

# MOTIVATION SCOLAIRE ET ESTIME DE SOI

par Bernadette Matton



© CPCP asbl - novembre 2008

**CPCP - Centre Permanent pour la Citoyenneté et la Participation asbl**  
Rue des Deux Eglises, 45 - 1000 Bruxelles - Tél.: 02/238 01 00 - [info@cpcp.be](mailto:info@cpcp.be) - [www.cpcp.be](http://www.cpcp.be)



## INTRODUCTION

« Manque de motivation », « n'a pas envie de travailler », « ne fournit aucun effort », « on ne sait plus quoi faire », « on a tout essayé », « quand on veut on peut ». Ces remarques très fréquentes dans le domaine scolaire traduisent l'impossibilité de motiver l'élève malgré lui et le fréquent sentiment d'impuissance rencontré par lui et par son entourage pour agir sur la motivation.

La motivation scolaire n'existe pas en soi et ne se décrète pas mais s'articule à la vie de l'apprenant c'est-à-dire aux conceptions qu'il a de lui-même, de l'apprentissage et de son environnement. La compréhension de la motivation scolaire s'inscrit dans une conception globale de l'élève qui tient compte de ses dimensions affective et émotionnelle, de ses buts, de ses besoins, de ses désirs, de ses moteurs internes. Le processus n'est donc pas figé mais en permanente évolution car lié justement à une complexité de facteurs, de représentations, d'influences et de changements. La motivation ne relève pas d'un état stable dont on dispose ou non mais d'un processus singulier, évolutif et fluctuant. Il n'y a donc pas de fatalité en matière de motivation : celle-ci n'est jamais totalement acquise ou totalement compromise.

La motivation scolaire est une question centrale pour les apprenants et les professionnels de l'éducation. Sans envie d'apprendre ni engagement de la part des élèves, le meilleur projet *pédagogique* peut échouer.

Comme nous l'avons vu, la motivation est un phénomène complexe et cerner les raisons pour lesquelles elle fait défaut n'est pas chose facile. Interroger le lien qu'elle entretient avec la confiance en soi permettra d'en comprendre l'un de ses principaux leviers.

## PROBLEMATIQUE

L'élève doit-il avoir une bonne estime de soi pour être motivé à travailler ? Comment la confiance en soi intervient-elle dans la motivation scolaire ?

Les recherches en psychologie sociale confirment ce que le bon sens connaissait déjà à savoir qu'une bonne estime de soi<sup>1</sup> favorise la réussite et l'effort dans l'apprentissage. Mais lorsque les difficultés scolaires menacent l'estime de soi, les réactions pour la protéger nuisent à la motivation et augmentent les risques d'échec.

Les lignes qui suivent montrent pourquoi et comment un élève peut s'installer dans une spirale d'échec pour préserver son image de soi.

---

<sup>1</sup> Il est généralement admis que la confiance en soi et plus particulièrement le sentiment d'efficacité personnelle favorise la motivation. Le fait de croire en soi et en sa capacité à réaliser une activité aide l'apprenant à mieux faire face à cette tâche et augmente son niveau de performance.



### **Les autres sont des intellos**

Lorsqu'un élève en difficulté se voit moins bien réussir que les autres, il vit une situation dite de « *comparaison ascendante*<sup>2</sup> ». Cette situation, si elle se répète, peut à la longue devenir douloureuse pour lui car menaçante pour son estime de soi. Aussi, pour se protéger, l'apprenant se désintéresse des élèves plus brillants qu'il juge trop différents ; les taxant d'ailleurs souvent d'*intello* ou de *surdoué* parce qu'ils réussissent. Cette attitude est dommageable pour l'élève en difficulté car elle l'empêche de prendre les bons éléments de la classe comme modèles le stimulant à faire mieux.

Cette quête de similarité s'inscrit dans le fonctionnement global de l'être humain. Les chercheurs en sociologie montrent en effet, que de manière générale les individus préfèrent se comparer à des gens semblables à eux plutôt qu'à des gens qui leur sont étrangers. Les individus ont par exemple tendance à se comparer à des personnes du même sexe, de la même ethnie ou du même milieu socio-économique même s'ils savent que ce type de comparaison ne leur apporte aucune information pertinente sur eux-mêmes (sur leurs capacités intellectuelles par exemple).

En adoptant cette attitude, l'élève protège son estime de soi mais ne se motive pas à progresser.

### **Les autres réussissent moins bien que moi**

Si les élèves en difficulté ont tendance à se comparer aux élèves de même niveau qu'eux, ils sont également enclins à se comparer à des élèves pires qu'eux. Ils réalisent alors une « *comparaison dite descendante* »<sup>3</sup>. Celle-ci touche tous les élèves mais se retrouve plus fréquemment chez les apprenants en difficulté, davantage obligés de protéger leur estime de soi. Nous voyons une fois de plus comment ce type de stratégie vise à rassurer certains élèves en difficulté mais ne les encourage pas à fournir plus d'efforts.

### **C'est à cause du prof**

Pour sauvegarder l'estime de soi, une autre stratégie consiste à attribuer sa réussite à des facteurs internes tels que les capacités personnelles et l'effort fourni, et les mauvais résultats à des facteurs externes tels que le manque de chance, la responsabilité et l'incompétence de l'enseignant (« *c'est à cause du prof* », « *il ne m'aime pas* », « *son cours est nul* »).

Ce type de fonctionnement évite de considérer ses erreurs comme source d'enseignement. L'élève estime n'avoir aucun contrôle sur ses mauvais résultats et se sent impuissant à y remédier. Se confronter à ses erreurs pourrait constituer une trop grande menace pour son estime de soi.

---

<sup>2</sup> MARTINOT, D. (2006). *Connaissance de soi, estime de soi et motivation scolaire*. In GALAND, B. et BOURGEOIS, E. (Se) *Motiver à apprendre*. Paris : PUF, p.29.

<sup>3</sup> *Ibidem*



### ***Je n'ai pas étudié***

Une autre conduite consiste à utiliser des stratégies handicapantes. Il est préférable pour l'estime de soi mais aussi socialement, d'échouer par manque d'efforts plutôt qu'en ayant fourni un effort important. Réussir sans efforts est considéré comme un signe d'intelligence alors qu'échouer après un effort est généralement attribué à un manque de capacités. C'est le cas des élèves qui se présentent à l'examen en déclarant n'avoir rien étudié.

### ***Je suis paresseux***

Afin de ne plus être affecté par ses échecs chroniques, l'élève en difficulté peut attribuer ses mauvaises notes à un trait de personnalité (« *je rate parce que je suis paresseux* ») ; ou à une caractéristique familiale (« *mon père était déjà nul en math* »).

Ce mode de pensée pousse l'élève à déconsidérer la matière dans laquelle il échoue et à la désinvestir. Il se retrouve alors dans le cercle vicieux de l'échec. Plus il se croit paresseux, moins il travaille. Moins il travaille plus il accumule les échecs. Et plus il échoue, plus il confirme sa croyance qu'il est paresseux.

### ***Je n'aime pas l'école***

Lorsque les difficultés scolaires sont installées depuis plusieurs années et pour se protéger d'un sentiment d'échec, certains élèves finissent par se désintéresser de l'école ou de la matière dans laquelle ils échouent. Ils forment alors de petits groupes avec d'autres élèves démotivés de la classe. Au sein de ces groupes, l'échec et le désengagement sont la norme. On est respecté et valorisé pour ses échecs. Ces stratégies de protection peuvent également entraîner absentéisme, décrochage scolaire et violence sous toutes ses formes.



## PISTES D'ACTION

Comment remédier à ces situations ? Comment agir sur la motivation à apprendre ? Comment développer la confiance en soi pour favoriser la motivation ?

Comme nous l'avons vu, le degré de motivation d'un apprenant à s'engager dans la tâche va dépendre des représentations qu'il a de lui-même en tant qu'apprenant, de la tâche et de la situation. On ne peut donc motiver un élève malgré lui, au sens volontariste du terme. Seules conviennent des réponses personnalisées. C'est pourquoi la littérature ne propose pas des recettes mais des éléments de compréhension et de réflexion ainsi que des pistes d'action. Parmi celles-ci, nous en présentons quatre.

- **Valoriser la compétence plutôt que la performance**

L'important c'est d'apprendre. Toute situation d'échec est source d'apprentissage dans la mesure où une réflexion est entamée afin d'aboutir à des solutions. Savoir que l'échec est inhérent à l'apprentissage peut aider certains élèves à avoir moins peur d'échouer et les encourager à recourir moins souvent à des stratégies de protection.

- **Encourager l'élève à se comparer avec lui-même**

Dans cette démarche l'élève est invité à prendre conscience de sa propre évolution en comparant ce qu'il sait faire au moment présent avec ce qu'il savait faire auparavant. Il s'agit également de l'amener à considérer son intelligence non pas comme une capacité figée mais comme un potentiel malléable et susceptible de s'améliorer. A travers ce processus, il se compare non plus avec les autres mais avec lui-même : c'est la comparaison temporelle ou intrapersonnelle.

Mais prendre conscience de l'évolution de son apprentissage et de ses progrès ne s'accompagne pas toujours de notes encourageantes. Par exemple, un élève peut avoir consacré beaucoup d'efforts pour améliorer ses stratégies d'apprentissage mais continuer à récolter des mauvaises notes. Par ailleurs, même si la comparaison temporelle ne relève aucune évolution dans son apprentissage, elle permettra néanmoins à celui-ci de découvrir que ses efforts sont peut-être insuffisants ou mal orientés.

- **Encourager les comparaisons sociales ascendantes**

Pour sauvegarder leur estime de soi, les « mauvais » élèves préfèrent ne pas se comparer aux bons élèves. Par contre, ceux qui ne craignent pas pour leur estime de soi « préfèrent se comparer à des élèves du même sexe et légèrement supérieurs à eux, ce qui favorise leurs performances »<sup>4</sup>.

---

<sup>4</sup> MARTINOT, D. (2006). Connaissance de soi, estime de soi et motivation scolaire. In GALAND, B. et BOURGEOIS, E. (Se) Motiver à apprendre. Paris : PUF, p.37.



- **Inciter l'élève à spécifier le souvenir de l'échec**

Les recherches montrent que le sentiment d'efficacité personnelle<sup>5</sup>, dimension de la confiance en soi s'améliore si le souvenir d'échec est spécifié.

En effet, certains élèves ont tendance, à l'instar des personnes dépressives, à généraliser<sup>6</sup> leurs expériences passées négatives (d'échec). Ces souvenirs d'échec contaminent tous les souvenirs de réussite, ce qui affaiblit le sentiment d'efficacité personnelle et tire l'apprenant vers le bas. Aussi, afin d'aider l'élève à sortir de ce cercle vicieux, il est intéressant de l'inviter à spécifier son souvenir d'échec et à en favoriser l'analyse. L'intérêt de cette démarche est de lui faire prendre conscience des raisons bien précises pour lesquelles ça n'a pas marché et de l'amener à les considérer. Ce processus a aussi pour but de renforcer son sentiment d'efficacité personnelle affecté par ce type de pensée que : « de toute façon, quoique je fasse (j'ai déjà tout essayé), je rate toujours ».

## CONCLUSION

Comme chacun sait, avoir une bonne estime de soi favorise la réussite et la persistance des efforts dans l'apprentissage. Cependant, lorsque l'élève est confronté à des problèmes scolaires, ceux-ci peuvent constituer une menace pour l'estime de soi. Nous avons vu comment les mécanismes de protection de l'estime de soi peuvent avoir des effets négatifs sur la motivation scolaire et entraîner l'élève dans une spirale infernale : plus il se protège de l'échec plus il le favorise, plus il protège son estime de soi plus il l'affaiblit et enfin, plus il échoue moins ils se sent motivé à travailler.

Fuir les comparaisons ascendantes, se comparer à pire que soi, attribuer ses mauvais résultats à des causes extérieures, éviter les efforts, attribuer ses échecs à un trait de personnalité, se désintéresser de l'école : ces conduites montrent à quel point la force psychique de l'élève peut être saturée par des mécanismes de défense et ne plus être disponible pour des stratégies de réussite. Ces conduites montrent également combien la performance cognitive peut être entravée par des perceptions de soi inadéquates et qu'elle n'est donc pas exclusivement liée aux capacités des apprenants.

De manière générale, pour dépister ces conduites défensives, il s'avère indispensable d'interroger l'élève sur les perceptions qu'il a de lui-même par rapport à l'apprentissage et par rapport à la discipline dans laquelle il est en difficulté.

Face à ces situations problématiques, différentes pistes de solution proposées par la

---

<sup>5</sup> Le sentiment d'efficacité personnelle est la confiance que possède une personne dans sa capacité à réaliser une activité donnée.

<sup>6</sup> En se souvenant d'événements douloureux de manière moins spécifique, les émotions négatives liées à ces souvenirs perdraient de leur intensité.



littérature ont été présentées. Loin d'être exhaustives, elles proposent divers éclairages pour soutenir plus efficacement les élèves dans leur apprentissage et stimuler à nouveau leur désir d'apprendre.

Dans le processus d'aide apportée à l'apprenant, il est également intéressant de noter le rôle important joué par l'enseignant. L'enseignant peut en effet, par la relation qu'il entretient avec l'élève, favoriser ou faire obstacle à la transformation de celui-ci. Il est donc nécessaire que le professeur ait réalisé un travail sur soi afin qu'il puisse aborder l'élève avec plus de liberté intérieure, dégagé d'un grand nombre de projections, sans se sentir menacé dans son identité ou dans son statut si par exemple l'élève n'adhère pas à ce qui lui est proposé.

Précisons enfin qu'outre les stratégies de protection de l'estime de soi, l'histoire de l'apprenant peut également influencer sa manière de se comporter face au savoir. Dans cette situation, toute l'énergie psychique de l'élève peut alors être utilisée par d'autres préoccupations que celles liées à l'école. Un apprenant peut par exemple être absorbé par de graves difficultés familiales, un autre par des problèmes pécuniaires s'il vit seul, un autre encore par des problèmes de fatigue s'il travaille en dehors de l'école, un dernier par des problèmes de maltraitance.



## BIBLIOGRAPHIE

CAYE, C. (2007). *Estime de soi et réussite scolaire, un lien direct ?*  
<http://89.snuipp.fr/spip.php?article599>. Consulté le 14/10/2008.

DELANNOY, C. (1997). La motivation. In GALAND, B. et BOURGEOIS, E. (Se) *Motiver à apprendre*. Paris : PUF, pp.150-151.

GALAND, B. (2006). *Avoir confiance en soi*. In BOURGEOIS, E. et CHAPELLE, G. *Apprendre et faire apprendre*. Paris : PUF, pp. 247-260.

HUGUET, P. (2006). *Apprendre en groupe : la classe dans sa réalité sociale et émotionnelle*. In BOURGEOIS, E. et CHAPELLE, G. *Apprendre et faire apprendre*. Paris : PUF, pp. 153-167.

MARTINOT, D. (2006). *Connaissance de soi, estime de soi et motivation scolaire*. In GALAND, B. et BOURGEOIS, E. (Se) *Motiver à apprendre*. Paris : PUF, pp.27-39.

PROT, B. (2003). *J'suis pas motivé, je fais pas exprès !* Paris : Albin Michel.

VANLEDE, M., PHILIPPOT, P., GALAND, B.. (2006). *Croire en soi : le rôle de la mémoire autobiographique dans la construction du sentiment d'efficacité*. In GALAND, B. et BOURGEOIS, E.(Se) *Motiver à apprendre*. Paris : PUF, pp. 51-61.

VIAU, R. (2007). *La motivation en contexte scolaire*. Paris : De Boeck.

### DÉSIREUX D'EN SAVOIR PLUS !

Animation, conférence, table ronde... n'hésitez pas à nous contacter,  
Nous sommes à votre service pour organiser des activités sur cette thématique.