

Transcription du balado :

L'estime de soi chez les élèves ayant des TA

ÈVE DUFOUR : La production du balado TA Parlons-en a été réalisé grâce au financement du ministère de l'Éducation. Veuillez noter que les opinions exprimées au cours de cette présentation sont les opinions des participants et ne reflètent pas nécessairement celles du ministère de l'Éducation ou de l'Association ontarienne des troubles d'apprentissage.

ÈVE DUFOUR : Bonjour et bienvenue à TA Parlons-en, un balado de TA@l'école. Dans cette série de balados, nous visons à engager les professionnels de l'enseignement dans des discussions pertinentes concernant l'apprentissage des élèves ayant des troubles d'apprentissage dans nos salles de classe. Je me présente, Ève Dufour, l'animatrice de ce balado qui portera sur l'importance de la perception de soi et l'estime de soi pour les élèves ayant des troubles d'apprentissage. Je suis présentement avec Dre Nadia Rousseau, professeure en adaptation scolaire à l'Université du Québec à Trois-Rivières. Alors premièrement, pourriez-vous expliquer la différence entre la perception de soi et l'estime de soi?

NADIA ROUSSEAU : Bien, en fait l'estime de soi, c'est image qu'on a de nous-mêmes. Et cette image-là se construit à travers notre perception de soi. Donc, je peux avoir une perception de moi qui est très positive au travail. Je peux avoir une perception de moi qui est moins positive en contexte scolaire. Je peux avoir donc une perception de moi qui varie en fonction des contextes. L'estime de soi, c'est aussi influencé, pas juste par la perception que j'ai de moi-même, mais également par mon sentiment de compétence. Puis mon sentiment de compétence aussi peut être soit très fort dans un domaine, moins fort dans un domaine, très fort en sport, moins fort à l'école, très fort à l'école, moins fort en sport. Alors, l'estime de soi, c'est vraiment l'arrimage de tout ça. Chose qu'on sait, c'est que la perception j'ai de moi, elle est influencée par le regard des autres sur moi et donc de ma perception du regard des autres sur moi que ce soit verbal, non verbal, un geste, voilà.

ÈVE DUFOUR : Okay. Alors, est-ce que la perception de soi et l'estime de soi ont un impact sur l'apprentissage?

NADIA ROUSSEAU : Oui, absolument. On se rend même compte dans la recherche que quelqu'un qui se croit - donc je veux parler du sentiment de compétence parce que ça fait partie de cette grande image-là que j'ai de moi-même-mais quelqu'un qui, par exemple, se sent très compétent a tendance à mieux réussir qu'un élève qui se sent moins compétent. Donc, la perception que j'ai de moi-même et mon estime de soi va jouer beaucoup sur la prise de risque. Alors, est-ce que j'ose prendre des risques devant



un groupe va jouer beaucoup sur aller demander de l'aide. Est-ce qu'aller demander de l'aide c'est pour m'aider à apprendre ou aller demander de l'aide ça vient confirmer le fait que j'ai beaucoup de misère. Alors, c'est vraiment une espèce de filtre qui va venir altérer mon rapport à l'apprentissage, mes comportements. On peut penser qu'un jeune est démotivé parce qu'il ne fait pas une tâche mais, dans les faits, il ne l'a fait pas parce qu'il a peur de ne pas la réussir. Donc, la perception qu'il a de lui-même ou son estime de soi étant fragilisée, il ose pas se lancer à la tâche puis à être confirmé dans le fait qu'effectivement il a de la difficulté.

ÈVE DUFOUR : Alors, pourquoi est-il important de cultiver une bonne perception de soi et une bonne estime de soi chez un élève qui a des troubles d'apprentissage?

NADIA ROUSSEAU : C'est très important parce que ça a des répercussions jusqu'à dans la vie adulte. Puis je vais faire ici une nuance. Un élève qui a une perception de soi scolaire négative mais qui a conservé malgré tout une perception de soi plutôt globale positive va quand même avoir une belle qualité de vie. Il va être capable de prendre des risques au travail. Il va aller vers les gens. Mais lorsque l'estime de soi et la perception de soi générales, toutes les deux sont plutôt négatives, c'est là où on voit beaucoup de dangers dans la qualité de vie même adulte parce qu'au niveau de l'emploi, au niveau des intérêts, au niveau de la confiance en l'avenir, tout ça est altéré. Alors, de maintenir une perception de soi et une estime de soi positives à l'école malgré des difficultés, c'est possible. C'est possible en exprimant explicitement les bons coups. C'est possible en faisant ressortir les réussites. C'est possible en valorisant pas uniquement ce qui se fait à l'école mais aussi ce qui se fait ailleurs, que ce soit dans la cours d'école, que ce soit en sport, en art, peu importe. Mais, donc, la valorisation de l'élève, donc, de lui refléter là où il est bon, là où il est apprécié, ça doit se faire à tout point de vue et non pas uniquement commenter ou laisser savoir qu'on n'apprécie pas. C'est là où sont les risques.

ÈVE DUFOUR : Alors, quelle est l'effet de l'estime de soi sur l'interaction sociale en salle de classe?

NADIA ROUSSEAU : Bien, on revient un peu à la prise de risque. Si j'ai le sentiment - si je n'ai pas une bonne estime de moi, je suis plus fragile à la critique, je suis plus fragile au groupe de jeunes qui rient ma réponse, pas parce qu'ils rient de moi mais parce qu'ils ont trouvé que ce que j'avais dit était drôle. Alors que moi, je ne croyais pas que c'était drôle. Donc, ça vient atterrir l'interprétation que je peux faire des gestes des autres. Rire pour le plaisir, rire pour se moquer. Alors, on est plus fragile d'où, encore une fois, l'importance de cultiver une bonne estime de soi puis une perception de soi qui est juste.



ÈVE DUFOUR : Alors que peuvent faire les professionnels de l'enseignement pour aider les élèves ayant des troubles d'apprentissage à développer une perception de soi positive et une bonne estime de soi?

NADIA ROUSSEAU : Placer les élèves en situation de réussite. Et placer les élèves en situation de réussite, que ce soit par la différenciation pédagogique, que ce soit par l'utilisation des technologies d'aide, que ce soit par la reconnaissance d'habiletés qui ne se sont pas nécessairement scolaires mais qui peuvent contribuer à la vie scolaire, l'art, l'art dramatique, le dessin, l'expression, les activités sportives. En fait, bien connaître le jeune pour nous donner des poignées pour lui exprimer ces forces-là qui trop souvent sont occultées à cause des difficultés.

ÈVE DUFOUR : C'est ça. Puis souvent on met l'emphase sur les mathématiques et la lecture et pas autant sur l'art visuel ou l'art dramatique.

NADIA ROUSSEAU : Effectivement. Puis même la générosité, la bonté, l'entraide.

ÈVE DUFOUR : L'empathie.

NADIA ROUSSEAU : L'empathie. Ce sont tous des belles qualités. Ce sont tous des forces et de reconnaître ces forces-là comme ayant une valeur va contribuer au développement d'une perception de soi plus positive. Les parents aussi ont un rôle à jouer. Puis je vais juste donner un exemple. Je pense que c'est ce qui illustre le mieux. Un enfant revient à la maison avec un mauvais résultat en écriture ou en lecture. Et le parent déçu ou encore inquiet va dire à son enfant, par exemple, « Écoute. Ce soir tu n'iras pas à la natation parce que tu dois absolument améliorer ton orthographe et ton écriture ou ta lecture. » Ça c'est un danger parce que si la vie de l'enfant est toujours - et sa vie en général - est toujours influencée ou modulée par ses résultats à l'école puis qu'on vient retirer des éléments où il se sent compétent, on risque de nuire à la perception qu'il a de lui-même et de nuire à son estime de soi et là on est pris dans l'estime de soi scolaire, on est vraiment de l'estime de soi au sens large, l'estime de soi globale. Donc, en tant que parent, c'est de faire attention. Si l'enfant éprouve des difficultés à l'école, qu'il ramène des résultats qui ne sont pas ceux qu'on voudrait, oui, on peut en parler mais il ne faut pas le priver des activités où il peut se développer ou il peut se sentir bon, se sentir compétent, où il peut se valoriser. Parce que ça, c'est hyper-important pour lui puisqu'il y a des éléments qu'il ne peut pas faire à l'école.

ÈVE DUFOUR : Alors, comment est-ce que les parents et les enseignants peuvent collaborer?

NADIA ROUSSEAU : Bien, je crois que si les parents et les enseignants communiquent bien ensemble, on est capable de faire la distinction entre un suivi de l'enfant tributaire



d'un mauvais comportement. Là je comprends qu'on agit là. On a donné un coup de pied à un jeune. Là on n'est pas supposé faire ça là.

ÈVE DUFOUR: C'est sur.

NADIA ROUSSEAU : Et ça le parent et l'enseignant peuvent se donner un code commun-là de dire, écoute quand c'est un comportement ou un résultat qui vraiment n'est pas associé aux troubles d'apprentissage - c'est pas un trouble d'apprentissage qui a entraîné ça - bien, on a raison de dire, bien, à l'enfant puis de décider à la maison comment on va intervenir puis de, bien entendu, parler avec son enfant mais de voir comment on veut intervenir. Mais quand notre code est compris avec l'enseignant puis que l'enseignant est capable, à ce moment-là, aussi de faire attention pour ne pas renvoyer le message à la maison qu'un résultat scolaire mérite d'être repris à la maison alors que dans les faits c'est une conséquence du trouble. Je pense que si les résultats scolaires ne s'améliorent pas, bien, on revient à l'idée de différenciation. On revient à l'idée de technologie d'aide. On revient à l'idée de trouver des moyens pour permettre à l'élève de continuer d'avoir du plaisir à apprendre par d'autres moyens.

ÈVE DUFOUR : Oui, absolument. Alors, ceci conclut notre discussion sur la perception de soi et l'estime de soi. Merci encore une fois à Dre Nadia Rousseau d'avoir partagé ses connaissances sur ce sujet et merci à vous d'avoir écouté ce balado de la série TA Parlons-en. Bonne journée à tous.

00:11:01

