



L'ESTIME DE SOI EN QUESTIONS

L'estime de soi est une qualité de base pour tout individu. Elle correspond à la valeur que chacun s'accorde, à partir de la conscience de ses ressources et de ses manques, de sa capacité à surmonter les obstacles, à rectifier ses erreurs et à trouver des solutions pour agir. C'est un sentiment personnel qui se construit et évolue tout au long de sa vie, à partir de ses expériences propres à travers le regard de l'autre.

■ POURQUOI LA QUESTION DE L'ESTIME DE SOI SE POSE À L'ÉCOLE ?

L'estime de soi est fondamentale :

- parce qu'elle est nécessaire à la **réussite scolaire** ;
- parce qu'elle permet une **autonomie de pensée, une prise de risque** pour se lancer et progresser dans tout apprentissage.

Nouveauté, surprise, difficulté, tâtonnement, échec, déstabilisation et restructuration sont partie intégrante de tout apprentissage. L'apprenant doit posséder une sorte de « capital confiance », des repères et l'assurance qu'il ne sera pas anéanti par l'épreuve.

L'estime de soi se construit selon des modalités aujourd'hui bien repérées, à savoir :

- que le sujet soit acteur de ses expérimentations et auteur de ses stratégies ;
- que les expériences soient suffisamment variées, vécues dans différents domaines et en interactions.

L'acquisition de l'estime de soi met en jeu des dimensions affectives, sociales et cognitives. L'enfant prend ainsi progressivement conscience de sa capacité à se mobiliser et à supporter de s'engager dans ce risque d'apprentissage pour devenir un élève capable d'apprendre parmi les autres.

L'enfant doit pouvoir entreprendre, construire ce qu'il n'est pas sûr de réussir immédiatement.

De ce fait, l'école joue un rôle important car elle institue la reconnaissance du droit à la non-réussite, à l'erreur et aux réajustements... il faut du temps pour apprendre.

Le regard que portent les adultes et les élèves de l'école peut être destructeur ou constructeur de l'estime de soi. Lorsque l'école pointe les écarts à la norme, elle isole l'enfant dans la difficulté. Par contre, si elle reconnaît à chaque élève une place et un cheminement pour apprendre à son rythme, elle contribue à restaurer une confiance et une bonne estime de soi.

■ QU'EST-CE QUI FAVORISE UNE BONNE ESTIME DE SOI ?

Un sentiment de sécurité, grâce à des repères stables dans le temps et dans l'espace, avec l'accompagnement de personnes sécurisantes, dignes de confiance, qui posent des règles claires, concrètes et constantes. Ce que J. Lévine a nommé un espace « hors menace ».

Un sentiment d'appartenance par la qualité de la place et de l'accueil réservés à chaque individu. L'appartenance facilite l'acceptation de l'autre, l'intégration de tous et les apports de chacune des personnes au groupe. Ce qui nécessite d'instituer des espaces d'échange, de partage d'idées, où l'individu puisse s'exprimer, car il est avant tout un être social.

La connaissance de soi et des autres par une approche et des exigences éducatives valorisant de multiples formes d'intelligence (H. Gardner) qui doivent être renforcées, encouragées.

Les émotions, les ressentis que l'enfant explore et exprime lorsqu'il est en découverte de lui-même au travers d'activités libres ou de toute activité d'expression créative.... L'apprentissage de savoir-être(s), de la gestion personnelle des conflits permet aussi l'affirmation de soi, tout en développant les relations aux pairs et en favorisant un meilleur climat scolaire.

Un sentiment de compétences car pour chacun, la réussite, besoin fondamental, met à distance la construction d'une identité négative. Pour oser s'engager, mettre en place les stratégies qui lui permettront de surmonter les difficultés qu'il rencontre et atteindre l'objectif qu'il poursuit, l'enfant, le jeune doit pouvoir s'appuyer sur ses ressources.

■ COMMENT LES EXIGENCES DE L'ÉCOLE PEUVENT-ELLES INFLUER SUR L'ESTIME DE SOI ?

L'exigence scolaire, qui amène de passer du statut d'enfant à celui d'élève, peut influencer sur l'estime de soi, parce qu'elle induit une autonomie, un développement autre : un changement de repères, une adaptation à de nouveaux codes, de nouvelles personnes, de nouvelles relations, parfois très différents de ceux qui ont été construits dans la famille. La première exigence de séparation de l'enfant avec sa famille demande parfois du temps, pour se rencontrer, se comprendre, (s')apprendre. En milieu scolaire, la mise en place et le renforcement du sentiment d'appartenance passe par une co-réflexion constructive et non conflictuelle entre la famille et l'école.

L'école se doit d'être sécurisante et protectrice, d'instituer des règles et des pratiques éducatives communes au service d'objectifs favorisant l'estime de soi. Au quotidien, la cohérence ne va pas de soi, il peut être nécessaire de prendre le temps de la « co-construction » d'un cadre bienveillant où chacun a une place.

L'espace et le temps pensés à l'école : des repères spatio-temporels stables sont nécessaires pour construire un sentiment de sécurité, pour les enfants, mais aussi pour leurs parents et les équipes enseignantes.

L'aménagement de l'espace scolaire : l'espace que constitue l'école doit être aménagé de façon à offrir un cadre sécurisant, apaisant, contenant (la classe, la cour, le dortoir... les limites, les espaces d'activités et les déplacements).

L'aménagement du temps scolaire : l'emploi du temps doit être organisé de façon à respecter le rythme et le bien-être de l'enfant. Il lui permet de construire ses repères, de pouvoir anticiper, d'avoir un projet.

La construction de situations de réussite, ou le principe d'éducabilité en actes : il s'agit de chercher à mettre en place des situations où l'élève peut réussir et en être valorisé. Elles doivent lui permettre de prendre conscience qu'il peut et sait faire, de développer le sentiment de compétence et d'évolution.

L'attitude et le regard positifs de l'enseignant et de l'équipe pédagogique vont permettre à l'enfant, au jeune, de dépasser, de surmonter ses difficultés, d'oser prendre des risques et ainsi de développer et renforcer son estime de soi.

Le statut de l'erreur : les erreurs ne doivent pas être synonymes d'échecs, mais « curseurs de réussite ». L'erreur reste encore trop souvent une faute sanctionnée par une mauvaise note (toujours réductrice en soi et parfois décourageante, voire démobilisante), au lieu de servir de base pour permettre à chaque élève de mesurer le chemin parcouru, pour qu'il ait conscience de ce qu'il apprend et entre dans une dynamique de progrès.

Le statut de l'évaluation : les adultes qui accompagnent l'élève doivent être vigilants quant aux finalités, moyens et temps de l'évaluation car elle est le principal ressort du processus d'acquisition du sentiment de compétence. L'évaluation doit aider l'élève à prendre conscience de la valeur de ses compétences (être, faire, connaître), à réfléchir à la façon dont il les développe, à identifier la prochaine étape d'acquisition et à comprendre comment il peut utiliser ses ressources et compétences pour apprendre les « savoirs » inconnus, à l'école comme à l'extérieur de l'école.

■ COMMENT LE TRAVAIL DU RÉÉDUCATEUR ACCOMPAGNE LA CONSTRUCTION ET/OU LA RESTAURATION DE L'ESTIME DE SOI DE L'ENFANT À L'ÉCOLE ?

Le rééducateur de l'Éducation nationale intervient dans le champ de l'adaptation scolaire pour tout enfant, de la maternelle au CM2. C'est un enseignant spécialisé, qui n'est plus en responsabilité d'une classe mais intervient auprès des élèves, des parents et des enseignants, **à travers des actions de prévention** en direction des classes ou **dans le cadre de remédiations** auprès d'un petit groupe d'élèves, ou d'un élève en particulier. De ce fait, il occupe une fonction de médiateur, de tiers. C'est un professionnel étayant de la mise en œuvre du principe d'éducabilité.

Bon nombre de difficultés qui surviennent au cours de la scolarité sont liées à la construction d'une faible estime de soi, qu'elle soit le fait des élèves, parfois de leurs parents, voire même des enseignants ; chacun, de sa place, peut ressentir douloureusement la difficulté à dépasser certains obstacles, et se trouver ainsi fragilisé, perdant une partie de ses repères, de ses moyens et de sa créativité.

La prévention : si la prévention de la difficulté scolaire est l'affaire de tous les acteurs du système éducatif, la posture et l'expérience spécifiques du rééducateur lui permettent de mettre en place des projets ciblés, notamment autour de la construction de l'estime de soi à l'école. Il élabore avec les enseignants des dispositifs d'accueil, pour qu'enfant et parents puissent se risquer à se séparer le plus sereinement possible, pour que chaque enfant puisse investir les apprentissages scolaires et devenir un élève parmi les autres. Il organise des espaces de parole où tous les interlocuteurs sont importants (en atelier pour les élèves, en entretien avec les enseignants, en rencontre avec les parents). Il cherche à ce que l'enfant puisse construire en toute sécurité des liens entre son monde privé et les codes de l'école. Cette conception de la « prévention prévenante » vise à (re)donner à chacun confiance en soi, en ses potentialités, pour s'engager activement dans le monde de l'école et des savoirs scolaires.

La remédiation : le rééducateur intervient, dans ce cadre, auprès de l'élève pour lequel l'enseignant demande de l'aide, parce que les adaptations mises en place ne permettent pas à cet élève de dépasser les difficultés rencontrées. Le rééducateur et l'enseignant collaborent pour mettre en œuvre, en complémentarité, un temps, un espace et une relation de confiance spécifiques au sein de l'école, pour permettre à ces enfants d'y trouver une place (appartenance), de découvrir ou de redécouvrir des processus de création, d'expérimentation, d'échanges, d'élaboration, de communication et d'expression.

À travers ce **projet d'aide spécialisée**, le rééducateur cherche la possibilité d'un changement, d'une évolution. Il construit un cadre ajusté qui permet à l'enfant de prendre conscience de ses ressources, de se risquer, d'accorder sa confiance en soi et en l'autre, de se sentir en sécurité. Ainsi l'enfant parvient progressivement à s'individuer, s'autoriser, s'auto-évaluer, restaurer et consolider son estime de soi, afin de devenir un élève qui s'estime suffisamment pour prendre le risque des apprentissages parmi les autres... Puis prendre du plaisir à être élève à l'école, se sentir motivé pour réaliser ses propres projets d'apprentissages.

Auprès des parents : devenir parents d'élève ne va pas de soi et il est important que les parents puissent mieux gérer leur stress et réduire leurs doutes quant à leurs capacités éducatives pour accompagner leur enfant dans un projet scolaire.

En accueillant les parents dans un cadre adapté, pour chercher à comprendre et réfléchir ensemble aux moyens d'aider l'enfant à mieux réussir à l'école, le rééducateur les accompagne afin qu'ils puissent (re)trouver une place au sein de l'institution scolaire, en faisant appel à leur propre estime de parents, quels que soient leurs vécus d'anciens élèves. En élaborant une observation plus large, le rééducateur favorise une vision globale de la situation et une représentation plus nuancée de l'image parfois réductrice que renvoie un élève en difficulté à l'école. Ce professionnel participe à ce que les parents aient une meilleure image de leur enfant. Il veille à souligner ses forces, même s'il aborde aussi ses difficultés, en ménageant leur fierté et en cherchant avec la famille des pistes pour aider l'enfant à évoluer.

Auprès des enseignants : « ex-pair » et spécialiste des relations au scolaire, le rééducateur organise des espaces et des temps pour favoriser une mise en mots des difficultés rencontrées et un questionnement. L'objectif est de mettre à distance ce qui fait problème et de faire évoluer les représentations de chacun. Il induit ainsi l'élaboration d'une réflexion (re)mobilisante pour construire et mener des projets d'enseignement en direction de ces élèves pour lesquels l'école « ne va pas de soi », afin que ces enfants puissent à leur tour (re)trouver, dans leurs projets d'apprentissage, une dynamique de plaisir à être des élèves.