispensable pour la grande majorité des élèves, qui souhaitent apprendre dans de bonnes conditions et pour un bon épanouissement personnel. En effet, un bon cadre de travail passe également par une bonne ambiance dans la classe. Et pour cela il faut se sentir en confiance. Ce travail ne répond pas à la grande question; "*Pourquoi y a-t-il encore autant d'élèves qui échouent durant leur parcours scolaire?*", problématique pour laquelle on voudrait tous avoir LA formule magique afin de réduire ce phénomène. Mais cette recherche m'a permis de porter quelques réflexions sur certaines causes de l'échec qui pourraient être liées à une mauvaise estime de soi et sur la façon d'y remédier. Il est donc évident qu'aujourd'hui encore, il est difficile de répondre à cette question mais le fait d'y avoir réfléchi longuement est déjà en soi bénéfique, pour la suite que de mes études et pour ma future carrière d'enseignante. En conclusion, je dirais que ce que je retiens également de ce travail, c'est que l'échec, quand il est bien géré, peut être un bon allié, à condition bien entendu de ne pas y être constamment confronté. Au final, la réussite ne découle-t-elle pas également, de l'échec? N'est-ce pas l'échec qui nous met sur le chemin de la réussite? Et pour citer la célèbre phrase de Nietsche je dirais que "*ce qui ne me tue pas, me rend plus fort*".

VIII. REMERCIEMENTS

Tout au long de mon travail de maturité pédagogique, j'ai eu la chance de pouvoir interviewer des personnes dont les propos ont été bénéfiques et ont apporté un vrai "plus" à mes recherches.

Tout d'abord, je tiens à remercier mon maître de stage, qui m'a inspiré dans le choix de ce sujet et qui s'est mise ma disposition en cas de besoin.

De plus, je tiens à remercier Madame Y en *Mental Health Studies* au *King's College London* pour l'interview qu'elle m'a accordée et qui m'a permis d'enrichir le contenu de mon travail.

Et pour finir, je souhaiterais remercier mon maître accompagnant qui m'a suivi tout au long de ce travail.

XI. ANNEXES

Interview n°1

Cette interview a été effectuée dans une école primaire de Genève auprès d'une enseignante qui travaille dans une classe en enseignement spécialisé avec des enfants qui ont été constamment mis en situation d'échec et qui ont donc dû quitter l'enseignement régulier pour aller dans le spécialisé afin de pouvoir se reconstruire et pour essayer de récupérer ce qu'ils ont perdu.

Comment envisagez-vous votre métier d'enseignante? En d'autres termes, que signifie "enseigner" pour vous ?

Pour moi, c'est d'abord donner le plaisir d'apprendre. Enfin, donner le goût à l'élève d'apprendre. Avoir du plaisir à venir à l'école dans un premier temps. Et après si l'on a ça, c'est le faire évoluer, le faire grandir dans ses apprentissages. Dans ma classe j'ai des petits donc on leur enseigne la lecture et les petits calculs, ça c'est tout ce qui est didactique, purement scolaire cognitif. Mais je dirais que avant tout, enseigner, c'est transmettre le goût et l'interêt d'apprendre.

Quels sont les points importants dont il faut tenir compte (en dehors des notions scolaires à transmettre) pour qu'un enfant entre en apprentissage, qu'il devienne un "apprenant" ?

Ce qui est très important pour moi, c'est le lien que je crée avec les élèves. Je pense qu'un enfant qui n'a pas de plaisir à venir à l'école ou qui n'aime pas sa maîtresse car il n'entretient pas une bonne relation ou un bon lien, aura toujours plus de difficultés dans les apprentissages qu'un élève qui a du plaisir à voir sa maîtresse, à la voir rigoler... Donc ça c'est un premier point. C'est-à-dire mettre l'élève dans de bonnes conditions d'apprentissage pour qu'il puisse prendre goût et bien réaliser son rôle d'apprenant. Bon, il y a vraiment beaucoup de choses. Mais pour moi il y a aussi le respect qui est très important. Je le développe beaucoup afin qu'il soit bon entre eux (les élèves) et entre eux et moi, entre tous. Je travaille aussi beaucoup avec l'esprit de groupe, l'appartenance au groupe.

Vous stipulez bien que vous êtes une enseignante spécialisée, mais est-ce que la notion de plaisir et de bon climat n'est pas valable aussi en enseignement régulier?

Bien sûr, je pense que oui. Mais nous avons pas le même programme qu'en enseignement régulier. Donc du coup, on est moins stressé en tant qu'enseignant . On n'est pas constamment dans le "il faut faire, il faut faire, il faut faire...". Du coup, moi c'est vrai que je prends plus de temps pour ce qu'on appelle ***les compétences transversales.*** *C'est-à-dire, tout ce qui est social etc. C'est vrai que moi dans la classe avec mes petits on prend beaucoup plus de temps avec ces côtés transversaux où on apprend à mieux se connaitre et l'importance de respecter l'autre. Et je pense que cela est la base avant même de commencer dans les apprentissages purement didactiques.*

La notion de plaisir dans l'apprentissage est-elle importante pour vous ?

Clairement!

Quelles sont, selon vous, les principales causes de l'échec scolaire ?

Ah bah alors ça... Grande question!

Est-ce que ça peut aussi provenir du cadre extra-scolaire, comme à la maison par exemple?

Je pense pas. Ce n'est pas que ça. Je pense, selon mon point de vue, que l'école est très élitiste et de ce que je vois des programmes de l'enseignement régulier, j'ai l'impression que les enseignants ils sont là "il faut absolument avancer, il y a le programme, il y a les objectifs, il y a les épreuves communes etc." Et du coup, ils sont tellement stressés qu'ils font beaucoup qu'enseigner vraiment dans le côté purement didactique, scolaire que du coup tous les côtés transversaux scolaires, ils n'ont plus le temps de s'en occuper. Alors c'est pas que pour ça qu'il y a l'échec scolaire. Franchement je n'ai pas la réponse à ta question.

De toute façon, je pense que personne détient la réponse absolue à cette questions, ni même les plus grands experts!
Mais je pense donc que la majorité des élèves ne se retrouvent pas dans ce cursus. Peut-être ça va trop vite. Franchement je sais pas. Mais c'est vrai qu'on a de plus en plus d'échec.

Pour vous, est-ce que la relation enseignant-élève a une influence dans les apprentissages?
Alors clairement que pour moi, oui. Pour moi elle est primordiale. Alors bien évidemment que dans l'éducation il n'y a pas que ça. On peut pas dire que quel que soit l'élève, il réussit mieux uniquement grâce à une bonne relation avec son enseignant. Mais pour moi c'est autant important que la didactique purement scolaire. La relation pédagogique, elle englobe plein d'entités et on est obligé en tant qu'enseignant de réfléchir à tout l'ensemble. On peut pas que se focaliser sur la didactique ou que sur le socio-affectif. L'enseignement, c'est un tout.

Est-ce que pour vous, le fait qu'un enfant ait une bonne estime de lui influence dans sa progression (d'apprentissage, de motivation...)
Comme je pense que tu as pu constater dans tes recherches, c'est clairement prouvé. L'estime de soi a son influence sur les apprentissages. Moi dans mes lectures, je n'ai jamais trouvé d'avis divergents à ça.

Chez vous, dans votre classe, le respect est pris très au sérieux, personne ne se moque de personne! Quels sont les bénéfices, s'il y en a, par apport à l'apprentissage?
Je pense que le respect amène un bien-être. C'est ce que j'espère du moins, ce à quoi je m'attends. Et pour moi, je reviens à ce que je disais au début. Si un élève se sent bien, enfin... Si par exemple, à chaque fois qu'un élève ouvre la bouche pour dire quelque chose les autres se moquent de lui, théoriquement il finira par plus oser prendre la parole. Il dira plus rien. Mais si au contraire, à chaque fois qu'il parle, ses copains vont l'écouter, le valoriser, s'encourager entre eux, être gentils les uns envers les autres et respectueux envers les uns, ça fait qu'il y a une ambiance où l'on se sent bien. Et donc quand on se sent bien, on est plus à même de rentrer dans

les apprentissages. Il faut savoir que les enfants de ma classe en enseignement spécialisé, sont mis à mal par le cursus scolaire. Ils ont été pendant des années en situation d'échec. Donc tout à coup, quand ils arrivent dans ma classe, ils arrivent avec tous leurs bagages. Ils ont besoins de se reconstruire petit à petit pour oser faire face à "apprendre". Car pour eux, "apprendre" ça les met en difficulté et on peut le comprendre car quand l'on était dans une classe où on se faisait constamment moquer et bah on perd l'envie d'apprendre. Donc pour moi le respect amène cette notion de bienveillance. Et la bienveillance ça fait plus plaisir que l'inverse.

Une autre chose que vous ne supportez pas, c'est que les jeunes se dénigrent...

Bah oui, c'est la confiance en soi. C'est important, surtout pour des élèves qui sont souvent mis à mal et confrontés à l'échec scolaire. Sinon, il y aura des élèves qui vont se mettre au fond de la classe et d'autres qui vont être mis à mal et exploser, s'énerver. Chaque enfant va réagir à sa manière. Mais les enfants qui à force se retrouvent sans arrêt face à l'échec, vont voir leur estime de soi complètement anéantie. A force d'être sans arrêt perçu comme celui qui est moins fort, celui qui n'a pas compris, celui qui... Et bien on ne peut pas construire une estime de soi positive. Alors mon but est que par plusieurs petits gestes et des mots comme la valorisation, je montre que je crois en eux et petit à petit les guider dans le chemin pour qu'ils croient en eux-même également! Par exemple avec l'élève X, lors de ton stage, tu as remarqué qu'elle avait de la peine avec les exercices car la plupart du temps elle se dénigrait, disait qu'elle n'arrivait pas les exercices et qu'elle n'y arrivera pas sans même avoir essayé. Et bien aujourd'hui, ça prend beaucoup de temps, mais petit à petit elle arrive de plus en plus à effectuer ses exercices seule. Car au fur et à mesure, elle a pris conscience qu'il y a des gens (les enseignants) qui croient en elle, qui l'encouragent et qui ne la pressent pas. Ces encouragements se font par diverses formes; une tape sur l'épaule, un regard... ça peut vraiment être par différentes manières, mais qu'on fait quotidiennement et qui petit à petit vont mener à des progrès. Les élèves se rendent également compte de leurs progrès grâce aux mots que l'enseignant exprime. La verbalisation est également très importante.

Parfois on (les enseignants) met des mots là où ils n'y arrivent pas encore et ça les aide à prendre conscience de leur évolution.

A votre avis les futurs enseignants sont-ils assez bien formés à l'approche de l'enfant: comment aborder l'enfant, l'encourager (...) lors de leurs études universitaires?

Alors je vais être un peu critique, sachant que je n'ai jamais fait la formation en enseignement régulier, mais chaque année j'ai des stagiaires de formation d'enseignement primaire régulier et j'ai l'impression de par ce que je vois, que l'Université met beaucoup l'accent sur les didactiques, sur comment amener une matière mais beaucoup moins sur le côté humain. Mais c'est selon mon point de vue personnel.

Deux fois par semaine, vous réunissez les élèves autours d'une table pour qu'ils puissent s'exprimer, quel est le but de cette démarche?

Oui, cela s'appelle le TEC, c'est à dire "le temps d'échange en classe" et ça vient de la discipline positive. Dont le but premier c'est la création d'un groupe. Un enfant, il vient à école, c'est un enfant à part entière, mais il doit appartenir à un groupe. C'est une dimension qui est aussi importante pour un élève que ce soit dans le spécialisé ou pas. Du moment où c'est important dans le spécialisé, ça l'est autant pour les enfants en enseignement régulier. Donc le premier objectif c'est de créer un groupe et s'écouter les uns les autres. C'est savoir prendre sa place mais savoir aussi écouter l'autre. Et l'autre but aussi c'est de remercier quelqu'un. C'est à dire, de remercier un camarade pour lui exprimer qu'il a fait une bonne action, comme le fait qu'il a partagé son goûter ou qu'il a aidé dans un exercice. Et les enseignants rentrent également dans cette démarche, durant le TEC, ils peuvent également remercier les élèves pour un beau dessin, par exemple, ou autre chose. Donc Lundi on remercie une autre personne et le vendredi on se remercie soi-même pour se féliciter. Se féliciter ça fait partie de l'estime de soi et ça peut peut-être paraître bête, mais c'est difficile pour de nombreuses personnes, même pour les adultes. C'est donc important de développer ça avec les enfants, ça renforce la confiance en soi. Même s'ils se félicitent pour des choses toutes bêtes, c'est pas grave, ça reste à leur niveau mais ça fait aussi partie d'une démarche pour apprendre. Après ce qui est

aussi important c'est d'exprimer les difficultés ou si un élève n'est pas très content d'un comportement d'un autre camarade envers lui. Ce n'est pas un règlement de compte, c'est pour exprimer un mécontentement et ensemble pouvoir y réfléchir et aider afin que ça se passe mieux. Les enseignants ne sont pas là pour critiquer mais pour pouvoir apporter des solutions en discutant et en réfléchissant. Et ce que l'on voit apparaitre c'est aussi une entraide dans la classe.

Phrase à compléter: Un enfant qui a confiance en lui/ qui ne se dénigre pas, est un enfants qui ...

...sera plus heureux!

Interview n°2

Cette interview a été faite auprès d'une étudiante diplômée de l'université de Genève en psychologie et qui aujourd'hui poursuit ses études en *Mental Health Studies* au *King's College London*, établissement universitaire d'enseignement supérieur britannique.

Quelles pourraient être les causes d'une mauvaise estime de soi?
Elles sont évidemment multiples. Vivre dans un environnement familial où l'enfant n'est jamais félicité ou renforcé dans ses activités et sa personnalité, dans lequel il ne se sent pas accepté ou apprécié. Si les parents et la fratrie ont eux aussi une mauvaise estime d'eux-mêmes, il sera difficile pour l'enfant d'en développer une, car non seulement les parents ne seront pas capables de donner confiance à l'enfant, mais aussi parce que l'enfant n'aura jamais été au contact d'adultes confiants et optimistes. Il y a aussi, bien sur, une petite part de génétique, comme pour beaucoup de choses.

Quels sont les effets sur le développement de l'enfant, sur ses compétences ou ses capacités (scolaires et sociales)?
Ça dépend. L'enfant peut décider de travailler beaucoup (car il n'a pas une bonne estime de lui et jugera bon d'en faire beaucoup pour réussir), et ainsi il remontera progressivement son estime de lui-même, en voyant qu'il peut y arriver. Ou au contraire, il pourra ne pas se donner beaucoup de peine, de peur d'échouer, et parce qu'il ne se sentira simplement pas capable. Et donc il "laissera tomber", ne fera pas l'effort, partira déjà en retrait, en retard, et cela ne s'arrangera pas. Mais ce n'est pas une fatalité, au contact d'adultes bienveillants (professeurs, parents d'autres élèves, psychologues, autres membres de la famille, etc.) et d'amitiés saines, l'enfant pourra remonter son estime de soi, et travailler pour y arriver, aussi bien dans le social que dans le scolaire.

Quels sont les indicateurs qui montrent qu'un enfant se "mésestime" (à quels signes le remarque-t-on) ?

Un enfant en retrait, qui n'essaie pas, qui a peur de faire faux, qui dit "de toute façon je sais j'y arrive pas", qui ne se lance jamais dans de nouvelles activités, qui laisse les autres enfants faire à sa place, qui demande tout le temps l'aide et la réponse aux adultes, etc. Ou au contraire, un enfant qui aura des problèmes de comportements, d'opposition, qui sera souvent puni, qui fera souvent des bêtises.

Et comment, peut-on remédier à cela/ Comment peut-on retrouver une bonne estime de soi? (dans le cadre familial et dans le cadre scolaire)

La famille doit avoir conscience du manque d'estime de soi de son enfant et de la peine que cela lui procure. Ils doivent être sensibilisés à la question, peut-être via une thérapie de famille, ou une meilleure communication avec les enseignants, mais aussi une meilleure communication avec leur enfant. Il faut tâcher de ne pas rabaisser l'enfant à la moindre occasion, d'être optimiste, et même si l'enfant échoue, de valoriser le fait qu'il ait essayé, que c'est comme ça que l'on apprend et qu'à terme on y arrive.

Dans le cadre scolaire, les enseignants doivent avoir conscience de ce problème, et doivent à tout prix éviter de rabaisser l'enfant avec des remarques futiles et inutiles, surtout devant les autres enfants ou les autres enseignants. Ils doivent être présents pour parler avec l'enfant, ouvertement, en dehors des leçons.

Selon vous, est-ce que le fait qu'un enfant ait une mauvaise estime de soi pourrait mener à rencontrer des difficultés scolaires?

Oui, car l'enfant ne va pas vraiment essayer, car il sera défaitiste et n'osera pas faire, de peur d'échouer. Il laissera les autres faire à sa place, il dira plus vite qu'il n'y arrive pas, il demandera plus rapidement de l'aide aux adultes, ce qui résultera peut-être en un plus gros retard scolaire et des difficultés.

Pensez-vous, qu'un enfant avec une bonne estime de soi est plus favorable à connaître une meilleure progression? (d'apprentissage, de motivation, d'épanouissement...)

Oui, de manière générale, un enfant avec une bonne estime de lui sera plus optimiste et osera plus essayer, se tromper, apprendre pour enfin réussir. Un enfant avec une bonne estime de lui n'aura pas peur de se tromper (car il a conscience que ce n'est pas grave), sera plus aventureux, que ce soit dans ces apprentissages scolaires, relations sociales, ou activités extra-scolaires. Ainsi, il se mettra moins des « bâtons dans les roues » tout seul, il ne se laissera pas démoraliser par les autres, et il progressera de façon plus rapide et surtout plus épanouissante.

Pensez-vous, qu'il est important de former ou d'informer les enseignants à une meilleure compréhension de ce qu'est l'estime de soi et de l'importance qu'elle a, afin d'aider certains de leurs élèves qui auraient ou qui pourraient développer une estime de soi de plus en plus faible si l'on n'agit pas?

Tout à fait. Il faut faire de la psychoéducation, aussi bien avec l'ensemble des enseignants qu'avec des élèves parfois. Les enseignants doivent être capables de repérer les enfants les plus fragiles et doivent à tout prix éviter l'humiliation et la moquerie devant les autres élèves ou enseignants. Ils doivent plutôt les encourager, même si les premiers résultats ne sont pas bons. Cette question fait à mon avis partie de la formation de tout enseignant. Ils doivent être sensibles à cela et rendre les autres élèves sensibles à leur tour. Ils doivent aussi se montrer à l'écoute de l'enfant qui a de la peine, et doivent être là comme figure encourageante et bienveillante, surtout si les parents ne le sont pas, pour une quelconque raison…

X. LEXIQUE

psychoéducation:

"*La psychoéducation est une discipline qui se spécialise en prévention et en intervention dans le domaine de l'inadaptation psychosociale, principalement auprès des jeunes.*"[13]

la didactique et la pédagogie:

"*La didactique est attachée aux contenus disciplinaires et à leur processus d'apprentissage alors que la pédagogie donne un style d'enseignement sur le terrain. La didactique est fortement ancrée dans sa discipline, la pédagogie traverse les disciplines par des méthodes, des actions et des attitudes. Celles-ci renvoient à l'image de l'enseignant dans sa classe.*

La didactique est une réflexion sur la transmission des savoirs, alors que la pédagogie est orientée vers les pratiques d'élèves en classe. Cette dernière s'attache au fonctionnement de la classe dans son ensemble, pas seulement aux savoirs. Elle s'intéresse aussi aux modes de relations entre les individus, à l'environnement et aux conditions de travail dans le processus d'apprentissage. Elle s'adapte aux multiples évènements pouvant survenir dans une classe."[14]

La discipline positive:

"*La Discipline Positive a pour vocation d'enseigner les compétences psychosociales. Elle est une démarche proposée aux parents, enseignants et éducateurs qui n'est ni permissive ni punitive et qui permet de développer chez l'enfant l'autodiscipline, le sens des responsabilités, les compétences sociales, le respect dans un cadre à la fois ferme et bienveillant.*"[15]

---

[13] Ecole de psychoéducation. (s.d.). Qu'est-ce que la psychoéducation? Récupéré le 25 février, 2018, de http://psyced.umontreal.ca/departement/quest-ce-que-la-psychoeducation/

[14] Académie de Nice. (s.d.). Didactique et pédagogie. Récupéré le 1 février, 2018, de www.ac-nice.fr/pacte/Filiere%20commerciale/.../didactique_et_pedagogie.doc

[15] Ecole-eden. (2016, 27 septembre). Développer de nouvelles compétences à l'école. Récupéré le 8 mars, 2018, de http://www.ecole-eden.ch/discipline_positive/

XI. BIBLIOGRAPHIE

Livres:

Bossis, J., Livérato, C. & Mejean, C. (2017). *Les gestes clés en maternelle pour une école bienveillante*. Paris: RETZ.

Branden, N. (1992). *L'estime de soi, s'aimer, s'accepter et s'accomplir.* Paris: Sciences et culture.

Coopersmith, S. (1967). *The antecedents of self-esteem*. San Franscisco: Freeman.

Granata, A. (2016). *Et si on parlait d'échec*. In La Presse (Éd.), Le pouvoir de l'échec (pp. 17-18). Montréal: La Presse.

Meram, D., Eyraud, G. & Fontaine, D. (2017). *Favoriser l'estime de soi à l'école ; enjeux, démarches, outils* (2e édition) Lyon: Chronique Sociale.

Rigon, E. (2001). *Papa, maman, j'y arriverai jamais !*. Paris: Édition brochée.

Rosenthal, R., & Jacobson, L. (1994). *Pygmalion à l'école*. Bruxelles: Casterman.

Articles / Magazines:

Demailly, A. (2008). De Pygmalion aux prophéties autoréalisatrices. *Le Journal des psychologues*, no.260, (vol.7), pp.68-72. doi:10.3917/jdp.260.0068.

Galand, B. (2015). À l'école de l'estime de soi. *Sciences humaines*, no.271, (vol.6), pp.24-24. https://www.cairn.info/magazine-sciences-humaines-2015-6-page-24.htm.

Rosenthal, R., & Jacobson, L. F. (1968, avril). Teacher Expectations for the Disadvantaged. Scientific American, no.4 (vol.218), 3-9. Récupéré sur https://www.uni-muenster.de/imperia/md/content/psyifp/aeechterhoff/sommersemester2012/schluesselstudiendersozialpsychologiejens/02_rosenthal_jacobson_teacherexpectations_scientificamerican1968.pdf

Trouilloud, D., & Sarrazin, P. (2003). Les connaissances actuelles sur l'effet Pygmalion : processus, poids et modulateurs. Revue française de pédagogie, no.145, pp.89-119. Récupéré sur http://www.persee.fr/doc/rfp_0556-7807_2003_num_145_1_2988

Pages WEB:

Ecole-eden. (2016, 27 septembre). Développer de nouvelles compétences à l'école. Récupéré le 8 mars, 2018, de http://www.ecole-eden.ch/discipline_positive/

Fartassi, A. (2015, 26 décembre). L'impuissance acquise : Le frein de votre estime. Récupéré le 3 janvier, 2018, de https://www.penserchanger.com/limpuissance-acquise-le-frein-de-votre-estime

Le Fourn-Tanguy, C. (2016, 27 janvier). L'impuissance apprise ou résignation acquise - Martin Seligman. Récupéré le 19 décembre, 2017, de https://www.eveilasoi.com/blog/psychologie-1/l-impuissance-apprise-ou-resignation-acquise.html

Fraschini, J. (2008). Promouvoir l'estime de soi: le rôle de l'école? Récupéré le 27 décembre, 2017, de http://web.ac-toulouse.fr/automne_modules_files/standard/public/p7342_a1f72f382d8dacd0fb51a71ce047f6adCafe-peda-Fraschini-09.pdf

Graine de Paix. (s.d.). Bienveillance. Récupéré le 12 décembre, 2017, de http://www.grainesdepaix.org/fr/ressources-de-paix/dictionnaire-paix-education/bienveillance

Graner, M. (2013, 22 mars). Un outil pédagogique pour encourager l'estime de soi et le respect des autres. Récupéré le 26 octobre, 2017, de http:www.ecolechangerdecap.net/spip.php?article50

Jambon, C. (2016, 12 avril). Apprendre: c'est quoi ? Apprendre, oui… mais pourquoi? comment? . Récupéré le 3 janvier, 2018, de http://apprendreaeduquer.fr/apprendre-cest-quoi/

Louapre, D. (2014, 10 février). L'effet Pygmalion. Récupéré le 13 janvier, 2018, de https://sciencetonnante.wordpress.com/2014/02/10/leffet-pygmalion/

Petit Pouce. (2017). Motiver son enfant à apprendre sans piquer des crises de colère. Récupéré le 21 décembre, 2017, de https://petitpousse.fr/motiver-son-enfant-a-apprendre/

Poblete, M.(2009, juillet). Scolarité: quand les parents mettent la pression. Récupéré le 10 décembre, 2017, de http://www.psychologies.com/Famille/Education/Scolarite/Articles-et-Dossiers/Ecole-arretons-de-leur-mettre-la-pression/Scolarite-quand-les-parents-mettent-la-pression/4

Rocher, C. (2017). Parents: votre rôle dans l'estime de soi de vos enfants. Récupéré le 21 décembre, 2017, de https://www.anoustous.com/estime-de-soi-des-enfants/#comments

Vidéos:

IlFattoQuotidiano Fr. (2015, 23 mars). Comment induire "l'impuissance apprise" [Fichier vidéo]. Récupéré le 10 décembre, 2017, de https://www.youtube.com/watch?v=j9I95BJsINc

C News. (2014, 6 décembre). Les notes à l'école: à quoi bon ? - CSD [Fichier vidéo]. Récupéré le 12 décembre, 2017, de https://www.youtube.com/watch?v=7FItElz4Wvg

Images:

Image de titre: https://www.pommedapi.com/parents/education-bienveillante/donner-confiance-soi-a-enfant

P.6: http://blog.creatitia.fr/2016/03/02/les-5-etapes-du-plaisir-vers-lestime-de-soi/shema-estime-de-soi/

P.10: http://www.commentdevenir-riche.com/relation-estime-de-soi-et-buts

P.20: https://www.adderus.com/la-minute-coach-comment-reduire-limpact-des-biais-cognitifs-dans-nos-prises-de-decision/#.WpvgsWZ7S1s

P.22: Graphique,Science étonnante. https://sciencetonnante.wordpress.com/2014/02/10/leffet-pygmalion/