

UNIVERSITE DU QUEBEC A TROIS-RIVIERES

MEMOIRE DE MAITRISE

PRESENTÉ AU

DEPARTEMENT DE PSYCHOLOGIE

L'UNIVERSITE DU QUEBEC A TROIS-RIVIERES

POUR SATISFAIRE EN PARTIE AUX EXIGENCES DU  
PROGRAMME DE MAITRISE ES ARTS EN PSYCHOLOGIE

PAR

LOUISE BELLEMARE

L'INTERINFLUENCE DE LA CONNAISSANCE DE SOI

ET DE L'ESTIME DE SOI

TROIS-RIVIERES, CANADA, 1978

Université du Québec à Trois-Rivières

Service de la bibliothèque

Avertissement

L'auteur de ce mémoire ou de cette thèse a autorisé l'Université du Québec à Trois-Rivières à diffuser, à des fins non lucratives, une copie de son mémoire ou de sa thèse.

Cette diffusion n'entraîne pas une renonciation de la part de l'auteur à ses droits de propriété intellectuelle, incluant le droit d'auteur, sur ce mémoire ou cette thèse. Notamment, la reproduction ou la publication de la totalité ou d'une partie importante de ce mémoire ou de cette thèse requiert son autorisation.

### RESUME DU MEMOIRE

La présente recherche a tenté de vérifier si une meilleure connaissance de soi accompagne une plus grande estime de soi.

Les sujets de cette étude étaient au nombre de 104; 77 de sexe féminin et 27 de sexe masculin. Leur âge s'échelonnait entre 20 et 50 ans. Ils étaient tous étudiants, inscrits à l'Université de Montréal.

N'ayant trouvé aucun test mesurant la connaissance de soi, nous avons employé comme mesure de celle-ci l'écart existant entre les résultats obtenus au test 16 P.F. et les résultats provenant d'une autoévaluation sur ces mêmes facteurs. Une pré-expérimentation fut menée afin d'en vérifier la fidélité.

Le niveau de l'estime de soi est obtenu au moyen de la Mesure du concept de soi (traduction française du Tennessee self-concept scale).

Les résultats obtenus démontrent qu'il n'existe pas de relation entre la connaissance de soi telle que mesurée dans cette recherche et le niveau d'estime de soi présent chez un individu.

Nous concluons en réaffirmant les résultats de la recherche tout en les qualifiant par les limites des instruments utilisés pour opérationnaliser nos concepts.

Table des matières

Introduction .....	1
Chapitre premier - Facteur connaissance de soi et facteur estime de soi .....	4
Connaissance de soi .....	5
Estime de soi .....	20
Connaissance de soi et estime de soi .....	25
Chapitre II - Plan de l'expérience .....	47
Chapitre III - Présentation et discussion des résultats ....	66
Appendice A - Profil du <u>16 P.F.</u> (français) .....	78
Appendice B - Profil du <u>16 P.F.</u> (anglais) .....	81
Appendice C - Questionnaire du <u>Tennessee self concept scale</u> (français) .....	84
Appendice D - Profil du <u>Tennessee self concept scale</u> (anglais)	92
Conclusion .....	104
Références .....	108

Table des illustrations

Tableau 1 - Validité des facteurs du <u>16 P.F.</u> , forme C (N: 606) .....	55
Tableau 2 - Fidélité des facteurs du <u>16 P.F.</u> (N: 26) ..	56
Tableau 3 - Fidélité de la mesure "connaissance de soi" (N: 26) .....	57
Tableau 4 - Relation (r de Pearson) entre l'estime de soi et les huit facteurs de connaissance de soi (N: 104) .....	68
Tableau 5 - Relation (r de Pearson) entre l'estime de soi et les huit facteurs de connaissance de soi, population féminine (N: 77) .....	69
Tableau 6 - Relation (r de Pearson) entre l'estime de soi et les huit facteurs de connaissance de soi, population masculine (N: 27) .....	70
Tableau 7 - Relation (r de Pearson) entre l'estime de soi et les huit facteurs de connaissance de soi, âge 20-30 ans (N: 41) .....	71
Tableau 8 - Relation (r de Pearson) entre l'estime de soi et les huit facteurs de connaissance de soi, âge 30-40 ans (N: 41) .....	71
Tableau 9 - Relation (r de Pearson) entre l'estime de soi et les huit facteurs de connaissance de soi, âge 40 ans et plus (N: 22) .....	73
Tableau 10 - Relation entre la connaissance de soi et l'estime de soi, analyse de variance (N: 104) .....	75

## Introduction

La présente recherche s'efforce de répondre à la question suivante: une meilleure connaissance de soi engendre-t-elle nécessairement une plus grande estime de soi?

Voici comment est née cette interrogation. Le concept de l'estime de soi nous a d'abord intéressé. Nous voulions vérifier l'influence du niveau de l'estime de soi des parents sur le niveau de l'estime de soi des enfants, à savoir: les parents ayant un niveau supérieur d'estime de soi, seraient-ils plus susceptibles de favoriser le développement de celle-ci chez leur enfant?

Puis, l'observation de nombreuses expériences d'improvisation vécues dans des ateliers de peinture, nous apprit que, favoriser l'expression de soi, de sa personnalité, chez l'enfant et son extériorisation par des dessins, pouvait améliorer le comportement de ce dernier, voire même faciliter la croissance d'une attitude positive face à lui-même. Dès lors, notre curiosité se dirigea vers l'étude des causes influençant notre premier facteur, l'estime de soi.

Nous avons pris conscience qu'il y avait une opportunité, pour l'individu, à l'intérieur de ses activités, d'obtenir des renseignements sur son "moi". Ceci s'effectuait soit par l'examen de son "oeuvre", par ses interactions et les feedbacks reçus, ou, par la "centration" de soi. C'est alors qu'un deuxième facteur, la connaissance de soi, suscita notre intérêt. Existerait-il une relation entre l'estime de soi et la connaissance de soi? Certains auteurs (tels May, Rogers, Jourard) émettent l'hypothèse

qu'en améliorant la connaissance de soi chez un individu, on produit une augmentation du niveau de l'estime de soi.

Afin d'examiner les différentes facettes de ce sujet, notre premier chapitre présente une revue de la littérature pertinente à notre problème, et se termine par l'énoncé de notre hypothèse de recherche. Notre second chapitre révèle le plan de l'expérience. Puis, nous exposons et discutons les résultats obtenus, dans le troisième et dernier chapitre.

## Chapitre premier

### Facteur connaissance de soi et facteur estime de soi

Tel que mentionné dans l'introduction, le premier chapitre présente la littérature pertinente à notre sujet.

Celui-ci se divise en trois sections. La première est consacrée à l'étude de la connaissance de soi; une définition de la connaissance de soi nous aide à la mieux saisir. Une attention est ensuite portée sur les moyens favorisant son acquisition et enfin nous cernons quelques-unes des conséquences qu'elle produit sur la personnalité. Il semble que ces dernières soient influentes dans le développement du niveau de l'estime de soi.

La seconde section tente de mieux définir notre deuxième concept "l'estime de soi", et examine son importance sur le comportement.

La troisième et dernière section présente la pensée de quelques auteurs, ainsi que les résultats de recherches ayant quelques affinités avec notre sujet.

A la fin du chapitre, nous formulons notre hypothèse, voulant qu'il existe une interrelation entre l'estime de soi et la connaissance de soi.

#### Connaissance de soi

Cette section veut cerner le premier facteur de la recherche, la connaissance de soi. Pour ce faire certains auteurs (Jung, Adler, Allport,

Rogers, Coleman) viennent définir l'objet de cette connaissance, c'est-à-dire le "soi". Ensuite, nous précisons notre concept "la connaissance de soi", commentons les causes de son développement et enfin soulignons son impact sur la personnalité.

#### Définitions du "soi"

Jung a développé une théorie de la personnalité, dont le "self" est un concept central.

"The self is the mid-point of personality, around which all of the other systems are constellated. It holds these systems together and provides the personality with unity, equilibrium, and stability."<sup>1</sup>

Le soi représente le centre où s'effectue le rapprochement de l'inconscient et du conscient. Il est considéré comme le but de la vie, se montre d'un accès difficile, motive le comportement de l'homme et il provoque chez lui une recherche de l'intégrité.

Les différentes composantes de la personnalité doivent être complètement développées afin que le "soi" émerge. Généralement ceci est accompli à l'âge adulte; l'individu entreprend alors de changer le centre de sa personnalité qui se trouvait au milieu du conscient (ego) pour un point qui se situe à mi-chemin entre le conscient et l'inconscient (région du "self").

---

<sup>1</sup>Hall, Lindsey (1957). Theories of personality. New-York, U.S.A. p. 85.

De son côté, Adler, met l'accent sur le principe actif et créateur du "soi": c'est l'homme qui façonne sa propre personnalité.

"...the creative self is hard to describe. We can see its effects, but we cannot see it. It is something that intervenes between the stimuli acting upon the person and the responses he makes to these stimuli."<sup>1</sup>

L'individu crée sa propre attitude face à la vie à partir de l'agencement que le "soi" fait entre ce qui est inné (habiletés), ce qui est acquis (impressions) et la façon dont celui-ci expérimente cet avoir. Cette attitude détermine la relation que l'homme entretient avec l'extérieur.

Considéré comme une cause importante du comportement, le soi apporte une signification à la vie, il en crée le but tout autant que les moyens pour l'atteindre. Il est l'auteur du dynamisme et de la structure de la personnalité. Adler voit l'homme comme étant le maître de son destin.

Contrairement aux deux auteurs précédents, Allport ne croit pas qu'un terme puisse être utilisé comme une entité distincte du reste de la personnalité. Selon lui, il n'existe pas un "ego" ou un "self" ayant pour rôle d'organiser et d'administrer l'organisme. Il croit plutôt à l'interaction de différentes fonctions, dites vitales.

Il considère huit fonctions fondamentales dans la personnalité. Ce sont: la conscience du corps, l'identité de soi, le rehaussement de soi,

---

<sup>1</sup>Hall, Lindzey (1957). Theories of personality. New-York, U.S.A. p. 124.

l'extension de soi, l'agent rationnel, le soi-luttant, l'image de soi et le soi-connaissant. Elles se nomment "proprie functions", l'ensemble forme le "proprium". Elles ne sont pas innées. Chaque étape de la croissance implique une fusion de celles-ci.

"These functions are not, however, coextensive with personality as a whole. They are rather the special aspects of personality that have to do with warmth, with unity, with a sense of personal importance."<sup>1</sup>

Nous trouvons l'origine de nos attitudes, de nos intentions et de nos évaluations dans le "proprium".

Rogers nous présente le "soi" comme étant la conscience de son être et de son fonctionnement, c'est un soi-objet. Il représente une partie différenciée du champ phénoménal.

"The self-structure is, then, the organized picture, existing in awareness either as figure (i.e clear consciousness) or ground (i.e hazy consciousness or unconsciousness), of the self and the self-in-relationship (to the environment), together with the positive or negative values which are associated with those qualities and relationships, as they are perceived as existing in the past, present, or future."<sup>2</sup>

Le soi choisit les expériences qui sont compatibles avec sa structure, il ignore celles qui n'en présentent aucune relation, et détruit ou nie les informations qui la menacent. En conséquence, si nous voulons pro-

<sup>1</sup>Allport, W. Gordon (1955). Becoming: Basic considerations for a psychology of personality. Yale University Press, New Haven, Connecticut, U.S.A. p. 55.

<sup>1</sup>Hall, Lindzey (1957). Theories of personality. New-York, U.S.A. p. 483.

duire une modification dans le comportement d'un individu, il est nécessaire, en premier lieu d'effectuer un changement dans le concept de soi.

Rogers reconnaît deux entités qui règlent le système: le "soi" (sa structure conceptuelle) et "l'organisme" (champs phénoménal de l'expérience). S'il n'y a pas entente entre ces deux parties, il en résulte une tension, et à la limite une mésadaptation.

Idéalement, la phase optimum du développement de la personnalité serait une parfaite congruence entre ces deux entités. De ceci résulterait une libération d'anxiété et de tension interne ainsi que de toute tension potentielle, un maximum d'adaptation orientée avec réalisme et enfin l'établissement d'un système de valeurs personnel ayant de considérables affinités avec n'importe quel autre système de valeur de tout membre de la communauté humaine, en accord-avec-soi-même.

Enfin, Coleman accorde au "soi" la position du troisième déterminant dans le développement de la personnalité. Les premiers étant l'héritage génétique et l'environnement socioculturel. Il explore deux aspects du soi: le concept de soi et le "soi-système décisionnel central". Le concept de soi comprend l'identité de soi, l'évaluation de soi et le soi-ideal. Le "soi-système décisionnel central" a comme fonction de faciliter la prise de conscience chez l'individu. Ce système implique un "soi-connaissant", un "soi-luttant" et un "soi-agissant".

As the individual begins to experience himself  
as a unique person capable of self-direction,  
the self becomes the key reference point around

which his experiences and actions are integrated the reference point for evaluating new experiences, making plans and decisions, and undertaking adjustive action.<sup>1</sup>

Ayant présenté les définitions du soi de certains auteurs et l'importance qu'ils accordent à ce dernier dans la personnalité globale, nous cernons maintenant les différentes significations que peut prendre la connaissance de "soi".

#### Définition de la connaissance de soi

Qu'est-ce que la "connaissance de soi"?

Par "connaissance de soi" nous entendons "connaissance de soi étendue"; i.e., celle qui est acquise par l'expérience. Sculptée par toute notre vie, elle est aussi empreinte d'une certaine stabilité. Elle est, en partie, le fruit de "feedbacks" provenant de personnes qui nous sont significatives telles la famille, les amis... Elle englobe des aspects fondamentaux de notre personnalité. C'est la vision ou la perception que l'on a de soi par rapport à la réalité.

Cela s'avère être différent d'être en contact avec soi-même dans le ici-et-maintenant (i.e. être conscient de soi). La conscience est le: "sentiment ou intuition plus ou moins nette de ce qui se passe en nous ou même hors de nous."<sup>2</sup>.

<sup>1</sup>Coleman (1969). Psychology and effective behavior. University of California Los Angeles. p. 70.

<sup>2</sup>Foulquié, Paul (1962). Dictionnaire de la langue philosophique. Paris: Presses Universitaires de France, p. 122.

La connaissance de soi est aussi différente de l'expression "être observateur de soi-même" (objective self-awareness). Wicklund définit "objective self-awareness" comme étant: "Consciousness directed toward one or more aspects of the self...which means that the self is the object of its own conscious attention."<sup>1</sup>. Ces deux termes sont des éléments favorisant l'acquisition d'une meilleure connaissance de soi. Ils visualisent la personnalité d'une façon beaucoup plus réduite en se limitant à des expériences vécues dans le ici-et-maintenant, donc à des expériences étant bien spécifiques. La connaissance de soi est la généralisation de ce vécu.

Notre facteur n'est pas identique au "concept de soi". Ce dernier est défini comme étant: "Un ensemble organisé, plus ou moins cohérent, de perceptions que l'individu a de lui-même en tant qu'objet d'observation, qu'acteur ou qu'observateur".<sup>2</sup>

La connaissance de soi serait le degré de concordance entre les perceptions que l'individu entretient face à lui-même et la personnalité dite "réelle" de ce dernier.

Les différentes définitions de la connaissance de soi, présentées ici, semblent toujours comporter les dimensions de perception vraie, réaliste et complète de l'objet étudié.

Pour André Lalande, ce serait: "avoir dans l'esprit un certain

<sup>1</sup>Ickes, Wicklund, Ferris (1973). Objective self awareness and self-esteem, Journal of experimental social psychology, 9, p. 202.

<sup>2</sup>Toulouse, Jean-Marie (1971). Mesure du concept de soi, p. 2.

objet de pensée non seulement en tant que donné, mais en tant que bien saisi dans sa nature et ses propriétés."<sup>1</sup>.

Selon Raoul Mortier, c'est: "L'ensemble des notions, conformes à la vérité, que l'on a sur un objet quelconque."<sup>2</sup>.

Howard C. Warren, définit la connaissance de soi comme étant: "A loose term denoting an individual's ability to appraise his own mental qualities and deficiencies."<sup>3</sup>.

Et Paul Foulquié nous en parle comme: "Se faire une idée juste de ce que l'on est, principalement de son être moral, de ses capacités intellectuelles et morales, de son tempérament et de son caractère."<sup>4</sup>.

En résumé, et c'est aussi notre définition, la connaissance de soi est la similitude entre une "réalité" extérieure représentée par des résultats à des tests standardisés et l'évaluation subjective portée par l'individu sur différents aspects de sa personnalité. Elle est la capacité, chez un sujet, de définir ce qui est stable et fixe dans sa personnalité, ce qui le caractérise et ce qui le rend prévisible.

<sup>1</sup>Lalande, André (1972). Vocabulaire technique et critique de la philosophie, Presses Universitaires de France, p. 172.

<sup>2</sup>Mortier, Raoul (1965). Dictionnaire encyclopédique Quillet, librairie Aristide Quillet, p. 1321.

<sup>3</sup>Warren, Howard C. (1934). Dictionary of psychology. Houghton Mifflin Company, p. 244.

<sup>4</sup>Foulquié, Paul (1962). Dictionnaire de la langue philosophique. Presses Universitaires de France, p. 120.

Afin d'opéralionaliser notre concept, nous verrons la connaissance de soi comme le degré de congruence entre l'estimation que le sujet fait de certains traits de sa personnalité, et les résultats obtenus à un test mesurant ces mêmes traits de personnalité.

### Développement de la connaissance de soi

Maintenant que nous avons une idée plus précise du terme "la connaissance de soi", la question suivante se pose: Quels moyens suscitent son développement?

Au début de notre vie, il n'y a pas de connaissance:

Tant que les yeux d'un bébé ne se sont pas ouverts, il vit dans un monde où l'univers entier se réduit au corps propre et où l'autre, le non-soi, n'existe pas. A mesure que les différents aspects du monde extérieur se distinguent les uns des autres, ils s'identifient dans l'esprit du bébé à des sensations corporelles. La mère devient quelqu'un qui transforme la gêne en bien-être, la faim en assouvissement. Mais à ce stade précoce, le comportement du bébé est purement impulsif. Ses réactions sont involontaires. Il n'a pas appris à penser, il n'a acquis aucune connaissance.<sup>1</sup>

Au préalable, selon Lowen, la pensée précède l'acquisition de la connaissance. Celle-ci est déclenchée par la frustration et la négation. L'enfant obtient une connaissance de soi, par la perception de différences, d'oppositions en fonction de son entourage. Ici, nous observons, chez un individu, l'importance du milieu familial sur la contribution de la facilité.

---

<sup>1</sup>Lowen, Alexander (1976). Le plaisir, éditions du jour, Tchou, p. 132.

té à se connaître. En effet, l'enfant soutenu dans son affirmation de lui-même, se découvre plus facilement: il en arrive à mieux saisir son individualité (par exemple, s'il fait un choix, il est permis de croire que l'enfant sait qui il est et ce qu'il veut). A l'opposé: "Si les sentiments d'un homme sont étouffés, sa conduite sera le reflet d'idées qui lui ont été inculquées et non celui de son être véritable."<sup>1</sup>. Cet individu perd contact avec son moi, il ignore ce qu'il est puisque sa conduite est dictée par l'extérieur. La permission d'être "lui-même" qui a ses débuts dans la famille nous permet de nous accepter, et du même coup elle favorise notre connaissance.

Il semble donc que le fait d'être en contact avec des êtres humains est déterminant dans l'obtention d'une connaissance de soi. C'est à l'aide de ces contacts que nous sommes mis en présence de nos frontières, de nos limites. C'est au moyen de la comparaison et des feedbacks, que nous pouvons parvenir à établir une approximation de nos attitudes, de nos aptitudes et de nos comportements: "Being out-of-touch with others helps in the production of a person out-of-touch with self."<sup>2</sup>.

Il est plus ou moins facile de nous définir selon que nous prenons plus ou moins de risques, que nous tentons plus ou moins d'expériences, que nous osons vivre plus ou moins de situations différentes. En ef-

<sup>1</sup>Lowen, Alexander (1976). Le plaisir, éditions du jour, Tchou, p. 115.

<sup>2</sup>Shaffer, Keller, Judith (1974). Using knowledge of self: a means to grow, Michigan State University, p. 90.

fet, cela favorise l'éclosion de multiples réactions, qui peuvent provoquer la découverte de nos peurs, de nos craintes et de nos désirs.

De même, notre mode de vie, nos relations affectives, nos activités et nos lectures nous fournissent une source importante d'indices sur nous-mêmes.

Nos réussites et nos échecs, notre façon de les assumer sont aussi des facteurs révélateurs non négligeables.

Mais, pour recevoir toutes ces informations, il faut d'abord "être ouvert à soi-même". Il faut une "attitude d'accueil a priori de ce qui apparaît dans le champ perceptuel"<sup>1</sup>, sans que ce soit suivi de peur, de honte, de dégoût ou de culpabilité. La symbolisation de l'expérience devient à ce moment possible. Nous croyons que la connaissance de soi serait le résultat des expériences symbolisées.

Gendlin a disséqué ce processus du vécu humain en quatre étapes. Il débute par la perception d'un stimulus heuristique (i.e. "tout événement, interne ou externe à la personne, qui est susceptible d'éveiller et de satisfaire le besoin de comprendre"<sup>2</sup>, puis vient l'éveil psychologique suivi ensuite de la focalisation et de l'expression. La focalisation est l'étape qui semble mener à une connaissance de soi. En effet, par la focalisation, l'individu porte attention à ce qui émerge de son intérieur. Son ex-

<sup>1</sup>Saint-Arnaud, Yves (1974). La personne humaine. Editions de l'homme, CIM, p. 65.

<sup>2</sup>Saint-Arnaud, Yves (1974). La personne humaine. Editions de l'homme, CIM, p. 145.

périence vécue au début d'une façon très globale, devient de plus en plus précise et l'individu en vient à mieux cerner, à mieux identifier, ce qui se passe dans son intérieur. Une image, un concept, une idée ou une opinion en résultent. Maintenant, notre expérience se prête mieux à l'analyse intellectuelle.

L'étape de la focalisation est celle qui permet de comprendre par l'intérieur, une réalité quelconque...la symbolisation de cette expérience se fait progressivement lorsque je me mets à l'écoute de ce qui surgit en moi... De façon générale le processus heuristique apparaît fragile; pour se manifester et se poursuivre de façon adéquate, il suppose beaucoup de tranquilité et de paix intérieure...l'anxiété, la tension, la fatigue, des réactions émotives de toutes sortes peuvent le paralyser.<sup>1</sup>

En résumé, les facteurs déterminants en vue de l'obtention d'une connaissance de soi, sont notre ouverture à nous-mêmes: i.e. la disponibilité que l'on s'accorde à recevoir tous les indices qui nous habitent; notre ouverture face à l'extérieur et à autrui: ce qui implique que nous devons être en contact avec des individus; et notre ouverture à la "vie" (elle sous-entend une participation active aux événements, une disponibilité à prendre plus ou moins de risques et à tenter plus ou moins d'expériences).

#### Conséquences

Après avoir acquis une idée plus précise du concept de la "connaissance de soi" et avoir aussi examiné les moyens favorisant son acquisition, voyons maintenant ses effets sur la personnalité.

---

<sup>1</sup>Saint-Arnaud, Yves (1974). La personne humaine. Editions de l'homme, CIM, p. 148.

La connaissance que l'on a de soi-même, nous mène à nous structurer une image, une représentation de soi. Ceci a comme effet, de filtrer les messages extérieurs, et de les rendre conformes à ce qui est vécu à l'intérieur.

(...) La représentation de soi dispose de concepts qui tendent à se perpétuer en assimilant les situations selon les catégories déjà élaborées. Une fois constituée et consolidée dans et par l'expérience...la représentation de soi peut procéder dans une grande mesure et à la création de sa propre expérience. La personne tend à se placer dans les situations où précisément, elle se conçoit. Elle peut avec succès "jouer le rôle" que lui assigne sa représentation d'elle-même.<sup>1</sup>

Ceci peut être désastreux, si la conception que la personne a d'elle-même est inadéquate. En effet, l'individu qui se connaît peu ou mal, risque d'entretenir une représentation de lui-même qui ne concorde pas du tout à ce qu'il est, par le fait même, il risque de biaiser les informations plus objectives venant de l'extérieur.

Une meilleure compréhension de nos actions est l'un des effets positifs découlant de la connaissance de soi. Elle permet de mieux identifier nos besoins, nos peurs, nos attentes et en retour de nous mieux équiper pour les satisfaire.

De même, elle facilite la communication. Les individus possèdent alors l'opportunité de livrer des messages plus clairs. Une meilleure con-

---

<sup>1</sup>Pelletier, Denis (1971). La représentation de soi, tome 1, interprétation cognitive, éd. du renouveau pédagogique, p. 27.

naissance de l'autre est alors possible.

Coopersmith pointed out that without a high degree of self-awareness there could be no consistent expectation of one's own behavior. Without a high degree of self-awareness the individual generally lacks the appropriate trust and confidence he needs in himself and in his talents. This lack of self-awareness seems to inhibit the ability to consistently predict the very behavior one possess. This, then, carries over and negates the opportunity to predict the behavior of others with consistency.<sup>1</sup>

Les prises de conscience nous fournissent un indice de différentes réactions, de différents aspects de nous-mêmes. Ces derniers nous aident à mieux identifier les points stables de notre personnalité et nous mènent à une connaissance de soi plus juste. Il s'y joint aussi une capacité d'entretenir des relations plus étroites, plus intimes.

Knowing myself better, I can trust to lessen those boundaries between me and you...because I am sure of my "inner" boundaries. Knowing my strengths and weaknesses, my good and my evil I don't have to be afraid of you finding them out...they are already known well enough to work with. They are not spectres that haunt me, they are accepted parts of me.<sup>2</sup>

En plus, elle nous munit de "moyens de survivance". En estimant mieux nos possibilités présentes, nos forces, nos talents nous pouvons prévoir avec plus de justesse les résultats obtenus face à une tentative quel-

<sup>1</sup>Cangemi, Joseph; Martray, Carl R. (august 1975). Awareness: a psychological requisite or the actualizing personality, psychology; a journal of human behavior, vol. 12, #3, p. 45.

<sup>2</sup>Shaffer, Judith Keller (1974). Using knowledge of self: a means to grow, Michigan State University, p. 94.

conque.

Si nous connaissons nos besoins, nos intérêts et nos valeurs, nous pouvons nous entourer plus facilement d'un milieu nourrissant psychologiquement. Il est alors plus aisé de choisir et de développer un environnement qui soit favorable à notre épanouissement.

Et bien sûr, nous avons la possibilité de mieux nous autodéterminer.

I had better know how these parts of me work together, or how they seem to be in opposition.  
 I had better try to understand my own being-ness.  
 Without knowing these things I am subject too much to the wills of others, the whims of my environment, more than my own will.<sup>1</sup>

Une bonne connaissance de soi comporte de nombreux effets positifs. Elle semble fournir à l'individu de grandes opportunités: vivre avec plus de satisfactions, créer des relations interpersonnelles plus intimes et gratifiantes, s'entourer d'un milieu qui lui soit bienfaisant et qui correspond plus adéquatement à ses besoins.

Notre ouverture face à l'extérieur et face à nous-mêmes a grandement favorisé l'acquisition de cette connaissance.

Il est intéressant de noter que tous ces effets semblent, a priori, reliés de près ou de loin au développement de l'estime de soi, notre deuxième

<sup>1</sup>Shaffer, Judith Keller (1974). Using knowledge of self: a means to grow, Michigan State University , p. 4.

me facteur, vers lequel nous tournons maintenant notre attention.

### Estime de soi

Dans cette deuxième section, nous définissons, en premier lieu, l'estime de soi, puis nous examinons son importance sur la personnalité.

#### Définition

Les différentes définitions de l'estime de soi semblent toujours comporter les dimensions de perception individuelle, globale et personnelle de sa valeur. C'est souvent le fruit des comparaisons que l'individu fait de son moi en rapport avec d'autres personnes significatives. Ce facteur confère à ces informations une valeur positive ou négative. "C'est le processus par lequel l'individu investit son émotivité dans l'objet de connaissance qu'est sa propre personne."<sup>1</sup>

Selon Ziller,

Self-esteem is usually defined as the individual's perception of his worth. In evaluating the self, however, few physical cues are available which provide a reliable basis for an estimate. Still, the individual has recourse to paired comparisons of the self and significant others; that is, self-evaluation evolves in terms of social reality.<sup>2</sup>

Enfin, pour U' Ren: "self-esteem is a personal feeling and

<sup>1</sup>Pelletier, Denis (1971). La représentation de soi, tome 1, interprétation cognitive du renouveau pédagogique, p. 17

<sup>2</sup>Ziller, Robert C.; Hagey, Jean; Smith, Mary and Long, Barbara H. (1969). Self-esteem: a self-social construct, journal of consulting and clinical psychology, 33 (1), p. 84.

judgment of one's worth and refers to how a person regards himself"<sup>1</sup>.

L'estime de soi est un tout, composé de qualificatifs ayant trait à l'identité du sujet: comment il se voit, à la satisfaction de son moi, à la façon dont il perçoit ses comportements, son soi physique, son soi moral-éthique, son soi familial, son soi social, son soi personnel.

L'estime de soi est différente du concept de soi. Ce dernier est: "un ensemble organisé, plus ou moins cohérent, de perceptions que l'individu a de lui-même en tant qu'objet d'observation, qu'acteur ou qu'observateur"<sup>2</sup>. Il est formé de sous-ensembles dont celui de l'estime de soi.

Elle n'est pas non plus synonyme de l'image de soi. Cette dernière réfère plus précisément à la notion que le sujet perçoit de son être. Ce n'est pas un moi-objet directement observé, mais un concept évaluatif de sa propre personnalité, de son caractère, de l'image de son corps et de son apparence corporelle. A ces observations, l'estime de soi donnerait une valeur en termes de bon, beau, agréable ou laid...

Ce n'est pas non plus équivalent au "self-regard" qui est un concept dont la composante centrale est un sentiment de satisfaction lorsque la situation physique ou sociale est favorable à l'individu ou de dissatisfaction lorsqu'elle ne l'est pas. Roger Lewis Barret a défini ce terme

<sup>1</sup>U'Ren, Richard C. (1971). A perspective on self-esteem, comprehensive psychiatry, sept., vol. 12 (5), p. 466.

<sup>2</sup>Toulouse, Jean-Marie (1971). Mesure du concept de soi, p. 2.

"as the degree of correspondence between a student's self-descriptions and ideal self-descriptions"<sup>1</sup>.

Le self-regard est voisin de la définition de la satisfaction de soi qui est une composante de l'estime de soi.

Citons finalement la définition de Jean-Marie Toulouse. Nous nous y appuyons et nous la ferons nôtre pour les besoins de la présente recherche. Elle a l'avantage d'être explicative et d'englober plusieurs aspects.

Il s'agit alors d'une évaluation que l'individu fait de lui-même, évaluation qui exprime une attitude d'approbation, de désapprobation et indique jusqu'à quel point la personne s'évalue comme une personne valable, importante et efficace. C'est donc un jugement personnel que l'individu développe à son égard et qui se manifeste par le comportement ou la communication. On emploie souvent l'expression "estime de soi" (Coopersmith, 1967) pour référer à ce type d'évaluation subjective.<sup>2</sup>

#### Importance de l'estime de soi

Nous savons que l'estime de soi est définie comme la valeur que s'attribue la personne. Regardons maintenant les conséquences produites par cette dernière sur la personnalité. Examinons ses implications sur l'individu, comme "être social", puis comme "être expérimentant".

<sup>1</sup>Barrett, Roger Lewis (1967). A study of the influence of self-regard on changes in accuracy of self-estimates following the reporting of test results, Dissertation abstract, Vol. 28, No 1, 465A.

<sup>2</sup>Toulouse, Jean-Marie (1971). Mesure du concept de soi, p. 3.

Certains auteurs (Coopersmith et Ziller) ont trouvé une relation positive et significative entre l'estime de soi et la participation sociale. En effet, les individus possédant un faible niveau d'estime de soi seraient enclins à entretenir des relations sociales limitées; par le fait même, les possibilités d'amitié et de relations "supportantes" sont diminuées.

(...) persons with subjectively low self-esteem (low-low and low-high) believe they have greater difficulty in forming friendships than do individuals with medium or high self-esteem.<sup>1</sup>

Il s'ensuit une relation positive de l'ouverture vers l'extérieur. Les individus ayant un haut niveau d'estime de soi croient davantage en eux-mêmes, ils ne craignent pas de se laisser imprégner par les événements externes. Comme ils sont moins anxieux (cf p. 23) ils sont donc plus réceptifs que les individus ayant un faible niveau d'estime de soi, d'ailleurs ils ont une attitude plus ouverte que ces derniers. Enfin, ils réagissent mieux aux feedbacks négatifs et entretiennent un plus grand échange entre leur moi et le milieu.

Thus we find that the individual with low self-esteem is more likely to turn inward and dwell upon himself, and those higher in esteem are able to give greater attention to external publics events. Apparently low self-appraisals arouse repetitive and possibly compulsive self-examination, but more positive self-attitudes permit a more expanded perspective.<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Coopersmith, S.A. (1967). The antecedents of self-esteem, San Francisco, Freeman, p. 50.

<sup>2</sup>Coopersmith, S.A. (1967). The antecedents of self-esteem, San Francisco, Freeman, p. 70.

L'estime de soi est reliée à l'autonomie du sujet. Coopersmith soutient que les gens qui se concèdent une valeur positive éprouvent une plus grande facilité à s'autodéterminer. Ces individus se fient à leurs sentiments, ils ont confiance en leurs réactions, et puisent leurs forces en eux-mêmes.

The impression that emerges is that individuals with high self-esteem listen to themselves more and trust their reactions and judgments to such an extent that they are willing to make them a basis of action. Their attentiveness and respect for their private conclusions enables them to pursue personal inclinations.<sup>1</sup>

En conséquence, les individus ayant un niveau d'estime de soi élevé sont plus enclins à prendre des risques. À l'opposé, les gens ayant un bas niveau d'estime de soi sont inquiets d'exposer des idées impopulaires ou inhabituelles, ils ne souhaitent guère accomplir une action qui attirerait sur eux l'attention.

Une personne avec une image de soi positive est quelqu'un qui tend le mieux à réaliser ses pleines potentialités. Elle est plus ouverte à l'expérience et cela l'amène à extérioriser son énergie, en explorant, découvrant, créant des projets.<sup>2</sup>

Par contre, les individus ayant un bas niveau d'estime de soi sont conscients de leurs déficiences réelles ou imaginaires. Une participation

<sup>1</sup>Coopersmith, S.A. (1967). The antecedents of self-esteem, San Francisco, Freeman, p. 63.

<sup>2</sup>Remy, Gilles A. (1972). Le concept de soi chez des enfants d'école gardienne, Université catholique de Louvain, recherches du lab. de pédagogie expérimentale, cahier no 9, Vander éditeur Louvain, p. 33.

aux événements publics est alors perçue comme étant menaçante.

Une recherche menée par Coopersmith laisse supposer qu'une relation négative existe entre l'estime de soi et l'anxiété.

The correlation between self-esteem and anxiety is  $-.67$ . This indicates that high levels of negative affect, as measured by reports of distress, tension and symptoms, are more likely to be found in persons with low self-esteem.

Persons with medium and high self-esteem experience some negative affect but the frequency with which they report distress in experience or symptoms is significantly lower than that for persons low in their own appraisal.<sup>1</sup>

En résumé, selon ces auteurs, les personnes ayant un niveau d'estime de soi élevé sont susceptibles d'être plus ouvertes face à l'extérieur, de bénéficier d'une vie émotive plus riche, de faire preuve d'une plus grande participation sociale, d'être plus indépendantes, de prendre plus de risques, d'être moins sujets à l'anxiété. Nous avons vu, dans la section 1, que ces facteurs sont aussi déterminants en vue de l'obtention d'une meilleure connaissance de soi. Nous nous tournons maintenant, dans la section 3, vers l'examen de recherches s'intéressant à la relation pouvant exister entre nos deux facteurs.

#### Connaissance de soi et estime de soi

Après avoir pris conscience de l'importance de la connaissance de soi dans la réalisation de la personnalité, avoir exploré les moyens favo-

---

<sup>1</sup>Coopersmith, S.A. (1967). The antecedents of self-esteem, San Francisco, Freeman, p. 132.

risant son acquisition, s'être attardé à quelques implications de l'estime de soi sur le comportement de l'individu, nous examinons maintenant certaines études qui s'efforcent de scruter, de près ou de loin, la relation pouvant exister entre la connaissance de soi et l'estime de soi. Nous débutons par la présentation de réflexions théoriques de différents auteurs, pour poursuivre ensuite avec l'exposé de quelques recherches de type expérimental.

#### Réflexions théoriques

D.M. Pederson (cité par Remy dans Le concept de soi chez des enfants d'école gardienne) souligne bien l'interaction de nos deux facteurs: l'estime de soi et la connaissance de soi. La définition qu'il accorde au concept de soi nous semble bien près de la signification de la connaissance de soi, puisqu'il fait appel à la conscience des capacités et des valeurs du sujet. Cette conscience aurait comme effet de renforcer le moi ou de donner confiance au sujet, en lui révélant ses côtés positifs. Dans ce contexte, l'interinfluence du concept de soi sur le moi, nous semble parallèle à l'interinfluence de la connaissance de soi sur l'estime de soi.

Le concept de soi aurait à émerger de l'inconscience: le sujet, grâce à autrui, devrait devenir conscient de ses capacités et de ses valeurs propres. Ceci aurait comme effet de renforcer le moi et d'augmenter le rendement. Un moi faible recherche la sécurité, est synonyme de peur, d'absence d'autodace dans ses capacités, justement parce que celles-ci ne lui ont pas été encore révélées... L'influence du concept de soi sur le rendement pourrait donc s'expliquer par le biais de son

action de renforcement du moi.<sup>1</sup>

U'Ren, dans un article ayant comme but de présenter une perspective de l'estime de soi, a décrit une relation intéressante entre ce facteur et la connaissance de soi. Il semble que l'un et l'autre s'interfluencent continuellement de façon négative.

People with low self-esteem often maintain that in spite of their assets, they would not be liked if others knew them as they "really are". The presumption here is that only we know ourselves as we really are, whatever that means. The fact is that we are known, in the sense of being perceived and evaluated, by many people in different ways, both more superficially and sometimes more deeply than we know ourselves. This presumption chains the individual to a curiously one-dimensional view of himself. Such people act as if their earlier encounters with feedback were so painful that they no longer wish to risk obtaining additional information about themselves from others.<sup>2</sup>

Donc, en évitant de recevoir toutes nouvelles informations à leur sujet, ces individus favorisent le maintien de leur bas niveau d'estime de soi et comme ils ont un bas niveau d'estime de soi, ils craignent d'obtenir de nouvelles informations sur eux. "If one cannot accept oneself then it is doubtful whether one can openly examine and explore one's feelings, attitudes and values."<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Remy, Gilles A. (1972). Le concept de soi chez des enfants d'école gardienne, Université catholique de Louvain, recherches du lab. de pédagogie expérimentale, cahier no 9, Vander éditeur Louvain, p. 2.

<sup>2</sup>U'Ren, Richard (sept. 1971). A perspective on self-esteem, comprehensive psychiatry, vol. 12 (5), p. 470.

<sup>3</sup>Woodhouse, David John (1974). An examination of the immediate and long-range effects of participation in a self-exploration group upon participants' self-acceptance and acceptance of others. Thèse de doctorat présentée à The University of North Carolina at Chapel Hill, p. 6.

Ces deux facteurs s'interinfluencent aussi de façon positive.

Les gens ayant un haut niveau d'estime de soi, comme nous l'avons vu dans la section 2, sont ouverts aux messages venant de l'extérieur, de même, ils sont sociables (comme nous nous connaissons en partie par l'entremise d'autrui (référer à la section 1), alors ces individus sont susceptibles de mieux se connaître et du même coup de rehausser leur niveau d'estime de soi.

Sidney Jourard, dans son livre La transparence de soi a repris le même thème. Il traduit l'importance de l'interaction de la connaissance de soi et de l'estime de soi par ces mots:

Si l'amour de soi véritable implique un comportement qui satisfait vraiment ses besoins propres et qui favorise sa croissance personnelle, alors les hommes manquant d'insight profond ou de contact vrai avec leur moi authentique, échoueront à s'aimer eux-mêmes. Puisqu'ils ignorent tout de leurs sentiments, de leurs désirs et besoins (habitués qu'ils sont à la répression), leur essence se ressentira des effets d'une telle négligence de soi ou du dur traitement que le moi s'impose à lui-même.<sup>1</sup>

Dans la même optique, Schwartz affirme:

The sooner a person perceives his own needs, and wants, the sooner that person can attempt, and hopefully achieve, fulfillment of those needs and wants: fulfillment of a positive self-concept.<sup>2</sup>

---

<sup>1</sup>Jourard, Sidney M. (1974). La transparence de soi, coll. service à la psychologie dirigée par Aurèle Saint-Yves, les éditions Saint-Yves, p. 50.

<sup>2</sup>Schwartz, Steven (jan. 1974). Are you one of your favorite people, The journal of school health, vol. XLIV, No 1, p. 32.

Pelletier, dans son étude sur la représentation de soi, a dirigé son attention chez les gens s'évaluant négativement. Il est arrivé à une conclusion similaire à celle des auteurs précédents, à savoir qu'un bas niveau d'estime de soi défavorise la connaissance de soi.

La tendance à se déprécier retarde la prise de conscience précisément parce que le sujet a trop d'indices de ce qu'il n'est pas...<sup>1</sup>

...si quelqu'un accumule au cours de son développement la preuve qu'il n'est pas apprécié, comment le moi en tant qu'objet de connaissance peut-il être autre chose qu'un matériel anxiogène et comment peut-il d'une façon adéquate traiter des informations aussi perturbatrices.<sup>2</sup>

Une grande anxiété s'accompagne d'un faible niveau de curiosité... Il est probable dans ces conditions que la considération positive de soi encourage le questionnement sur son identité alors que l'anxiété et la rigidité en sont des modes d'évitement.<sup>3</sup>

Un article traitant du "self-awareness" décrit par Joseph P. Cangemi et Meryl R. Englander, véhicule les mêmes idées, en des termes différents.

Barksdale (1972) makes the point that few people are aware of how they really feel about themselves. He attributes this to the human desire to see only positive characteristics about one self while rejecting negative

<sup>1</sup>Pelletier, Denis (1971). La représentation de soi, tome 1, interprétation cognitive du renouveau pédagogique, p. 30.

<sup>2</sup>Pelletier, Denis (1971). La représentation de soi, tome 1, interprétation cognitive du renouveau pédagogique, p. 59.

<sup>3</sup>Pelletier, Denis (1971). La représentation de soi, tome 1, interprétation cognitive du renouveau pédagogique, p. 60.

characteristics. He also attributes this to lack of knowledge. When individuals refuse to take rational, objective views of themselves, they generally do not feel very positive about themselves.<sup>1</sup>

Au contraire, les gens ayant un bas niveau d'estime de soi risquent de rejeter les idées positives que l'entourage entretient face à eux. En effet, cela ne serait pas congruent avec leur propre perception.

D'autres acteurs ont émis l'hypothèse que si l'on augmentait un de ces facteurs, l'autre facteur s'en ressentirait de façon positive.

Rollo May affirme:

Une prise de conscience croissante de son corps, de ses désirs et de ses besoins, processus évidemment lié à l'expérience de l'identité, entraîne normalement aussi une plus haute appréciation de soi, en tant qu'être-au-monde et un respect plus grand pour l'être-en-soi.<sup>2</sup>

Comme nous l'avons dit précédemment, ces prises de conscience mènent à une connaissance de soi plus précise.

Jourard dans un article cite quelques découvertes de Freud.

Freud discovered that when people struggled to avoid being and knowing themselves, they got sick. They could only become well, and stay relatively well, when they came to know

<sup>1</sup>Cangemi, Joseph P., Englander, Merryl R. (1974). Self awareness and developmental stages toward self-actualization, College student journal, (apr) vol. 8 (2), p. 88.

<sup>2</sup>Rollo, May (1972). Le désir d'être, psychothérapie existentielle. éd. epi, p. 60.

themselves through self-disclosure to another person.<sup>1</sup>

Rogers nous décrit de quelle façon une personne en vient à mieux s'accepter alors qu'elle participe à un processus qui l'amène à mieux se connaître.

Comme il se trouve quelqu'un qui l'écoute et accepte ses sentiments, il devient peu à peu capable de s'écouter lui-même...de prêter l'oreille à des sentiments qu'il avait toujours niés et refoulés. Il peut écouter des sentiments qui lui ont semblé si terribles ou si déroutants, ou si anormaux, ou si honteux, qu'il n'a jamais été capable de reconnaître leur existence en lui-même. Au fur et à mesure qu'il apprend à s'écouter lui-même, il en vient à mieux s'accepter.<sup>2</sup>

Nous venons de citer l'opinion de quelques auteurs sur l'interfluence de nos deux variables: la connaissance de soi et l'estime de soi. Ils y constatent une relation positive. Nous recensons maintenant quelques études de type expérimental faites à ce sujet.

Nous présentons maintenant un exposé de recherches. Au début nous portons notre attention à celles affirmant que l'augmentation présumée du facteur "connaissance de soi" implique l'augmentation du niveau "d'estime de soi". Dans la deuxième partie, viennent des études, où les deux facteurs sont augmentés, sans qu'il soit fait mention d'interrelation. Nous abordons

<sup>1</sup>Jourard, Sidney (1959). Healthy personality and self-disclosure, Mental hygiene, p. 501.

<sup>2</sup>Rogers, Carl B. (1968). Le développement de la personne, Dunad, p. 50.

à la suite, une situation où il se trouve une augmentation soupçonnée de la connaissance de soi et une stabilité de l'autre facteur. Nous terminons par une expérience où il existe chez les mêmes individus, une augmentation de l'un des facteurs et une diminution de l'autre.

#### Etudes de type expérimental

##### A. Partie A

Les recherches menées par Steggall, Sabol, Woodhouse, Taylor et Moon ont retenu notre attention. Elles ont en commun des résultats soutenant une augmentation présumée de nos deux facteurs; le premier étant l'estime de soi, et le second la "connaissance de soi" qui n'est supportée dans aucune étude par une mesure statistique.

Nous n'avons pas négligé les articles où des termes connexes aux nôtres, tel que le "self-regard", "l'acceptation de soi", le "concept de soi", les "prises de conscience psychosociale", y sont exploités.

Nous terminons par un retour critique de ces cinq études.

Notre première référence porte sur les travaux de Steggall.<sup>1</sup> En 1972, Steggall veut vérifier si le traitement, qui consiste à augmenter le niveau de connaissance de soi, par le développement de la conscience de soi, contribue à augmenter significativement le niveau du "self-regard".

---

<sup>1</sup>Steggall, Scott (1972). The effect of self-awareness activities in a small group process on the phenomenal self-regard of selected fifth grade children, Dissertation abstract international, Vol. 33, No 8, pp. 4104A-4105A.

Il émet comme hypothèse: "that developing self-awareness and increasing self-knowledge within a non-threatening atmosphere leads to increased positive self-regard.".

Son expérience porte sur quarante élèves fréquentant l'école élémentaire. Il les a séparés en deux groupes égaux: un groupe expérimental divisé en quatre sous-groupes de cinq membres et un groupe témoin formé de deux sous-groupes de dix membres. La moitié de groupe témoin n'entre jamais en relation avec le surveillant. L'autre moitié au contraire fréquente ce dernier et chacun en reçoit une attention équivalente.

Le traitement consiste en huit sessions, mettant l'accent sur la sensibilité et l'éveil sensoriel. L'énergie n'y est donc pas centré sur un problème individuel.

Steggall emploie cinq instruments afin de mesurer la variable "self-regard". Certains de ces instruments la mesurent phénoménologiquement, d'autres à la façon dont on croit que le "self-regard" est perçu par l'environnement. Il n'est pas donné plus de détails sur ces instruments.

Les résultats ne vérifient pas la conjoncture émise. L'auteur s'interroge alors sur sa recherche et propose qu'une autre étude soit entreprise en vue de mesurer l'impact existant entre une amplification de la conscience et de la connaissance de soi sur le niveau du "self-regard".

Sabol<sup>1</sup>, notre second auteur, avait pour but, en 1974, d'examiner l'effet de classes favorisant des prises de conscience psychosociale sur le niveau de l'estime de soi.

Le traitement consiste en la participation à des groupes, offrant une opportunité à l'individu de rehausser son sens du moi, d'en favoriser son acceptation et de mieux comprendre son mode d'interrelation. L'expérience se déroule tout au long de l'année scolaire, c'est-à-dire durant 36 semaines en raison de une heure par semaine.

La mesure adoptée est le Coopersmith self-esteem inventory et le test fut administré en août 1972 et en mai 1973.

Un nombre de 175 élèves (low-achieving) de première à la sixième année, donc fréquentant l'école élémentaire, a été soumis à l'étude. Nous ne connaissons pas la répartition du nombre d'enfants entre le groupe expérimental et le groupe témoin.

Les résultats révèlent, que sur les trois grades auxquels le Coopersmith self-esteem inventory a été administré, i.e. ceux de la quatrième, cinquième et sixième années, la fréquentation à des classes psychosociales ne semble affecter positivement que le niveau d'estime de soi des enfants fréquentant les grades cinq et six. Nous disons "semble", parce que le degré de signification du changement n'est pas dévoilé. Nous regrettons

---

<sup>1</sup>Sabol, D.E. (1974). The effects of psychological awareness classes on self-esteem, behavior and academic achievement in the elementary grades, Dissertation abstract international, vol. 35, no 1, pp. 271A-272A.

de ne pouvoir nous appuyer sur des résultats précis.

Les observations d'Edwin nous permettent de croire qu'une meilleure conscience de soi aurait des effets bénéfiques sur l'estime de soi.

En 1974, Woodhouse, le troisième auteur consulté, s'est intéressé aux effets produits sur le niveau de l'acceptation de soi par l'assistance à un groupe axé sur l'exploration de soi.<sup>1</sup>

Il émet comme hypothèse que les individus participant au S.E.G. (self-exploration group) démontrent une plus grande acceptation de soi que ceux participant à d'autres groupes.

Pour prouver cette hypothèse, il met sur pied une expérience se déroulant sur une période de trois semestres. Il choisit des sujets volontaires et de degrés universitaires qu'il divise en trois groupes: deux groupes expérimentaux et un groupe témoin pour chaque semestre. Il y a donc un total de neuf groupes, soit six expérimentaux et trois groupes témoins.

Pour chacun des groupes expérimentaux, le traitement consiste à des rencontres hebdomadaires de trois heures (pour une durée de 16 semaines). Ces rencontres sont axées sur l'exploration de soi. Durant cette période, le groupe témoin assiste à un cours régulier.

---

<sup>1</sup>Woodhouse, David John (1974). An examination of the immediate and long-range effects of participation in a self-exploration group upon participants self-acceptance and acceptance of others, thèse de doctorat présentée à The University of North Carolina at Chapel Hill, pp. vii-171.

Le Bergers'acceptance of self and others scale mesurant la variable acceptation de soi, fut administré au début du semestre, à la fin de ce dernier et 32 semaines plus tard.

Les résultats indiquent que les participants au S.E.G., pour chacun des trois semestres, ont démontré une plus grande acceptation de soi par rapport au groupe témoin et ceci à un degré de .01. Les résultats obtenus 32 semaines après le traitement ne sont pas concluants.

En quatrième lieu, voici les études de Taylor faites en 1956, où il pose comme hypothèse:

Because the process of repeated introspection on the self might be expected to lead to some of the self-insights anticipated in therapy, it was hypothesized that self-concept alterations similar to those reported in successful counseling would be revealed in repeated self-descriptions without psychotherapy.<sup>1</sup>

Le concept de soi est ici défini:

As the individual's phenomenologically unitary constellation of beliefs about and attitudes toward himself, the organization of his self-reflexive affective-cognitive structures, as reflected operationally in his description of himself.<sup>1</sup>

Taylor crée un test afin de mesurer ce concept. Il consiste en descriptions du moi, selon une échelle comprenant 120 items dont 60 positifs et 60 négatifs; chaque item comprend 11 degrés.

---

<sup>1</sup>Taylor, Donald (1955). Changed in the self concept without psychotherapy, journal of consulting psychology, vol. 19, no 3, pp. 205-209.

La population étudiée est formée de 26 étudiants universitaires.

Pour sept sujets, l'expérience consiste à effectuer dix évaluations de soi en cinq jours, i.e. deux par jour. Quinze autres sujets effectuent plusieurs évaluations de soi sur une période de temps identique, mais pour eux le nombre d'évaluations journalières n'est pas précisé. Trois individus font dix évaluations et ceci à un intervalle irrégulier s'étendant d'une période allant de un à trois mois. Une personne accomplit 21 évaluations sur une période s'échelonnant sur sept mois et demi.

Les résultats indiquent que les gains les plus considérables se trouvent parmi les deux groupes travaillant sur des périodes de cinq jours. Ces 22 individus ont perçu des changements dans la direction prédictive, à savoir une augmentation d'attitudes positives envers le moi, et ceci à un niveau significatif de .02. Les quatre derniers effectuant une introspection à intervalle irrégulier ont obtenu des gains moins importants, d'ailleurs à un niveau non significatif.

Linda Lee Moon, notre cinquième et dernier auteur observé, explore en 1974, la capacité des élèves à comparer leur connaissance d'eux-mêmes avec celle que les autres entretiennent face à eux.<sup>1</sup>

La population de son expérience se compose d'un groupe de 84 étudiants.

---

<sup>1</sup>Moon, Linda Lee (nov. 1974). Search for self, the counselor in the classroom, The school counselor, pp. 121-124.

Le traitement consiste en la participation à un cours d'une durée de neuf semaines: durant ce cours, les activités choisies sont susceptibles de favoriser une plus grande connaissance de soi.

L'une de ces activités se déroule à l'intérieur d'un groupe de 10 à 12 étudiants. Au début, chaque membre du groupe doit répondre aux questions suivantes: quels sont les trois mots qui te décrivent? Quel fut l'événement important de ta vie? De quoi es-tu le plus fier? Ensuite, toutes les réponses sont partagées et chaque personne, à tour de rôle, devient le focus du groupe: on y émet au moins une force que l'on constate chez la personne observée et on explique le pourquoi.

La mesure sur laquelle Linda Lee Moon appuie ses résultats consiste en l'énumération par un individu, durant une période limitée de trois minutes, de caractéristiques positives qu'il entretient sur lui-même. Cette mesure s'effectue le jour précédent et le jour suivant l'activité citée.

Les résultats indiquent qu'il y a une augmentation significative parmi le nombre de caractéristiques positives que les étudiants s'attribuent après avoir participé à cette activité.

Les articles précités soulignent que l'augmentation de la connaissance de soi ou de tous facteurs connexes influence positivement le niveau de l'estime de soi ou de tous les autres termes connexes.

Nous ne nous attarderons pas sur la recherche de Scott Steggall, les résultats étant ambigus. Selon Sabol, l'acquisition d'une meilleure

connaissance de soi produite par la participation à des classes psychosociales avantage l'estime de soi chez les sujets. Woodhouse lui, a remarqué que l'assistance à des groupes axés sur l'exploration de soi est suivie d'une plus grande acceptation de soi. De son côté, Taylor a démontré que l'introspection, accompagnée de descriptions de soi, favorise une augmentation d'attitudes positives que le sujet entretient face à lui. Enfin Moon, a expérimenté, qu'à la suite d'une activité exploratrice du moi, il se produit chez les étudiants une augmentation de commentaires positifs qu'ils nourrissent face à eux.

Les recherches précitées se différencient cependant de la nôtre sur plusieurs points. Aucune de ces études nous a fourni une mesure quantitative de la connaissance de soi. De plus; le facteur "estime de soi" ne fut observé que dans un article, celui de Sabol, cependant, des termes connexes à ces derniers furent généralement exploités. Nous n'avons pas reçu non plus d'indice sur le niveau d'interrelation de nos deux éléments. Enfin les populations employées, ne sont généralement, pas du même type que la nôtre. Toutefois, ces recherches apportent quelque support à notre hypothèse; elles suggèrent qu'une interrelation pourrait exister entre nos deux variables.

#### B. Partie B

Nous exposons maintenant deux expériences où nous constatons qu'il y a augmentation de deux facteurs s'apparentant aux nôtres, soit l'autoappréciation soit la satisfaction de soi. Il n'y est pas fait mention d'interrelation.

La première fut faite par Springer, en 1973, où il veut évaluer les effets sur la personnalité, de deux méthodes de groupe différentes: l'une axée sur l'exploration de soi, l'autre sur les relations humaines.<sup>1</sup>

Le traitement consiste en deux rencontres hebdomadaires de 80 minutes, durant une période de 11 semaines.

Cette recherche s'effectue sur 298 sujets, divisés en trois groupes de dimension équivalente. Un premier groupe est assigné comme groupe témoin, un deuxième utilise la méthode d'exploration de soi et l'autre est axé sur les relations humaines. Les caractéristiques étudiées sont celles mesurées par les 12 échelles du Personality orientation inventory test mis au point par Everett L. Shostrom.

Le groupe d'exploration de soi a obtenu des gains impressionnantes de prise de conscience, au sujet de ses propres besoins: il a atteint un niveau de 0.006 de plus que le groupe interpersonnel. De même de grands changements se sont produits dans leur auto-appréciation: 0.02 de plus que le groupe axé sur les relations humaines, 0.004 de plus que le groupe témoin.

La seconde expérience intéressante pour nous, fut faite par Stephen Caldwell en 1974<sup>2</sup>. Il se propose d'évaluer les changements surveus lors d'une psychothérapie de groupe.

<sup>1</sup>Springer, Leonidas Keeth (1973). The group effect on personality, Dissertation abstract international, vol. 34, no 10, p. 5211B.

<sup>2</sup>Caldwell, Stephen; Leveque, K.L.: Lane, D.M. (aug. 1974). Group psychotherapy in the management of hemophilia, psychological reports, vol. 35 (1, pt 1), pp. 339-342.

Les thérapeutes prennent un rôle non-directif, ils laissent libre cours aux discussions. Ils se conduisent plutôt comme des agents catalisateurs, i.e. qu'ils indiquent la similarité dans les sentiments et les opinions exprimés, de même ils attirent l'attention sur le noyau des conflits dans lequel le groupe se situe. Ils s'appliquent donc à maintenir la dignité et l'individualité des membres du groupe.

Ici la population se compose de trois "hemophiliacs" ainsi que de leurs épouses, et de deux couples parents de sujets "hemophiliacs". Ces individus participent à une thérapie de groupe en raison de 90 minutes par semaine durant huit mois.

Le Tennessee self-concept scale fut administré au commencement et à la fin de ce programme.

Caldwell remarque certains changements chez les participants. Une augmentation s'est manifestée au niveau de la satisfaction de soi (T: 3.27, df: 9, p <.005), au niveau aussi du sentiment d'adéquacité et du sentiment d'importance que peut ressentir un individu comme membre d'une famille (t: 2.73, df: 9, p <.025). De plus, les thérapeutes décèlent chez les sujets une plus grande facilité à définir leurs émotions. Toutefois, cette dernière observation n'est que subjective.

Nous venons de citer deux expériences qui présentent l'augmentation de nos deux facteurs, sans qu'il soit fait mention d'interrelation.

D'abord les résultats de la recherche de Springer: ils nous

révèlent, qu'à la suite d'une expérience de groupe, axée sur l'exploration de soi, les participants ont pu augmenter leur niveau de prise de conscience de leurs besoins. De même, ils ont aussi bénéficié de grands changements au sujet de leur auto-appréciation.

Puis, l'étude menée par Caldwell: nous y constatons qu'à la suite d'une thérapie, les sujets ont amélioré leur niveau de "satisfaction de soi", et, qu'ils ont acquis une plus grande facilité à définir leurs émotions.

Ces deux dernières expériences soulèvent les mêmes critiques que celles émises à la suite des cinq premières énumérées dans la partie A. Ces recherches n'apportent pas de réponses à notre question mais, elles suggèrent quand même une possibilité d'interrelation entre nos deux termes.

### C. Partie C

Nous présentons maintenant une expérience où le facteur "connaissance de soi" est augmenté. Les résultats ne sont malheureusement appuyés par aucune donnée statistique, et le facteur "satisfaction de soi" n'a subi aucune amélioration.

En effet Soffen, en 1968, s'intéresse à savoir si:

The self concepts of students in a teacher education program could be improved by means of activities to increase self-knowledge and self-acceptance, in a course in educational psychology.<sup>1</sup>

---

<sup>1</sup>Soffen, Faye (1968). Teaching for improvement of self-concept, Dissertation abstract, vol. 29, no 5-6, pp. 1468A-1469A.

Il émet comme hypothèse, que le concept de soi, peut être amélioré d'une façon significative, au moyen d'activités d'apprentissage, incorporées dans un cours de psychologie de l'éducation: l'individu et le comportement de groupe.

La population se compose de quatre groupes expérimentaux et de quatre groupes témoins. Ce sont des universitaires, choisis au hasard.

Pour les groupes expérimentaux, le traitement consiste en la participation à un cours, comprenant des activités innovatrices (l'auteur ne nous donne pas plus de détails à leur sujet). Les groupes témoins reçoivent ce même cours, mais avec des objectifs et des méthodes traditionnels.

Le Tennessee self-concept scale est utilisé afin d'obtenir la mesure du concept de soi chez les 174 sujets participants. Le test est administré au début et à la fin du semestre. Le degré d'apprentissage est mesuré à l'aide d'un test passé à la fin du cours.

Les résultats révèlent qu'il ne semble pas se manifester d'amélioration significative parmi les niveaux de concept de soi.

Soffen conclut, en déclarant qu'un semestre de cours, tel que conçu pour cette étude, est apparemment insuffisant pour l'amélioration de concept de soi.

Dommage que l'auteur ne nous offre pas plus de renseignements sur la façon dont le cours a été offert aux groupes expérimentaux et dommage

aussi qu'il ne nous fournisse pas sa mesure de la connaissance de soi. Les précédentes critiques émises sont encore valables ici. Notre hypothèse n'est pas vérifiée.

#### D. Partie D

L'étude suivante, la dernière considérée, relate une situation où il peut coexister une augmentation de la connaissance de soi et une diminution du "self-regard".

C'est celle de Haight, dans laquelle il veut vérifier l'efficacité du videofeedback, sur le niveau de prises de conscience de soi, et de "self-regard", à l'occasion de "groupes de rencontre".<sup>1</sup>

La population se compose de 30 collégiens, formant un groupe témoin, et de 39 autres collégiens, divisés en quatre groupes expérimentaux. Le traitement consiste pour ces quatre derniers, en deux rencontres hebdomadaires durant neuf semaines, ce qui fait un total de 22½ heures d'interactions de groupe.

Deux des groupes expérimentaux, choisis au hasard, reçoivent un video-feedback en supplément des autres méthodes de feedback, les deux autres n'en reçoivent pas. Le groupe témoin ne participe pas à l'expérience de "groupe de rencontre" et ne reçoit pas de video-feedback.

---

<sup>1</sup>Haight, Alexander Donald (1972). Video tape feedback in group encounter with community college students, Dissertation abstract international, Vol. 34, No 1, pp. 135A-136A.

Les mesures employées sont l'échelle du Berger's acceptance of self and others attitude et le Personal orientation inventory. Elles sont administrées à tous les sujets des groupes expérimentaux et du groupe témoin, au début et à la fin du traitement. En plus, on administre, aux groupes expérimentaux seulement, le test du Self-awareness and self-understanding à la fin de la sixième, de la douzième et de la dix-huitième rencontre.

Les résultats nous révèlent, que les "groupes de rencontre" recevant un video-feedback ont amélioré significativement, comparativement aux groupes ne recevant pas de video-feedback, leur niveau de conscience de soi. Ces mêmes groupes ont aussi subi, durant la même période, une baisse dans leur niveau du "self-regard".

La technique de video-feedback semble donc provoquer simultanément une diminution du niveau de "self-regard" et une augmentation du niveau de la conscience et de la compréhension de soi.

Les critiques déjà soulevées, à la suite des premiers articles, s'appliquent également à ce dernier.

#### Résumé et hypothèse centrale

L'introduction a permis de comprendre comment s'est présentée notre hypothèse. Les deux premières parties du chapitre 1, ont aidé à mieux saisir la signification des termes "connaissance de soi" et "estime de soi". Dans la troisième partie, nous avons exposé les réflexions de quelques au-

teurs sur notre sujet, ainsi que certaines études s'intéressant à la relation entre la "connaissance de soi" et "l'estime de soi". Parmi ces dernières études, nous n'en avons trouvé aucune recouvrant directement notre recherche mais nous avons pris en considération tous sujets connexes. De plus, aucune des recherches consultées ne contient une mesure réelle de la connaissance de soi.

Notre interrogation initiale demeure donc en suspend, et c'est pour y apporter une certaine réponse scientifique que la présente étude a été élaborée. Nous émettons donc l'hypothèse que les personnes ayant un niveau de connaissance de soi élevé ont un niveau d'estime de soi supérieur aux personnes ayant un niveau de connaissance de soi peu élevé. Nous nous attendons à ce qu'il y ait une relation positive entre ces deux facteurs.

Le deuxième chapitre présente le plan de notre expérience et reformule aussi notre hypothèse de façon plus spécifique.

Pour fins de recherche, nous divisons notre hypothèse centrale en six sous-hypothèses en tenant compte des variables "sex" et "âge".

## Chapitre II

### Plan de l'expérience

Ce deuxième chapitre vient retracer le processus suivi dans l'étude de notre problème, et dans la vérification de l'hypothèse émise au premier chapitre. Il comprend quatre parties: 1) les sujets, 2) les instruments utilisés pour mesurer la connaissance de soi et l'estime de soi, 3) le processus de l'expérience, 4) les hypothèses et les statistiques employées pour en éprouver la signification.

#### Les sujets

La connaissance de soi impliquant un certain niveau de maturité, l'échantillonnage fut choisi parmi une population adulte. De plus, pour une raison de disponibilité, les sujets sont tous tirés d'une population universitaire. Ils sont inscrits à la session d'été 1977, à l'université de Montréal. Ils sont au nombre de 104, dont 77 de sexe féminin et 27 de sexe masculin. L'âge s'étend de 20 à 52 ans: 41 sujets se situent dans la classe de 20 à 30 ans, 41 sujets dans la classe de 30 à 40 ans, et enfin 22 sujets dans la classe de 40 ans et plus.

La majorité des étudiants sont inscrits soit au programme "nursing" (55) ou soit au programme "administration scolaire" (47). Mais nous avons aussi un sujet en "éducation physique", un en "psychologie", un en "linguistique" et un en "physiothérapie". La majeure partie de notre échantillon occupe un emploi, en plus de poursuivre des études.

Ils sont tous volontaires et s'attendent à recevoir aucun résultat. L'expérience est présentée comme étant du domaine de la psychologie et comme faisant partie d'une recherche.

### Instruments

Dans cette section, nous voulons décrire les instruments qui ont servi à opérationnaliser nos concepts de "connaissance de soi" et "d'estime de soi".

#### A. Connaissance de soi

##### 1. Le 16 P.F. et l'autoévaluation

Nous aurions préféré une mesure directe de la connaissance de soi, mais il nous a été impossible de trouver un test pouvant nous la fournir.

Nous avons utilisé le test 16 P.F. de Cattell comme mesure réelle de la personnalité de l'individu. Après son administration, nous demandons aux sujets une autoévaluation, consistant à indiquer les résultats qu'ils croient obtenir, sur les différentes échelles en se servant d'une feuille de profil (voir appendice A). Nous considérons comme mesure de la connaissance de soi, l'écart existant entre le résultat obtenu au test, pour un facteur, et le résultat provenant de l'autoévaluation. La différence qu'il y a entre le score réel, et le score estimé, nous donne un indice de la connaissance que la personne a d'elle-même relativement à ce trait. Nous postulons que plus l'écart y est petit, plus grande est la concordance entre le trait de la personnalité estimé et le trait de la personnalité réel est donc meilleure.

re est la connaissance de soi face à celui-ci.

Ce test fut traduit par Jean-Marc Chevrier, de l'Institut de recherches psychologiques. La dernière date d'édition de la forme que nous employons est 1971. "C'est un test pouvant fournir le plus rapidement possible les renseignements les plus complets et sur la plupart des traits fondamentaux de la personnalité."<sup>1</sup> "Il se propose de couvrir de façon rationnelle et précise la gamme complète des principales manifestations qui différencient les individus et ceci au moyen d'une recherche analytique des facteurs de base."<sup>2</sup>

Les facteurs étudiés pour le 16 P.F. sont: 1) la cyclothymie versus la schizothymie; 2) l'intelligence générale versus la déficience mentale; 3) la stabilité émotionnelle versus l'émotivité générale; 4) la domination versus la soumission; 5) le dynamisme versus la circonspection; 6) la force du caractère versus la carence de principes internes rigides; 7) parmie versus threctie; 8) la premsie versus l'harrie; 9) la schizothymie paranoïde versus l'accessibilité confiante; 10) l'autie versus praxerie; 11) la ruse versus la naïveté; 12) la méfiance inquiète versus la confiance en soi; 13) le radicalisme versus le conservatisme; 14) l'auto-suffisance versus la dépendance envers le groupe; 15) la forte prise de conscience de soi-même et la faible prise de conscience de soi-même; 16) la haute tension nerveuse versus la faible tension nerveuse. Nous retrouvons

<sup>1</sup>Chevrier, Jean-Marc (1966). Manuel et normes, questionnaire de personnalité en 16 facteurs, p. 1.

<sup>2</sup>Chevrier, Jean-Marc (1966). Manuel et normes, questionnaire de personnalité en 16 facteurs, p. 1.

la feuille de profil avec la définition des facteurs à l'appendice A.

Nous avons également inclus la feuille de profil anglaise.

Bien que ces 16 facteurs sont fonctionnellement unitaires et indépendants, il existe parmi eux une légère corrélation. "la grande majorité de ces corrélations est minime et négligeable en ce qui touche tout effet sur l'évaluation factorielle. Seulement 10% dépasse 0.3, 3% dépasse 0.4 et rien ne dépasse 0.5."<sup>1</sup>

Le 16 P.F. rassemble beaucoup d'indices sur la personnalité de l'individu.

Le questionnaire est unique en ce que (a) chacun des items ou question possède une saturation établie en regard de chacun des facteurs qu'il se propose de mesurer et (b) en ce qu'il détient la preuve que chacun des facteurs du questionnaire correspond à un facteur primaire de la personnalité que l'on peut découvrir ailleurs, i.e. hors du domaine du questionnaire et notamment dans l'évaluation des situations du comportement dans la vie...<sup>2</sup>

## 2. Détail matériel de la forme employée

Ce test comprend les formes A, B, C, D. Les formes A et B sont longues, environ le double de la forme C. De plus, il peut y avoir combinaison des différentes formes pour donner A et B, A et C, B et C, AB et C. Nous utilisons la formule abrégée C, qui propose 105 questions à répondre

<sup>1</sup>Chevrier, Jean-Marc (1966). Manuel et normes, questionnaire de personnalité en 16 facteurs, p. 30.

<sup>2</sup>Chevrier, Jean-Marc, (1966). Manuel et normes, questionnaire de personnalité en 16 facteurs, p. 3.

en un minimum de 20 minutes, parce que, les différentes formes A, B, C, "s'équivalent en ce que chacune fournit des scores sur les mêmes 16 facteurs ainsi que des résultats équivalents lorsqu'on les exprime en scores-étalons"<sup>1</sup> et de plus cette forme exige un temps d'administration beaucoup plus réduit que les autres formes. C'est un test écrit, conçu pour des adultes. Le test peut être utilisé "individuellement ou collectivement par les individus de 16 ans ou plus et pour tous les niveaux sociaux sauf pour les individus les plus malhabiles et les moins instruits."<sup>2</sup> Le matériel utilisé se limite à un crayon, un questionnaire et une feuille de réponses. Le formulaire consiste en énoncés. Le sujet encercle parmi les trois choix suggérés, la réponse qui lui convient le mieux. La normalisation fut faite à partir de la population américaine. Des normes furent fixées pour les étudiants et pour la population générale. Pour ce qui est de l'échantillonnage de la population générale adulte, il fut établi selon "les fréquences que le recensement a démontrées comme étant appropriées à la synthétisation correcte d'un échantillon de notre population générale adulte."<sup>3</sup>

### 3. Cotation

Nous conservons seulement les questionnaires entièrement complétés. La correction débute par l'usage de deux stencils. ■la procédure de

---

<sup>1</sup>Chevrier, Jean-Marc (1966). Manuel et normes, questionnaire de personnalité en 16 facteurs, p. 5.

<sup>2</sup>Chevrier, Jean-Marc (1966). Manuel et normes, questionnaire de personnalité en 16 facteurs, p. 2.

<sup>3</sup>Chevrier, Jean-Marc (1966). Manuel et normes, questionnaire de personnalité en 16 facteurs, p. 14.

dépouillement la plus commode et la plus utilisée...la correction manuelle des feuilles de réponses...consiste à utiliser deux grilles perforées en carton que l'on applique l'une après l'autre sur la feuille de réponses"<sup>1</sup> et qui donnent les valeurs brutes. Le dépouillement d'une feuille-réponses s'effectue en deux minutes.

A la suite, selon le sexe et l'âge du sujet, le statut civil et la forme employée, nous choisissons la table de normalisation qui nous permet de transformer la cote brute en cote standard. Il existe 13 tables de normes selon les différentes populations: hommes, étudiants, hommes et femmes ensemble, âge, forme employée (forme A, B, C, A et B, A et C, B et C, AB et C). Par ce procédé nous obtenons ainsi une mesure dite réelle de 16 traits de la personnalité de l'individu.

Puis, pour chacun de ces 16 traits, nous prenons la différence nette entre le résultat réel (résultat au test) et le résultat estimé par le sujet (autoévaluation). Par exemple, un individu s'attribue un rang 6 au facteur "B" (intelligence) et le résultat au 16 P.F. nous informe qu'il se situe à 8, il existe donc un écart de "2" entre le score estimé et le score réel. En additionnant les différents écarts aux 16 facteurs, nous obtenons une indication globale entre sa personnalité réelle et l'autoévaluation qu'il en fait, c'est-à-dire, combien il se connaît.

---

<sup>1</sup>Chevrier, Jean-Marc (1966). Manuel et normes, questionnaire de personnalité en 16 facteurs, p. 9.

#### 4. Validité et fidélité du 16 P.F.

"Les questionnaires ont démontré jusqu'à présent, que leur application la plus valide, a été faite chez des étudiants ou chez des sujets coopératifs anonymes pour des fins de recherche."<sup>1</sup>

Nous avons un concept de validité directe du test 16 P.F. (tableau 1). Ce terme est défini: "How well a scale agrees with (correlates with) the concept (construct) found in the source trait which it sets out to measure."<sup>2</sup> Le tableau 1 nous présente la validité de chacun des facteurs.

Suite à une pré-expérimentation ayant pour but l'étude de la fidélité de la mesure "connaissance de soi", où la forme C fut employée, nous avons effectué une corrélation facteur par facteur sur chacun des 16 scores mesurés par le 16 P.F. à une première et à une deuxième passation. Ces résultats ont permis d'obtenir des coefficients de fidélité sur ces 16 facteurs mesurés. Le tableau 2 nous présente ces coefficients.

#### 5. Fidélité de la mesure "connaissance de soi"

Une pré-expérimentation fut élaborée afin de vérifier la fidélité de notre mesure "connaissance de soi". Cette expérimentation est basée sur un échantillon de 26 sujets dont 9 femmes et 17 hommes, 5 se situent entre 20 et 30 ans, 15 entre 30 et 40 ans et 6 dans le groupe 40 ans et plus. Nous n'avons conservé que les résultats des individus ayant complété entièrement

---

<sup>1</sup>Chevrier, Jean-Marc (1966). Manuel et normes, questionnaire de personnalité en 16 facteurs, p. 4.

<sup>2</sup>Cattell, Eber, Tatsuoka (1970). Handbook for the sixteen personality factor questionnaire (16 P.F.), Institute for personality and ability testing, p. 34.

Tableau 1

Validité des facteurs du 16 P.F., forme C (N: 606)

A	B	C	E	F	G	H	I	L	M <sup>1</sup>	N	O	QI	Q2	Q3	Q4
62	54	46	76	55	61	63	71	57		49		63	69		

<sup>1</sup>"Factors M, N, O and Q2 for forms C and D have been completely revised in the last, presently printed edition (1969). Consequently, the values from the 1956 edition of form C and the 1964 experimental form D would be misleading and are omitted."<sup>1</sup>

rement les deux passations.

Au début, nous nous sommes intéressés au résultat global du test "connaissance de soi". Il est obtenu, en additionnant l'écart existant entre chacun des 16 résultats acquis lors de la passation du test, et chacun des 16 résultats de l'autoévaluation. La formule de la corrélation de Pearson, appliquée au niveau global de la connaissance de soi obtenu à la première et à la deuxième passation, nous révèle une fidélité de .45. Ce score s'avérait insatisfaisant.

A la suite, nous avons effectué une corrélation facteur par facteur, sur les différences d'écart des 16 traits obtenues à la première et à la deuxième passation (tableau 3). Ces résultats permettent de sélection-

---

<sup>1</sup>Cattell, Eber, Tarsuoka (1970). Handbook for the sixteen personality factor questionnaire (16 P.F.), Institute for personality and ability testing, p. 36.

Tableau 2  
Fidélité des facteurs du 16 P.F. (N: .26)

Forme C:	A	B	C	E	F	G	H	I	L	M	N	O	Q1	Q2	Q3	Q4
r: <sup>1</sup>	.657	.658	.649	.571	.467	.824	.840	.899	.391	.745	.680	.680	.668	.691	.488	.488
s: <sup>2</sup>	.001	.001	.001	.001	.008	.001	.001	.001	.024	.001	.001	.001	.001	.001	.006	.006

<sup>1</sup>Coefficient de Pearson, test-retest, cinq semaines d'intervalle.

<sup>2</sup>Niveau de signification.

Tableau 3

Fidélité de la mesure "connaissance de soi" (N: 26)

Facteurs	A	B	C	E	F	G	H	I	L	M	N	O	Q1	Q2	Q3	Q4
r <sup>1</sup> :	.34	.48	.41	.64	.37	.70	.40	.8232	.18	.54	.63	.54	.42	.08	.45	-.01
d <sup>2</sup> :	.047	.007	.018	.001	.032	.001	.021	.001	.186	.002	.001	.002	.016	.355	.010	.415

<sup>1</sup>Coefficient de Pearson, test-retest, cinq semaines d'intervalle<sup>2</sup>Niveau de signification

ner les facteurs offrant une fidélité acceptable.

Nous retenons les huit facteurs ayant un seuil de signification d'au moins .01. Sont donc conservés le facteur B (ayant une fidélité test-retest de .48), le facteur E ( $r: .64$ ), le facteur G ( $r: .70$ ), le facteur I ( $r: .82$ ), le facteur M ( $r: .53$ ), le facteur N ( $r: .63$ ), le facteur O ( $r: .53$ ) et le facteur Q3 ( $r: .45$ ).

Nous avons fait une étude corrélationnelle, facteur par facteur sur les différences d'écart de chacun des 16 traits obtenus à la première passation, puis nous avons effectué les mêmes calculs sur les résultats obtenus à la deuxième passation. Suite à cela, nous avons constaté que les facteurs ne présentaient pas une homogénéité suffisante, c'est pourquoi nous n'avons pu les additionner pour obtenir un score indiquant le niveau global de la connaissance de soi. Nous mettrons donc chacun des scores individuels en relation avec l'estime de soi.

#### B. Estime de soi

L'estime de soi des sujets est mesurée au moyen du Tennessee self-concept scale mis au point par Fitts en 1965 et traduit par Jean-Marie Toulouse en 1971. Ce test est adapté à la population québécoise.

##### 1. Facteurs étudiés

Les résultats obtenus par cette échelle sont regroupés sous deux titres principaux: a) estime de soi; b) consistance. Sous le titre "estime de soi" nous retrouvons dix résultats, dont l'un est le "résultat global

d'estime de soi". C'est celui qui nous intéresse. Il:

Représente le niveau global ou général d'estime de soi de l'individu. La personne qui a un résultat élevé (en haut du 80<sup>e</sup> percentile) tend à avoir confiance en elle-même, à s'aimer, à s'apprécier, à se considérer une personne qui a de la valeur, une personne d'importance et ses actions tendent à refléter cette perception de soi.<sup>1</sup>

Sous le titre "consistance", nous retrouvons les résultats reliés à la critique de soi. Ces derniers nous fournissent un indice sur le degré de fidélité du niveau de l'estime de soi.

## 2. Détails matériels

Nous utilisons la forme abrégée du Tennessee self-concept scale.

Elle comprend les mêmes questions que la forme clinique, "mais le scoring et l'interprétation des résultats est différente. La forme abrégée est moins complexe à corriger et l'interprétation ne nécessite pas une expertise clinique."<sup>2</sup> Cette échelle est composée de 100 items, chaque item présente cinq choix allant de complètement faux à complètement vrai. Le sujet doit encercler le point qui correspond le mieux à sa personnalité. C'est un test écrit, conçu pour des adultes ayant au moins un niveau de lecture équivalent à celui d'un élève de sixième année. Le matériel nécessaire se limite à un crayon, une gomme à effacer, un questionnaire et une feuille-réponses.

<sup>1</sup>Toulouse, Jean-Marie (1971). Mesure du concept de soi TSSC, Manuel, p. 7.

<sup>2</sup>Toulouse, Jean-Marie (1971). Mesure du concept de soi TSSC, Manuel, p. 5.

Nous demandons aux sujets de vérifier si le même numéro se trouve sur les deux feuilles-réponses. C'est le système que nous employons afin de regrouper les résultats obtenus dans les deux tests subis par le même individu. Comme mentionné précédemment, pour la moitié de la population, nous débutons l'expérimentation par le test de l'estime de soi. Toute forme de communication entre les sujets est interdite.

### 3. Fidélité, validité

La fidélité de l'instrument a été étudiée à l'aide de la méthode test-retest. Une corrélation de .859 existe pour l'échelle de critique de soi et une corrélation de .912 pour le total positif (estime de soi).

Pour établir la validité, l'auteur a fait trois séries d'études: l'analyse de la structure du questionnaire, l'analyse de la validité du contenu et l'analyse de discrimination entre les groupes. Il conclut alors que la validité obtenue est acceptable. Sous la rubrique L'analyse de la structure du questionnaire, il affirme que "Nous avons étudié la structure factorielle de la version française de l'échelle, i.e. l'analyse factorielle des questions de 1 à 90. Nous obtenons 18 facteurs qui expliquent 55% de la variance et qui infirment plus clairement la structure globale postulée par Fitts."<sup>1</sup> L'analyse de la validité du contenu lui a fourni des résultats satisfaisants "Trois facteurs qui expliquent 70% de la variance"<sup>2</sup>. Et dans la troisième analyse, les résultats obtenus "sont conformes à ce que l'on

---

<sup>1</sup>Toulouse, Jean-Marie (1971). Mesure du concept de soi, Manuel, p. 33.

<sup>2</sup>Toulouse, Jean-Marie (1971). Mesure du concept de soi, Manuel, p. 33.

attendait théoriquement"<sup>1</sup>.

#### 4. Correction

Nous acceptons seulement les questionnaires qui ont été entièrement complétés. A l'aide d'une machine spéciale nous perforons les résultats sur des cartes. Nous prenons deux cartes par sujet. Lorsque tous les résultats sont compilés et revérifiés, nous remettons ces cartes à Jean-Marie Toulouse, le traducteur du test. Il en assume la correction, par un traitement des données sur ordinateur, à l'Université de Montréal. Nous avons tous les renseignements inscrits sur un programme, dont le numéro de notre sujet et ses résultats aux différentes échelles. Nous ne prenons que les résultats d'estime de soi ayant un niveau critique de soi d'au moins 20<sup>e</sup> percentile. "Un résultat trop bas, indique que l'individu est défensif, donc le résultat P (estime de soi) est susceptible d'être augmenté par cet état défensif et doit être interprété avec précaution."<sup>2</sup> Tous les scores furent acceptés.

#### Processus de l'expérience

Cette troisième section présente les procédures suivies lors de la passation du test la Connaissance de soi (qui comprend le 16 P.F. de Cattell suivie immédiatement par l'autoévaluation) et du test de l'Estime de soi (le Tennessee self-concept scale).

La passation de ces deux tests s'effectue en groupe mais les feuil-

<sup>1</sup>Toulouse, Jean-Marie (1971). Mesure du concept de soi TSSC, Manuel, p. 35.

<sup>2</sup>Toulouse, Jean-Marie (1971). Mesure du concept de soi TSSC, Manuel, p. 12.

les de réponses sont remplies individuellement. Nous assurons d'abord les sujets que cette passation se fait sous l'anonymat. Nous leur demandons ensuite de spécifier leur âge, leur sexe et leur champ d'études sur la partie supérieure des deux feuilles-réponses. La moitié de la population débute l'expérimentation par le test Connaissance de soi, et l'autre moitié, par le Tennessee self-concept scale.

Au début de chacune des deux mesures, nous répétons les mêmes procédures: nous demandons aux sujets de lire la page frontispice; s'il n'y a pas de question...c'est le départ. Nous leur rappelons aussi l'importance d'inscrire sur la feuille-réponses le numéro correspondant à la question dans le cahier et la nécessité de répondre à toutes les questions.

Tous les sujets débutent en même temps. Vingt minutes sont habituellement requises afin de remplir les questionnaires soit du 16 P.F. ou soit du Tennessee self-concept scale. Après dix minutes, nous informons les étudiants que la moitié des questions devraient être répondues.

A la suite de la passation du 16 P.F., l'expérimentateur en explique le profil et donne en ces termes les directives permettant une auto-évaluation:

-Au verso de la feuille-réponse, vous avez le profil du questionnaire. Vous y retrouvez les 16 facteurs mesurés et chacun de leurs opposés. Vous apercevez une note très élevée, elle correspond à la description donnée à l'extrême droite. Du côté opposé, vous voyez une note plutôt basse, elle correspond à la description donnée à gauche. Le premier terme explicatif est celui qui a le plus de poids. La moyenne des gens ont leurs résultats situés autour des points 5 et 6. Nous vous demandons, pour chacun des 16 traits mentionnés, d'encercler le point où

vous croyez être situé.

S'il n'y a pas de questions, on demande aux sujets d'effectuer cette cotation. Tous doivent nécessairement avoir terminé la passation du 16 P.F. avant de passer à cette seconde étape, celle de l'autoévaluation.

Lorsque le groupe a terminé, si le test de l'estime de soi n'a pas déjà été effectué, on débute les procédures de ce dernier afin d'en expliquer le déroulement.

Le même administrateur a présidé à l'administration des tests.

#### Hypothèses et statistiques

Cette quatrième section présente nos hypothèses de travail ainsi que les statistiques employées afin d'en éprouver la signification. L'hypothèse 1 est notre hypothèse globale et centrale. Nous l'étudions sur notre échantillon total.

##### A. Hypothèse 1

les individus ayant un niveau de connaissance de soi élevé sur les facteurs B (intelligence), E (humble - péremptoire), G (indigne de confiance - consciencieux), I (inflexible - doux), M (pratique - imaginatif), N (direct - perspicace), O (placide - craintif) et Q3 (désinvolte - maître de lui) et, mesurés par le 16 P.F., sont susceptibles de posséder un niveau d'estime de soi supérieur à ceux ayant un bas niveau de connaissance de soi sur ces mêmes facteurs.

Nous nous sommes également intéressés à savoir si cette interin-

fluence est plus marquée chez le groupe féminin ou le groupe masculin.

B. Hypothèse 2

Les femmes ayant un niveau de connaissance de soi élevé sur les facteurs B, E, G, I, M, N, O et Q3 mesurés par le 16 P.F., sont susceptibles de posséder un niveau d'estime de soi supérieur à celles ayant un bas niveau de connaissance de soi sur ces mêmes facteurs.

C. Hypothèse 3

Les hommes ayant un niveau de connaissance de soi élevé sur les facteurs B, E, G, I, M, N, O et Q3 mesurés par le 16 P.F., sont susceptibles de posséder un niveau d'estime de soi supérieur à ceux ayant un bas niveau de connaissance de soi sur ces mêmes facteurs.

Finalement, l'âge, la maturité, l'expérience chez un individu influençant probablement les deux facteurs, nous avons voulu vérifier si la relation était différente chez divers groupes d'âges.

D. Hypothèse 4

Les individus étant âgés de 20 à 30 ans, ayant un niveau de connaissance de soi élevé sur les facteurs B, E, G, I, M, N, O et Q3, mesurés par le 16 P.F., sont susceptibles de posséder un niveau d'estime de soi supérieur à ceux ayant un bas niveau de connaissance de soi sur ces mêmes facteurs.

E. Hypothèse 5

Les individus étant âgés de 30 à 40 ans, ayant un niveau de con-

naissance de soi élevé sur les facteurs B, E, G, I, M, N, O et Q3, mesurés par le 16 P.F., sont susceptibles de posséder un niveau d'estime de soi supérieur à ceux ayant un bas niveau de connaissance de soi sur ces mêmes facteurs.

#### F. Hypothèse 6

Les individus étant âgés de 40 ans et plus, ayant un niveau de connaissance de soi élevé sur les facteurs B, E, G, I, M, N, O et Q3, mesurés par le 16 P.F., sont susceptibles de posséder un niveau d'estime de soi supérieur à ceux ayant un bas niveau de connaissance de soi sur ces mêmes facteurs.

Pour tous nos calculs, nous utilisons la corrélation de Pearson. Elle nous fournit un indice sur la relation entre nos deux facteurs, l'estime de soi et la connaissance de soi. Un niveau de signification de .05 sera requis pour retenir une hypothèse.

Dans ce deuxième chapitre nous avons présenter les sujets, les instruments, le processus de l'expérience, les hypothèses de recherche ainsi que les statistiques employées afin de les vérifier. Nous abordons maintenant la présentation et la discussion des résultats.

Chapitre III  
Présentation et discussion des résultats

Après avoir élaboré le plan de l'expérience pour éprouver nos hypothèses de recherche, le chapitre trois vient présenter premièrement, les résultats obtenus pour les différentes hypothèses et deuxièmement une discussion sur leur signification et leur portée.

### Présentation des résultats

#### A. Hypothèse 1

Les individus ayant un niveau de connaissance de soi élevé sur les facteurs B (intelligence), E (humble - péremptoire), G (indigne de confiance - consciencieux), I (inflexible - doux), M (pratique - imaginatif), N (direct - perspicace), O (placide - craintif) et Q3 (désinvolte - maître de lui), mesurés par le 16 P.F., sont susceptibles de posséder un niveau d'estime de soi supérieur à ceux ayant un bas niveau de connaissance de soi sur ces mêmes facteurs.

Le tableau 4 montre les corrélations obtenues à partir de la population totale entre le facteur estime de soi et chacun des huit facteurs mesurés par le 16 P.F.. Nous avons convenu de retenir les hypothèses ayant un seuil de signification de .05; aucun de ces résultats n'atteint cependant ce niveau; il semble donc à prime abord, qu'il n'existe pas de relation entre nos deux facteurs, l'estime de soi et la connaissance de soi.

Tableau 4

Relation (r de Pearson) entre l'estime de soi et les huit facteurs de connaissance de soi (N: 104)

Estime de soi	<u>Facteurs</u>							
	B	E	G	I	M	N	O	Q3
r:	-.06	-.03	.05	.14	.07	-.04	-.02	.01
s <sup>1</sup> :	.267	.374	.304	.068	.215	.331	.401	.474

<sup>1</sup>Niveau de signification

#### B. Hypothèse 2

Les femmes ayant un niveau de connaissance de soi élevé sur les facteurs B, E, G, I, M, N, O et Q3 mesurés par le 16 P.F., sont susceptibles de posséder un niveau d'estime de soi supérieur à celles ayant un bas niveau de connaissance de soi sur ces mêmes facteurs.

Le tableau 5, nous révèle l'absence, dans la population féminine étudiée, de relations significatives entre l'estime de soi (telle qu'obtenue par la "mesure du concept de soi") et chacun des huit facteurs de connaissance de soi (tiré des résultats de l'autoévaluation au 16 P.F.). Notre deuxième hypothèse est donc aussi rejetée.

#### C. Hypothèse 3

Les hommes ayant un niveau de connaissance de soi élevé sur les

Tableau 5

Relation (r de Pearson) entre l'estime de soi et les huit facteurs de connaissance de soi, population féminine (N: 77)

Estime de soi	<u>Facteurs</u>							
	B	E	G	I	M	N	O	Q3
r:	-.092	-.008	-.076	.070	.0669	.0148	-.046	-.054
s <sup>1</sup> :	.212	.470	.255	.271	.282	.449	.343	.319

<sup>1</sup>Niveau de signification

facteurs B, E, G, I, M, N, O et Q3 mesurés par le 16 P.F., sont susceptibles de posséder un niveau d'estime de soi supérieur à ceux ayant un bas niveau de connaissance de soi sur ces mêmes facteurs.

Le tableau 6 nous révèle qu'il existe un degré d'interdépendance entre le facteur estime de soi et le facteur G ainsi qu'entre le facteur estime de soi et le facteur I.

#### D. Hypothèse 4

Les individus étant âgés de 20 à 30 ans, ayant un niveau de connaissance de soi élevé sur les facteurs B, E, G, I, M, N, O et Q3, mesurés par le 16 P.F., sont susceptibles de posséder un niveau d'estime de soi supérieur à ceux ayant un bas niveau de connaissance de soi sur ces mêmes facteurs.

Tableau 6

Relation (r de Pearson) entre l'estime de soi et les huit facteurs de connaissance de soi (N: 27), population masculine

Estime de soi	<u>Facteurs</u>							
	B	E	G	I	M	N	O	Q3
r:	.005	-.085	.423	.417	.109	-.239	-.011	.254
s <sup>1</sup> :	.489	.337	.014	.015	.294	.114	.478	.100

<sup>1</sup>Niveau de signification

Le tableau 7 nous présente les résultats obtenus chez notre groupe de sujets âgés de 20 à 30 ans. Il n'y a pas de relations significatives entre l'estime de soi et les huit facteurs de connaissance de soi.

#### E. Hypothèse 5

Les individus étant âgés de 30 à 40 ans, ayant un niveau de connaissance de soi élevé sur les facteurs B, E, G, I, M, N, O et Q3 mesurés par le 16 P.F., sont susceptibles de posséder un niveau d'estime de soi supérieur à ceux ayant un bas niveau de connaissance de soi sur ces mêmes facteurs.

Les résultats inscrits sur le tableau 8 ne nous indiquent aucune possibilité d'interdépendance entre l'estime de soi et les huit facteurs de connaissance de soi. Nous rejetons donc notre cinquième hypothèse.

Tableau 7

Relation (r de Pearson) entre l'estime de soi et les huit facteurs de connaissance de soi, âge 20-30 ans (N: 41)

Estime de soi	B	E	G	I	M	N	O	Q3
<u>Facteurs</u>								
r:	-.017	.112	-.045	.085	.107	-.081	.010	.092
s <sup>1</sup> :	.458	.242	.388	.298	.252	.307	.473	.283

<sup>1</sup>Niveau de signification

Tableau 8

Relation (r de Pearson) entre l'estime de soi et les huit facteurs de connaissance de soi, âge 30-40 ans (N: 41)

Estime de soi	B	E	G	I	M	N	O	Q3
<u>Facteurs</u>								
r:	-.091	-.062	.209	.128	.091	.001	0	-.096
s <sup>1</sup> :	.285	.349	.095	.212	.284	.497	.5	.274

<sup>1</sup>Niveau de signification

#### F. Hypothèse 6

Les individus étant âgés de 40 ans et plus, ayant un niveau de connaissance de soi élevé sur les facteurs B, E, G, I, M, N, O et Q3, mesurés par le 16 P.F., sont susceptibles de posséder un niveau d'estime de soi supérieur à ceux ayant un bas niveau de connaissance de soi sur ces mêmes facteurs.

Le tableau 9 nous indique une relation positive (.51) entre le facteur I et le facteur estime de soi, ceci à un niveau de signification de .007.

En résumé, nous retrouvons une interdépendance entre le facteur estime de soi et le facteur G et le facteur estime de soi et le facteur I, parmi la population masculine et chez le groupe d'âge de 40 ans et plus. Ces relations s'avèrent être faibles.

#### Discussion des résultats

En premier lieu, dans cette section, nous énonçons les motifs permettant de rejeter nos hypothèses de travail. Nous nous interrogeons ensuite sur la valeur de nos instruments de mesure et finalement nous suggérons un autre type de connaissance de soi qui pourrait être davantage relié à l'estime de soi.

Parmi les 48 corrélations obtenues, trois se sont avérées positives. Celles-ci se retrouvent aux facteurs G et I qui sont incidemment, parmi les 16 facteurs mesurés par le 16 P.F., ceux ayant les fidélités les plus élevées. Par contre, les résultats dévoilent de faibles niveaux de relations

Tableau 9

Relation (r de Pearson) entre l'estime de soi et les huit facteurs de connaissance de soi, âge 40 ans et plus (N: 22)

Estime de soi	<u>Facteurs</u>							
	B	E	G	I	M	N	O	Q3
r:	-.091	-.248	-.221	.516	-.023	.225	-.119	.112
s <sup>1</sup> :	.342	.132	.160	.007	.459	.157	.298	.308

<sup>1</sup>Niveau de signification

entre ces derniers et l'estime de soi: parmi la population masculine les corrélations entre l'estime de soi et le FG est de .42, avec le FI elle est de .41, et parmi la population générale âgée de 40 ans et plus, le FI n'offre qu'une corrélation de .52. Ces résultats sont dits "faibles" parce qu'un niveau de 16% de variance commune se retrouve pour les deux premiers facteurs et un niveau de 25% de variance commune appartient au troisième facteur. De plus ces corrélations sont tirées d'échantillon ayant un nombre de sujets très limité. Dans cette recherche, la population masculine comprend 27 individus et la population générale âgée de 40 ans et plus seulement 22. Enfin, sur les six hypothèses, comprenant chacune huit facteurs, c'est-à-dire que sur un total de 48 corrélations, trois se sont avérées significatives... il est permis de croire que ces résultats soient dûs au hasard.

Devant le peu de relations linéaires observées parmi ces facteurs, nous nous sommes interrogés sur la possibilité d'une relation non-linéaire. Pour ce faire, nous avons utilisé l'analyse de variance. La population fut divisée en trois groupes selon leur niveau de connaissance de soi (haut-moyen-bas) sur chacun des huit traits étudiés. Le tableau 10 nous révèle qu'aucun des résultats n'atteint le seuil de signification requis (.05).

Suite à l'absence de relations non-linéaires, à la quasi-absence de relations linéaires ainsi qu'aux arguments émis précédemment, nous nous sentons justifiés d'affirmer qu'il n'y a pas de relation entre la connaissance de soi telle que mesurée dans cette recherche et le niveau d'estime de soi également, tel que mesuré par le TSSC.

Dans le but de comprendre cette absence de relation, nous nous interrogeons d'abord sur la valeur de nos instruments de mesure. Nous débutons par une critique de la mesure de la "connaissance de soi". Une pré-expérimentation fut menée afin de vérifier la fidélité des facteurs étudiés. Parmi ces derniers, huit ont obtenus une fidélité acceptable, mais par contre relativement peu élevée. Comme nous l'avons vu précédemment, les deux seuls facteurs ayant démontré une interdépendance avec l'estime de soi sont ceux nantis d'une fidélité égale ou supérieure à .7; les autres se situent entre .45 et .64. De plus, cette vérification fut appuyée sur un groupe de 26 individus.

Nous ignorons la validité de cet instrument, nous nous sommes trouvés devant une pénurie de tests pouvant nous fournir un moyen de mesurer la

Tableau 10

Relation entre la connaissance de soi et l'estime de soi  
Analyse de variance (N: 104)

	FB	FE	FG	FI	FM	FN	FO	FQ3
H <sup>1</sup>	42	40	40	54	32	46	49	38
M <sup>2</sup>	32	24	25	17	22	22	30	25
B <sup>3</sup>	30	40	39	33	50	36	25	41
F ratio	.28	.30	.35	.25	.98	.09	.83	.38
F prob.	.758	.743	.707	.111	.378	.916	.440	.684

<sup>1</sup>H: Moyenne du niveau de connaissance de soi (groupe élevé)

<sup>2</sup>M: Moyenne du niveau de connaissance de soi (groupe moyen)

<sup>3</sup>B: Moyenne du niveau de connaissance de soi (groupe faible)

connaissance de soi et les articles pré-cités au chapitre premier ne nous en suggéraient aucun; nous nous sommes donc vus dans l'obligation d'employer cette mesure qui possède une validité apparente, mais qui n'est appuyée par aucune recherche statistique.

Enfin, les faibles niveaux de relations entre l'estime de soi et la connaissance de certains traits de personnalité seraient peut-être dû à la nature de ces traits eux-mêmes. L'étude de traits de personnalité différents seraient peut-être plus susceptibles d'établir un lien plus étroit avec l'estime de soi.

Par contre, notre deuxième test, le Tennessee self-concept scale, mesurant l'estime de soi semble adéquat. Comme nous avons pu le constater, la fidélité et la validité obtenues dans la traduction de ce test sont largement satisfaisantes. De plus, les résultats, tels l'écart-type et la moyenne, tirés de notre échantillon, sont très près des résultats de la recherche de Jean-Marie Toulouse, dont les normes proviennent de la population québécoise. En effet, l'écart-type de notre groupe est de 30.59 et celui tiré de la recherche du traducteur est de 32.70. De plus notre moyenne est de 347.23 et celle du test de Jean-Marie Toulouse se situe à 341.9.

Finalement il se peut aussi qu'il n'existe tout simplement pas de relation entre l'estime de soi et le type de "connaissance de soi" utilisé dans notre recherche. Celle-ci s'avère plutôt une évaluation, une analyse de nos capacités intellectuelles.(facteur B) et de notre tempérament (facteur E, G, I, M, N, O et Q3). Elle est peut-être composée de caractéristi-

ques trop générales au sujet de notre personnalité. Un type de connaissance qui nous mettrait davantage en contact avec notre moi intérieur, nos sentiments et nos émotions seraient peut-être mieux indiquée. Ce serait un type de connaissance orienté vers notre monde subjectif. Il s'apparenterait davantage à la conscience de soi ou awareness: attention portée à la succession des sensations, sentiments et perceptions qui nous habitent.

Dans ce dernier chapitre, nous avons présenté les résultats et offert une discussion qui nous permet de les mieux comprendre.

Appendice A

Profil du 16 P.F. (français)



## PROFIL DU 16 PF

FACTEUR	Score Brut			Score Type	SIGNIFICATION DES SCORES INFÉRIEURS	RÉSULTAT EN RANG (STEN)										SIGNIFICATION DES SCORES SUPÉRIEURE
	Forme C	Forme D	Total			→ Moyenne ←										
A					RÉSERVÉ, DÉTACHÉ, ESPRIT CRITIQUE, FROIDEUR (Schizothymie)	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	OUVERT, GÉNÉREUX, FACILE À VIVRE, S'ASSOCIE AUX ACTIVITÉS (Affectothymie) DE GROUPE
B					INTELLIGENCE INFÉRIEURE, PENSÉE CONCRÈTE (Plus faible capacité d'apprendre)	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	INTELLIGENCE SUPÉRIEURE, PENSÉE ABSTRAITE, ÉVEILLÉ (Plus forte capacité d'apprendre)
C					ÉMOTIF, AFFECTIVEMENT MOINS STABLE FACILEMENT TROUBLÉ, CARACTÈRE CHANGEANT (Plus faible emprise du moi)	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	STABILITÉ ÉMOTIVE, FAIT FACE AU RÉALITÉS, CALME (Plus forte emprise du moi)
E					HUMBLE, OBÉISSANT, DOUX, CONFORMISTE (Soumission)	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	PÉREMPTOIRE, INDÉPENDANT, VIF, OBSTINÉ (Domination)
F					SOBRE, PRUDENT, SÉRIEUX, TACITURNÉ (Circonspection)	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	INSOUCIANT, ÉTOURDI, GAI, ENTHOUSIASTE (Dynamisme)
G					INDIGNE DE CONFIANCE, N'EN FAIT QU'A SA TÊTE, ÉVITE LES RESPONSABILITÉS (Plus faible emprise du surmoi)	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	CONSCIENTIEUX, PERSÉVÉRANT, POSÉ, RESPECTUEUX DES LOIS ÉTA (Plus forte emprise du superego) BLIES
H					TIMIDE, RETENU, HÉSITANT, TIMORÉ (Threctia)	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	AVENTUREUX, HARDI EN SOCIÉTÉ, SANS INHIBITION, SPONTANÉ (Parmia)
I					INFLEXIBLE, SUR DE LUI, RÉALISTE (Harria)	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	DOUX, SOUMIS, À BESOIN DE BEAU-COUP DE PROTECTION, SENSIBLE (Premisia)
L					CONFiant, SUSCEPTIBLE DE S'ADAPTER, DÉPOURvu DE JALOUSIE, FACILE À VIVRE (Alaxia)	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	SOUPCONNEUX, RENFERMÉ, PERSPICACE (Protension)
M					PRATIQUE, SOIGNEUX, CONFORMISTE, VIVANT D'APRÈS LES RÉALITÉS, PROPRE (Proxernia)	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	IMAGINATIF, MANQUE DE SENS PRATIQUE, BOHÈME (Autia)
N					DIRECT, NATUREL, SANS ARTIFICE, SENTIMENTAL (Simplicité)	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	PERSPICACE, CALCULATEUR, MONDAIN, PÉNÉTRANT (Complexité)
O					PLACIDE, SÛR DE LUI, CONFiant, CALMÉ (Sérénité)	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	CRAINTIF, INQUIET, DÉPRIMÉ, TROUBLÉ (Tendance au complexe de culpabilité)
Q <sub>1</sub>					CONFORMISTE, RESPECTUEUX DES IDÉES ÉTABLIES, TOLÉRANT (Conformiste)	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	CHERCHEUR, CRITIQUE, ESPRIT D'ANALYSE, LIBERTÉ DE PENSÉE (Radicalisme)
Q <sub>2</sub>					SOCIAL, S'INTÈGRE À DES GROUPES, SUIT LA FOULE (Mentalité de groupe)	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	INDÉPENDANT, PRÉfÈRE S'EN TENIR À SES DÉCISIONS, DÉBROUIL-LARD (Indépendance)
Q <sub>3</sub>					DÉSINVOLTE, SANS SOUCI DES CONVENANCES, NÉGLIGÉ dans sa TENUE, ne suit que ses IMPULSIONS (Faible intégration sociale)	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	MAÎTRE DE LUI, HOMME DU MONDE, SAIT SE DISCIPLINER ET SE CON- (Très forte maîtrise de soi) TRAINDRE
Q <sub>4</sub>					DÉTENDU, CALME, NONCHALANT, SANS COMPLEXES (Faible dynamisme)	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	TENDU, BALLOTÉ, TOURNENTÉ, AGITÉ (Forte tension psychique)

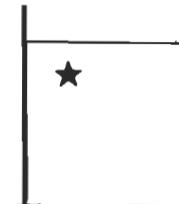
Nom:  
Commentaires:



## FEUILLE DE RÉPONSES 16 P F FORME C

NOM \_\_\_\_\_ SEXE \_\_\_\_\_ ÂGE \_\_\_\_\_ DATE \_\_\_\_\_  
 (M ou F) (années et mois)

EXEMPLES : 1  a  b  c    2  a  b  c    3  a  b  c    4  a  b  c



Espace réservé

COTE

Brute Type

MD \_\_\_\_\_

(Feuille de réponse ne convient qu'à l'épreuve éditée en 1969)

1	a	b	c	18	a	b	c	35	a	b	c	52	a	b	c	69	a	b	c	86	a	b	c	103	a	b	c
2	a	b	c	19	a	b	c	36	a	b	c	53	a	b	c	70	a	b	c	87	a	b	c	104	a	b	c
3	a	b	c	20	a	b	c	37	a	b	c	54	a	b	c	71	a	b	c	88	a	b	c	105	a	b	c
4	a	b	c	21	a	b	c	38	a	b	c	55	a	b	c	72	a	b	c	89	a	b	c				
5	a	b	c	22	a	b	c	39	a	b	c	56	a	b	c	73	a	b	c	90	a	b	c				
6	a	b	c	23	a	b	c	40	a	b	c	57	a	b	c	74	a	b	c	91	a	b	c				
7	a	b	c	24	a	b	c	41	a	b	c	58	a	b	c	75	a	b	c	92	a	b	c				
8	a	b	c	25	a	b	c	42	a	b	c	59	a	b	c	76	a	b	c	93	a	b	c				
9	a	b	c	26	a	b	c	43	a	b	c	60	a	b	c	77	a	b	c	94	a	b	c				
10	a	b	c	27	a	b	c	44	a	b	c	61	a	b	c	78	a	b	c	95	a	b	c				
11	a	b	c	28	a	b	c	45	a	b	c	62	a	b	c	79	a	b	c	96	a	b	c				
12	a	b	c	29	a	b	c	46	a	b	c	63	a	b	c	80	a	b	c	97	a	b	c				
13	a	b	c	30	a	b	c	47	a	b	c	64	a	b	c	81	a	b	c	98	a	b	c				
14	a	b	c	31	a	b	c	48	a	b	c	65	a	b	c	82	a	b	c	99	a	b	c				
15	a	b	c	32	a	b	c	49	a	b	c	66	a	b	c	83	a	b	c	100	a	b	c				
16	a	b	c	33	a	b	c	50	a	b	c	67	a	b	c	84	a	b	c	101	a	b	c				
17	a	b	c	34	a	b	c	51	a	b	c	68	a	b	c	85	a	b	c	102	a	b	c				

Copyright © by The Institute for Personality and Ability Testing, 1969. International copyright in all countries under the Berne Union, Buenos Aires, Bilateral, and Universal Copyright Conventions. All property rights reserved by The Institute for Personality and Ability Testing, 1602-04 Coronado Drive, Champaign, Illinois, U.S.A. Printed in U.S.A.

Copyright © 1962, 1966, 1971, Ottawa. Tous droits réservés par  
l'Institut de Recherches psychologiques, inc. Imprimé au Canada.

Appendice B

Profil du 16 P.F. (anglais)



# 16 PF TEST PROFILE

Name:  
Comments:

FACTOR	Raw Score			Standard Score	LOW SCORE DESCRIPTION	STANDARD TEN SCORE (STEN)										HIGH SCORE DESCRIPTION	
	Form A	Form B	Total			1	2	3	4	5	Average	6	7	8	9	10	
A					RESERVED, DETACHED, CRITICAL, ALOOF (Sizothymia)	.	.	.	.	A	.	.	.	.	.	.	OUTGOING, WARMHEARTED, EASY-GOING, PARTICIPATING (Affectothymia, formerly cyclothymia)
B					LESS INTELLIGENT, CONCRETE-THINKING (Lower scholastic mental capacity)	.	.	.	.	B	.	.	.	.	.	.	MORE INTELLIGENT, ABSTRACT-THINKING, BRIGHT (Higher scholastic mental capacity)
C					AFFECTED BY FEELINGS, EMOTIONALLY LESS STABLE, EASILY UPSET (Lower ego strength)	.	.	.	.	C	.	.	.	.	.	.	EMOTIONALLY STABLE, FACES REALITY, CALM, MATURE (Higher ego strength)
E					HUMBLE, MILD, ACCOMMODATING, CONFORMING (Submissiveness)	.	.	.	.	E	.	.	.	.	.	.	ASSERTIVE, AGGRESSIVE, STUBBORN, COMPETITIVE (Dominance)
F					SOBER, PRUDENT, SERIOUS, TACITURN (Desurgency)	.	.	.	.	F	.	.	.	.	.	.	HAPPY-GO-LUCKY, IMPULSIVELY LIVELY, GAY, ENTHUSIASTIC (Surgency)
G					EXPEDIENT, DISREGARDS RULES, FEELS FEW OBLIGATIONS (Weaker superego strength)	.	.	.	.	G	.	.	.	.	.	.	CONSCIENTIOUS, PERSEVERING, STAIID, MORALISTIC (Stronger superego strength)
H					SHY, RESTRAINED, TIMID, THREAT-SENSITIVE (Threcticia)	.	.	.	.	H	.	.	.	.	.	.	VENTURESOME, SOCIALLY BOLD, UNINHIBITED, SPONTANEOUS (Parmia)
I					TOUGH-MINDED, SELF-RELIANT, REALISTIC, NO-NONSENSE (Harría)	.	.	.	.	I	.	.	.	.	.	.	TENDER-MINDED, CLINGING, OVER-PROTECTED, SENSITIVE (Premisia)
L					TRUSTING, ADAPTABLE, FREE OF JEALOUSY, EASY TO GET ALONG WITH (Alaxia)	.	.	.	.	L	.	.	.	.	.	.	SUSPICIOUS, SELF-OPIINONATED, HARD TO FOOL (Protension)
M					PRACTICAL, CAREFUL, CONVENTIONAL, REGULATED BY EXTERNAL REALITIES, PROPER (Praxernia)	.	.	.	.	M	.	.	.	.	.	.	IMAGINATIVE, WRAPPED UP IN INNER URGENCIES, CARELESS OF PRACTICAL MATTERS, BOHEMIAN (Autia)
N					FORTHRIGHT, NATURAL, ARTLESS, UNPRETENTIOUS (Artlessness)	.	.	.	.	N	.	.	.	.	.	.	SHREWD, CALCULATING, WORLDLY, PENETRATING (Shrewdness)
O					SELF-ASSURED, CONFIDENT, SERENE (Untroubled adequacy)	.	.	.	.	O	.	.	.	.	.	.	APPREHENSIVE, SELF-REPROACHING, WORRYING, TROUBLED (Guilt proneness)
Q <sub>1</sub>					CONSERVATIVE, RESPECTING ESTABLISHED IDEAS, TOLERANT OF TRADITIONAL DIFFICULTIES (Conservatism)	.	.	.	.	Q <sub>1</sub>	.	.	.	.	.	.	EXPERIMENTING, LIBERAL, ANALYTICAL, FREE-THINKING (Radicalism)
Q <sub>2</sub>					GROUP-DEPENDENT, A "JOINER" AND SOUND FOLLOWER (Group adherence)	.	.	.	.	Q <sub>2</sub>	.	.	.	.	.	.	SELF-SUFFICIENT, PREFERS OWN DECISIONS, RESOURCEFUL (Self-sufficiency)
Q <sub>3</sub>					UNDISCIPLINED SELF-CONFFLICT, FOLLOWS OWN URGES, CARELESS OF PROTOCOL (Low integration)	.	.	.	.	Q <sub>3</sub>	.	.	.	.	.	.	CONTROLLED, SOCIALLY PRECISE, FOLLOWING SELF-IMAGE (High self-concept control)
Q <sub>4</sub>					RELAXED, TRANQUIL, UNFRUSTRATED (Low ergic tension)	.	.	.	.	Q <sub>4</sub>	.	.	.	.	.	.	TENSE, FRUSTRATED, DRIVEN, OVERWROUGHT (High ergic tension)

**ANSWER SHEET: THE 16 P F TEST, FORM \_\_\_\_ (A OR B)**

## EXAMPLES

I like to watch team games.

a. yes,    b. occasionally,    c. no.

I prefer people who:

a. are reserved,  
b. (are) in between,  
c. make friends quickly.

- Money cannot bring happiness.

  - a. yes (true),
  - b. in between,
  - c. no (false).

Woman is to child as cat is to:

  - a. kitten,    b. dog,    c. boy.

a	b	c
a	b	c
a	b	c
a	b	c
a	b	c

**NAME** \_\_\_\_\_

First

Middle

Last

SEX \_\_\_\_\_ AGE \_\_\_\_\_ DATE \_\_\_\_\_  
(Write M or F)      (Nearest Year)

**RAW  
SCORE**

*Do not write here.*

#### **NORMS USED:**

- HS  
 Coll  
 Gen Pop  
 A  
 B  
 A + B  
 M  
 F  
 '61-'62  
 '67-'68

Appendice C

Questionnaire du Tennessee self concept scale (français)

Echelle TSSC - Image de soi\*

Traduction et adaptation française

par

Jean-Marie Toulouse, Ph.D.

DIRECTIVES

Inscrivez votre nom, votre âge et votre profession sur la première ligne de la feuille de réponses. Ecrivez vos réponses sur les feuilles de réponses. N'écrivez pas dans le cahier.

Les énoncés que nous vous proposons ont pour but de vous aider à vous décrire tel que vous croyez être. Veuillez répondre comme vous le feriez si vous vous parliez à vous-même.

Répondez à tous les items. Lisez chaque énoncé attentivement, puis choisissez parmi les cinq réponses données au bas de la page, celle qui vous convient le mieux. Sur votre feuille de réponses, tracez un cercle autour de la réponse de votre choix.

Avant de commencer à répondre, assurez-vous de placer le cahier et votre feuille de réponses de façon à aligner les chiffres correspondants.

N'oubliez pas de tracer un cercle autour de la réponse de votre choix. Il faut répondre à tous les items.

Réponse:	Complètement faux	Surtout faux	Partiellement vrai et partiellement faux	Surtout vrai	Complètement vrai
	1	2	3	4	5

## Page 1

	Numéro de l'item
1- J'ai un corps sain (Je suis en bonne santé).....	1
2- J'aime paraître toujours "bien mis" et propre.....	2
3- Je suis une personne attrayante.....	3
5- Je me considère comme une personne négligée.....	5
23- Je suis une mauvaise personne (Je suis une personne méchante).....	23
19- Je suis une personne bien.....	19
41- Je suis une personne sans importance (je suis nul(le)).....	41
21- Je suis une personne honnête.....	21
59- Mes amis ne me font pas confiance.....	59
77- Ce que les autres font ne m'intéresse pas.....	77
91- Je ne dis pas toujours la vérité.....	91
37- Je suis une personne gaie.....	37
55- Je suis membre d'une famille qui m'aiderait toujours dans n'importe quelle difficulté.....	55
39- Je suis une personne calme et peu compliquée (il est facile de s'entendre avec moi).....	39
4- Je suis plein(e) de maux et de douleurs (J'ai toujours mal à quelque part).....	4
6- Je suis une personne malade.....	6
57- Je suis membre d'une famille heureuse.....	57
22- Je suis une faillite au point de vue moral.....	22

Réponse:	Complètement faux	Surtout faux	Partiellement vrai et partiellement faux	Surtout vrai	Complètement vrai
----------	----------------------	-----------------	---	-----------------	----------------------

## Page 2

	Numéro de l'item
40- Je suis une personne détestable.....	40
73- Je suis une personne amicale.....	73
42- Je perds la raison.....	42
93- Parfois, il m'arrive de me mettre en colère.....	93
75- J'ai du succès auprès des hommes.....	75
20- Je suis une personne religieuse.....	20
24- Je suis une personne faible moralement.....	24
38- J'ai une grande maîtrise de moi-même.....	38
58- Je ne suis pas aimé(e) par ma famille.....	58
74- J'ai du succès auprès des femmes.....	74
56- Je suis une personne importante aux yeux de mes amis et de ma famille.....	56
60- J'ai l'impression que ma famille n'a pas confiance en moi.....	60
76- J'en veux au monde entier.....	76
78- Je suis une personne avec qui il est difficile d'avoir un contact amical.....	78
92- De temps en temps, je pense à des choses trop laides pour en parler	92
7- Je suis ni trop gras(se) ni trop maigre.....	7
25- Je suis satisfait(e) de mon comportement moral.....	25

Réponse:	Complètement faux	Surtout faux	Partiellement vrai et partiellement faux	Surtout vrai	Complètement vrai
----------	----------------------	-----------------	---	-----------------	----------------------

	Numéro de l'item
11- J'aimerais changer certaines parties de mon corps.....	11
9- J'aime mon apparence comme elle est.....	9
29- Je devrais aller à l'église plus souvent.....	29
47- Je me méprise.....	47
43- Je suis satisfait(e) d'être précisément ce que je suis.....	43
61- Je suis satisfait(e) des relations que j'ai avec ma famille.....	61
65- Je devrais être plus confiant(e) envers ma famille.....	65
83- Je ne vaux rien au point de vue social.....	83
94- Parfois, lorsque je ne me sens pas bien, je suis de mauvaise humeur	94
45- Je suis aussi genti(le) que je devrais l'être.....	45
63- Je comprends ma famille aussi bien que je le devrais.....	63
10- Je me sens aussi bien que je le devrais.....	10
79- Je suis aussi sociable que je veux l'être.....	79
12- Je devrais avoir plus de "sex appeal".....	12
28- J'aimerais être plus digne de confiance.....	28
46- Je ne suis pas la personne que je voudrais être.....	46
81- J'essaie de plaire aux autres sans cependant exagérer.....	81
8- Je suis ni trop grand(e) ni trop petit(e).....	8
30- Je ne devrais pas tant mentir.....	30

Réponse:	Complètement faux	Surtout faux	Partiellement vrai et partiellement faux	Surtout vrai	Complètement vrai
----------	----------------------	-----------------	---	-----------------	----------------------

Numéro  
de l'item

95-	Je n'aime pas toutes les personnes que je connais.....	95
26-	Je suis aussi religieux(se) que je veux l'être.....	26
44-	Je suis aussi intelligent(e) que je veux l'être.....	44
48-	J'aimerais ne pas lâcher aussi facilement que je le fais.....	48
64-	Je suis trop sensible aux remarques de ma famille.....	64
62-	Je traite mes parents aussi bien que je le devrais (lire au passé si les parents sont décédés).....	62
80-	Je suis satisfait(e) de la façon dont je traite les autres.....	80
66-	Je devrais aimer ma famille davantage.....	66
13-	Je prends bien soin de ma santé physique.....	13
82-	Je devrais être plus poli(e) envers les gens.....	82
97-	De temps à autre, je ris d'une farce grivoise.....	97
15-	J'essaie de soigner mon apparence.....	15
31-	Dans ma vie de tous les jours, je suis fidèle à ma religion.....	31
17-	J'agis souvent comme si j'avais les mains "pleines de pouces" (de façon malhabile, maladroitement).....	17
35-	Il m'arrive parfois de faire des choses très mauvaises.....	35
33-	J'essaie de changer lorsque je constate que j'agis mal.....	33
49-	Quelle que soit la situation, je peux toujours me tirer d'affaire..	49

Réponse:	Complètement faux	Surtout faux	Partiellement vrai et partiellement faux	Surtout vrai	Complètement vrai
	1	2	3	4	5

Numéro  
de l'item

53-	Je fais des choses sans d'abord y avoir réfléchi.....	53
71-	Je cède à mes parents (lire au passé si les parents sont décédés) ..	71
67-	J'essaie de jouer franc jeu avec ma famille et mes amis.....	67
89-	Je ne pardonne pas facilement.....	89
96-	Il m'arrive parfois de commérer un peu.....	96
69-	Je porte un intérêt sincère à ma famille.....	69
87-	Je m'entends bien avec les gens.....	87
18-	Je dors mal.....	18
34-	J'emploie quelquefois des moyens malhonnêtes pour avancer.....	34
85-	J'essaie de comprendre le point de vue de mon interlocuteur.....	85
16-	Je ne réussis pas au jeu et au sport.....	16
51-	J'accepte des reproches sans me mettre en colère.....	51
32-	La plupart du temps, je fais ce qui est bien.....	32
36-	J'éprouve de la difficulté à faire ce qui est bien.....	36
52-	Je change souvent d'idée.....	52
98-	Il y a des moments où j'ai envie de sacrer.....	98
14-	Je me sens presque toujours bien.....	14
50-	Je résous mes problèmes assez facilement.....	50

Réponse:	Complètement faux	Surtout faux	Partiellement vrai et partiellement faux	Surtout vrai	Complètement vrai
----------	----------------------	-----------------	---	-----------------	----------------------

## Page 6

	Numéro de l'item
54- J'essaie de fuir mes problèmes.....	54
70- Je me querelle avec ma famille.....	70
88- Je ne me sens pas à l'aise avec les autres.....	88
68- A la maison, je fais ma part du travail.....	68
86- Je trouve des qualités à toutes les personnes que je rencontre.....	86
72- Je ne me comporte pas comme ma famille pense que je le devrais.....	72
27- Je suis satisfait(e) de ma relation avec Dieu.....	27
90- J'éprouve de la difficulté à converser avec des étrangers.....	90
99- Au jeu, j'aime mieux gagner que perdre.....	99
100- De temps en temps, il m'arrive de remettre au lendemain ce que je devrais faire le jour même.....	100
84- Il faudrait que je m'entende mieux avec les gens.....	84

Réponse:	Complètement faux	Surtout faux	Partiellement vrai et partiellement faux	Surtout vrai	Complètement vrai
	1	2	3	4	5

#### Appendice D

Profil du Tennessee self concept scale (anglais)

## TENNESSEE SELF CONCEPT SCALE

**ANSWER SHEET**

ITEM NO.	PAGES 5 AND 6	ITEM NO.	PAGES 3 AND 4	ITEM NO.	PAGES 1 AND 2
13	1 2 3 4 5	7	1 2 3 4 5	1	1 2 3 4 5
14	1 2 3 4 5	8	1 2 3 4 5	2	1 2 3 4 5
15	1 2 3 4 5	9	1 2 3 4 5	3	1 2 3 4 5
16	1 2 3 4 5	10	1 2 3 4 5	4	1 2 3 4 5
17	1 2 3 4 5	11	1 2 3 4 5	5	1 2 3 4 5
18	1 2 3 4 5	12	1 2 3 4 5	6	1 2 3 4 5
31	1 2 3 4 5	25	1 2 3 4 5	19	1 2 3 4 5
32	1 2 3 4 5	26	1 2 3 4 5	20	1 2 3 4 5
33	1 2 3 4 5	27	1 2 3 4 5	21	1 2 3 4 5
34	1 2 3 4 5	28	1 2 3 4 5	22	1 2 3 4 5
35	1 2 3 4 5	29	1 2 3 4 5	23	1 2 3 4 5
36	1 2 3 4 5	30	1 2 3 4 5	24	1 2 3 4 5
49	1 2 3 4 5	43	1 2 3 4 5	37	1 2 3 4 5
50	1 2 3 4 5	44	1 2 3 4 5	38	1 2 3 4 5
51	1 2 3 4 5	45	1 2 3 4 5	39	1 2 3 4 5
52	1 2 3 4 5	46	1 2 3 4 5	40	1 2 3 4 5
53	1 2 3 4 5	47	1 2 3 4 5	41	1 2 3 4 5
54	1 2 3 4 5	48	1 2 3 4 5	42	1 2 3 4 5
67	1 2 3 4 5	61	1 2 3 4 5	55	1 2 3 4 5
68	1 2 3 4 5	62	1 2 3 4 5	56	1 2 3 4 5
69	1 2 3 4 5	63	1 2 3 4 5	57	1 2 3 4 5
70	1 2 3 4 5	64	1 2 3 4 5	58	1 2 3 4 5
71	1 2 3 4 5	65	1 2 3 4 5	59	1 2 3 4 5
72	1 2 3 4 5	66	1 2 3 4 5	60	1 2 3 4 5
85	1 2 3 4 5	79	1 2 3 4 5	73	1 2 3 4 5
86	1 2 3 4 5	80	1 2 3 4 5	74	1 2 3 4 5
87	1 2 3 4 5	81	1 2 3 4 5	75	1 2 3 4 5
88	1 2 3 4 5	82	1 2 3 4 5	76	1 2 3 4 5
89	1 2 3 4 5	83	1 2 3 4 5	77	1 2 3 4 5
90	1 2 3 4 5	84	1 2 3 4 5	78	1 2 3 4 5
99	1 2 3 4 5	95	1 2 3 4 5	91	1 2 3 4 5
100	1 2 3 4 5	96	1 2 3 4 5	92	1 2 3 4 5
		97	1 2 3 4 5	93	1 2 3 4 5
		98	1 2 3 4 5	94	1 2 3 4 5

NAME		SCHOOL	GRADE	SEX	AGE	DATE	TIME STARTED	TIME FINISHED	TOTAL TIME
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="radio"/> M	<input type="radio"/> F	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>

PUBLISHED BY

COUNSELOR RECORDINGS AND TESTS  
BOX 6184, ACKLEN STA.  
NASHVILLE, TENN. 37212

# SCORE SHEET

Clinical and Research Form  
Tennessee Self Concept Scale

NAME	SCHOOL GRADE	SEX	AGE	DATE	TIME STARTED	TIME FINISHED	TOTAL TIME
------	--------------	-----	-----	------	--------------	---------------	------------

## HOW THE INDIVIDUAL PERCEIVES HIMSELF

IN TERMS OF:	COLUMN A PHYSICAL SELF						COLUMN B MORAL-ETHICAL SELF						COLUMN C PERSONAL SELF						COLUMN D FAMILY SELF						COLUMN E SOCIAL SELF						SELF CRITICISM		ROW TOTALS						
IDENTITY WHAT HE IS	P-1	P-2	P-3	N-4	N-5	N-6	P-19P-20P-21	N-22N-23N-24	P-37P-38P-39	N-40N-41N-42	P-55P-56P-57	N-58N-59N-60	P-73P-74P-75	N-76N-77N-78	91	92	93	94	POSITIVE P + N	CONFlict NET	CONFLICT TOTAL	NON-ALGEBRAIC	VARIABILITY Range of P + N Cell Scores																
	5	5	5	1	1	1	5	5	5	1	1	1	5	5	5	1	1	1	5	5	5	1	1	1	5	5	5	5											
	4	4	4	2	2	2	4	4	4	2	2	2	4	4	4	2	2	2	4	4	4	2	2	2	4	4	4	4											
	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3												
	2	2	2	4	4	4	2	2	2	4	4	4	2	2	2	4	4	4	2	2	2	4	4	4	2	2	2												
	1	1	1	5	5	5	1	1	1	5	5	5	1	1	1	5	5	5	1	1	1	5	5	5	1	1	1												
SELF SATISFACTION HOW HE ACCEPTS HIMSELF	P	—	N	—	P	—	N	—	P	—	N	—	P	—	N	—	P	—	N	—	P	—	N	—	P	—	N	—											
	P + N	—	P - N	—	P + N	—	P - N	—	P + N	—	P - N	—	P + N	—	P - N	—	P + N	—	P - N	—	P + N	—	P - N	—	P + N	—	P - N	—											
	P-7	P-8	P-9	N-10	N-11	N-12	P-25P-26P-27N-28N-29N-30	P-43P-44P-45	N-46N-47N-48	P-61P-62P-63	N-64N-65N-66	P-79P-80P-81	N-82N-83N-84	95	96	97	98																						
	5	5	5	1	1	1	5	5	5	1	1	1	5	5	5	1	1	1	5	5	5	1	1	1	5	5	5	5											
	4	4	4	2	2	2	4	4	4	2	2	2	4	4	4	2	2	2	4	4	4	2	2	2	4	4	4	4											
	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3												
BEHAVIOR HOW HE ACTS	2	2	2	4	4	4	2	2	2	4	4	4	2	2	2	4	4	4	2	2	2	4	4	4	2	2	2												
	1	1	1	5	5	5	1	1	1	5	5	5	1	1	1	5	5	5	1	1	1	5	5	5	1	1	1												
	P	—	N	—	P	—	N	—	P	—	N	—	P	—	N	—	P	—	N	—	P	—	N	—	P	—	N	—											
	P + N	—	P - N	—	P + N	—	P - N	—	P + N	—	P - N	—	P + N	—	P - N	—	P + N	—	P - N	—	P + N	—	P - N	—	P + N	—	P - N	—											
	P-13	P-14	P-15	N-16	N-17	N-18	P-31P-32P-33	N-34N-35N-36	P-49P-50P-51	N-52N-53N-54	P-67P-68P-69	N-70N-71N-72	P-85P-86P-87	N-88N-89N-90	99	100																							
	5	5	5	1	1	1	5	5	5	1	1	1	5	5	5	1	1	1	5	5	5	1	1	1	5	5	5	5											
COLUMN TOTALS	4	4	4	2	2	2	4	4	4	2	2	2	4	4	4	2	2	2	4	4	4	2	2	2	4	4	4												
	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3												
	2	2	2	4	4	4	2	2	2	4	4	4	2	2	2	4	4	4	2	2	2	4	4	4	2	2	2												
	1	1	1	5	5	5	1	1	1	5	5	5	1	1	1	5	5	5	1	1	1	5	5	5	1	1	1												
	P	—	N	—	P	—	N	—	P	—	N	—	P	—	N	—	P	—	N	—	P	—	N	—	P	—	N	—											
	P + N	—	P - N	—	P + N	—	P - N	—	P + N	—	P - N	—	P + N	—	P - N	—	P + N	—	P - N	—	P + N	—	P - N	—	P + N	—	P - N	—											
TOTAL POSITIVE ( $\Sigma P + N$ )																																							
$\Sigma$ (Algebraic) $P - N$						5 - 8 (4.0)						4 - 10 (4.3)						0 - 12 (4.3)						7 - 6 (4.4)						5 - 6 (3.8)									
$\Sigma$ Non-Algebraic $P - N$						9 - 0 (2.8)						9 - 1 (2.8)						11 - 2 (3.0)						10 - 1 (3.1)						9 - 1 (3.0)									
V: (Range of $P + N$ Cell Scores)																																							

### DISTRIBUTION OF RESPONSES

NUMBER OF	5'S + 4'S	3'S	2'S + 1'S	= 90	T/F =	=	
	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>				
SELF CRITICISM RESPONSES						= 10	
TOTALS	X2	X1	X1	X2	= 100		
D =	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	= <input type="text"/>		

### EMPIRICAL SCALES

DP =	—	—	=
GM	=		
PSY = (100 + <input type="text"/> ) - ( <input type="text"/> )	=		
PD =	—	—	=
N =	—	—	=
PI	=		

PUBLISHED BY:  
COUNSELOR RECORDINGS AND TESTS  
BOX 6184, ACKLEN STA.  
NASHVILLE, TENN. 37212

Tennessee Self Concept Scale

© WILLIAM H. FITTS 1964

PROFILE SHEET

Clinical and Research Form  
PUBLISHED BY:  
COUNSELOR RECORDINGS AND TESTS  
BOX 6184, ACHLEN STA.  
NASHVILLE, TENN. 37212

NAME												SCHOOL GRADE	SEX	M	F	AGE	DATE							TOTAL TIME												
T SCORE	SELF CRITI- CISM	T/F	CONFLICT		T O T A L	POSITIVE SCORES					PERCENTILE SCORES	VARIABILITY			DISTRIBUTION					EMPIRICAL SCALES					NDS	T S C O R E										
						ROW		COLUMN				1	2	3	A	B	C	D	E	T O T A L	COL. TOT.	ROW TOT.	D	5			4	3	2	1	DP	GM	PSY	PD	N	PI
			NET	TOTAL																																
90			3.00																																	
			2.75	80	80																															
			2.50	70	70	450	150	150	90	90	90	90	90	90	90	200	65	75	55	60						50	80	30	25	75	90					
			2.25	60	70		440		150		90						195	60	55	55	55															
			50																																	
80			2.00	60	60			430	145	145							110	70	45	55	60	45														
			1.90	50	55				140		85						65	105	100	185	50	55														
			1.80	40	420												95	100	95	45	45															
70			1.70	30	30				135	140							90	99	85	55	35	45														
			1.60	50	55						80						85	110	70	45	55	60	45													
			1.50	20	40						85						85	105	100	185	50	55														
			1.40	45	420												95	100	95	45	45															
60			45	15	15				140	130							75	90	95	80	35	40	170													
			1.30	10	40				120		80						65	105	100	185	50	55														
			1.20	5	35					135	115						70	85	80	60	35	40	155													
			1.10	0	370						75						60	140	135	145	30	35	30													
																	55	135	130	140	25	30	25													
50			40	-5	30					105	115						50	120	130	125	20	20	20													
			35	1.00	30					115	110						50	30	20	30	25	30	20													
			30	-10	340					125							40	125	130	120	20	20	20													
			25	25	330					100	110						65	110	115	110	15	15	15													
			30	-15	320					120	95						75	105	100	100	10	15	15													
			40	-80	20					105	90						40	90	85	80	5	15	10													
			25	-20	310					85	115						10	35	35	30	5	15	10													
			30	.70	300					100	105						55	80	75	80	5	10	5													
			25	-25	290					80							30	85	80	85	5	10	5													
			30	.60	280					95	75						55	75	70	75	5	10	5													
			20	-30	15					70	55						50	50	50	50	1	20	25													
			20	.50	240					55	60						25	10	60	60	5	10	5													
			15	.40	230					60	50						15	10	55	55	5	10	5													
			20	.30	220					55	60						10	5	45	45	5	10	5													
			10	.20	5					80	45						0	8	29	29	0	0	0													
			10	.10	160					65	35						0	16	29	29	0	0	0													
			10	.10	160					60	55						0	16	29	29	0	0	0													
			10	.10	150					30	35						0	16	29	29	0	0	0													
PROFILE LIMITS	UP	16	7	29	44	14	11	24	13	17	16	24	11	17	8	14	39	6	34	19	24	34	14	29	14	22	9	-	19							
	DOWN	29	9	24	17	9	24	15	12	17	12	24	20	17	49	5	29	12	10	24	29	18	39	17	34	21	17	14	15	-	19					

Conclusion

La présente recherche a tenté de vérifier si une meilleure connaissance de soi accompagne une plus grande estime de soi.

Plusieurs théoriciens consultés entrevoyaient une certaine interdépendance. Nous avons voulu vérifier expérimentalement cette hypothèse. Les sujets de cette étude étaient au nombre de 104; 77 de sexe féminin et 27 de sexe masculin. Leur âge s'échelonnait entre 20 et 50 ans. Ils étaient inscrits, pour la majorité, soit au programme "nursing" soit au programme "administration scolaire" à l'université de Montréal.

N'ayant trouvé aucun test mesurant la connaissance de soi, nous avons employé comme mesure de celle-ci l'écart existant entre les résultats obtenus au test 16 P.F. et les résultats provenant d'une autoévaluation sur ces mêmes facteurs. Le 16 P.F. fut choisi parce qu'il nous fournit des indices sur la plupart des traits fondamentaux de la personnalité. Une pré-expérimentation fut menée afin d'en vérifier la fidélité. Les résultats obtenus nous ont permis de sélectionner huit facteurs servant à mesurer cette connaissance.

Le niveau de l'estime de soi est obtenu au moyen de la Mesure du concept de soi (traduction française du Tennessee self-concept scale). Cette mesure a l'avantage d'être adaptée à la culture québécoise. De plus, la moyenne ainsi que l'écart-type tirés de notre échantillon sont très près des

résultats de la recherche de Jean-Marie Toulouse, traducteur de ce test.

Les résultats démontrent qu'il n'existe pas de relation entre la connaissance de soi telle que mesurée dans cette recherche et le niveau d'estime de soi présent chez un individu. En effet, sur un total de 48 corrélations, trois se sont avérées positives; le faible niveau de relation linéaire constaté entre les deux facteurs (estime de soi et connaissance de soi) ainsi que le nombre très limité d'individus manifestant cette tendance incitent à penser que ces résultats sont dûs au hasard. Puis, suite à une analyse de variance une absence de relations non-linéaires fut constatée entre les deux variables. Conséquemment, nous nous sommes sentis justifiés de rejeter les hypothèses soulevées dans cette étude.

Dans la discussion, des résultats, nous nous interrogeons sur la pertinence des traits étudiés. Si des facteurs de personnalité autres que ceux que nous avons identifiés étaient utilisés, peut-être trouverions nous un lien avec l'estime de soi.

Enfin, nous suggérons un autre type de connaissance de soi: la conscience orientée vers son vécu intérieur (awareness). Cette faculté de bien identifier ce qui nous habite véhicule une connotation beaucoup plus intime que la connaissance de soi telle que mesurée dans cette recherche. Il serait intéressant de vérifier le niveau d'interdépendance entre cette nouvelle perspective de la connaissance de soi et l'estime de soi.

L'auteur désire exprimer sa reconnaissance à son directeur de mémoire, monsieur Gilles Dubois, Ph.D., à qui elle est redevable d'une assistance constante et éclairée.

Une aide fut aussi apportée par certains professeurs et étudiants à l'Université de Montréal et de Trois-Rivières. De même, la disponibilité d'ami(e)s précieux a grandement facilité la poursuite de cette recherche.

## Références

- ALLPORT, W. G. (1955). Becoming: Basic considerations for a psychology of personality. New Haven Connecticut, Yale University Press, pp. ix-106.
- BARRETT, R.L. (1967). A study of the influence of self-regard on changes in accuracy of self-estimates following the reporting of test results, Michigan, in Dissertation abstract, vol. 28, no 1, p. 465A.
- CALDWELL, S., LEVEQUE, K.L., LANE, D.M. (August 1974). Group psychotherapy in the management of hemophilia, Psychological reports, vol. 35, pp. 339-342, (1, pt 1).
- CANGEMI, J.P., ENGLANDER, M.R. (1974). From self awareness to self-actualization, College student journal, vol. 8 (2), pp. 88-92.
- CANGEMI, J.P., MARTRAY, C.R. (1975). Awareness: a psychological requisite for the actualizing personality, Psychology: a journal of human behavior, vol. 12, no 3, pp. 44-49.
- CATTELL, EBER, TATSUOKA (1970). Handbook for the sixteen personality factor questionnaire (16 P.F.), Illinois, Institute for personality and ability testing, pp. xxv-388.
- CHEVRIER, J.M. (1966). Manuel et normes, questionnaire de personnalité en 16 facteurs, Montréal, Institut de recherches psychologiques inc., pp. ii-94.
- COLEMAN, J.C. (1969). Psychology and effective behavior, Los Angeles, University of California, p. 568.
- COOPERSMITH, S. (1967). The antecedents of self-esteem, San Francisco, Freeman, pp. ix-283.
- FOULQUIE, P. (1962). Dictionnaire de la langue philosophique, Paris: Presses Universitaires de France, pp. xv-778.
- GENDLIN, E.T. (1970). Une théorie du changement de la personnalité, Montréal: C.I.M., p. 59.
- HAIGHT, A.D. (1973). Videotape feedback in group encounter with community college students, Dissertation abstract international, vol. 34, no 1, pp. 135A-136A.
- HALL, L. (1957). Theories of personality, New-York; U.S.A. pp. x-572.

- ICKES, W.J., WICKLUND, R.A., FERRIS, C.B. (1973). Objective self-awareness and self-esteem, Journal of experimental social psychology, vol. 9, pp. 202-219.
- JOURARD, S. (1959). Healthy personality and self-disclosure, Mental Hygiene, pp. 499-507.
- JOURARD, M.S. (1974). La transparence de soi. Ste-Foy: les éditions Saint-Yves inc., p. 287.
- LALANDE, A. (1972). Vocabulaire technique et critique de la philosophie. Paris: Presses Universitaires de France, pp. xxiv-1323.
- LEE MOON, L. (1974). Search for self, the counselor in the classroom, in The school counselor, pp. 121-123.
- LOWEN, A. (1976). Le plaisir, Montréal: éditions du Jour, p. 239.
- MAY, R. (1972). Le désir d'être, Psychothérapie existentielle, Paris: éditions EPI, p. 92.
- MORTIER, R. (1963). Dictionnaire Quillet de la langue française, librairie Aristide Quillet.
- PELLETIER, D. (1971). La représentation de soi, tome 1, interprétation cognitive, Montréal: éditions du renouveau pédagogique, p. 224.
- REMY, G.A. (1972). Le concept de soi chez des enfants d'école gardienne, Université catholique de Louvain, recherches du laboratoire de pédagogie expérimentale, Vander, éditeur Louvain, cahier no 9, p. 126.
- ROGERS, C.R. (1968). Le développement de la personne, Paris: DUNOD, pp. xx-286.
- SABOL, D.E. (1974). The effects of psychological awareness classes on self-esteem, behavior and academic achievement in the elementary grades, Michigan, Dissertation abstract international, vol. 35, no 1, pp. 271A-272A.
- SAINT-ARNAUD, Y. (1974). La personne humaine, Ottawa: éditions du CIM, p. 200.
- SCHWARTZ, S. (1974). Are you one of your favorite people, in The Journal of school health, vol. xlix, no 1, pp. 30-32.
- SHAFFER, J.K. (1974). Using knowledge of self: a means to grow, thèse de doctorat présentée à l'Université du Michigan, pp. vii-166.

- SOFFEN, FAYE (1968). Teaching for improvement of self-concept dissertation abstract, Michigan, vol. 29, no 5-6, pp. 1468A-1469A.
- SPRINGER, Leonidas Keeth (1973). The group effect on personality. Dissertation abstract international, vol. 34, no 10, p. 5211-B.
- STEGGALL, S.W. (1973). The effects of self-awareness activities in a small group process on the phenomenal self-regard of selected fifth grade children, Dissertation abstract international, vol. 33, no 8, pp. 4104A-4105A.
- TAYLOR, D.M. (1955). Changed in the self-concept without psychotherapy, Journal of consulting psychology, vol. 19, no 3, pp. 205-209.
- TOULOUSE, J.M. (1971). Mesure du concept de soi TSSC, Montréal: Université de Montréal, p. 50.
- U'REN, R.C. (1971). A perspective on self-esteem, in Comprehensive psychiatry, vol. 12, no 5, pp. 466-472.
- WARREN, H.C. (1934). Dictionary of psychology, U.S.A., Houghton Mifflin Company, pp. x-372.
- WOODHOUSE, D.J. (1974). An examination of the immediate and long range effects of participation in a self-exploration group upon participants' self acceptance and acceptance of others. Thèse de doctorat présentée à The University of North Carolina at Chapel Hill, pp. vii-171.
- ZILLER, R.C., HAGEY, J., SMITH, M.D., LONG, B.H. (1969). Self-esteem: a self-social construct, Journal of consulting and clinical psychology, vol. 33, no 1, pp. 84-95.