HAL open science

L'estime de soi chez l'adolescent

Jacky Jiang

To cite this version:

Jacky Jiang. L'estime de soi chez l'adolescent. Education. 2021. dumas-03349219

HAL Id: dumas-03349219

https://dumas.ccsd.cnrs.fr/dumas-03349219

Submitted on 27 Oct 2021

HAL is a multi-disciplinary open access archive for the deposit and dissemination of scientific research documents, whether they are published or not. The documents may come from teaching and research institutions in France or abroad, or from public or private research centers.

L'archive ouverte pluridisciplinaire **HAL**, est destinée au dépôt et à la diffusion de documents scientifiques de niveau recherche, publiés ou non, émanant des établissements d'enseignement et de recherche français ou étrangers, des laboratoires publics ou privés.

Distributed under a Creative Commons Attribution - NonCommercial - NoDerivatives 4.0 International License

L’estime de soi chez l’adolescent

Etude faite dans la classe des 1CEPC

Jacky Jiang

Mémoire de Master en MEEF

Antony, Mai 2021

Sous la direction des professeurs Isabelle BAUDET et Antoine PAPATHEODOROU

INSPÉ de l’académie de Versailles
Site d’Antony
26 rue Léon-Jouhaux
92160 Antony

Table des matières

Table des matières 2
Remerciements 4
Lexique 5
Question de départ : Pourquoi ce sujet ? 6
Qu'est-ce que l'estime de soi ? 7
a) Définition 7
b) Différences entre l'estime de soi et la confiance en soi. 8
Comment un adolescent s'estime-t-il ? 9
Cas des élèves en CAP 9
a) Les élèves UPE2A 9
b) Cas d'un élève ULIS 10
c) Cas des élèves venant de la troisième 10
Les différents tests 11
a) L'Echelle de Rosenberg (1965) 11
b) Evaluation de l'estime de soi par Santé Mentale Québec 12
c) L'inventaire d'estime de soi de Stanley Coopersmith 12
Différence des adolescents ayant une bonne ou une mauvaise estime de soi. 13
L'utilité de l'estime de soi 14
L'estime de soi dans l'éducation. 14
Influence de l'orientation sur l'estime de soi 16
Question problématisée 17
Tester l'estime de soi des élèves 17
Le premier test : Le test de Rosenberg 18
Résultats du test 18
a) Résultats bruts et pourcentages 19
b) Résultats nets 19
c) Interprétations 20
Le deuxième test d'évaluation d'estime de soi 20
a) Résultats 21
b) Interprétation 21
Le dernier test d'évaluation d'estime de soi : L'inventaire de Coopersmith 21
a) Résultats 22
Interprétation 24
Les sources d'influences sur l'estime de soi 25
Favoriser l'estime de soi : Mise en pratique. (L'estime de soi au cœur de la pédagogie) 25

La bienveillance 25
Différenciation pédagogique 26
a) Pour les élèves allophones 26
b) Tutorat 27
c) Les outils numériques 27
Observations 28
Vérification d'estime de soi par une dernière évaluation de Rosenberg 29
La marge d'erreur 30
Conclusion 32
Bibliographie 33
Sitographie 34
Annexes 35
Annexe 0 : Autorisation parentale de publication des données 35
Annexe 1a Test de Rosenberg (Traduction faite par Nathalie Crépin et Florence Delerue) 36
Annexe 1b Evaluation du test de Rosenberg 36
Annexe 1c Réalisation d'une évaluation du test de Rosenberg 37
Annexe 2a Résultat brut des tests d'estime de Soi de Rosenberg 38
Annexe 2b Résultat en pourcentage des tests d'estime de Soi de Rosenberg 39
Annexe 3 Résultat net du test de Rosenberg 40
Annexe 4a Deuxième évaluation d'estime de soi 41
Annexe 4b Réalisation du deuxième évaluation d'estime de soi 42
Annexe 5 : Résultats de la deuxième évaluation d'estime de soi 43
Annexe 6a : Evaluation d'estime de soi de Coopersmith 44
Annexe 6b : Réalisation d'une évaluation d'estime de soi de Coopersmith 45
Annexe 7a : Exemple de résultats du test de Coopersmith d'une élève 46
Annexe 7b : Résultats du test de Coopersmith simplifiés 46
Annexe 8 : Conversion des résultats de l'annexe 7b en chiffres romains 47
Annexe 9 : Résultat de la classe 48
Annexe 10 : Exercices de mathématiques en arabe. 49
Annexe 11 : Aide personnalisée pour les élèves (plus particulièrement les élèves allophones) ... 50
Annexe 12 : Logicieleducatif.fr 51
Annexe 13a : Studio Code 51
Annexe 13b : Kahoot.it 52
Annexe 14 a : Réévaluation d'estime de soi avec le test de Rosenberg 52

Remerciements

Avant d'écrire ce mémoire, il me semble approprié de commencer par des remerciements pour tous ceux qui m'ont aidé durant cette expérience professionnelle et ont permis de rendre ce stage intéressant.

Je voudrai remercier toutes les personnes qui ont contribué à cette année de stage.

En tout premier lieu, je tiens à remercier très sincèrement **Monsieur BAQUIAST**, le proviseur pour son accueil (son soutien, ses conseils…) au sein de son établissement.

J'adresse également mes remerciements à ma tutrice de stage, **Madame MANISCALCO Pascale**, professeur de mathématiques et de physique-chimie au lycée, pour son accueil, le temps passé ensemble, son encadrement, ses visites et le partage de ses expériences durant l'année.

Je souhaite remercier **Madame GENTY, Madame BOOM et Monsieur SANON**, mes collègues de mathématiques et de physique-chimie pour le partage de leurs expériences, leurs conseils.

Je veux remercier **Madame BAUDET et Monsieur PAPATHEODOROU**, les formateurs à l'INSPé pour leurs conseils, les visites pédagogiques, leurs avis durant la formation.

Lexique

- ULIS : Unité Localisée Pour L'Inclusion Scolaire
- INSPé : Instituts Nationaux Supérieurs du Professorat et de l'éducation
- MEEF : Métiers de l'Enseignement, de l'Education et de la Formation
- SEGPA : Section d'Enseignement Général et Professionnel Adapté
- STL : Science Technologie de Laboratoire
- REP : Réseau d'Education Prioritaire
- 1ère S : 1ère Scientifique
- ADN : Acide Désoxyribonucléique
- 1 CEPC : 1ère année de CAP Equipier Polyvalent de Commerce
- TFC : Trouble des Fonctions Cognitives
- FLE : Français Langue Etrangère
- GEVA-Sco : Guide d'EVAluation des besoins de compensation en matière de SCOlarisation
- CAP : Certificat d'Aptitude Professionnelle
- UPE2A (ou UPEAA) : Unité Pédagogique Pour Elève Allophones Arrivants
- AP : Aide Personnalisée

Question de départ : Pourquoi ce sujet ?

Ce sujet m'est venu après quelques séances avec mes élèves de CAP Equipier Polyvalent du Commerce. Dans cette classe de 1ère, j'ai pu découvrir une diversité d'élèves :

- 3 élèves allophones
- 2 élèves ULIS
- 9 élèves issus de la 3ème (dont trois élèves sous le programme Geva-Sco et d'autre en 3ème SEGPA)

La plupart des remarques que j'ai pu entendre dans ma classe sont : « De toute façon, je ne comprends pas. » ou « Que ce soient les mathématiques ou les sciences, je n'arrive pas à comprendre. »

Parmi les 3 élèves allophones, le problème peut venir de plusieurs facteurs (la barrière de la langue, les mots techniques en mathématiques et en physique-chimie, les études reprieses tardivement).

Les deux élèves ULIS dont l'un est atteint de la dyspraxie et l'autre a des problèmes de compréhension et qui possède des compétences du cycle 4 voire du cycle 3.

Parmi les 9 autres élèves, se trouve un élève qui se décourage vite lorsque les activités deviennent difficiles.

Ce sujet m'est familier car étant moi-même lycéen il y a une dizaine d'années, j'ai expérimenté ce genre de problème. Je ne comprenais pas toutes les notions abordées en mathématiques et en physique-chimie en une courte période donnée. J'ai redoublé ma 1ère S puis changé de filière (en milieu d'année) pour aller en 1ère STL lors de l'année de redoublement.

J'ai eu une expérience extra-scolaire avec l'association ZUPDECO (qui vient en aide aux collégiens en difficultés dans les établissements en situation de REP). Des collégiens qui manquaient de confiance en soi, cela se répercutant sur leur façon de travailler. J'ai suivi le parcours scolaire d'une élève de 6ème entre octobre 2015 à avril 2016, cette élève était très timide au début, elle ne pouvait répondre à de simples questions : « Quel est le résultat de la multiplication de huit fois neuf ? ». Elle n'y arrivait pas du premier coup, mais par la suite, elle s'ouvrait petit à petit. Le résultat de son travail porte ses fruits : elle obtient de meilleurs résultats.

Question de départ : Que signifie l'estime de soi et quelle est la proportion qu'elle prend dans l'éducation ?

Qu'est-ce que l'estime de soi ?

a) Définition

Par définition, l'estime de soi est une composante émotionnelle, une constante qui évalue de manière positive ou négative l'image qu'une personne a d'elle-même.

Elle a une place importante dans la personnalité et fait partie des 3 composantes essentielles du Soi[1] :

- La composante émotionnelle
- La composante cognitive
- La composante comportementale

Dans ce travail, nous allons nous concentrer sur la partie émotionnelle du Soi.

L'estime de Soi se façonne dès le plus jeune âge, elle résulte de l'interaction de différents facteurs. D'une part, elle vient de notre ADN (par définition : notre tempérament) et de l'autre : celle de l'environnement (personnel, social et culturel).

Tous sont assimilés et intéressés en fonction du temps. Cette évaluation varie avec l'âge (même jusqu'à 80 ans !)[2]. « Chaque personne se fait une idée d'elle-même »[3], l'estime de soi est très influencée par les changements environnants.

L'estime de soi peut se présenter sous plusieurs dimensions chez l'enfant dès le plus jeune âge tels que[4] :

- Le physique (Est-ce que je plais à mon entourage ? Comment je me trouve niveau physique ?)
- Les traits de caractère (Quelles sont les défauts mais aussi les qualités dont je dispose ?)

---

[1] Publication de Christophe André sur l'estime de soi dans « Recherche en soins infirmiers ». Roselyne Guilloux sur « Estime de soi et troubles des apprentissages » page 26.
[2] « L'estime de soi des adolescents » Duclos, Laporte et Ross, page 8.
[3] « L'estime de soi des adolescents » Duclos, Laporte et Ross, page 8.
[4] Publication de Christophe André sur l'estime de soi dans « Recherche en soins infirmiers ». Roselyne Guilloux sur « Estime de soi et troubles des apprentissages ».

- La popularité (Est-ce qu'on m'aime bien ?).
- Les limitations et les possibilités (Est-ce que je suis convaincu d'être capable ou incapable de faire ?)
- La réussite scolaire (Suis-je un bon élève ? Mon bulletin sera-t-il meilleur que le précédent ?)
- La conformité comportementale (Les adultes ou les autres m'apprécient-ils ?).
- Les compétences athlétiques (Est-ce que je suis performant(e) ? fort(e) ? etc.)
- Les interactions avec l'environnement (relation familiale et sociale)

Dans une partie présentée en page 14, nous nous intéresserons à la partie scolaire.

b) Différences entre l'estime de soi et la confiance en soi.

Nous allons voir la différence entre ces deux notions :

- L'estime de soi va se concentrer sur la reconnaissance de sa propre valeur en tant que personne[5] (qu'elle soit bonne ou mauvaise).
- Alors que la confiance en soi c'est le fait de se concentrer sur la croyance en ses propres capacités (réussir ou pas dans une épreuve).

L'estime de soi puise sa force dans le ressenti lors d'une expérience alors que l'autre se nourrit dans les actions.

Prenons un exemple pour imager ces deux concepts :

- Devant une évaluation, un élève peut commencer à stresser et il aura tendance à perdre ses moyens devant l'épreuve, il va être persuader que ses capacités ne seront pas à la hauteur du contrôle. Nous pouvons dire que l'élève manque de confiance en soi.

- Dans le cas contraire, face à la même évaluation, un élève peut très réussir mais il ne va pas s'accréditer le mérite, il dira pertinemment qu'il n'a aucune gloire ou que de bonnes notes ne veulent rien dire. Nous dirons que l'élève a une faible estime de soi.

[5] Informations prises sur https://vivresonadolescence.fr/estime-de-soi-adolescents/ sur la partie différence entre confiance en soi et l'estime de soi.

Comment un adolescent s'estime-t-il ?

En général, un adolescent s'estime compte tenu d'éléments extérieurs « liés à son apparence physique et les activités pratiquées »[6]. Il faut comprendre aussi que « l'adolescence est une période cruciale en ce qui concerne le développement et la consolidation de l'estime de soi[7] ».[8]

De même, leur vision veut « s'imprégner des concepts de valeurs et de compétences. Par conséquent, l'estime est liée à la réussite scolaire, l'aptitude sociale et de l'état émotionnel. »[9]

Il y a des différences sur l'estime de soi à cause des genres[10] :

- « Pour les filles, elles le développent assez tôt. Elles sont préoccupées par leur apparence physique, leur réussite sociale et leur résultat scolaire. »

- « Pour les garçons, ils sont davantage concentrés par les difficultés liés au stéréotype de l'Homme viril, sûr de lui-même, dur et intrépide. »

L'adolescent fait une auto-évaluation quotidienne sur les échecs et réussites en se comparant soi-même aux autres et à ses propres standards afin de maintenir une image de soi positive.

Cas des élèves en CAP

Les différents profils des élèves peuvent aider à comprendre l'influence de l'hétérogénéité sur l'estime de soi des élèves de la 1CEPC.

a) Les élèves UPE2A

Cette année, dans la classe des 1ères années de CAP, il y a 3 élèves allophones.

[6] Données récupérées sur https://nospensees.fr/lestime-de-soi-chez-adolescents/
[7] « L'estime de soi des adolescents » Duclos, Laporte et Ross, page 10.
[8] Données récupérées sur https://nospensees.fr/lestime-de-soi-chez-adolescents/
[9] Données récupérées sur https://nospensees.fr/lestime-de-soi-chez-adolescents/
[10] Données récupérées sur https://nospensees.fr/lestime-de-soi-chez-adolescents/

S’ajoute à la difficulté des notions scientifiques abordées en classe, leur niveau de compréhension du français : Que cela soit à l’écrit ou à l’oral (exemple : Elles ont du mal à comprendre les verbes d’action comme « repérer » ou « déterminer »).

Parmi ces trois élèves, toutes n’ont pas le même niveau de compréhension du français. Deux élèves ont pu suivre une à deux années d’adaptation dans les classes de FLE avant d’intégrer la formation. La dernière élève vient directement de l’étranger dont sa scolarité a été interrompue pendant quelques années avant son arrivée en France.

b) Cas d’un élève ULIS

Lors d’une réunion parents-professeur organisée par le lycée, la mère de l’élève ULIS m’autorise à expliquer le cas de son enfant ayant une scolarité différente comparée aux camarades de sa classe.

Cet élève a un TFC. Son niveau scolaire est limité aux connaissances du cycle 4 voire les notions du cycle 3. Cet élève n’a jamais eu de scolarité avant son entrée en classe de 6ème. Il a suivi une scolarité dite « école à la maison ».

Sur les conseils de la maman, cet élève a besoin d’encouragements, de paroles bienveillantes qui puissent l’aider à bâtir une estime positive de lui-même, dans son envie de travailler et dans sa participation en cours. Ces conseils ont été aussi dite par le professeur principal de la classe.

En début d’année, cet élève ne parlait jamais, il ne s’exprimait pas. La classe entendait à peine lorsqu’il prenait la parole durant les activités. Lorsqu’il ne comprend pas une question, il reste bloqué et ne demande pas d’aide, il attend la mise en commun des réponses.

c) Cas des élèves venant de la troisième

Le reste de la classe venant de la 3ème. Mais il y a deux profils de 3ème :

- 3ème générale
- 3ème SEGPA

Au cours de cette année, trois élèves sont signalés par le programme Geva-Sco. Le Geva-Sco est un guide utilisé dans l'élaboration du projet personnalisé de scolarisation. Ils ne sont pas considérés comme élèves ULIS.

Ayant une telle différence de profils d'élèves dans cette formation. Il faut trouver un moyen d'évaluer leur niveau d'estime.

Les différents tests

Pour se faire, il existe différents moyens afin de tester les estimes de soi de chaque élève. Parmi les différents tests existants, trois ont été sélectionnés et devront être passés par les élèves.

Faire trois test est un choix arbitraire, il faut s'assurer que les tests se concordent entre eux.

Les différents tests sont : L'échelle de Rosenberg, l'évaluation par Santé Mental Québec et le dernier l'inventaire de Coopersmith.

a) L'Echelle de Rosenberg (1965)

L'échelle de Rosenberg a été créée par Morris Rosenberg, un professeur et docteur en sociologie qui a été élaboré après plusieurs années de travail et de recherche sur l'estime de soi et de l'auto-concept. Il présente cette idée d'échelle dans son livre « Society and the adolescent's self image ».

Pour mesurer l'estime de soi, il recourt à un questionnaire (10 affirmations qui tournent autour du degré de valorisation d'une personne et autour de la satisfaction que ressent celle-ci par rapport à elle-même).

Cette échelle a été développée sur « une base des données recueillies auprès de 5024 adolescents d'écoles de New York ». Ce professeur a créé cette étude dans le but de comprendre l'enjeu du contexte social des lycéens lié au concept de l'estime de soi. Il savait depuis le début que les facteurs comme l'environnement, l'éducation et la famille pouvaient « influencer ou affecter cette construction psychologique ».

En 1965, ce travail a abouti à des résultats concluants pour le professeur, et cela a attisé immédiatement l'intérêt de la communauté scientifique, car ce questionnaire démontre une grande fiabilité et il est utilisé au fur et à mesure des années.

Ce questionnaire est même utilisé dans d'autres pays, traduit dans 28 langues et il y a eu 16 998 participants dans 53 pays (publication à la date de 2005)[11]

Cette échelle d'estime de soi est considérée comme « un outil quantitatif fiable et valide pour l'évaluation de l'estime de soi ».

Ce questionnaire est composé de 5 affirmations formulées de manières positives et les 5 dernières de façons négatives (voire les affirmations en Annexe n°1a). La particularité de ce test, la traduction a été faite par Nathalie Crépin et Florence Delerue sous l'Institut Régional du Bien-être de la Médecine et du Sport Santé.

b) Evaluation de l'estime de soi par Santé Mentale Québec

Un deuxième questionnaire établit par SMQ-Chaudière-Appalaches, qui est un organisme à but non lucratif dont l'objectif est de promouvoir[12], soutenir, outiller afin de développer et renforcer la santé mentale de leur citoyen. Selon eux, l'estime de soi est importante car elle « influence toute votre vie » que cela soit nos pensées, nos sentiments et autres facteurs « face aux objectifs » que nous nous sommes fixés.

Ce questionnaire est composé de 25 affirmations portant sur la personnalité des élèves, sur leur physique et de l'interaction avec leurs environnements. Ce deuxième test a été élaboré en 1997.

c) L'inventaire d'estime de soi de Stanley Coopersmith

Ce questionnaire appelé S.E.I (Self Esteem Inventory ou en français : Inventaire d'estime de soi) créé par Stanley Coopersmith en 1967. Cet inventaire est adressé pour les plus jeunes (c'est à dire pour les enfants qui ont minimum 8 ans) mais elle est également applicable aux adultes. Il existe deux versions de ce test (la version enfants se focalise sur le domaine scolaire et la version adulte se focalise sur le domaine du travail.

Ce questionnaire est composé de 58 affirmations qui tournent autour de plusieurs domaines :

[11] Ouvrage en anglais de David P. Schmitt & Jüri Allik.
[12] Informations en bas de page du site : https://www.santementaleca.com/

- 26 affirmations autour de l'estime de soi générale
- 8 affirmations autour de la dimension sociale
- 8 affirmations autour de la dimension familiale
- 8 affirmations autour de la dimension scolaire (ou travail)
- 8 affirmations autour de la dimension du mensonge dont le but est de mesurer « le score de mensonge qui consistera en un contrôle de l'effet de désirabilité sociale ».

Différence des adolescents ayant une bonne ou une mauvaise estime de soi.

Il existe des indices concrets pour jauger l'estime de soi des adolescents en dehors du questionnaire de Rosenberg, de Santé Mentale Québec et de Coopersmith, le site vivresonadolescence.fr résume l'estime de soi de façon concrète :

Dans le cas d'un adolescent ayant une bonne estime de soi[13] :

- Il/Elle se sent aimé(e) et fait confiance aux autres.
- Il/Elle accepte facilement de relever des défis.
- Il/Elle est capable de reconnaître et de s'attribuer le mérite de leurs succès.
- Il/ Elle est capable de s'affirmer, de dire non et de se faire respecter.
- Il/Elle se sent bien dans un groupe.
- Il/Elle accepte la différence.
- Il/Elle se reconnaît des qualités et des points forts.

Même chose pour une faible estime de soi, quelques exemples listées[14] :

- Il/Elle a tendance à être anxieux(se) et stressé(e)
- Il/Elle a des difficultés à nommer ses qualités.
- Il/Elle se compare aux autres et se sent inférieur(e).
- Il/Elle est mal à l'aise dans les groupes et n'ose pas s'exprimer.
- Il/Elle a une peur paralysante de l'échec.
- Il/Elle ne supporte pas de se sentir différent(e) et veut être comme tout le monde.

[13] Pour les indices d'une bonne, la source se trouve au https://vivresonadolescence.fr/estime-de-soi-adolescents/

[14] Pour les indices d'une mauvaise estime de soi, la source se trouve au https://vivresonadolescence.fr/estime-de-soi-adolescents/

- Il/Elle a un comportement agressif ou dominateur.
- Il/Elle est facilement blessé(e) par les remarques des autres.

L'utilité de l'estime de soi

Erik Erikson psychanalyste et psychologue du XXème siècle suscite que l'adolescence est une période difficile car à cet âge, le sujet est dans la recherche d'identité et à l'étude de sens.

L'adolescence est une période de crise et une croissance anormale d'hormone, la recherche d'identité est souvent liée aux contextes familiaux et les interactions avec l'entourage. La recherche d'identité devient une affaire importante.

L'estime de soi aide à accepter et à valoriser les capacités, et permet de comprendre les faiblesses que les adolescents ont.

L'estime de soi permet de se sentier efficace, d'être compétent, se sentir productif et sympathique. Dans le cas contraire, une mauvaise estime de soi amène à être inefficace, se sentir incompétent et inutile et mène à avoir ce sentiment d'être rejeté par les autres.

L'estime de soi dans l'éducation.

L'estime de soi chez l'adolescent est mise en avant dès le plus jeune âge (dès son entrée à l'établissement).

L'école est un endroit où les élèves peuvent exercer leur estime de soi. Ce lieu est propice à de nouvelles expériences et d'interactions qui constituent un facteur supplémentaire au développement de l'estime de soi.

C'est un lieu qui peut être le moyen de remédiation aux enfants et adolescents pour palier une estime de soi non optimale, mais elle peut être dans le cas contraire une source de blessure entraînant un effet négatif sur le mineur.

Dans cette étude, elle montre certains facteurs comme l'attitude de l'enseignant, la relation au groupe ou encore les réussites/échecs et autres indices influencent l'estime de soi.

Les expressions comme « réussir son année », « réussir sa scolarité » est étroitement lié à « réussir dans la vie », cela peut refléter les attentes des parents et de leur projet familial.[15]

Plusieurs auteurs arrivent à la conclusion qu'il existe des impacts entre l'échec scolaire sur l'estime de soi [16]:

Si un élève est en échec scolaire, cela entraîne une dépréciation de soi puis une baisse d'estime face à la situation. Cela se termine par des difficultés face aux apprentissages. C'est un cheminement sans fin dont l'élève est entré dedans.

Pour comprendre le rôle de l'estime de soi face au travail scolaire, Françoise BARIAUD et Claude BOURCET, deux psychologues ont mené une étude sur trois groupes d'élèves en fonction des âges (avec les filles et les garçons mélangés)[17] :

- Les 12/13 ans
- Les 14/15 ans
- Et les 16/17 ans

Cette étude est menée sur plusieurs domaines (exemples tels que : l'apparence physique, le niveau scolaire, le niveau social et l'athlétisme).

Résultats de cette étude :

Au niveau de la scolarité, ce que les deux psychologues observent :

- Les garçons surestiment leur performance en mathématiques face aux filles. Et les notes montrent que les garçons ont un niveau plus faible qu'elles, leurs perceptions dans cette matières sont supérieures aux filles.
- Quant aux filles, elles se jugent d'un façon plus sévère et critiques sur leurs évaluations.

[15] V Jendoubi : Estime de soi et éducation scolaire, SRED, Genève, avril 2002.

[16] MEYER, Image de soi et statut scolaire. Influence de déterminants familiaux et scolaires chez des élèves du cours moyen, Bulletin de Psychologie, Tome XL, no 382 1986/87 ;
PIERRHUMBERT B., ZANONE F., KAUER-TCHICALOFF C., PLANCHEREL B. Image de soi et échec scolaire, Bulletin de Psychologie, Tome XLI no 384, 1988

[17] BARIAUD F., BOURCET C. L'estime de soi à l'adolescence, in BOLOGNINI M., PRETEUR Y. (dir.), Estime de soi, perspectives développementales, Lausanne, Delachaux & Niestlé, 1998.

Une autre étude intéressante menée par Madeleine PERRON en 1991 expose l'idée de l'exigence à travers les études sur l'estime de soi. En diminuant les exigences par rapport aux difficultés des élèves, elles permettent l'amélioration de l'estime de soi et ainsi augmenter la fréquence de réussite. Pour cela, il faut qu'il y ait une certaine cohérence sur la notation de l'enseignant avec les capacités de l'élève.

Cette étude fait réfléchir sur le lien entre les capacités qu'un adolescent peut faire et les attentes du professeur.

L'objectif principal sera de stimuler l'élève dans sa recherche à dépasser les obstacles sans lui faire sentir qu'il est submergé par les difficultés car cela peut une chute de motivation et/ou un sentiment d'impuissance face à la scolarité.

Influence de l'orientation sur l'estime de soi

Ici, les élèves sont au lycée professionnel. Le facteur d'une orientation après la 3ème pourrait influencer sur l'estime de soi.

Afin de valider l'idée, il y a un article (de Tap, Esparbès, Vasconcelos et Fonseca) qui traite sur « l'influence des difficultés d'orientation sur l'estime de soi chez les collégiens et les lycéens. » [18]

Le but est de vérifier qu'il y a une connexion logique entre « les niveaux d'estime de soi et le fait que l'adolescent vit des difficultés dans son orientation scolaire et professionnelle ».

Pour expérimenter leur idée, ils ont conduit à une étude sur 2184 collégiens et lycéens en répondant à des questions diverses (sur leur vie privée, plus précisément sur les difficultés rencontrées).

Ce qui ressort de cette expérience :

- 1748 élèves ont choisi des difficultés liées à leur orientation professionnelle.
- 436 élèves ont partagé leurs difficultés (vie privée et familiale)

[18] Publication de Tap P., Esparbès-Pistre S., Vasconcelos M. de L. et Fonseca M. : L'influence des difficultés d'orientation sur l'estime de soi chez les collégiens et les lycéens.

Pour ces 2184 élèves, les chercheurs ont proposé une liste de sujets que les élèves ont confronté au cours de leur vie et il résulte des données intéressantes :

- 56.4% des élèves ont des difficultés à faire un projet d'orientation.
- 51.2% des sujets portent sur le manque d'informations.
- 50.5% sur le manque de soutien.
- 47.3% sur le choix difficile entre les différents métiers.
- 42.3% sur le manque de compétences.
- 39% sur le manque de débouchés.
- 33.4% de pessimisme sur le métier désiré.
- 22.4% sur le manque de moyens financiers.
- 10.9% sur le refus de répondre au désir des parents ou amis.
- Et 7.8% sur le trop d'informations.

Parmi toutes ces données, trois difficultés ont un lien avec l'Indice Différentiel d'Estime de Soi. Sur les 1748 sujets, les majeures difficultés rencontrées sont :

- Le manque de soutien
- Le manque de débouchés
- Le manque de compétence

De manière générale, le lien entre les difficultés d'orientation et l'estime de soi reste assez faible.

Question problématisée

À la suite des recherches effectuées vu précédemment, quel est le niveau d'estime de soi de chaque élève de la classe des 1CEPC ? Quels sont les moyens de remédiation ?

Tester l'estime de soi des élèves

Afin de répondre à la problématique, les élèves feront le test de Rosenberg afin de déterminer leur estime de soi mais également d'autres évaluations afin de confirmer les résultats.

Les conditions de passation de ces tests se font de la manière suivante :

- Dans le respect total de la vie privée de ces élèves, une demande d'autorisation a été établie. (Annexe n°0)
- Le premier test dure entre 5 à 10 minutes et est fait en fin de séance.
- Le deuxième test dure 15 minutes environ et est aussi fait en fin de séance.
- Le dernier test dure 20 à 30 minutes. Cette étude a été faite à une séance d'aide personnalisée.
- Pour les élèves qui ont des difficultés sur la lecture de certaines affirmations, l'enseignant peut répéter l'affirmation avec des synonymes.
- Les élèves ont le droit de prendre le dictionnaire si besoin.
- L'intimité de chaque élève doit être respectée.
- L'élève n'écrit pas son prénom mais ses initiales afin d'éviter la curiosité mal placée du reste de la classe.

En suivant ces procédures, les élèves sont plongés dans une confiance totale dans la salle.

Le premier test : Le test de Rosenberg

Une des méthodes simples de recueil de données est de donner la feuille aux élèves et qu'ils puissent répondre dessus.

Pour trois des douze élèves de cette classe, l'entretien a été fait de manière personnalisé durant le temps d'une AP, pour les aider sur les mots compliqués en donnant des synonymes plus simple ou d'expliquer leurs significations.

Pour le reste de la classe les questionnaires sont faits en autonomie et ils peuvent venir demander de l'aide pour la compréhension des affirmations si besoin.

Résultats du test

Le questionnaire a été fait dans la classe des 1CEPC. Dans cette classe où il y a quatorze élèves inscrits dans l'établissement, seulement onze personnes ont répondu à ce sondage. Les autres élèves n'ont pas participé car ils sont absents depuis les mois d'octobre et novembre 2020 jusqu'à nos jours.

Pour estimer leur niveau dans un premier temps, le test d'estime de soi de Rosenberg (en Annexe n°1b) recommande d'additionner les affirmations en deux catégories :

- Les affirmations positives (1,2,4,6 et 7) : Nous additionnons les points.
- Les affirmations négatives (3,5,8, 9 et 10) : Nous inversons la cotation : « il faut compter 4 si vous entourez le chiffre 1, 3 si vous entourez le 2, 2 si vous entourez le 3 et 1 si vous entourez le 4. » Puis nous additionnons la cotation inversée.
  Puis nous regardons leur score entre 10 à 40 et nous plaçons les résultats obtenus sur Excel.

a) Résultats bruts et pourcentages

En observant les résultats du test (Annexe n°2a), nous pouvons dire qu'une bonne partie de la classe possède une estime de soi correcte (il y a toujours environ six à huit élèves qui ont les mêmes réponses).

Selon les résultats, à chaque affirmation (à l'exception de la 4 et la 8) l'ensemble des réponses est une majorité, les élèves répondent aux mêmes réponses (« Tout à fait désaccord », « Tout à fait d'accord »).

En regardant l'annexe n°2b, ce sont les mêmes résultats mais en pourcentage. Pour les questions 1,2,3,5,6,7,9 et 10, nous constatons une majorité des réponses (55% à 73%).

Cela confirme bien que les affirmations 4 et 8 (la majorité des réponses est à 45% et 36%) sont assez partagées. Ces deux affirmations portent sur les capacités en soi et sur l'interaction avec les autres.

b) Résultats nets

En appliquant le score suivant les règles de Rosenberg, nous constatons dans le tableau des résultats (en annexe n°3) :

- Deux élèves ont une estime de soi très faible.
- Deux élèves ont une estime de soi faible.
- Trois élèves ont une estime de soi moyenne.
- Deux des onze élèves ont une forte estime de soi.
- Deux élèves ont une très forte estime de soi.

Nous retrouvons une diversité d'élèves avec des estimations de soi très variées.

c) Interprétations

Parmi les quatre élèves qui ont un niveau faible d'estime de soi, deux d'entre eux ont une estime de soi très faible et les deux autres un niveau faible.

En identifiant les élèves :

- Les deux élèves qui ont un niveau faible sont des élèves allophones.
- Les deux élèves qui ont un niveau très faible sont des élèves qui viennent de 3ème segpa dont un est sous le programme Geva-Sco.

Grâce à ce test, la question essentielle qu'il faut se poser est la recherche des sources qui amènent à ces résultats.

Le deuxième test d'évaluation d'estime de soi

Les résultats du test de Rosenberg n'étant pas suffisant selon moi, il me faut des résultats de façon empirique.

Je passe par un deuxième test qui permet de concorder avec les résultats de la première évaluation. Le choix est porté sur un questionnaire créé par « Santé Mentale Québec » (en Annexe n°4a).

Pour obtenir un score sur cette évaluation, il faut additionner tous les scores selon un certain nombre de questions. Selon les auteurs de ce test, il faut additionner le score des questions 3,4,5,6,7,14,15,18,21,22,23 et 25.

Il y a une raison : ces questions portent sur le thème de la personnalité de la personne, et de son interaction avec l'environnement.

Ce test est imprimé pour les élèves, cependant la partie explication des résultats en bas de page est cachée aux élèves afin qu'ils ne soient pas influencés dans le remplissage de cette enquête (Annexes 4a et 4b).

a) Résultats

Les résultats sont en Annexe n°5, nous observons que les résultats du deuxième test corrèlent assez bien avec les résultats du test de Rosenberg. Les scores varient entre 22 et 51 sur leur échelle d'estime.

Nous constatons dans les résultats :

- Quatre élèves ont une bonne estime de soi.
- Les sept autres élèves ont une estime à améliorer.

b) Interprétation

Nous pouvons affirmer que les quatre élèves qui ont une bonne estime de soi correspondent aux quatre élèves qui ont une forte ou une très forte estime de soi. Tandis que les sept autres élèves qui ont une estime à améliorer correspondent aux élèves qui ont une estime de soi entre moyenne et très faible estime de soi.

Nous pouvons porter un regard critique sur les évaluations de ce test, plus précisément sur leur interprétation des résultats :

« Plus le résultat est près de 48, meilleure est votre estime de vous-même » ou « Plus le résultat est loin de 48, plus votre estime de vous-même est à améliorer ».

Ce n'est pas assez précis comme le test de Rosenberg. Nous ne pouvons pas les classer avec précision dans les différentes catégories, à savoir si tel élève a une faible ou très faible estime de soi ou alors le contraire.

Il n'y a pas de regret à avoir fait ce test puisque les résultats sont similaires entre ces deux tests.

Il faut prendre en compte aussi : la notation des résultats pour les deux tests, sur quoi Rosenberg et Santé Mental Québec se sont fondés pour la notation des estimes de soi pour chaque individu.

Le dernier test d'évaluation d'estime de soi : L'inventaire de Coopersmith

Le dernier test proposé aux élèves est sur une base de volontariat. Sachant que l'inventaire est trop long, j'ai pu obtenir cinq tests sur onze. (Annexes n° 6a et 6b).

Dans cet inventaire, il y a des questions sur le domaine du travail. Le jour où les élèves ont répondu à ce test, la consigne a été corrigée et dite à l'orale : De remplacer les affirmations où il y a les mots-clés « travail » par le « lycée » et les mots comme « responsables » par « professeurs ».

Dans ce test, les affirmations sont réparties en cinq catégories (Général, Familial, Social, Scolaire et Mensonge). Entre ces cinq catégories, la note totale d'Estime de Soi s'obtient en additionnant les notes des 4 catégories (Général (G), Familial (F), Social (So) et Scolaire (Sc)). La catégorie Mensonge ne sera pas prise en compte.

Un exemple de calcul du test sera dans l'Annexe n°7a et n°7b. Cette méthode de calcul est inspirée de la fiche informative sur l'action de l'académie de Nancy-Metz.

Tous les chiffres rapportés en dessous de chaque catégorie seront traduits en chiffre romain (voir l'Annexe n°8) pour l'analyse des données pour la seconde partie des résultats.

a) Résultats

i) Comparaison des résultats

Similairement à la fiche informative, nous allons faire une comparaison des résultats entre les élèves de la classe des 1CEPC avec les données des résultats nationaux prises dans la fiche d'action.

Nous utilisons les données de l'annexe n°7b, nous faisons une moyenne de chaque domaine et calculons aussi les écarts type en fonction du nombre d'élèves. Nous obtenons les résultats suivants sous forme de tableaux :

Catégorie	Général	Social	Familial	Scolaire
Niveau	1CEPC	1CEPC	1CEPC	1CEPC
Moyenne	13,8	4,2	3,6	3,2
Ecart type	1,47	0,4	1,02	0,98
Population	5	5	5	5

Tableau de données des élèves de la 1CEPC

Catégorie	Général	Social	Familial	Scolaire
Niveau	Nationale	Nationale	Nationale	Nationale
Moyenne	18,64	5,67	4,92	4,12
Ecart type	4,9	1,94	2,63	1,95
Population	110	110	110	110

Tableau de données des élèves à l'échelle nationale

En regardant et en comparant les données de ma classe à l'échantillon national, les moyennes sont inférieures dans tous les domaines :

- En Général (13,8 contre 18,64)
- Social (4,2 contre 5,67)
- Familial (3,6 contre 4,92)
- Scolaire (3,2 contre 4,12)

ii) Résultat de façon individuel

Suivant les résultats de l'annexe n°9, parmi les cinq élèves qui ont passé le test, il y a quatre élèves qui possèdent une estime de soi faible et la dernière une estime de soi moyenne.

Pour ce faire, nous utilisons le SEI Etalonnage afin de mesurer les estimations des cinq candidats.

SEI Etalonnage en 5 catégories

	–		0		+
Etalonnage	V	IV	III	II	I
Général	0 à 11	12 à 16	17 à 21	22 à 25	26 et +

	–		0		+
Etalonnage	V	IV	III	II	I
Social	0 à 2	4	5 à 6	7, 8	9 et +

	–		0		+
Etalonnage	V	IV	III	II	I
Familial	0	1 à 3	4 à 6	7, 8	9 et +

	–		0		+
Etalonnage	V	IV	III	II	I
Scolaire	0, 1	2, 3	4, 5	6, 7	8 et +

	–		0		+
Etalonnage	V	IV	III	II	I
Total	0 à 19	20 à 28	29 à 37	38 à 46	47 et +

	–		0		+
Etalonnage	V	IV	III	II	I
Mensonge	0	1	2, 3	4	5, 6

Tableau étalon de l'inventaire de Coopersmith sur les cinq catégories [19]

[1919] Tableau provenant de A Fouchet : La réussite des élèves au collège : une stratégie fondée sur la motivation scolaire

Pour obtenir les résultats en annexe n°9, il faut passer par la conversion des résultats chiffrés en chiffres romains afin d'interpréter (grâce à l'annexe n°8).

D'après cet étalonnage, plus nous nous rapprochons du chiffre romain 1, plus l'estimation est meilleure (avec l'apparition du signe « + ») et cela fonctionne de la même manière en obtenant le chiffre romain 5 pour le signe « - ».

Interprétation

i) Comparaison des résultats

D'après ces données, je peux affirmer que mes élèves ont une estime de soi inférieure aux élèves nationaux.

Je trouve que l'expérience est assez biaisée par le fait de n'avoir que cinq participants à cet inventaire.

Les données auraient changé s'il y avait plus d'élèves qui participaient à cet inventaire, mais cela ne va pas forcément augmenter dans le score.

Le problème de ce test : il y a beaucoup trop d'affirmations, ça a découragé la plupart de mes élèves de voir autant de phrases. Je comprends que certains élèves n'ont pas voulu participer à ce dernier test.

ii) Résultat de façon individuelle

Pour ce qui concerne les résultats de façon individuelle, le dernier test reste assez mitigé.

Dans les cinq élèves qui ont passé le test, il y a l'élève qui a la plus faible estime de soi de la classe (d'après les résultats du test de Rosenberg), lorsqu'elle a passé le SEI de Coopersmith, elle se retrouve dans une estime de soi moyenne. Parmi les quatre autres élèves qui ont passé aussi le test, il y a l'élève qui a la plus forte estime de soi (d'après le test de Rosenberg aussi), elle se retrouve dans une faible estime de soi.

Ce qui peut expliquer ces résultats : soit un problème de lecture et de compréhension venant des élèves soit la difficulté venant de Stanley Coopersmith.

Le système de résultat est aussi à revoir. Aucun moyen de savoir avec précision le niveau de chaque élève. J'ai fait une supposition en faisant une moyenne de tous les scores de toutes les catégories (voir Annexe n°9).

Pour conclure : ce test est bien pour comparer les estimes de soi dans différentes catégories avec d'autres élèves. Il aurait été pertinent de faire ce test pour l'ensemble des élèves de plusieurs classes.

Les sources d'influences sur l'estime de soi

Les sources qui peuvent influencer sur l'estime de soi, elles peuvent venir de plusieurs facteurs :

- Les interactions avec l'environnement (à travers les amis, les connaissances, les relations qui ont pu se détériorer notamment avec la pandémie de la Covid-19).
- L'environnement familial peut jouer sur l'estime des élèves (trop d'attentes des parents, les relations entre les membres).
- La barrière de la langue au niveau de la scolarité.
- Une autre source peut provenir de leur vie personnelle avant la scolarité.

Nous venons de voir dans cette partie, avec les trois tests, que les résultats se concordent entre les deux premiers tests. Pour le test de Coopersmith, nous ne pouvons pas nous prononcer sur la concordance avec les tests de Rosenberg et de Santé Mentale Québec.

Favoriser l'estime de soi : Mise en pratique. (L'estime de soi au cœur de la pédagogie)

Pour essayer de favoriser les estimes de soi de mes élèves, je passe par différentes expérimentations et j'observe les résultats.

La bienveillance

Lors de la pré-rentrée 2020 des enseignants stagiaires, nos deux formateurs de l'INSPé ont insisté sur la bienveillance envers leurs propres élèves.

Le constat dans la classe des 1 CEPC en début d'année est visible : Seules deux personnes levaient la main pour répondre aux questions pendant des activités dans les mois de septembre et d'octobre.

La classe comprenant trois élèves allophones et deux élèves ULIS, le défi était d'installer un climat de confiance, lorsque ces élèves faisaient des erreurs devant toute la classe.

Il faut partir sur un principe où il n'y aurait aucun jugement, aucune remarque désobligeante et rabaissant. Il en était valable aussi pour le reste de la classe.

Ce que j'ai mis en place dès septembre : des encouragements à l'oral, j'interroge tout le monde à chaque séance, que cela soit une personne pour lire une question, une autre les objectifs de l'activité et le titre de l'activité ou encore encourager les élèves à venir au tableau pour noter les résultats.

Lorsqu'un élève commet une faute, j'attends la fin de sa réponse pour reprendre où et quelle est l'erreur commise dans sa réponse. L'élève arrive à rectifier son erreur ou alors il est aidé par ses camarades.

Parfois, j'entends mes élèves dire « Je suis trop bête » lorsqu'ils font une erreur d'inattention. Je les rectifie en disant : « Non, personne n'est bête, c'est juste un manque d'attention, ça arrive à tout le monde. Même aux meilleurs ! ».

Différenciation pédagogique

Le but est d'améliorer leur estime de soi à travers différentes méthodes au cours de l'année et les adapter pour chaque élève.

a) Pour les élèves allophones

Pour remédier aux difficultés que les élèves ont en français : Je vais utiliser ce que j'ai vu et assisté à l'intervention de Madame BAUDET sur une journée de formation sur les élèves en CAP, une idée est venue de donner des exercices dans les langues maternelles aux élèves allophones.

Malgré les différentes ressources proposées par le réseau Canopée, je n'ai pu faire qu'une évaluation diagnostique (Annexe n°10) à une de mes élèves UPEAA dans sa langue. Pour les autres, leurs langues maternelles ne sont pas encore répertoriées sur le site.

J'ai cherché une autre solution, je suis passé à autre chose. A la suite des évaluations diagnostiques faites en début d'année, j'ai établi une aide personnalisée pour mes élèves : J'ai pris une séance entière à refaire la base du vocabulaire en mathématiques afin de revoir les notions du cycle 2 et 3 (Annexe n°11).

b) Tutorat

En prenant compte de l'hétérogénéité des élèves, il faut trouver une méthode à laquelle durant les activités les élèves peuvent être tous acteurs : faire du tutorat.

Faire du tutorat permet de créer des liens entre les élèves. Je les mets par deux voire par trois lorsqu'ils sont en nombre impairs.

Le tutorat existe depuis longtemps « […] chez Coménius, au début du XVIème siècle ». « En France, un certain nombre d'expériences d'entraide pédagogique entre élèves ont lieu à l'école élémentaire ou dans le secondaire ». [20]

Faire du tutorat permet aux élèves de voir les difficultés entre eux que l'enseignant n'a pas pu apercevoir dans son observation. Les élèves peuvent faire de la remédiation à leur manière, ils ont leurs propres langages entre eux.

Cela permet aussi de créer de la cohérence grâce à ce mode d'apprentissage. Les élèves peuvent apprendre de nouvelles méthodes de travail et booster leur estime de soi par la même occasion.

c) Les outils numériques

Pour les outils numériques, j'utilise le site *logicieleducatif.fr* (Annexe n°12) dans les aides personnalisées. C'est un site internet qui permet de jouer à des jeux ludiques en mathématiques ou en français sur les notions du cycle 3 voire des notions du cycle 4 mais il existe aussi des jeux sur la physique-chimie.

J'utilise souvent cette ressource pour les élèves allophones et pour l'élève en situation d'ULIS mais cela n'empêche pas que le reste de la classe puisse y accéder.

Grâce à la formation de l'INSPé sur les outils numériques, j'ai pu faire de la remédiation face au test de positionnement que les élèves ont passé en fin septembre, j'ai utilisé certains outils comme :

- *Studio Code*, un organisme à but non lucratif dont leur objectif est « d'accroître l'accès à l'informatique dans les écoles et augmenter la participation des femmes et des minorités peu représentées ». Le but de ce site est de réconcilier le langage

[20] A.Marchive : « L'interaction de tutelle entre pairs : approche psychologique et usage didactique »

informatique vu au collège du logiciel Scratch© avec l'apprentissage. Tous les élèves passent par ce site en jouant à des jeux tout en apprenant (Annexe n°13a).

- *Kahoot.it*, un site internet où les élèves sont heureux de sortir leur téléphone et être acteur principal durant la séance. L'objectif est de répondre à des questions sous forme de questions à choix multiple. Le principe est le même que le jeu connu « Qui veut gagner des millions » où les élèves doivent choisir parmi quatre réponses possibles. Les élèves peuvent s'affronter les uns contre les autres. (Annexe n°13b).

Observations

a) La bienveillance

Constat au bout de quelques mois (mars/avril) : Une grande majorité des élèves lèvent la main pour lire les questions et y répondre.

- Ils sont plus de la moitié à vouloir lire les consignes à voix haute.
- Ils participent davantage à l'oral (les allophones et les élèves ULIS participent aussi beaucoup plus).
- L'élève ULIS qui avait du mal à travailler veut avoir des exercices en plus et demande à aller venir au tableau pour écrire les réponses.

b) Différenciation pédagogique

- Pour les élèves allophones, elles ont plus de vocabulaires scientifiques en poche qu'au début de l'année, elles comprennent beaucoup mieux les consignes (à l'oral comme à l'écrit) même s'il reste encore des difficultés (faire des phrases complètes en mathématiques comme en physique-chimie). Les notions de base vu en AP sont utiles pour elles.

- Pour ce qui est du tutorat, cela fonctionne assez bien, les élèves qui avaient et qui ont encore des difficultés et qui n'osaient pas solliciter mon aide vont vers leurs camarades. Cela permet à l'enseignant d'aller voir tout le monde durant toute la séance.

- Pour les outils numériques, les élèves apprécient énormément l'utilisation des tablettes, de l'ordinateur et des différents moyens mis en place pour aborder les mathématiques et la physique-chimie, certains se sont réconciliés avec Scratch© grâce aux jeux ludiques proposés.

Vérification d'estime de soi par une dernière évaluation de Rosenberg

La dernière étape est de vérifier l'évolution du niveau d'estime de soi chez les élèves de ma classe (voir s'il y a eu une légère augmentation ou une baisse d'estime entre la première et la deuxième évaluation).

Les résultats sont en annexe n°14a. Les observations que nous pouvons faire ;

- Une élève a une très faible estime de soi
- Deux élèves ont une faible estime de soi
- Trois des onze élèves ont une moyenne estime de soi.
- Deux élèves ont une forte estime de soi.
- Trois élèves ont une très forte estime de soi.

Nous pouvons faire une comparaison avec les résultats du premier test d'estime de soi de Rosenberg afin de voir s'il y a une amélioration ou non (Annexe n°14b).

Nous observons qu'il y a un changement dans les estimes de soi parmi mes élèves et plus surtout dans le positif. Dans cette classe, sept élèves n'ont pas changé de catégories mais leur score d'estime s'est nettement amélioré. Les quatre autres élèves ont changé de catégories (Très faible à faible, faible à moyenne, moyenne à forte et forte à très forte).

En conclusion, la démarche de différenciation pédagogique apporte des résultats. Même si les résultats ne sont pas satisfaisants pour l'ensemble de la classe, nous voyons néanmoins une amélioration.

Ce qui peut expliquer ce résultat est la mise en pratique de cette pédagogie qui n'est pas assez longue (de janvier jusqu'à avril). Si elle se prolonge jusqu'à la fin des deux années du CAP (règle de l'établissement), il se pourrait que les résultats soient positifs au fur et à mesure du temps et que tout le monde arrive à changer de catégorie.

La marge d'erreur

Nous pouvons constater à propos de ces tests : La marge d'erreur se porte sur les résultats :

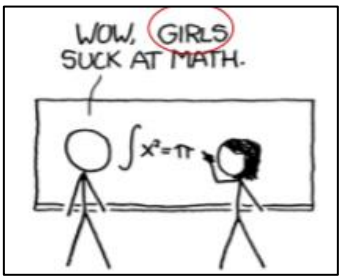
- L'élève qui a l'estime de soi la plus faible (lors du test de Rosenberg) correspond à l'élève qui a la meilleure moyenne dans toutes les matières confondues aux deux derniers trimestres.
- L'élève qui possède la plus forte estime de soi de cette classe arrive en seconde place dans la formation.

Nous pouvons dire dans ce cas : qu'importe l'estime de soi des élèves, elle n'influence pas sur la scolarité ou leurs notes.

En mathématiques, il y a eu la stéréotypisation de genre depuis des années (voir des décennies) entre les filles et les garçons [21]. Dans une classe de collégiens, une expérience a été faite sur des élèves de 14 ans et nous observons :

« Plus les filles adhéraient aux stéréotypes de genre, plus elles sous-estiment leurs performances en mathématiques, en rapportant des notes inférieurs à leurs notes réelles ».

« Plus les garçons adhéraient aux stéréotypes de genre, plus ils surestimaient leurs performances en mathématiques, en rapportant des notes supérieurs à leurs notes réelles. »



Traduction littérale : « Whoa, les filles sont nulles en mathématiques ».

Image tirée et découpé du site : https://xkcd.com/385/

Il se pourrait que ce préjugé soit répandu partout et ternisse les capacités mathématiques des filles dans la scolarité. « Les filles et les femmes sont sous-représentées dans les études et les carrières scientifiques, surtout dans les domaines les plus prestigieux comme les sciences

[21] Publication de Chantard, Guimond & Selimbegovic, 2007
Clémence Perronnet : Les maths : Obstacles ou leviers pour l'égalité des sexes ? mai 2020

fondamentales, les mathématiques, l'informatique ou l'astronomie. »[22] Un rabaissement du côté des hommes envers les femmes peut influencer sur l'estime de soi.

[22] Clémence Perronnet : Les maths : Obstacles ou leviers pour l'égalité des sexes ? mai 2020

Conclusion

Le niveau d'estime de soi de la classe des 1CEPC est très hétérogène aux vues des tests d'estime de soi des différents auteurs. Le niveau d'estime varie entre une très faible estime jusqu'à une très forte estime de soi.

Avec ces différentes évaluations, nous pouvons confirmer qu'à une échelle de onze élèves, la scolarité n'influence pas sur l'estime de soi des élèves mais plutôt sur la confiance en soi.

Les élèves se sous-estiment beaucoup dans leurs capacités dans la résolution des exercices, des activités ou encore sur la prise de parole vu dans les différentes séances.

Malgré la mise en place des différentes solutions pour remonter les estimes de soi de celles et ceux qui ont une faible ou très faible estime de soi, cela apporte une certaine aide (confirmation avec le test vérification n°2 de Rosenberg).

Leurs estimes de soi viennent d'autres facteurs tels que : l'environnement amical et/ou familial, les événements du passé, leurs personnalités.

Mais cette étude n'a pas été faite en vain. Une réelle observation s'est faite entre le début de l'année et la fin. Des élèves qui ne parlaient pas du tout, nous sommes arrivés une classe participante. Cela a pu être possible grâce aux conseils des formateurs, des collègues sur la mise en place de la bienveillance dans l'enceinte de l'établissement.

Ce qui est important à prendre en compte : la scolarité peut influencer de manière positive sur l'estime de soi de chaque élève et ainsi améliorer l'estime de soi dans les autres domaines (générale, vie privée etc…).

Mais il faut faire attention : la scolarité peut aussi influencer dans le mauvais sens. Face aux critiques des élèves, les remarques non constructives ou encore la stéréotypisation des filles en mathématiques entraînent un abaissement dans l'estime de soi.

Pour conclure, il est important de placer un climat de confiance dans une classe où les élèves n'ont pas peur de faire des fautes. Être capable d'écouter des remarques positives et constructives amènent les élèves à travailler dans de bonnes conditions. Le rôle de l'enseignant dans cette situation est important, il peut influencer l'estime de soi de chaque élève grâce a de paroles bienveillantes et des compliments.

Bibliographie

C.André : L'estime de soi. Recherche en soins infirmiers CAIRN.INFO, 2005/3.

R Guilloux : Estime de soi et les troubles des apprentissages, RETZ, 2020.

G Duclos & D Laporte & J Ross : L'estime de soi des adolescents, HOPITAL SAINTE-JUSTINE, 2002

V Jendoubi : Estime de soi et éducation scolaire, SRED, Genève, avril 2002.

M Rosenberg : Society and the Adolescent Self-image, N.J, Priceton 1965

D Schmitt & J Allik : Simultaneous Administration of the Rosenberg Self-Esteem Scale in 53 Nations : Exploring the Universal and Culture-Specific Features of Global Self-Esteem, Journal of Personality and Social Psychology, 2005

Tap P., Esparbès-Pistre S., Vasconcelos M. de L. et Fonseca M. : L'influence des difficultés d'orientation sur l'estime de soi chez les collégiens et les lycéens. Congrès Mondial de l'Association Internationale d'Orientation Scolaire et Professionnelle (AIOSP) Lisbonne, septembre 2005.

A.Marchive : « L'interaction de tutelle entre pairs : approche psychologique et usage didactique », Psychologie & Education n°30,pp29-42,1997

A Fouchet : La réussite des élèves au collège : une stratégie fondée sur la motivation scolaire (1), Académie Nancy-Metz, 2008.

C Perronnet : « Les maths : obstacles ou leviers pour l'égalité des sexes ? », HALSHS, mai 2020.

MEYER R : Image de soi et statut scolaire. Influence de déterminants familiaux et scolaires chez des élèves du cours moyen, Bulletin de Psychologie, Tome XL, no 382.

BARIAUD F., BOURCET C. L'estime de soi à l'adolescence, in BOLOGNINI M., PRETEUR Y. (dir.), Estime de soi, perspectives développementales, Lausanne, Delachaux & Niestlé, 1998.

Sitographie

Définition :

- https://didacticia.fr/cultivez-estime-de-soi/
- https://vivresonadolescence.fr/estime-de-soi-adolescents/
- https://nospensees.fr/lestime-de-soi-chez-adolescents/

Echelle de Rosenberg :

- https://nospensees.fr/lechelle-de-lestime-de-soi-de-rosenberg-outil-tres-utile/
- https://www.irbms.com/download/documents/echelle-estime-de-soi-de-rosenberg.pdf
- https://fr.wikipedia.org/wiki/Estime_de_soi#Auto%C3%A9valuation_de_l'estime_de_soi
- https://nospensees.fr/test-destime-de-soi-quel-est-mon-niveau/
- https://fr.qaz.wiki/wiki/Rosenberg_self-esteem_scale
- http://www.psych.ut.ee/~jyri/en/Schmitt-Allik_JPSP2005.pdf

Echelle de Rosenberg en anglais :

- https://www.emcdda.europa.eu/html.cfm/index3676EN.html

Santé Mental Québec :

- https://santementaleca.com/qui-sommes-nous/mission-vision-valeurs.html

Santé Mental Québec sur l'estime de soi :

- http://santementaleca.com/docs/mieux_vivre/estime_de_soi.pdf

Inventaire d'estime de soi de Coopersmith :

- https://www.pimido.com/sciences-humaines-et-sociales/psychologie/dissertation/psychologie-coopersmith-sei-550438.html
- https://journals.openedition.org/osp/1910?lang=fr

Stéréotypisation de genre en mathématiques :

https://femmes-et-maths.fr/wp-content/uploads/2020/08/AELENEI.pdf

Evaluation diagnostique :

- https://www.reseau-canope.fr/eana-outils-devaluation-en-langue-dorigine/evaluation-en-langue-dorigine.html?tx_cndpelevesallophones_elevesallophones%5Blangue%5D=Arabe&tx_cndpelevesallophones_elevesallophones%5Bcontroller%5D=ElvAllophone&cHash=2c08fa25a7940dead5a135afd4ae69f2

Fiche d'action de l'académie de Nancy-Metz :

- https://www4.ac-nancy-metz.fr/pasi/IMG/pdf/88DompaireCMontaigneEXP2009CN14-3-2009.pdf

Annexes

Annexe 0 : Autorisation parentale de publication des données

Demande d'autorisation de publications de données

Dans le cadre d'un mémoire, des études statistiques seront menées dans la classe des 1CEPC tout au long de l'année 2020/2021.

Ces études seront couvertes sous anonymat dans le respect de la vie privée des élèves. Il n'y aura aucun nom des élèves sur ces études. Le professeur assurera de la protection des données des élèves.

J'autorise mon enfant ..... a participé aux études statistiques de M. JIANG tout au long de l'année scolaire 2020/2021 au lycée Santos Dumont.

Signature du ou des responsables du lycéen.

Annexe 1a Test de Rosenberg (Traduction faite par Nathalie Crépin et Florence Delerue)

Echelle d'Estime de Soi de Rosenberg

Par Nathalie Crépin et Florence Delerue

L'estime de soi est définie comme le jugement ou l'évaluation que l'on fait de soi-même, de sa valeur personnelle. De façon plus simple, l'estime de soi peut-être également assimilée à l'affirmation de soi. L'estime de soi est un facteur essentiel dans la performance sportive. (Voir article : « encore une erreur d'arbitrage ou comment maintenir une estime de soi positive… »
En répondant à ce test, vous pourrez ainsi obtenir une évaluation de votre estime de soi.

Pour chacune des caractéristiques ou descriptions suivantes, indiquez à quel point chacune est vraie pour vous en encerclant le chiffre approprié.

Tout à fait en désaccord	Plutôt en désaccord	Plutôt en accord	Tout à fait en accord
1	2	3	4

1.	Je pense que je suis une personne de valeur, au moins égale à n'importe qui d'autre	1-2-3-4
2.	Je pense que je possède un certain nombre de belles qualités.	1-2-3-4
3.	Tout bien considéré, je suis porté à me considérer comme un raté	1-2-3-4
4.	Je suis capable de faire les choses aussi bien que la majorité des gens	1-2-3-4
5.	Je sens peu de raisons d'être fier de moi.	1-2-3-4
6.	J'ai une attitude positive vis-à-vis moi-même.	1-2-3-4
7.	Dans l'ensemble, je suis satisfait de moi.	1-2-3-4
8.	J'aimerais avoir plus de respect pour moi-même	1-2-3-4
9.	Parfois je me sens vraiment inutile.	1-2-3-4
10.	Il m'arrive de penser que je suis un bon à rien.	1-2-3-4

Annexe 1b Evaluation du test de Rosenberg

Comment évaluer votre estime de soi ?

Pour ce faire, il vous suffit d'additionner vos scores aux questions **1, 2, 4, 6 et 7.**

Pour les questions **3 ,5 ,8 ,9 et 10,** la cotation est inversée, c'est-à-dire qu'il faut compter 4 si vous entourez le chiffre 1, 3 si vous entourez le 2, 2 si vous entourez le 3 et 1 si vous entourez le 4.

Faites le total de vos points. Vous obtenez alors un score entre 10 et 40.

L'interprétation des résultats est identique pour un homme ou une femme.

Si vous obtenez un **score inférieur à 25**, votre estime de soi est très faible. Un travail dans ce domaine semble souhaitable.

Si vous obtenez un **score entre 25 et 31**, votre estime de soi est faible. Un travail dans ce domaine serait bénéfique.

Si vous obtenez un **score entre 31 et 34**, votre estime de soi est dans la moyenne.

Si vous obtenez un **score compris entre 34 et 39**, votre estime de soi est forte.

Si vous obtenez un **score supérieur à 39**, votre estime de soi est très forte et vous avez tendance à être fortement affirmé.

Annexe 1c Réalisation d'une évaluation du test de Rosenberg

IRBMS

Institut Régional du Bien-être,
de la Médecine et du Sport Santé
WWW.PSYCHOLOGIEDUSPORTIF.FR
WWW.IRBMS.COM - NORD-PAS-DE-CALAIS

Rubrique : Echelle d'Evaluation

Echelle d'Estime de Soi de Rosenberg

Par Nathalie Crépin et Florence Delerue

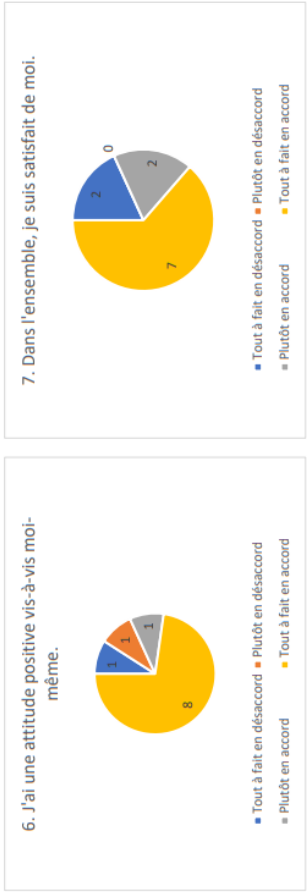
L'estime de soi est définie comme le jugement ou l'évaluation que l'on fait de soi-même, de sa valeur personnelle. De façon plus simple, l'estime de soi peut-être également assimilée à l'affirmation de soi. L'estime de soi est un facteur essentiel dans la performance sportive. (Voir article : « encore une erreur d'arbitrage ou comment maintenir une estime de soi positive… »
En répondant à ce test, vous pourrez ainsi obtenir une évaluation de votre estime de soi.

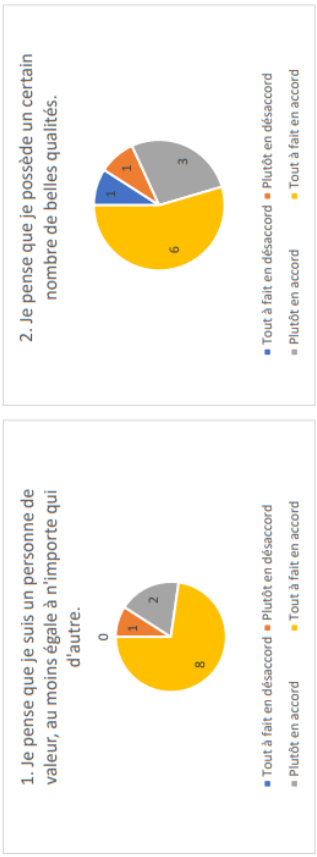
Pour chacune des caractéristiques ou descriptions suivantes, indiquez à quel point chacune est vraie pour vous en encerclant le chiffre approprié.

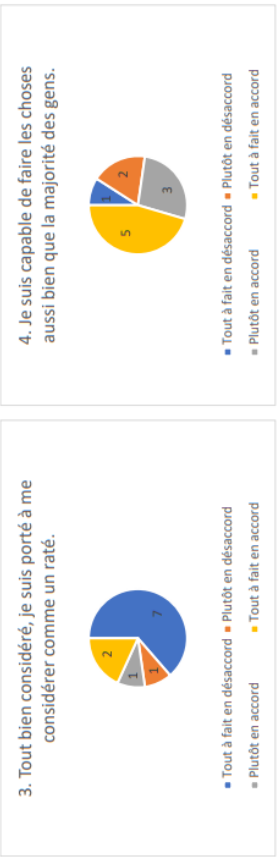
Tout à fait en désaccord	Plutôt en désaccord	Plutôt en accord	Tout à fait en accord
1	2	3	4

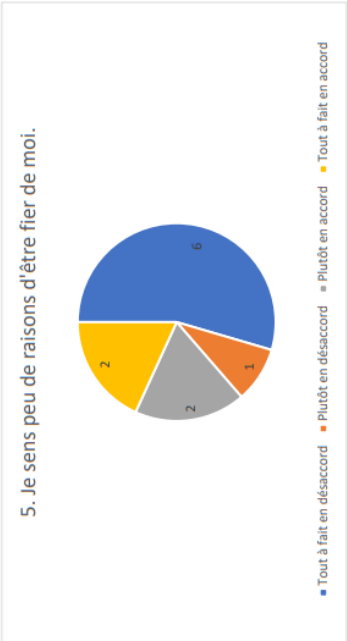
1. Je pense que je suis une personne de valeur, au moins égale à n'importe qui d'autre 1-2-3-4
2. Je pense que je possède un certain nombre de belles qualités. 1-2-3-4
3. Tout bien considéré, je suis porté à me considérer comme un raté 1-2-3-4
4. Je suis capable de faire les choses aussi bien que la majorité des gens 1-2-3-4
5. Je sens peu de raisons d'être fier de moi. 1-2-3-4
6. J'ai une attitude positive vis-à-vis moi-même. 1-2-3-4
7. Dans l'ensemble, je suis satisfait de moi. 1-2-3-4
8. J'aimerais avoir plus de respect pour moi-même 1-2-3-4
9. Parfois je me sens vraiment inutile. 1-2-3-4
10. Il m'arrive de penser que je suis un bon à rien. 1-2-3-4

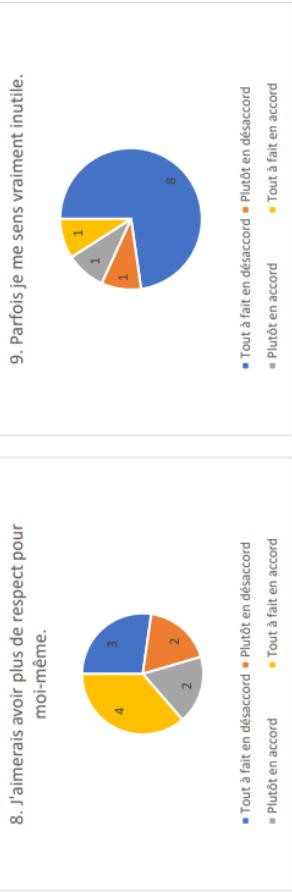
Annexe 2a Résultat brut des tests d'estime de Soi de Rosenberg

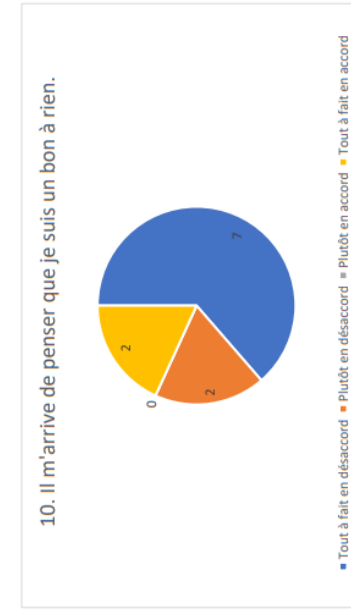




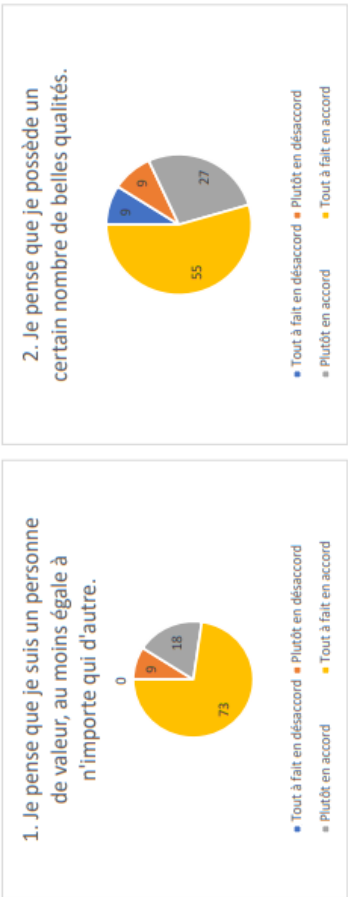


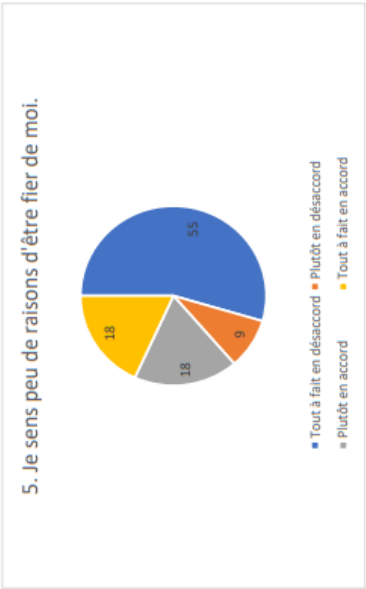


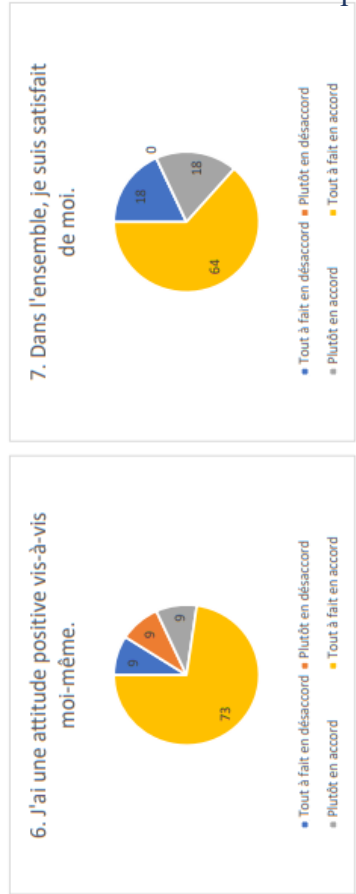


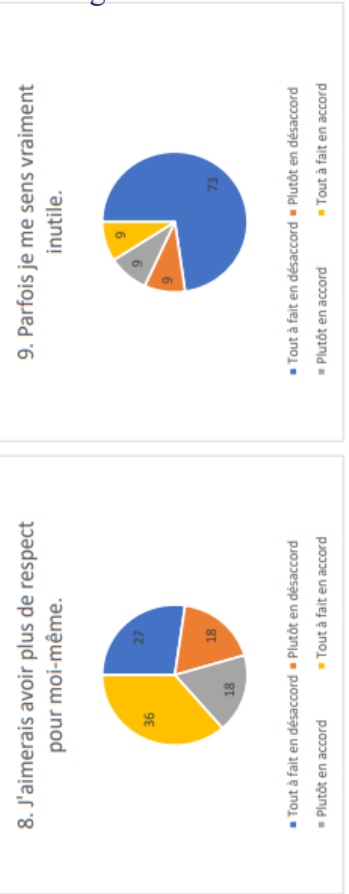


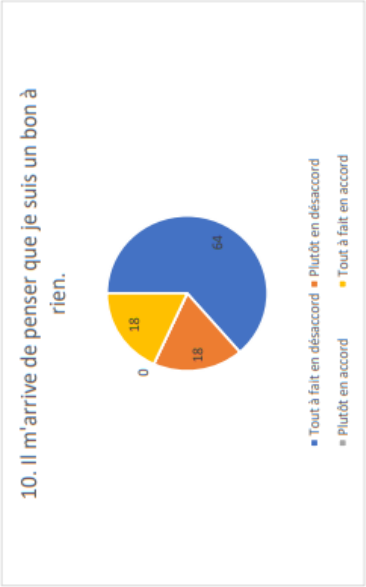
Annexe 2b Résultat en pourcentage des tests d'estime de Soi de Rosenberg











Annexe 3 Résultat net du test de Rosenberg

	1,2,4,6,7	3,5,8,9,10	Total		
1	19	14	33	Moyenne	
2	15	12	27	Faible	
3	20	20	40	Très forte	
4	17	13	30	Faible	
5	18	14	32	Moyenne	
6	17	17	34	Moyenne	
7	6	16	22	Très faible	
8	20	20	40	Très forte	
9	12	5	17	Très faible	
10	18	19	37	Forte	
11	20	17	37	Forte	

Légende				
Très faible	Faible	Moyenne	Forte	Très forte
<25	[25 ;31]	[32 ;34]	[35 ;39]	>40

Annexe 4a Deuxième évaluation d'estime de soi

Évaluation de l'estime de soi

Pour bénéficier de la fonction de calcul automatique, ouvrir avec Adobe Acrobat

Ce questionnaire a pour but de mesurer votre perception de vous-même. Il ne s'agit pas d'un test; il n'y a pas de bonnes ou mauvaises réponses. Répondez à chaque item avec le plus d'attention et de précision possible, en plaçant après chacun d'eux l'un des nombres suivants:

1 Rarement ou jamais
2 Peu souvent
3 Quelquefois
4 Assez souvent
5 La plupart du temps ou toujours

1. J'ai l'impression que les gens ne m'aimeraient pas s'ils me connaissaient vraiment bien.	
2. J'ai l'impression que les autres s'organisent beaucoup mieux que moi.	
3. J'ai l'impression d'avoir une belle personnalité.	
4. Quand je suis avec d'autres gens, je sens qu'ils sont heureux d'être avec moi.	
5. J'ai l'impression que les gens aiment vraiment parler avec moi.	
6. J'ai l'impression d'être une personne très compétente.	
7. Je pense faire une bonne impression sur les autres.	
8. Je sens que j'ai besoin d'une plus grande confiance en moi.	
9. Je suis très nerveux(se) quand je suis avec des étrangers.	
10. Je pense être une personne ennuyante.	
11. Je me trouve laid(e).	
12. J'ai l'impression que les autres ont plus de plaisir que moi.	
13. J'ai l'impression d'ennuyer les gens.	
14. Je pense que mes ami(e)s me trouvent intéressant(e).	
15. Je pense avoir un bon sens de l'humour.	
16. Je me sens très gêné(e) quand je suis avec des étrangers.	
17. J'ai l'impression que si je ressemblais plus aux autres, je réussirais mieux.	
18. J'ai l'impression que les gens ont du plaisir lorsqu'ils sont avec moi.	
19. Je me sens à part lorsque je sors.	
20. J'ai l'impression de me faire marcher sur les pieds plus souvent que les autres.	
21. Je pense être une personne plutôt sympathique. Je sens que les gens m'aiment vraiment beaucoup.	
22. Je sens que les gens m'aiment vraiment beaucoup	
23. J'ai l'impression d'être une personne agréable.	
24. J'ai peur d'avoir l'air ridicule aux yeux des autres.	
25. Mes amis ont une très haute opinion de moi.	
TOTAL :	0

Réinitialiser

RÉSULTATS :

Additionnez vos pointages pour les questions 3, 4, 5, 6, 7, 14, 15, 18, 21, 22, 23 et 25.

Plus le résultat est près de 48, meilleure est votre estime de vous-même.

Plus le résultat est loin de 48, plus votre estime de vous-même est à améliorer.

Source : ACSM-Chaudière-Appalaches, 1997

www.santementaleca.com

Annexe 4b Réalisation du deuxième évaluation d'estime de soi

Évaluation de l'estime de soi

Pour bénéficier de la fonction de calcul automatique, ouvrir avec Adobe Acrobe

Ce questionnaire a pour but de mesurer votre perception de vous-même. Il ne s'agit pas d'un test; il n'y a pas de bonnes ou mauvaises réponses. Répondez à chaque item avec le plus d'attention et de précision possible, en plaçant après chacun d'eux l'un des nombres suivants:

1 Rarement ou jamais
2 Peu souvent
3 Quelquefois
4 Assez souvent
5 La plupart du temps ou toujours

1. J'ai l'impression que les gens ne m'aimeraient pas s'ils me connaissaient vraiment bien.	3
2. J'ai l'impression que les autres s'organisent beaucoup mieux que moi.	5
3. J'ai l'impression d'avoir une belle personnalité.	2
4. Quand je suis avec d'autres gens, je sens qu'ils sont heureux d'être avec moi.	3
5. J'ai l'impression que les gens aiment vraiment parler avec moi.	1
6. J'ai l'impression d'être une personne très compétente.	1
7. Je pense faire une bonne impression sur les autres.	2
8. Je sens que j'ai besoin d'une plus grande confiance en moi.	5
9. Je suis très nerveux(se) quand je suis avec des étrangers.	2
10. Je pense être une personne ennuyante.	4
11. Je me trouve laid(e).	4
12. J'ai l'impression que les autres ont plus de plaisir que moi.	1
13. J'ai l'impression d'ennuyer les gens.	5
14. Je pense que mes ami(e)s me trouvent intéressant(e).	3
15. Je pense avoir un bon sens de l'humour.	1
16. Je me sens très gêné(e) quand je suis avec des étrangers.	4
17. J'ai l'impression que si je ressemblais plus aux autres, je réussirais mieux.	2
18. J'ai l'impression que les gens ont du plaisir lorsqu'ils sont avec moi.	1
19. Je me sens à part lorsque je sors.	3
20. J'ai l'impression de me faire marcher sur les pieds plus souvent que les autres.	2
21. Je pense être une personne plutôt sympathique. Je sens que les gens m'aiment vraiment beaucoup.	3
22. Je sens que les gens m'aiment vraiment beaucoup	3
23. J'ai l'impression d'être une personne agréable.	2
24. J'ai peur d'avoir l'air ridicule aux yeux des autres.	2
25. Mes amis ont une très haute opinion de moi.	1
TOTAL :	0

Réinitialiser

RÉSULTATS :

Annexe 5 : Résultats de la deuxième évaluation d'estime de soi

« Pour obtenir le résultat sous forme chiffré, il faut additionner tous les scores des questions 3,4,5,6,7,14,15,18,21,22,23 et 25. »		
« Plus le résultat est près de 48, meilleure est l'estime de soi. »		
« Plus le résultat est loin de 48, plus l'estime de soi est à améliorer. »		
Elève	Score	Résultats
1	40	Estime à améliorer
2	37	Estime à améliorer
3	54	Bonne estime
4	34	Estime à améliorer
5	41	Estime à améliorer
6	40	Estime à améliorer
7	22	Estime à améliorer
8	51	Bonne estime
9	25	Estime à améliorer
10	49	Bonne estime
11	48	Bonne estime

Annexe 6a : Evaluation d'estime de soi de Coopersmith

Inventaire d'estime de soi de Coopersmith (version anglaise : self-esteem inventory [SEI])

	Me ressemble	Me ressemble pas
1. En général, Je ne me fais pas de soucis	☐	☐
2. JE trouve très pénible d'avoir à prendre la parole dans un groupe.	☐	☐
3. Il y a, en moi, des tas de choses que Je changerais, si Je le pouvais…	☐	☐
4. J'arrive à prendre des décisions sans trop de difficulté.	☐	☐
5. On s'amuse bien en ma compagnie.	☐	☐
6. JE suis souvent contrarié par ma famille.	☐	☐
7. Je mets longtemps à m'habituer à quelque chose de nouveau.	☐	☐
8. Je suis très apprécié par les personnes de mon âge.	☐	☐
9. Ma famille prête généralement attention à ce que Je ressens.	☐	☐
10. Je cède très facilement aux autres.	☐	☐
11. Ma famille attend trop de moi.	☐	☐
12. C'est très dur d'être moi.	☐	☐
13. Tout est confus et embrouillé dans ma vie.	☐	☐
14. J'ai généralement de l'influence sur les autres.	☐	☐
15. J'ai un mauvaise opinion de moi-même.	☐	☐
16. J'ai souvent envie de changer de vie.	☐	☐
17. Je me sens souvent mal à l'aise dans mon travail.	☐	☐
18. JE trouve que j'ai un physique moins agréable que la plupart des gens.	☐	☐
19. Quand j'ai quelque chose à dire, en général, Je le dis.	☐	☐
20. Ma famille me comprend bien.	☐	☐
21. La plupart des gens sont mieux aimés que moi.	☐	☐
22. J'ai généralement l'impression d'être harcelé par ma famille.	☐	☐
23. Je me décourage souvent quand je suis en train de faire quelque chose.	☐	☐
24. Je pense souvent que j'aimerai être quelqu'un d'autre.	☐	☐
25. Les autres ne me font pas souvent confiance.	☐	☐
26. Je ne suis jamais inquiet.	☐	☐
27. Je suis assez sûr de moi.	☐	☐
28. Je plais facilement.	☐	☐
29. Je passe souvent de bons moments en famille.	☐	☐
30. Je passe beaucoup de temps à rêvasser.	☐	☐
31. J'aimerais être plus Jeune.	☐	☐
32. Je fais toujours ce qu'il faut faire.	☐	☐
33. Je suis fier de mon activité professionnelle.	☐	☐
34. J'attends toujours que quelqu'un me dise ce que Je dois faire.	☐	☐
35. Je regrette souvent ce que j'ai fait.	☐	☐
36. Je ne suis jamais heureux.	☐	☐
37. Je fais toujours mon travail du mieux que Je peux.	☐	☐
38. En général, Je suis capable de me débrouiller tout seul.	☐	☐
39. Je suis assez content de ma vie.	☐	☐
40. Je préfère avoir des amis plus Jeunes que moi.	☐	☐
41. J'aime tous les gens que Je connais.	☐	☐
42. Au travail, j'aime quand on vient me trouver pour me demander quelque chose.	☐	☐
43. Je me comprends bien moi-même.	☐	☐
44. Personne ne s'intéresse beaucoup à moi.	☐	☐
45. On ne me fait jamais de reproches.	☐	☐
46. Dans mon travail, Je ne réussis pas aussi bien que Je le voudrais.	☐	☐
47. Je suis capable de prendre une décision et de m'y tenir.	☐	☐
48. Cela ne me plaît vraiment pas d'être (un homme/ une femme).	☐	☐
49. Je suis mal à l'aise dans mes relations avec les autres personnes.	☐	☐
50. Je ne suis jamais intimidé.	☐	☐
51. J'ai souvent honte de moi.	☐	☐
52. Les autres me cherchent souvent querelle.	☐	☐
53. Je dis toujours la vérité.	☐	☐
54. Au travail, mes responsables me font sentir que mes résultats sont insuffisants.	☐	☐
55. Je me moque de ce qui peut m'arriver.	☐	☐
56. J'ai le sentiment d'avoir raté ma vie.	☐	☐
57. Je perds facilement mes moyens quand on me fait des critiques.	☐	☐
58. Je sais toujours ce qu'il faut dire aux gens.	☐	☐

Annexe 6b : Réalisation d'une évaluation d'estime de soi de Coopersmith

Inventaire d'estime de soi de Coopersmith (version anglaise : self-esteem inventory [SEI])

	Me ressemble	Me ressemble pas
1. En général, Je ne me fais pas de soucis		X
2. JE trouve très pénible d'avoir à prendre la parole dans un groupe.	X	
3. Il y a, en moi, des tas de choses que Je changerais, si Je le pouvais...	X	
4. J'arrive à prendre des décisions sans trop de difficulté.	X	
5. On s'amuse bien en ma compagnie.	X	
6. JE suis souvent contrarié par ma famille.	X	
7. Je mets longtemps à m'habituer à quelque chose de nouveau.	X	
8. Je suis très apprécié par les personnes de mon âge.	X	
9. Ma famille prête généralement attention à ce que Je ressens.	X	
10. Je cède très facilement aux autres.		X
11. Ma famille attend trop de moi.	X	
12. C'est très dur d'être moi.	X	
13. Tout est confus et embrouillé dans ma vie.	X	
14. J'ai généralement de l'influence sur les autres.	X	
15. J'ai un mauvaise opinion de moi-même.		X
16. J'ai souvent envie de changer de vie.		X
17. Je me sens souvent mal à l'aise dans mon travail.		X
18. JE trouve que j'ai un physique moins agréable que la plupart des gens.		X
19. Quand j'ai quelque chose à dire, en général, Je le dis.	X	
20. Ma famille me comprend bien.	X	
21. La plupart des gens sont mieux aimés que moi.		X
22. J'ai généralement l'impression d'être harcelé par ma famille.	X	
23. Je me décourage souvent quand je suis en train de faire quelque chose.		X
24. Je pense souvent que j'aimerai être quelqu'un d'autre.		X
25. Les autres ne me font pas souvent confiance.		X
26. Je ne suis jamais inquiet.		X
27. Je suis assez sûr de moi.	X	
28. Je plais facilement.	X	
29. Je passe souvent de bons moments en famille.	X	
30. Je passe beaucoup de temps à rêvasser.		X
31. J'aimerais être plus Jeune.	X	
32. Je fais toujours ce qu'il faut faire.	X	
33. Je suis fier de mon activité professionnelle.	X	
34. J'attends toujours que quelqu'un me dise ce que Je dois faire.	X	
35. Je regrette souvent ce que j'ai fait.	X	
36. Je ne suis jamais heureux.	X	
37. Je fais toujours mon travail du mieux que Je peux.	X	
38. En général, Je suis capable de me débrouiller tout seul.	X	
39. Je suis assez content de ma vie.		X
40. Je préfère avoir des amis plus Jeunes que moi.	X	
41. J'aime tous les gens que Je connais.	X	
42. Au travail, j'aime quand on vient me trouver pour me demander quelque chose.	X	
43. Je me comprends bien moi-même.	X	
44. Personne ne s'intéresse beaucoup à moi.		X
45. On ne me fait jamais de reproches.		X
46. Dans mon travail, Je ne réussis pas aussi bien que Je le voudrais.		X
47. Je suis capable de prendre une décision et de m'y tenir.	X	
48. Cela ne me plaît vraiment pas d'être (un homme/ une femme).		X
49. Je suis mal à l'aise dans mes relations avec les autres personnes.	X	
50. Je ne suis jamais intimidé.		X
51. J'ai souvent honte de moi.	X	
52. Les autres me cherchent souvent querelle.		X
53. Je dis toujours la vérité.	X	
54. Au travail, mes responsables me font sentir que mes résultats sont insuffisants.		X
55. Je me moque de ce qui peut m'arriver.		X
56. J'ai le sentiment d'avoir raté ma vie.		X
57. Je perds facilement mes moyens quand on me fait des critiques.		X
58. Je sais toujours ce qu'il faut dire aux gens.	X	

Annexe 7a : Exemple de résultats du test de Coopersmith d'une élève

Questions	Catégories	Score
1	G	0
2	Sc	1
3	G	1
4	G	1
5	So	1
6	F	1
7	G	1
8	So	1
9	F	1
10	G	0
11	F	1
12	G	1
13	G	1
14	So	1
15	G	0
16	F	0
17	Sc	0
18	G	0
19	G	1
20	F	1
21	So	0
22	F	0
23	Sc	0
24	G	0
25	G	1
26	M	0
27	G	1
28	So	1
29	F	1

Questions	Catégories	Score
30	G	1
31	G	1
32	M	1
33	Sc	1
34	G	0
35	G	1
36	M	0
37	Sc	1
38	G	1
39	G	1
40	So	0
41	M	1
42	Sc	1
43	G	1
44	F	0
45	M	0
46	Sc	0
47	G	1
48	G	0
49	So	0
50	M	1
51	G	0
52	So	0
53	M	1
54	Sc	0
55	G	0
56	G	0
57	G	0
58	M	1

Annexe 7b : Résultats du test de Coopersmith simplifiés

Général	Familial	Social	Scolaire	Total	Mensonge
G	F	So	Sc	T	M
15	5	4	3	27	5

Annexe 8 : Conversion des résultats de l'annexe 7b en chiffres romains

SEI Etalonnage en 5 catégories

Etalonnage	V	IV	III	II	I
Général	**0 à 11**	**12 à 16**	**17 à 21**	**22 à 25**	**26 et +**

Etalonnage	V	IV	III	II	I
Social	**0 à 2**	**4**	**5 à 6**	**7 à 8**	**9 et +**

Etalonnage	V	IV	III	II	I
Familial	**0**	**1 à 3**	**4 à 6**	**7 à 8**	**9 et +**

Etalonnage	V	IV	III	II	I
Scolaire	**0 à 1**	**2 à 3**	**4 à 5**	**6 à 7**	**8 et +**

Etalonnage	V	IV	III	II	I
Total	**0 à 19**	**20 à 28**	**29 à 37**	**38 à 46**	**47 et +**

Etalonnage	V	IV	III	II	I
Mensonge	**0**	**1**	**2 à 3**	**4**	**5 à 6**

Général	Familial	Social	Scolaire	Total	Mensonge
G	F	So	Sc	T	M
15	5	4	3	27	5

<u>Résultats</u> :

Général	IV
Social	IV
Familial	III
Scolaire	IV
Total	IV
Mensonge	I

Annexe 9 : Résultat de la classe

Elève 1

Général	IV
Social	IV
Familial	III
Scolaire	IV
Total	IV
Mensonge	I
Moyenne	IV

Elève 2

Général	V
Social	IV
Familial	III
Scolaire	IV
Total	IV
Mensonge	II
Moyenne	IV

Elève 3

Général	IV
Social	IV
Familial	III
Scolaire	IV
Total	IV
Mensonge	II
Moyenne	IV

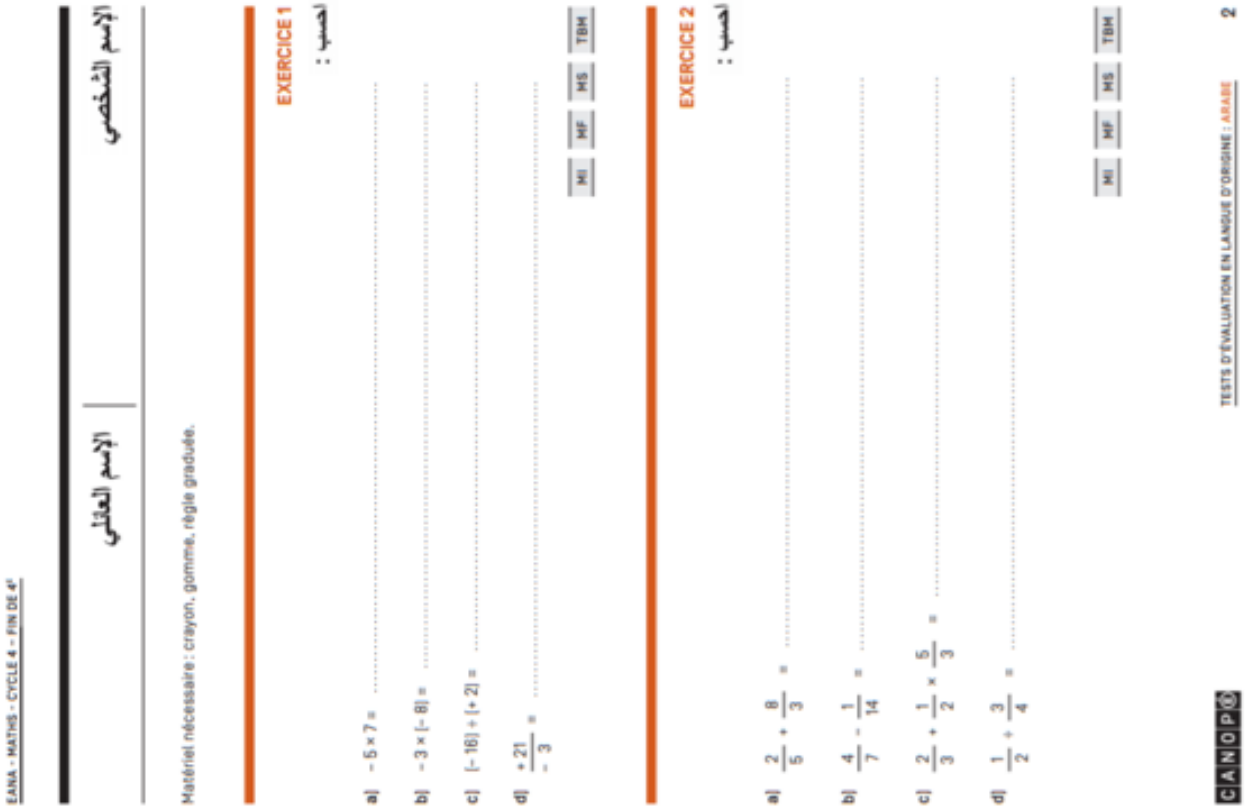
Elève 4

Général	IV
Social	III
Familial	IV
Scolaire	IV
Total	IV
Mensonge	I
Moyenne	IV

Elève 5

Général	IV
Social	IV
Familial	III
Scolaire	III
Total	III
Mensonge	III
Moyenne	III

Annexe 10 : Exercices de mathématiques en arabe.



EVALUATION DIAGNOSTIQUE DES ELEVES ALLOPHONES

Mathématiques

CYCLE 4 - FIN DE 4e

Langue d'origine : arabe

EANA - MATHS - CYCLE 4 - FIN DE 4e

الإسم العائلي | الإسم الشخصي

Matériel nécessaire : crayon, gomme, règle graduée.

EXERCICE 1

احسب :

a) $-5 \times 7 =$ .....

b) $-3 \times [-8] =$ .....

c) $[-16] \div [+2] =$ .....

d) $\frac{+21}{-3} =$ .....

MI | MF | MS | TBM

EXERCICE 2

احسب :

a) $\frac{2}{5} + \frac{8}{3} =$ .....

b) $\frac{4}{7} - \frac{1}{14} =$ .....

c) $\frac{2}{3} + \frac{1}{2} \times \frac{5}{3} =$ .....

d) $\frac{1}{2} \div \frac{3}{4} =$ .....

MI | MF | MS | TBM

CANOPÉ

TESTS D'ÉVALUATION EN LANGUE D'ORIGINE : ARABE 2

Annexe 11 : Aide personnalisée pour les élèves (plus particulièrement les élèves allophones)

AP (Aide Personnalisée) 1CEPC

Vocabulaire en mathématiques :

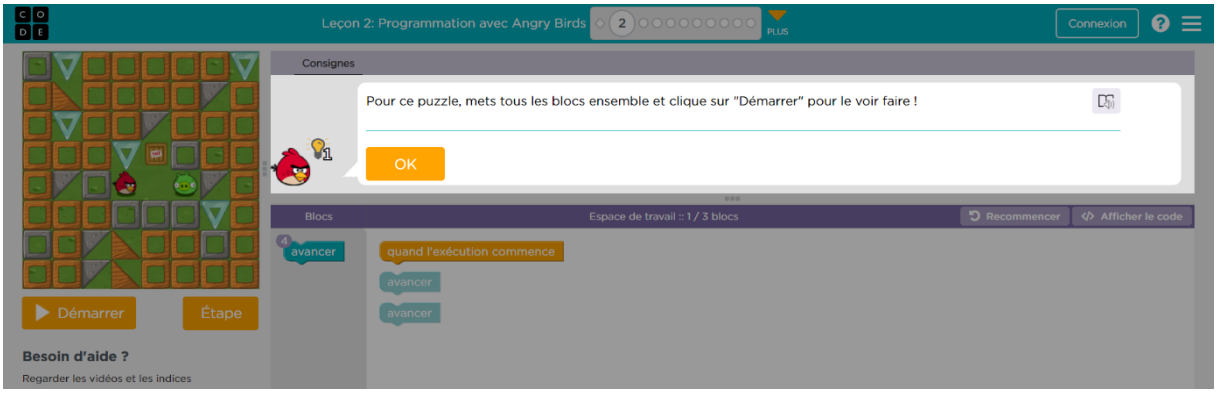
- 5 + 5 = 10 — Somme — En français, on dit : « 5 plus 5 est égale à 10 ».
  - Addition
- 6 – 2 = 4 — Différence — En français, on dit : « 6 moins 2 est égale à 4 ».
  - Soustraction
- 5 x 6 = 30 — Produit — En français, on dit : « 5 fois 6 est égale à 30 ».
  - Multiplication
- 10 / 2 = 5 — Quotient — En français, on dit : « 10 divisé par 2 est égale à 5 ».
  - Division

Regarde les opérations qui sont données et trouve les bons nombres.

3	+	7	=	10	La différence	=	
9	-	2	=	7	Le produit	=	
4	x	6	=	24	La somme	=	
54	÷	9	=	6	Le quotient	=	

Annexe 12 : Logicieleducatif.fr

Annexe 13a : Studio Code



Annexe 13b : Kahoot.it

Annexe 14 a : Réévaluation d'estime de soi avec le test de Rosenberg

Elève	1,2,4,6,7	3,5,8,9,10	Total		
1	19	14	35	Forte	
2	15	12	31	Faible	
3	20	20	40	Très forte	
4	17	13	33	Moyenne	
5	18	14	34	Moyenne	
6	17	17	34	Moyenne	
7	6	16	25	Faible	
8	20	20	40	Très forte	
9	12	5	24	Très faible	
10	18	19	39	Forte	
11	20	17	40	Très forte	

Légende				
Très faible	Faible	Moyenne	Forte	Très forte
<25	[25;31]	[32;34]	[35;39]	>40

Annexe 14 b : Comparaison des 2 tests de Rosenberg

2ème test de Rosenberg (Réalisé fin avril)

Elève	1,2,4,6,7	3,5,8,9,10	Total	
1	19	14	35	Forte
2	15	12	31	Faible
3	20	20	40	Très forte
4	17	13	33	Moyenne
5	18	14	34	Moyenne
6	17	17	34	Moyenne
7	6	16	25	Faible
8	20	20	40	Très forte
9	12	5	24	Très faible
10	18	19	39	Forte
11	20	17	40	Très forte

Légende

Très faible	Faible	Moyenne	Forte	Très forte
<25	[25;31]	[32;34]	[35;39]	>40

1er Test de Rosenberg (Réalisé fin janvier)

	1,2,4,6,7	3,5,8,9,10	Total	
1	19	14	33	Moyenne
2	15	12	27	Faible
3	20	20	40	Très forte
4	17	13	30	Faible
5	18	14	32	Moyenne
6	17	17	34	Moyenne
7	6	16	22	Très faible
8	20	20	40	Très forte
9	12	5	17	Très faible
10	18	19	37	Forte
11	20	17	37	Forte

Légende

Très faible	Faible	Moyenne	Forte	Très forte
<25	[25 ;31]	[32 ;34]	[35 ;39]	>40