

# Les retombées de la pratique réflexive sur le sentiment d'efficacité personnelle et la réussite scolaire

L'analyse réflexive, ou la pratique réflexive, est sur toutes les lèvres. Toutefois, est-elle réellement utilisée à la hauteur de son potentiel comme outil favorisant la réussite de l'élève?

L'analyse réflexive se définit comme étant la capacité à réfléchir avant, pendant et après l'action. Elle favorise la construction des apprentissages et du développement identitaire<sup>1</sup>. On peut dire de l'analyse réflexive qu'elle est une compétence transférable et fort utile dans tous les domaines de vie.

Pour l'élève, l'analyse réflexive consiste à tourner son regard vers lui-même, à prendre conscience de son mode de fonctionnement, de sa façon d'être et d'agir lui permettant de mieux se connaître (intérêts, aptitudes, attitudes, traits de personnalité, etc.).

Bien que l'élève soit l'acteur principal de sa pratique réflexive, l'enseignant est un précieux collaborateur lorsqu'il lui propose une réflexion sur ses actions dans le cadre des projets pédagogiques. Chaque tâche d'apprentissage proposée par l'enseignant devient alors un véritable levier à la découverte de soi.

## Trois temps de réflexion

L'analyse réflexive n'est pas un exercice spontané, elle se doit d'être régulière, intentionnelle et planifiée. Elle se bâtit petit à petit, de façon à ce que l'élève s'habitue à se poser des questions de plus en plus pertinentes.



<sup>1</sup> Jourdain, F., Philippon, D. et Lauzon, C. (2014). Orientation et entrepreneuriat : Guider l'élève vers l'analyse réflexive. CEROMS.

L'analyse réflexive agit sur le sentiment d'efficacité personnelle. En effet, la principale source d'information pour construire sa croyance d'efficacité personnelle est l'analyse de ses expériences de réussite et d'échec.

En regardant de près ses expériences de réussite et d'échec, il est possible d'identifier des stratégies et des attitudes à mettre de l'avant afin de réussir une tâche scolaire.

- Quelle attitude a contribué à ma réussite, à mon échec ?
- Est-ce que j'adopte toujours la même attitude au regard de ma tâche?
- Est-ce que je fais toujours mon travail de la même manière?

Ce genre de questions permettra à l'élève de développer son répertoire de ressources. Étant mieux outillé, il augmentera ses possibilités de vivre des succès.

## Le SEP et la motivation des élèves

Thérèse Bouffard a démontré, dans le cadre de ses recherches, que le sentiment d'efficacité personnelle, fortement associé à la motivation, est le déterminant premier du rendement scolaire, avant même les capacités intellectuelles de l'élève. Les perceptions qu'a l'élève de son contrôle et de sa compétence sont les déterminants les plus puissants du fonctionnement scolaire. La motivation est liée au phénomène d'anticipation. C'est la perception des événements futurs qui est source de motivation (positive ou négative) et de régulation de ses attitudes. On a plus de chance de réussir si on croit qu'on peut réussir.<sup>2</sup>

L'analyse réflexive est donc une avenue à explorer pour favoriser l'amélioration du sentiment d'efficacité personnelle des élèves et leur réussite scolaire.



Article rédigé par Francine Jourdain et Audrey Bourque, conseillère en information scolaire et professionnelle, CS des Sommets

---

<sup>2</sup> Réunir Réussir, Agir ensemble pour la réussite éducative. (2013). Fiches pratiques – Les déterminants de la persévérance scolaire et de la réussite éducative. Fiche 10. Montréal.