Les composantes de l'estime de soi

Source : Pr René L'Écuyer - Université de Sherbrooke
Colloque de Castres - juin 2000

CONCEPT DE SOI

Modèle expérientiel-développemental du concept de soi

STRUCTURES	Sous-structures	Catégories
SOI MATÉRIEL	**Soi somatique**	traits et apparence physiques condition physique et santé
	Soi possessif	possession d'objets possession de personnes
SOI PERSONNEL	**Image de Soi**	aspirations énumération d'activités sentiments et émotions goûts et intérêts capacités et aptitudes qualités et défauts
	Identité de Soi	dénominations simples rôles et statut consistance idéologie identité abstraite
SOI ADAPTATIF	**Valeur de Soi**	compétence valeur personnelle
	Activités du Soi	stratégies d'adaptation autonomie ambivalence dépendance actualisation style de vie
SOI SOCIAL	**Préoc+attitudes Soc**	réceptivité domination altruisme
	Réf. à la Sexualité	références simples attrait + expériences sexuels
SOI-NON-SOI	**Références aux Autres** **Opinions des Autres**	

L'Écuyer R., Le concept de soi, PUF, Paris, 1978

À retenir du tableau ci dessus

• 1 - le concept de soi est composé de plusieurs dimensions ;
• 2 - les différentes dimensions du concept de soi n'ont pas toutes la même importance d'un à l'autre ; il existe ainsi des perceptions très importantes, appelées perceptions centrales, comparativement à d'autres qui le sont beaucoup moins (les perceptions secondaires) ;
• 3 - le concept de soi s'organise autour de cinq grandes régions fondamentales appelées structures, elles-mêmes divisées en régions plus restreintes (les sous-structures) subdivisées à leur tour en éléments plus spécifiques (les catégories) ;
• 4 - le concept de soi évolue avec l'âge ;
• 5 - les variations du degré d'importance des perceptions de soi permettent d'identifier des groupements de perceptions caractéristiques de périodes particulières finalement identifiables sous forme de stades développementaux

STADES DE DÉVELOPPEMENT DU CONCEPT DE SOI DE L'ENFANCE À LA VIEILLESSE

L'existence de coupures périodiques indubitables à des moments tellement précis de la vie fait que la notion de stades de développement du soi s'impose d'elle-même. En gros, il existe six stades, dont certains se subdivisent en sous-stades. Les stades sont les mêmes chez les hommes et les femmes.

Enfance - Stades I, II, III (entre 0 et 10 ans)

Les enfants ne sont pas encore en mesure de se décrire eux-mêmes tels qu'ils se perçoivent au cours du stade 1 (celui de l'émergence du moi , entre 0 et 2 ans). À partir des multiples expériences de communication avec l'environnement matériel et social, une variété de perceptions de soi s'élabore progressivement.

À partir de deux ans (stade II : la confirmation du moi, entre 2 et 5 ans), les 5 structures sont déjà présentes, de même que 8 des 10 sous-structures et 14 des 28 catégories. Les cinq structures constituent des perceptions centrales, indiquant bien par là que tout est à faire.

Au cours du stade III (l'expansion du soi , entre 6 et 10 ans), le concept de soi s'élargit davantage à cause des multiples expériences nouvelles, incluant la vie scolaire. Les deux sous-structures manquantes apparaissent, de même que 9 catégories nouvelles chez les garçons et 4 chez les filles.

Adolescence - Stade IV (entre 10-12 et 21-23 ans)

Premier grand remaniement au niveau du concept de soi, d'où le nom de réorganisation du soi donné à ce stade.

Au départ (autour de 12 ans), il y a une sorte de désorganisation. Les adolescents ne savent plus ce qui est important : certaines perceptions antérieurement centrales ne le sont plus ; d'autres le deviennent.

Le premier sous-stade - celui de la différenciation du soi (entre 10-12 et 15-16 ans) - est marqué par l'apparition de multiples nuances entre les diverses perceptions ainsi que par l'addition des dernières catégories nouvelles dans divers secteurs encore incomplets.

Le second sous-stade - celui de l'adaptation du soi (entre 17-18 et 21-23 ans) - est surtout centré sur les aspects adaptatifs, même si ce ne sont pas les seuls éléments importants.

Le concept de soi s'organise maintenant autour de seulement 4 structures, le SOI-NON-SOI ayant perdu sa priorité.

Adultes - Stade V (entre 24-25 et 55-57 ans)

L'entrée dans ce stade, dit de maturation du soi , est marquée par un second remaniement du concept de soi entre 21 et 25 ans, donc par une nouvelle perte temporaire des priorités.

Le concept de soi se concentre alors autour des trois structures les plus essentielles pour assurer un bon fonctionnement dans la vie adulte : d'abord se bien connaître (structure soi PERSONNEL) et ensuite bien fonctionner avec les autres (structure Sol SOCIAL), afin de réussir une adaptation optimale face à soi-même, aux rôles et aux responsabilités à assumer (structure SOI ADAPTATIF).

Les deux sous-stades identifiés durant cette longue période - polyvalence du soi (entre 24/25 et 42-43 ans), ainsi que reconnaissance et accomplissement du soi (entre 44-45 et 55-57 ans) - marquent l'orientation dynamique.

Personnes âgées - Stade VI entre 58-60 et 100 ans et plus

Nouvelle étape que celle de l'entrée dans la catégorie sociale des personnes âgées , étape précédée elle aussi d'un troisième remaniement du concept de soi au moins aussi profond qu'au moment de l'adolescence : seulement 2 et 3 catégories sont centrales à 60 et à 65 ans chez les hommes et 2 chez les femmes de 55 ans. La signification de cette restructuration paraît ici la suivante : une importante modification dans l'organisation perceptuelle quant à ce qui est désormais en train de devenir (ou de redevenir) important par rapport à ce qui n'est désormais plus important.

Deux sous-stades caractérisent cette dernière période de vie concernant le développement du concept de soi.

Le premier - celui de la reviviscence du soi (entre 58-60 et 75-77 ans) - indique que, suite à la réorganisation qui prend certain temps et où le concept de soi comporte plus d'aspects négatifs qu'auparavant, il y a ensuite récupération et reprise plus positive au-delà de 70 ans, d'où le nom de reviviscence donné à ce sous-stade.

Le second - celui de la sénescence du soi (entre 78-80 et 100 ans) - est marqué par une restriction progressive du champ perceptuel et, par conséquent, de la variété des différentes perceptions de soi. Le concept de soi est davantage concentré sur un ensemble perceptuel plus restreint.

Ce phénomène paraît directement lié à la réduction du cadre de vie auquel les personnes âgées sont de plus en plus limitées, à la diminution des expériences nouvelles, en somme à l'appauvrissement de l'environnement matériel et social. Les personnes âgées sont ainsi de plus en plus limitées à une simple routine dont elles ne peuvent tirer que très peu pour le renouvellement et l'enrichissent de leurs propres perceptions d'elles-mêmes, surtout à partir de 85 ans.

Durant ce stade, le concept de soi tend à se réorganiser de nouveau autour des cinq structures fondamentales (non plus trois comme durant la période de vie active). Ce retour à un ensemble plus global est sans doute dû au fait que, n'étant plus obligées de se concentrer sur les seules urgences de la vie active, les personnes âgées peuvent se reconsidérer plus totalement ; ou encore, cela peut-être dû aux nouvelles exigences de cette période de vie.

Quoi qu'il en soit, la structure Soi MATÉRIEL redevient centrale ainsi que ses deux sous-structures : le Soi Somatique et sa catégorie condition physique et santé, mais à des âges différents selon qu'il s'agit des hommes ou des femmes ; le Soi Possessif apparaît plus important chez les femmes.

La structure du SOI PERSONNEL demeure centrale de même que ses deux sous-structures : l'Image de Soi et l'Identité de Soi.

Au niveau de l'Image de Soi , les descriptions de soi en termes d'énumérations d'activités redeviennent prioritaires chez les hommes et les femmes, la catégorie sentiments et émotions conserve son importance surtout chez les femmes, alors que les catégories goûts et intérêts ainsi que qualités et défauts perdent leur priorité antérieure.

En ce qui concerne l'Identité de Soi , la catégorie dénominations simples reprend la prédominance qu'elle possédait durant le jeune âge, pendant que les perceptions de soi en termes de rôles et statut conservent leur caractère central.

La structure Soi ADAPTATIF demeure elle aussi prioritaire, mais ses éléments sous-jacents (sous-structures et catégories) ne sont désormais presque jamais des perceptions centrales. Il ne faut pas associer cela à de plus grandes difficultés d'adaptation, mais plutôt au fait que les personnes âgées ne sont plus sollicitées de toutes parts par les exigences de la vie et des personnes à charge durant leur vie active. Elles n'ont en effet plus qu'à s'adapter à ce qui leur arrive à elles-mêmes, ce qu'elles parviennent à faire régulièrement.

De même, la structure Soi SOCIAL demeure centrale, surtout chez les femmes, mais ses dimensions sous-jacentes ne sont plus prioritaires chez les hommes à partir de 60 ans et chez les femmes au-delà de 80 ans, indiquant bien un retrait progressif surtout au cours du dernier sous-stade (80 ans et plus).

Enfin, la structure SOI-NON-SOI (description de soi à travers les autres, surtout par le biais de ce qui arrive aux enfants, pour les personnes âgées) redevient centrale chez les femmes à partir de 60 ans et chez les hommes à partir de 80 ans.

QUELQUES CARACTÉRISTIQUES SPÉCIFIQUES DU DÉVELOPPEMENT DU CONCEPT DE SOI CHEZ LA PERSONNE ÂGÉE

Tout comme à la veille de l'entrée en adolescence ou à la plongée dans les responsabilités de la vie adulte, l'entrée dans la dernière grande étape de la vie est elle aussi précédée par une période temporaire de désorganisation. Le développement de soi peut donc de nouveau être compromis. Habituellement cette désorganisation est temporaire. Elle se traduit par une remise en question des priorités, par un retour sur ce que l'on a vraiment fait de sa vie et sur ce que l'on envisage d'en faire. De tous ces questionnements résulte une période de quelques années où le climat général est plus ou moins dépressif et durant laquelle les perceptions de soi sont davantage négatives. Après quoi, nous retrouvons une période de réorganisation au cours de laquelle les éléments positifs l'emportent.

Cette période de questionnement peut aussi bien constituer un moment de baisse définitive de l'estime de soi, tout comme elle peut être une nouvelle occasion de découverte de son propre potentiel et devenir ainsi un nouveau moment propice à l'émergence de l'estime de soi et au sentiment de réussite sociale. Tel est le cas lorsque le bilan que trace la personne sur sa vie passée est positif : sentiment d'avoir réussi sa vie, d'avoir réussi dans sa profession ou son métier, d'avoir utilisé ses capacités à bon escient dans sa vie personnelle, familiale, sociale, etc.

De plus, au moment ou la personne peut s'adonner à autre chose qu'aux activités liées au travail, à 1'éducation des enfants, etc., elle peut se découvrir d'autres talents dont elle ignorait même l'existence jusque là. Ce sont là autant d'occasion de continuer de se valoriser. L'estime de soi, temporairement ébranlée, n'en continue alors pas moins de grandir pour le plus grand bien-être et pour 1'épanouissement de la personne tout entière.

Voir aussi le tableau ***Connaissance de soi***

Bibliographie

- L'écuyer R., Le concept de soi , PUF, Paris, 1978

20/09/2000
Dr Lucien Mias