

La dynamique de l'estime de soi : entre préservation et adaptation

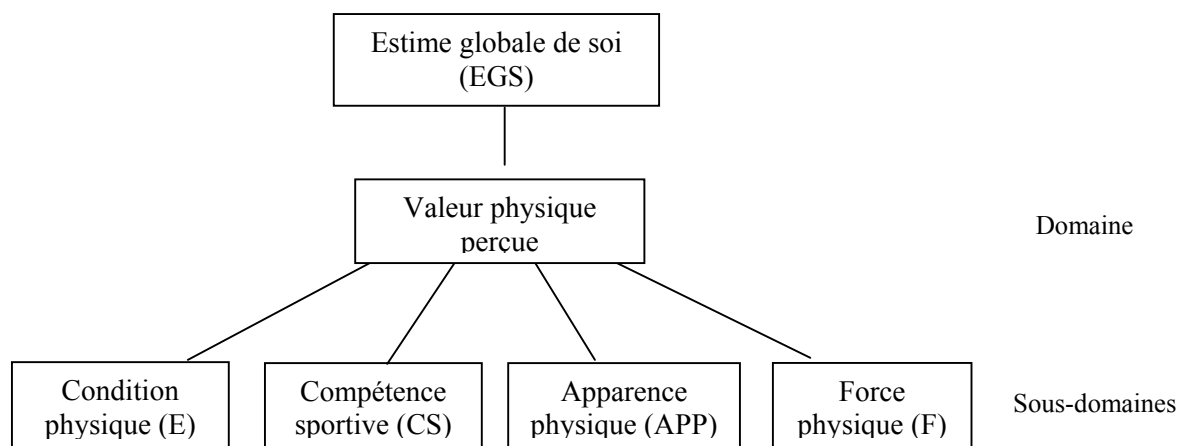
M. Fortes, D. Delignières, G. Ninot, S. Leymarie
UPRES EA 2991 " Sport, Performance, Santé"
Faculté des Sciences du Sport et de l'Education Physique
Université Montpellier I, 700, Avenue Pic St Loup
34090 Montpellier
m.fortes@staps.univ-montp1.fr

Introduction

L'estime de soi est considérée comme un trait de personnalité relativement stable au cours de la vie adulte (Brown, 1998). D'un point de vue méthodologique, les travaux mettant en évidence ce constat se basent essentiellement sur l'analyse groupale de l'estime de soi, utilisant des catégories de réponse (e.g. Likert) et peu de mesures répétées (Biddle, Page, Ashford, Jennings, Brooke & Fox, 1993 ; Marsh & Shavelson, 1985 ; Page, Ashford, Fox & Biddle, 1993). Ces approches nomothétiques sont basées sur un type de recueil de données s'intéressant à un fonctionnement moyen ou générique du concept de soi. La plupart des questionnaires développés dans le but de mesurer des construits psychologiques tels que le soi physique (Fox & Corbin, 1989; Marsh, 1994) permettent de répondre aux hypothèses relatives à cette approche dominante dans le champ de la psychologie sociale. Dans ce paradigme, les résultats généraux relatifs à l'évolution de l'estime de soi et du soi physique sont inférés à partir d'évaluations ponctuelles réalisées avec un grand nombre de participants (Marsh & Yeung, 1998 ; Ninot, *et al.*, 2000; Page *et al.*, 1993). Une des objections que l'on peut apporter est que l'analyse inter et intra individuelle des construits psychologiques est souvent délaissée au détriment de l'étude de leur structure générique (Hanin, 2000).

D'un point de vue théorique, l'application progressive de l'approche dynamique en psychologie sociale sous l'influence de Vallacher et Novak (1997) a rendu les démarches précédentes plus problématiques car ne prenant pas en compte la variabilité inhérente au système. La prise en compte de l'estime de soi en tant que système complexe soumis à de multiples contraintes laisse augurer d'un processus d'adaptation permanente et la notion de variabilité devient aussi importante que le niveau d'estime globale de soi (Greenier, Kernis, McNamara, Waschull, Berry, Herlocker & Abend, 1999).

Au delà de la mise en évidence de ce caractère variable du concept de soi (Nezlek & Plesko, 2001; Nowak, Vallacher, Tesser & Borkowski, 2000) ou de la qualité de vie (Barge-Shaapveld, Nicolson, Berkhof & de Vries, 1999), ces travaux montrent l'intérêt d'étudier la dynamique de tels construits, la nature de leur évolution. Dans cette perspective, les approches idiographiques permettent d'approfondir l'étude du fonctionnement et de l'organisation de la structure à un niveau individuel. Ainsi, sur le plan méthodologique, de nouveaux outils d'évaluation permettent de diminuer l'effet de la désirabilité sociale, d'obtenir des réponses qui reflètent de manière plus précise la perception que le sujet a de lui-même et essentiellement de réaliser des évaluations répétées afin d'appréhender le caractère évolutif de l'estime globale de soi.



La modélisation hiérarchique proposée par Fox & Corbin (1989) supporte un certain nombre d'hypothèses relatives au fonctionnement dynamique de l'estime globale de soi et du soi physique (figure 1). Ce modèle peut être conçu comme un ensemble complexe d'éléments couplés, avec une combinaison spécifique de couplages directs et indirects. Le niveau supérieur est supposé être le plus stable, et le niveau des sous-domaines est sensé connaître la plus grande variabilité. De plus une perturbation à un niveau donné est sensée affecter les autres niveaux du modèle et la proximité des composantes ainsi que leur importance relative sont supposées induire des effets spécifiques tels que la latence ou plus particulièrement la notion de filtre ayant pour fonction de "protéger" les niveaux les plus élevés du modèle. La diffusion des influences contextuelles dans le système amène à concevoir son fonctionnement dans le temps comme un processus historique. Le comportement futur d'un tel système serait dépendant des événements et comportements passés. Afin d'approfondir cette hypothèse, il est nécessaire de déterminer la nature de la variabilité inhérente au système ou engendrée par des perturbations contextuelles c'est à dire de préciser si l'évolution de l'estime globale de soi revêt un caractère plutôt déterministe ou stochastique.

Ainsi, l'objectif de ce travail était de rendre compte de la dynamique de l'estime globale de soi et du soi physique d'adultes sur une durée de 6 mois. L'analyse de séries temporelles relatives à l'estime globale de soi au moyen des procédures ARIMA (*Auto Regressive-Integrated-Moving Average*), (Box & Jenkins, 1976) a permis de déterminer la nature de l'évolution et d'en inférer les processus psychologiques sous-jacents.

Méthode

Population

Quatre hommes et trois femmes volontaires (âge moyen : 28.6 ± 6.9) ont répondu à la version courte de l'*Inventaire du Soi Physique* (Ninot, Fortes & Delignières, 2001), composée de 6 items mesurant l'estime globale de soi et le soi physique. Ce travail rend compte exclusivement de l'évolution de l'estime globale de soi.

Procédure

Les auto-évaluations ont été réalisées 2 fois par jour (7-9h ; 19-21h), sur logiciel informatique (pour PC), dont le mode de réponse s'effectue au moyen d'une échelle visuelle analogique. L'expérimentation s'est déroulée durant 6 mois.

Analyse

Les données ont été modélisées au moyen des procédures ARIMA. Ces dernières sont basées sur l'étude des fonctions d'auto-corrélations (FAC) et d'auto-corrélations partielles (FACP) qui renseignent sur la dépendance temporelle de la série. La modélisation est basée sur l'association potentielle de trois types de processus mathématiques:

Les processus de moyenne mobile (MA) qui supposent que chaque point est fonction des erreurs entachant les points précédant, les processus d'auto-régression (AR) signifiant que chaque point peut être prédit par la somme pondérée d'un ensemble de points précédents et

enfin les processus d'intégration (I) pour lesquels chaque point présente une différence constante avec le point précédent.

La modélisation se présentera sous la forme (p,d,q) pour lequel p est le nombre de termes auto-régressifs, d est le nombre de différences et q le nombre de moyennes mobiles appliqués.

Résultats

L'analyse ARIMA présente pour les 7 sujets et pour chacune des échelles, des modèles (0,1,1) caractérisant des processus de moyenne mobile à un terme associés à une différenciation sans constante significative. Ces modèles suivent l'équation de prédiction suivante : $y_t = y_{t-1} - \theta \varepsilon_{t-1} + \varepsilon_t$

pour laquelle y_t correspond à la valeur observée au temps t , et ε_t l'erreur entachant l'observation au temps t (ou choc aléatoire). Dans ce cadre, le terme $\theta \varepsilon_{t-1}$ représente une correction systématique de l'erreur associée à l'observation précédente.

L'ensemble des coefficients de moyenne mobile (θ) obtenus varie entre .42 et .86 selon les échelles ; toutefois ces coefficients restent relativement homogènes pour un même sujet. La figure suivante rend compte de cette dynamique.

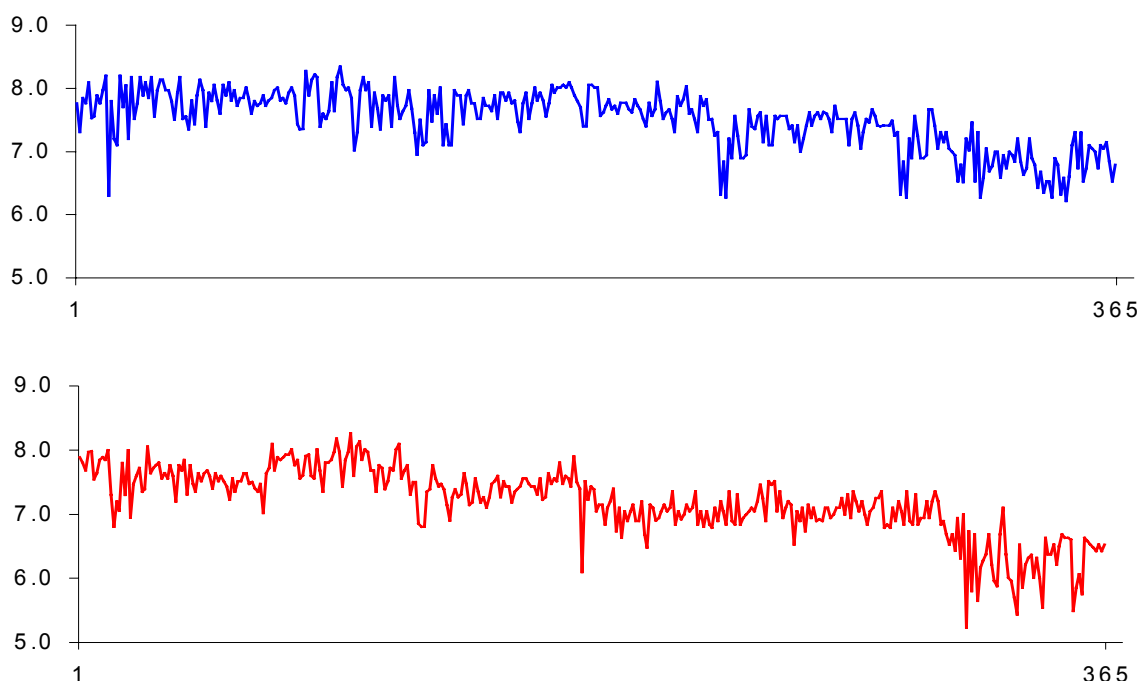


Figure 1 : Série temporelle de l'estime globale de soi (haut) et de la compétence sportive (bas) du sujet 7.

Discussion

L'analyse ARIMA révèle systématiquement des modèles de moyenne mobile. Aucun modèle se présentant sous la forme (0,0,0) n'est mis en évidence. Ce dernier caractériserait des fluctuations aléatoires autour d'une valeur de référence stable ($y_t = \mu + \varepsilon_t$). Egalement appelé bruit blanc, il aurait été caractéristique d'un trait de personnalité stable n'autorisant que des fluctuations faibles et aléatoires. Les modèles de moyenne mobile obtenus suggèrent que les séries sont organisées par une valeur de référence locale, qui elle-même évolue lentement dans le temps. Le fonctionnement de ces séries semble renvoyer à l'association de deux grandes tendances, la première tendant à absorber les fluctuations pour préserver la valeur de référence et la seconde tendant à faire évoluer la valeur de référence dans le sens de ces fluctuations. Le terme $\theta \varepsilon_{t-1}$ est essentiel, puisqu'il détermine l'amplitude de la correction apportée à la fluctuation antérieure, mais aussi la part résiduelle de cette fluctuation qui entachera plus durablement la série. En d'autres termes le système tend à préserver sa stabilité

(Nowak, Vallacher, Tesser & Borkowski, 2000) mais conserve l'histoire des fluctuations qu'il subit. Ceci explique à la fois la cohérence des évaluations successives mais également la possibilité d'une évolution significative, dans le temps, des valeurs moyennes.

En outre, la valeur du coefficient de moyenne mobile (θ) renvoie aux poids respectifs de la première tendance, similaire à un processus d'assimilation, et de la seconde, que l'on peut considérer comme un processus adaptatif. Cet équilibre entre préservation et adaptation se retrouve de manière homogène pour l'ensemble des perceptions d'un sujet et semble ainsi révéler une caractéristique individuelle stable (les individus pour lesquels la modélisation présenterait des coefficients de moyenne mobile élevés seraient des personnes plus résistantes au changement).

Bibliographie

- Barge-Schaapveld, D.Q.C.M., Nicolson, N.A., Berkhof, J. & DeVries, M.W. (1999). Quality of life in depression : daily life determinants and variability. *Psychiatry Research*, 88, 173-189.
- Box G.E.P. & Jenkins G.M. (1976). *Time series analysis: Forecasting and control*. Oakland: Holden-Day.
- Biddle, S., Fox, K. R. & Boutcher, S.H. (2000). *Physical activity and psychological well-being*, London: Taylor & Francis Group.
- Brown J.D. (1998). *The Self*. Boston: McGraw-Hill.
- Fox, K.H., & Corbin, C.B. (1989). The Physical Self Perception Profile: Development and preliminary validation. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 11, 408-430.
- Hanin, Y.L. (2000). *Emotions in sport*. Champaign, Ill.: Human Kinetics.
- Greenier K.D., Kernis M.H., McNamara C.W., Waschull S.B., Berry A.J., Herlocker C.E. & Abend T.A. (1999). Individual differences in reactivity to daily events: Examining the roles of stability and levels of self-esteem. *Journal of Personality*, 67, 187-208.
- Marsh, H.W (1994). The importance of being important: theoretical models of relations between specific and global components of physical self-concept. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 16, 306-325.
- Marsh, H.W. & Shavelson, R. (1985). Self-concept: its multifaceted hierarchical structure. *Educational Psychologist*, 20, 107-123.
- Marsh, H.W. & Yeung, A.S. (1998). Top-down, bottom-up, and horizontal models: the direction of causality in multidimensional, hierarchical self-concept models. *Journal of Personality and Social Psychology*, 75, 2, 509-527.
- Nezlek, J.B. & Plesko, R.M. (2001). Day-to-day relationships among self-concept clarity, self-esteem, daily events, and mood. *Society for Personality and Social Psychology*, 27, 201-211.
- Ninot G., Fortes M. & Delignières, D. (2001). A psychometric tool for the assessment of the dynamics of the physical self. *European Review of Applied Psychology*, 51, 3, 205-216.
- Nowak, A., Vallacher, R.R., Tesser, A. & Borkowski, W. (2000). Society of self : the emergence of collective properties in self-structure. *Psychological Review*, 107, 1, 39-61.
- Page, A., Ashford, B., Fox, K & Biddle, S. (1993). Evidence of cross-cultural validity for the physical self-perception profile. *Personal and Individual Differences*, 14, 4, 585-590
- Vallacher, R.R. & Novak, A. (1997). The emergence of Dynamical Social Psychology. *Psychological Inquiry*, 8, 7.