

# ESTIME DE SOI

Avec Géraldine COFFE, Psychologue

## Définition

Le **Soi** pourrait être envisagé comme une unité composée de trois niveaux



### Concept de Soi

Dimension **cognitive** et **descriptive** de soi-même : pensées, réflexions, opinions, croyances...



### Estime de Soi

Evaluation globale de ma **valeur** en tant que personne : degré de **satisfaction** à l'égard de moi-même (1)



### Représentation de Soi

Niveau comportemental du soi : les **actions** et **comportements** que je mets en place



Le **Soi** de chaque individu représente la combinaison des **pensées** (cognition), des **émotions** (sentiments) et des **comportements** (2)



## L'estime de soi : Keskecé ?

L'estime de soi serait la construction à la fois personnelle et sociale qui se réfère au sentiment global sur le soi défini par des jugements positifs et négatifs que l'entourage porte sur l'individu, en particulier les personnes qui ont de l'importance pour lui (amis, parents, professeurs, patrons, etc. (3))

### Modèle unidimensionnel

Rosenberg (1965)  
Evaluation globale de soi

### Modèle multidimensionnel

Harter (1985)  
Différentes sphères de l'estime de soi

Scolaire  
Professionnelle

Sociale

Apparence  
physique

Compétences  
physiques

Comportements

Valeur  
propre de soi

(1) Harter (1998)  
(2) Ficke (2004/2008) ; Martinot (1995)  
(3) Leyrit (2012)

# ESTIME DE SOI

Avec Géraldine COFFE, Psychologue

## Définition

Le **Soi** pourrait être envisagé comme une unité composée de trois niveaux



### Concept de Soi

Dimension **cognitive** et **descriptive** de soi-même : pensées, réflexions, opinions, croyances...



### Estime de Soi

Evaluation globale de ma **valeur** en tant que personne : degré de **satisfaction** à l'égard de moi-même (1)



### Représentation de Soi

Niveau comportemental du soi : les **actions** et **comportements** que je mets en place



Le **Soi** de chaque individu représente la combinaison des **pensées** (cognition), des **émotions** (sentiments) et des **comportements** (2)



## L'estime de soi : Keskecé ?

L'estime de soi serait la construction à la fois personnelle et sociale qui se réfère au sentiment global sur le soi défini par des jugements positifs et négatifs que l'entourage porte sur l'individu, en particulier les personnes qui ont de l'importance pour lui (amis, parents, professeurs, patrons, etc. (3))

## Modèle unidimensionnel

Rosenberg (1965)  
Evaluation globale de soi

## Modèle multidimensionnel

Harter (1985)  
Différentes sphères de l'estime de soi

Scolaire  
Professionnelle

Sociale

Apparence  
physique

Compétences  
physiques

Comportements

Valeur  
propre de soi

(1) Harter (1998)  
(2) Ficke (2004/2008) ; Martinot (1995)  
(3) Leyrit (2012)