

L'effet des niveaux de l'intelligence émotionnelle sur le sentiment d'efficacité personnelle chez les adolescents scolarisés.

The effect of emotional intelligence levels on personal effectiveness in school adolescents.

Abdelouahab BENCHALLAL*, Université de Bejaia, Algérie.

ouahabdz@yahoo.fr

Date de réception:(20/07/2020) , Date de révision: (11/08/2020), Date d'acceptation :(21/09/2020)

Résumé :

Cette présente étude teste l'influence des niveaux de l'intelligence émotionnelle sur le sentiment d'efficacité personnelle. Elle a été menée sur un échantillon de (285) adolescents et adolescentes, de deuxième année secondaire. Après l'adoption de la méthode descriptive et l'utilisation de deux échelles.

Les résultats montrent que les élèves qui ont une intelligence émotionnelle élevée, ont une efficacité personnelle élevée. En revanche, les élèves qui ont une intelligence émotionnelle basse, ont une efficacité personnelle basse. La recherche montre aussi qu'il n'y a aucune différence dans les degrés d'intelligence émotionnelle, ainsi dans les degrés d'efficacité personnelle selon le genre. Cette nouvelle réflexion met en évidence la nécessité de mettre au programme scolaire des protocoles d'apprentissage émotionnel, permettant aux adolescents d'avoir de meilleurs résultats, de se libérer de leur anxiété, d'aborder la vie plus efficacement, afin qu'ils gèrent mieux leurs émotions, développent de l'empathie, prennent des décisions, construisent et maintiennent des relations sociales positives.

Mots clés : Intelligence émotionnelle - sentiment d'efficacité personnelle - adolescents scolarisés.

Abstract

Through this study, we try to explore the effect of emotional intelligence levels on high or low feelings of self-efficacy. This study was conducted on a sample of 285 adolescents from the second year of secondary school. After adopting the descriptive method and using two tools to measure the research variables.

The results showed that pupils with a high emotional intelligence level had high self-efficacy, while pupils with a low emotional intelligence level had low self-efficacy. The results also found that there were no gender differences in the levels of emotional intelligence and the self-efficacy. These results highlights a new reflection represented in the need to design protocols to teach and develop emotional intelligence in the school curriculum, which allows adolescents to get rid of their anxiety and enable them to manage their lives and make important decisions effectively, by managing their emotions and building positive social relationships.

Keywords: Emotional intelligence levels, Self-efficacy, Adolescents

Introduction:

L'école est un lieu d'éducation de formation et de savoir, une institution fondée sur des valeurs humaines. Elle est considérée comme un milieu social qui permet à l'élève de s'instruire et de développer ses compétences cognitives, afin de s'adapter à l'environnement.

Un élève bien formé s'adapte aux changements et résout les problèmes d'une manière créative, il est responsable, il sait prendre des décisions et gérer les relations sociales.

Pour cela, il utilise ses aptitudes mentales, ainsi son intelligence émotionnelle. Cette dernière est définie par Salovey et Mayer comme « type d'intelligence qui réfère à l'habilité d'une personne à comprendre et à maîtriser ses propres émotions et à composer avec celles des autres » (Papalia Diane E, 2010, p 329).

De plus, il doit avoir une certaine confiance en ses capacités pour réussir, c'est ce que Albert Bandura nous explique en (1989) : « les croyances des personnes relatives à leurs capacités à exercer un contrôle sur les événements qui affectent leur vie » (Serge Blanchard, 2008).

Le sujet de notre recherche porte principalement à montrer l'effet de l'intelligence émotionnelle sur le sentiment d'efficacité personnelle chez une catégorie de personnes, très sensibles les adolescents: ces derniers vivent une période connue par ses changements physiologique et psychologique rapides, c'est peut-être l'étape la plus douloureuse de leur vie, ou au contraire l'étape des joies les plus intenses. C'est un champ de mines, mais aussi un champ de fleurs, surtout au sein de l'école, ce qui nécessite non seulement des capacités cognitives, mais également, une certaine flexibilité psychologique.

Cette recherche apporte une contribution scientifique dans le domaine de psychologie scolaire en répondant à la question suivante: comment les niveaux de l'intelligence émotionnelle influencent le sentiment d'efficacité personnelle?

1-La problématique:

L'école est perçue comme un lieu de formation et d'échange de connaissances, où les élèves y passent la moitié de leur temps. Elle est considérée comme un milieu social qui permet à l'élève de s'instruire, de se former et de développer ses compétences cognitives afin de s'adapter à son environnement.

L'élève, au sein de l'établissement scolaire, occupe une place essentielle dans le processus éducatif. Au lycée, il est souvent considéré comme un élément sensible étant donné qu'il est proie à des changements physiologiques mais aussi psychologique. à cet âge, il développe un sentiment de curiosité et une envie assoiffée d'apprendre et d'acquérir de nouvelles connaissances. Mais aussi, il développe son intelligence et l'enrichie grâce à ses interactions avec autrui. Le concept d'intelligence possède multiples définitions, mais aussi plusieurs types cités par différents auteurs ; dont le concept d'intelligence émotionnelle, élaboré par Peter Salovey et John Mayer, puis, repris et développé par Daniel Goleman, qui s'accordent tous à dire que l'intelligence émotionnelle repose sur l'analyse de nos émotions et de celles des autres pour mieux communiquer, prendre des décisions, gérer les priorités, se motiver et motiver autrui et ainsi, de pouvoir développer un ajustement créateur dans sa relation à l'autre. Elle est également prise en compte et reconnue dans la réussite scolaire.

L'intelligence émotionnelle est mesurée par le quotient émotionnel (QE), popularisée par Daniel Goleman (1995), qui la définit comme la combinaison du rationnel et de l'émotionnel. Il s'attache à montrer que le quotient émotionnel, prédit la réussite encore, mieux que le quotient intellectuel, notamment dans le milieu scolaire. Il est

important de noter que Le QI et l'intelligence émotionnelle ne sont pas exclusifs l'un de l'autre, mais seulement distincts. Nous possédons tous un mélange d'intelligence intellectuelle et émotionnelle: les personnes à QI élevé et à faible intelligence émotionnelle (ou l'inverse), sont relativement rares, en dépit des idées reçues. En fait, il existe une légère corrélation entre le QI et certains aspects de l'intelligence émotionnelle, mais ces deux entités sont largement indépendantes (Daniel Goleman, 1995, p 64).

Mais, avoir une intelligence émotionnelle ne suffit pas pour exercer une tâche; pour Albert Bandura, c'est à travers sa confiance à la tâche qu'une personne arrive à croire en sa capacité de l'effectuer: on parle alors, du sentiment d'efficacité personnelle. Depuis les années 80, Albert Bandura s'intéresse au sentiment d'efficacité personnelle. Ce concept s'inscrit dans le cadre de la théorie sociocognitive (théorie issue du béhaviorisme et du cognitivisme). Selon cette théorie, le fonctionnement et le développement psychologique doivent être compris en considérant trois facteurs en interaction : le comportement, l'environnement et la personne (Maïlys Rondier, 2004, p475-476)

Cependant, Il propose (1987,2000 et 2003) la définition suivante : «L'efficacité personnelle désigne l'évaluation que fait une personne de ses chances de réussir». Ainsi il explique : «Si votre sentiment d'efficacité personnelle est très développé, vous croyez généralement en votre propre réussite, peut importe les échecs du passé et les obstacles actuels» (Karen Huffman, 2007, p 33) .

De plus, Le jugement d'auto-efficacité d'une personne repose sur trois sources d'informations: L'expérience vicariante (l'observation des performances d'autrui). La persuasion (d'autres peuvent la convaincre de ses capacités ou elle peut s'en convaincre elle-même). Les émotions que suscite la tâche envisagée ou abordée (l'anxiété suggère un faible espoir d'efficacité tandis que l'excitation indique l'attente d'un succès) (Benoît Galand & Marie Vanlede 2004, p 91-116).

En s'appuyant sur ces considérations précédentes, nous essayerons d'identifier les effets des niveaux (bas et élevé) de l'intelligence émotionnelle sur l'efficacité personnelle chez les adolescents scolarisés. Cet intérêt considérable pour l'intelligence émotionnelle et le sentiment d'efficacité, à notre connaissance, semble important dans le milieu scolaire. Pour cela, nous avons posé les questions suivantes :

- L'intelligence émotionnelle exerce t-elle un effet sur l'efficacité personnelle ?
- Existe-t-il une différence dans les degrés d'intelligence émotionnelle selon le genre ?
- Existe-t-il une différence dans les degrés d'efficacité personnelle selon le genre ?

2. Les hypothèses

Afin de répondre à cette question, nous avons formulé les hypothèses suivantes :

- H1**-Il existe une différence significative dans les degrés de l'efficacité personnelle chez les élèves, selon les niveaux d'intelligence émotionnelle (bas, élevés).
- H2**-Il existe des différences dans les degrés d'intelligence émotionnelle selon le genre.
- H3**-Il existe des différences dans les degrés d'efficacité personnelle selon le genre.

3- Les objectifs de l'étude:

- ✓ Identifier l'impact des niveaux de l'intelligence émotionnelle sur l'efficacité personnelle des élèves.
- ✓ Mesurer la différence dans les degrés de l'intelligence émotionnelle et l'efficacité personnelle selon le genre.
- ✓ Formuler des recommandations pour développer et améliorer ces deux comportements dans nos écoles, surtout durant une période très sensible nécessitant une attention particulière.

4-Définitions opérationnelles des concepts :**4.1- L'intelligence émotionnelle :**

C'est le degré total, des réponses des élèves de 2^{ème} année secondaire, à l'échelle de l'intelligence émotionnelle a été construite par Schutte & al, et le degré total détermine si, l'élève possède une intelligence émotionnelle basse ou élevée.

4.2- L'efficacité personnelle :

C'est le degré total des réponses des élèves de 2^{ème} année secondaire, à l'échelle de l'efficacité personnelle, qui a été construite par Scherer & al, et le degré total détermine si l'élève possède une efficacité personnelle basse ou élevée.

5-Considérations théoriques:**5.1- Considérations théoriques concernant l'intelligence émotionnelle:**

Bien que l'on crédite typiquement la naissance du concept d'intelligence émotionnelle à Salovey et Mayer en développant en 1990 « une théorie de l'intelligence émotionnelle (Charles Henri Amherdt & al, 2000, p 71). Mais bien avant, la découverte de l'intelligence émotionnelle repose sur les observations de Ledoux. En 1990, ce professeur de l'université de New York s'est aperçu qu'une petite partie des stimuli provoquant nos émotions n'était pas traitée au niveau du cortex, mais au niveau d'une petite glande en forme d'amande, logée dans les replis de notre encéphale.

Par la suite, plusieurs articles ont été consacrés au concept d'intelligence émotionnelle, dans une théorie élaborée par Salovey et Mayer (1990). Ces articles n'ont pas beaucoup suscité d'intérêt, toutefois, deux années plus tard, soit en 1995 le terme d'intelligence émotionnelle est entré dans le vocabulaire général avec la parution du succès de librairie de Daniel Goleman (1997) *L'intelligence émotionnelle : comment transformer ses émotions en intelligence* ». Plus récemment, le dernier livre de Goleman : « *Travailler avec l'intelligence émotionnelle* » 1998, a capté l'attention des intervenant en ressources humaines (Tho Ha Vinh, 2006, p 84). L'intelligence émotionnelle est donc une forme d'intelligence sociale qui comprend, une capacité à analyser ses propres émotions et celles d'autrui, à les discriminer, à utiliser l'information émotionnelle dans ses pensées et actes. (Jean-Luc Bernard, 2009, p 20)

Les modèles de l'intelligence émotionnelle:

Il existe deux modèles principaux de l'intelligence émotionnelle : Le premier modèle considère l'intelligence émotionnelle comme habilité mentale, selon Peter Salovey et John Mayer (1990). Ils la définissent comme l'habilité à percevoir et à exprimer ses émotions, à les intégrer pour faciliter l'élaboration de la pensée, à comprendre et à raisonner avec celles-ci, mais aussi à les réguler celles-ci chez soi et chez les autres (Claud-Pierre Vincent, 2012, p 186).

Ce modèle initial nous clarifie la conceptualisation de l'intelligence émotionnelle, selon ces auteurs; il s'agit d'évaluer et d'exprimer les émotions ; les siennes et celles des autres, être capable de les réguler et savoir les utiliser pour faciliter les processus cognitifs. Le modèle présente pour nous l'avantage d'être accessible dans le contexte scolaire. L'intelligence émotionnelle, telle qu'initialement définie par ces deux chercheurs incluait six facteurs principaux : (1) évaluation de ses propres émotions ; (2) évaluation des émotions chez les autres ; (3) expression des émotions ; (4) régulation de ses propres émotions, (5) régulation des émotions chez les autres et (6) utilisation des émotions dans la résolution de problèmes (Slim Masmoudi & Abdelmajid Naceur, 2010, p274).

Le deuxième modèle, considère l'intelligence émotionnelle comme un trait de personnalité, dont les principaux auteurs sont Daniel Goleman et Reuven Bar-On. Pour le premier, l'intelligence émotionnelle recouvre la maîtrise de soi, l'ardeur et la persévérance, et la faculté à s'inciter soi-même à l'action. (Daniel Goleman, 1995, p 10).

Pour le second, Il distingue cinq composantes de l'intelligence émotionnelle : l'intra personnel (par exemple la conscience de ses émotions et l'affirmation du soi), l'interpersonnel, l'adaptabilité, la gestion du stress et l'humeur générale. Selon cet auteur, il est possible d'améliorer son intelligence émotionnelle par des formations et la thérapie » (Jacques Lecomte, 2008, p 34).

5.2-Considérations théoriques concernant l'efficacité personnelle:

Le docteur en psychologie américain Albert Bandura (1982), a développé le concept d'auto-efficacité ou efficacité personnelle (self efficacy) qui peut être défini comme la croyance que possède l'individu en sa capacité à réaliser ou non une tâche (Patrick Amar, 2008, p 26).

Albert Bandura (1997) stipule que le sentiment d'efficacité personnelle serait déterminé par quatre sources d'information : les expériences actives de maîtrise (performances antérieures, succès, échecs), les expériences vicariantes (modelage, comparaison sociales), la persuasion verbale (Feed-back évaluatifs, encouragements, avis de personnes signifiantes), et les états physiologiques et émotionnels (Galand Benoît, Vanlede Marie, 2004, p 91-116).

Il précise que, « l'auto-efficacité se rapporte à la conviction de pouvoir donner le meilleur de soi-même dans une situation particulière. Le sentiment d'auto-efficacité influence de multiples façons les perceptions, la motivation et les performances de l'individu. Lorsqu'on s'attend à être inefficace, on ne prend même pas la peine de faire quoi que ce soit, ni même d'essayer. On évite les situations dans lesquelles on ne se sent pas à la hauteur. Et même quand on en possède en réalité la capacité, ou le désir, on renâcle parfois à entreprendre les actions demandées ou à préserver dans la réalisation d'une tâche. Dès lors qu'on s'imagine ne pas être de taille. » (Richard J-Gerrig, Philippe G-Zimbardo, 2008, P 383).

Pour Bandura (1997) « Le jugement d'auto-efficacité détermine, dans des situations les plus diverses, l'importance de l'effort consenti et le temps que l'on accepte de passer pour triompher d'une difficulté» (Benoît Galand & Marie Vanlede 2004, p 91-116)

Par ailleurs, Barone et al (1997) constatent qu'à l'origine, l'efficacité personnelle a été définie par les croyances relatives à sa propre capacité à réaliser le comportement ou les comportements requis pour produire un résultat (Serge Blanchard, 2008, p 5-27).

L'efficacité personnelle donc est supposée aider les gens à choisir leurs activités et leurs environnements et déterminer la dépense d'efforts, leur persistance, les types de pensées (positives ou négatives) et les réactions émotionnelles face aux obstacles.

6- Données et éléments de méthodologie

6.1- La méthode utilisée:

Afin d'envisager l'existence d'effet de l'intelligence émotionnelle sur l'efficacité personnelle, nous avons opté pour une méthode descriptive, basée sur l'analyse quantitative des données récoltées.

6.2-Les techniques utilisées:

Nous avons eu recours à deux échelles durant notre recherche :

L'échelle de l'intelligence émotionnelle de Schutte et al, (1998).

L'échelle de Sherer, Mercandante, Maddox et al, (1982).

6.3-L'échantillon et ses caractéristiques:

Dans notre recherche, nous avons utilisé la méthode d'échantillonnage aléatoire simple, qui est un « prélèvement d'un échantillon par un tirage au hasard parmi les éléments de la population de recherche » (Maurice Angers, 1997, p 231).

Notre échantillon est constitué de 285 élèves (filles et garçons) de deuxième année lycée de l'année scolaire 2013-2014.

Nous avons choisi les élèves de deuxième année précisément, car ils se caractérisent par la stabilité à la différence des élèves de la première année qui ne se sont pas encore adaptés au changement du CEM vers lycée, ainsi nous avons évité les élèves de troisième année puisqu'ils sont motivés par le facteur de baccalauréat et stressés par l'examen final.

6.4-Les outils statistiques:

La moyenne : C'est l'ensemble de N. Nombres est le quotient de la somme de ces nombres par nombre N d'éléments considérés.

Le T test : C'est un test pour calculer la différence entre deux échantillons indépendants.

L'écart type : C'est la grandeur qui mesure la dispersion autour de sa valeur moyenne de distribution statistique, associée à une variable aléatoire.

Les centiles : Chacune de 99 valeurs répartissant une distribution statistique en 100 classes d'effectif égal.

Le test de Kolmogorov-Smirnov : C'est un test non paramétrique pour calculer la distribution naturelles des données.

Et nous les calculons en utilisant le logiciel SPSS version 19.

7-Résultats de l'étude:

7.1-Les résultats de la première hypothèse:

On a supposé qu'il existe une différence significative dans les degrés de l'efficacité personnelle chez les élèves, selon les niveaux d'intelligence émotionnelle (bas, élevés).

Notre étude a nécessité la division de la variable de l'intelligence émotionnelle à des niveaux, à travers les centiles et qui relèvent de la méthode d'étalonnage au sein du groupe, avec le style de la quantification. Mais pour cela, nous avons eu recours au test de Kolmogorov-Smirnov pour s'assurer que nos données suivent la distribution naturelle.

La division à des niveaux concernant la variable de l'intelligence émotionnelle à l'aide des centiles, nous montre que ceux qui ont des degrés inférieurs à 33 % dans la catégorie intelligence émotionnelle **basse**, tandis que ceux qui dépassent leurs degrés de 66 %, dans la totalité de l'échantillon, dans la catégorie d'intelligence émotionnelle **élevée**, enfin la gamme de la classe **moyenne** entre 33 % et 66 % des degrés de l'ensemble de l'échantillon et le tableau suivant indique les niveaux de l'intelligence émotionnelle chez les élèves.

Tableau N° 01 : Les différentes catégories d'intelligence émotionnelle (étalonnage).

Catégories Variable	Catégorie Basse	Catégorie moyenne	Catégorie élevée
Intelligence émotionnelle	31-108	109-117	118 et plus

En raison d'une configuration statistique efficace, on a éliminé la catégorie moyenne, puisque c'est une gamme qui ne nous donne pas une différence significative.

Afin de tester la première hypothèse, on a utilisé le « **T test** » pour étudier la différence entre deux groupes : le premier groupe contient les degrés d'efficacité personnelle chez les élèves qui ont un niveau d'intelligence émotionnelle élevé, le deuxième groupe contient les degrés d'efficacité personnelle chez les élèves qui ont un niveau d'intelligence émotionnelle bas. Le tableau suivant nous clarifie les résultats obtenus.

Tableau N° 02: La différence dans les degrés d'efficacité personnelle chez les élèves selon le niveau de leur intelligence émotionnelle (bas, élevé).

	Niveaux d'intelligence émotionnelle	N	Moyenne	Ecart-type	T	ddl	signification
L'efficacité personnelle	Bas	101	75,21	11,82	-3,17	195	0.002**

Les résultats de l'application du T test pour deux échantillons indépendants homogènes, ont été estimés à (-3,17) au niveau de (0,002) et (195) comme degrés de liberté, c'est-à-dire, qu'il y a des différences statistiquement significatives dans les degrés d'efficacité personnelle chez les élèves, selon leurs niveaux d'intelligence émotionnelle (bas, élevé). Plus spécifiquement, ces résultats sont en faveur des élèves qui ont un niveau d'intelligence émotionnelle élevé.

Ceci est confirmé par la moyenne arithmétique, comme le montre le tableau, la moyenne des degrés d'efficacité personnelle chez les élèves qui ont une intelligence émotionnelle élevée (N 96) est estimée à (80,56) et un écart type de (11,88). En revanche, la moyenne des degrés d'efficacité personnelle chez les élèves qui ont une intelligence émotionnelle basse (N 101) est estimée à (75,21) avec un écart type de (11,82). **En vue de ces résultats, la première hypothèse est confirmée.**

7.2-Les résultats de la de la deuxième hypothèse :

Afin de tester la deuxième hypothèse partielle qui suppose «l'existence des différences dans les degrés d'intelligence émotionnelle selon le genre». Un deuxième « **T test** » a été calculé pour étudier la différence entre deux groupes : le premier groupe contient les degrés d'intelligence émotionnelle chez les élèves (genre féminin), le deuxième groupe contient les degrés d'intelligence émotionnelle chez les élèves (genre masculin). Les résultats sont exposés dans le tableau (3) ci-dessous.

Tableau N° 03: La différence dans les degrés d'intelligence émotionnelle selon le genre.

	Genre	N	Moyenne	Ecart-type	T	ddl	Signification
Intelligence émotionnelle	Masculin	105	112,39	15,50	0,06	203,12	0. 94
	Féminin	180	112,29	11,02			

Les résultats de l'application du T test pour deux échantillons indépendants non homogènes, estimés à (0,06) au niveau de (0,94) et (203,12), n'a pas montré des

différences statistiquement significatives dans les degrés d'intelligence émotionnelle chez les élèves selon le genre.

C'est ce qui ressort des résultats du tableau (N°3) ci-dessus et qui montrent que les élèves dont le genre masculin (N=105), la moyenne de leurs degrés d'intelligence émotionnelle estimée à (112,39) avec un écart type de (15,30) n'est pas très différente de la moyenne des degrés d'intelligence émotionnelle chez les élèves de genre féminin (N180), avec (112,29) et un écart type de (11,02). **De ce fait, la deuxième hypothèse est infirmée.**

7.3-Les résultats de la troisième hypothèse:

Afin de tester la troisième hypothèse qui suppose l'existence des différences dans les degrés d'efficacité personnelle selon le genre. Un troisième « **T test** » a fait l'objet d'un calcul en vue d'étudier la différence entre deux groupes : le premier groupe contient les degrés d'efficacité personnelle chez les élèves (genre féminin), le deuxième groupe contient les degrés d'efficacité personnelle chez les élèves (genre masculin). Et nous avons obtenu les résultats suivants :

Tableau N° 4: La différence dans les degrés d'efficacité personnelle selon le genre.

	Genre	N	Moyenne	Ecart-type	T	ddl	Signification
L'efficacité personnelle	masculin	105	79,79	12,48	1,05	283	0,29
	féminin	180	78,86	11,47			

Les résultats de l'application du T test pour deux échantillons indépendants non homogènes, estimés à (1,05) au niveau de (0,29) et (283) comme degré de liberté, c'est ce qui ressort très clairement des résultats du tableau, qu'il n'y a pas de différences statistiquement significatives dans les degrés d'efficacité personnelle chez les élèves selon le genre. Les deux groupes d'enquêtés ont presque le même moyen concernant l'efficacité personnelle. **Ainsi la troisième hypothèse est infirmée.**

● Synthèse des résultats:

Nous avons examiné à travers les résultats des tableaux (N°2,3,4) l'impact des niveaux d'intelligence émotionnelle (élevé, bas) sur le sentiment d'efficacité personnelle chez les adolescents scolarisés, comme hypothèse principale. Ajouté à cela, deux hypothèses secondaires qui test la sensibilité des deux concepts de l'étude concernant le genre des élèves.

Ainsi, il ressort globalement des commentaires des résultats statistiques des trois applications du (T test) de cette étude ce qui suit :

- Les résultats de la première hypothèse principale, montrent que, les adolescents qui se caractérisent par une intelligence émotionnelle élevée, ont une efficacité personnelle élevée, en revanche, les élèves qui se caractérisent par une intelligence émotionnelle basse, ont une efficacité personnelle basse.
- Les résultats de la deuxième hypothèse secondaire n'ont pas montré de différences significatives selon le genre, en terme des degrés d'intelligence émotionnelle.
- Les résultats de la troisième hypothèse secondaire, n'ont pas montré de différences significatives selon le genre, en terme des degrés en d'efficacité personnelle.

8-Discussions des résultats de l'étude:

Depuis les débuts de 21^{ème} siècle, le concept de l'intelligence émotionnelle qui signifie la capacité à maîtriser et exploiter ses émotions, est pris en compte et reconnu dans la réussite scolaire comme dans la réussite professionnelle ou même privée. Le concept d'intelligence émotionnelle est apparu pour faire face à la conception du QI à laquelle beaucoup d'élèves et leurs parents se sont heurtés. Aujourd'hui, chacun s'accorde à dire que l'être humain n'est pas qu'un cerveau et que l'intelligence d'un élève ne se mesure pas à son seul QI. Les pensées évolutives dans le domaine de la recherche en psychologie, ont permis de découvrir toute l'importance de l'émotion dans nos vies, d'après Isabelle Filliozat (1997), que nous ne pourrions être raisonnables sans ces mouvements intérieurs qui font aussi notre humanité. L'émotion est un mouvement vers le dehors, un élan qui naît à l'intérieur de soi, et parle à l'entourage, une sensation qui nous dit qui nous sommes et nous met en relation avec le monde. L'émotion nous informe et nous guide, ce qui rend la vie plus efficace. Elle est à la fois biologique et pulsionnelle.

Sur cet arrière-plan, se dégage une question principale, à savoir l'influence des niveaux d'intelligence émotionnelle sur le sentiment d'efficacité personnelle chez une catégorie très sensible, qui est l'adolescence, aussi le rôle du genre des enquêtés vis à vis à l'intelligence émotionnelle, et le sentiment d'efficacité personnelle. Nous avons donc mené une étude dans un contexte scolaire pour fournir un début de réponse à ces questions. Les conclusions nous paraissent convaincantes.

8.1-Discussions des résultats de la première hypothèse:

Les résultats de « T teste » montrés dans le Tableau N° 02 confirment que les élèves qui ont une intelligence émotionnelle élevée, ont une efficacité personnelle élevée et les élèves qui ont intelligence émotionnelle basse, ont une efficacité personnelle basse. Plusieurs études antérieures le confirment, comme l'étude de Farid Ben Hassel, & al (2010) sur L'impact du style de leadership adopté et la passion envers le travail sur la satisfaction au travail des directeurs généraux du réseau de la santé et des services sociaux du Québec. Le résultat de cette étude, indique que l'intelligence émotionnelle est liée à la passion au travail, au style de leadership transformationnel et à l'efficacité personnelle. Ainsi, les directeurs qui ont une intelligence émotionnelle élevée seront passionnés de façon harmonieuse dans le travail. De plus ils seront plus susceptibles d'utiliser un style de leadership transformationnel et se sentiront davantage efficaces personnellement. Cette étude montre que l'intelligence émotionnelle est liée à l'efficacité personnelle des directeurs (Farid Ben Hassel, & al, 2010, p 181)

Par ailleurs et selon Albert Bandura (2003), les croyances d'efficacité impliquent différentes capacités, telles que la gestion de la pensée, des émotions, de l'action et de la motivation (Albert Bandura, 2003, p 75)

Dans le même contexte l'étude de Fathi Moustapha Elzayat ,montre que les états émotionnels influencent sur la perception, l'interprétation et l'organisation de l'individu aux évènements, et ainsi, sur la perception de l'individu sur sa compétence (son efficacité) personnelle et leurs jugements, et les autres qui montrent une grande peur ou stress aigu souvent les attentes en leur efficacité personnelle est basse (كثروم (لعابب، 2010 ، ص48).

Dans les recherches guidées par Serge Blanchard (2008) sur le sentiment d'efficacité personnelle et l'orientation scolaire et professionnelle, souligne que « des croyances fortes en matière d'efficacité personnelle ainsi que des attentes de niveau élevé relative à l'atteinte de but suscitent le plus souvent des états émotionnels adaptés. Les croyances qui amènent un individu à se sentir inefficace et à penser qu'il

ne fait que de faibles progrès vers un but, produisent généralement des états émotionnels pénibles qui peuvent engendrer des actions et des cognitions inefficaces, et un échec de l'autorégulation » (Serge Blanchard, 2008, p 5-27).

De plus et à travers les résultats obtenus nous constatons aussi que les élèves qui ont une intelligence émotionnelle basse possède une efficacité personnelle basse. Plusieurs recherches le confirment; Bingeon. C, & al (2002) En effet, une personne s'attend généralement à ne pas bien réussir lorsqu'elle ressent dans une situation particulière, une tension émotionnelle forte et à tonalité négative (sentiment d'être tendu, tremblant, anxieux). Les personnes qui souffrent de peurs intenses et d'inhibitions, sont rarement prêtes à s'engager dans des actions qu'elles redoutent. Une forte anxiété fait généralement barrage à certaines réalisations.

Comme l'efficacité personnelle se développe par les états psychologiques positifs, De même les affects négatifs ont tendance à abaisser la croyance d'efficacité de la personne (Catherine Cuhe, 2014, p 66).

D'ailleurs, Barlow Julie (2010) note que des niveaux plus élevés du sentiment d'efficacité personnelle, sont normalement associés à de bas niveaux de détresse psychologique (moins d'anxiété et de dépression).

Enfin, on peut conclure que les résultats de cette présente étude, (concernant la première hypothèse) ainsi que les recherches dans ce domaine, conduisent à affirmer que les adolescents, qui ont une intelligence émotionnelle élevée, sont capables de réguler leurs émotions, de savoir attendre leur tour, de gérer leur anxiété, leur stress, et de résoudre les conflits en négociant plus subtilement et habilement.

Ils sont plus empathiques, détectent plus facilement les émotions chez eux et chez autrui, sont de manière générale, plus positifs et plus respectueux. Ils sont aussi moins sujets à la dépression, moins agressifs et violents. Ils commettent moins d'actes de délinquance. Ils ont plus confiance en eux, affirment leur leadership, prennent plus facilement des décisions responsables, sans peur de l'échec.

8.2-Discussions des résultats de deuxième hypothèse:

D'après les résultats de « T teste » montrés dans le Tableau N° 03, nous avons déduit qu'il n'y a pas une différence statistiquement significative dans les degrés de l'intelligence émotionnelle chez les élèves, selon le genre. La même différence non significative, est obtenue par les études de Goleman (1998), qui montrent qu'il n'y a aucune différence: les hommes et les femmes peuvent présenter différents profils de points forts et de points faibles en divers domaines de l'intelligence émotionnelle, mais leurs niveaux généraux d'IE sont équivalents.

D'autres études ont été menées, telles que les études d'Yvonne Stys & Shelley L. Brown, (2004) et qui confirment à ce sujet que, les études sur les différences entre les sexes ne sont pas concluantes. Certaines recherches ont conclu que les femmes étaient plus émotionnellement intelligentes que les hommes, mais d'autres n'ont révélé aucune différence de sexe. Il faudrait poursuivre des recherches à cet égard (Yvonne Stys, Shelley L.Brown, 2004, p 33).

Nous pouvons déduire aussi, que le milieu social peut être un facteur important dans la gestion des émotions des élèves, puisque ces dernières années, la société algérienne ne fait pas de différence entre le genre masculin et le genre féminin, leur éducation est identique, de ce fait les deux genres expriment leur intelligence émotionnelle (basse ou élevée) de la même manière. Donc il n'y a pas de différence dans le degré que ce soit pour le genre féminin ou masculin.

8.3-Discussions des résultats de troisième hypothèse:

D'après les résultats de « T teste » montrés dans le Tableau N° 04, nous avons confirmé qu'il n'y a pas de différences significatives selon le genre, en terme de degrés en efficacité personnelle.

Aucune étude antérieure n'a été faite concernant l'existence d'une différence selon le genre (féminin et masculin) sur ce sujet. Néanmoins, des auteurs soulignent l'existence d'une différence des degrés d'efficacité personnelle selon le genre relatif aux différents domaines. Comme l'étude de Bong (1999) qui a mis en évidence, que les garçons présentent des niveaux d'auto-efficacité plus semblables d'un domaine scolaire à l'autre. Chez les filles, on observe une différence plus marquée entre les matières scientifiques et les matières plus littéraires (Galand Benoît, Vanlede Marie, 2004, p 91-116).

Dans la recherche de Phillips et Zimmerman (1990) rapportent de fortes différences développementales du genre entre l'aptitude des enfants et leur compétence perçue. Les garçons ont tendance à exagérer leur sentiment de compétence, alors que les filles sous-estiment généralement leurs capacités. Ces différences d'auto-évaluation trouvent partiellement leur origine dans les croyances, liées au genre, des parents au sujet des capacités de leurs enfants (Albert Bandura, 2003, p 640).

Aussi, Jacobs, Lanza, Osgood, Eccles et Wigfield (2002) ont observé des différences significatives du sentiment d'efficacité personnelle des filles et des garçons dans la plupart des matières scolaires investiguées (Galand Benoît, Vanlede Marie, 2004, p 91-116).

Conclusion:

Notre présente investigation s'est portée sur les représentations de l'effet de l'intelligence émotionnelle sur le sentiment d'efficacité personnelle chez les élèves lycéens dans deux établissements scolaires différents, à savoir les élèves du lycée polyvalent de sidi-Aïch et les élèves du lycée Ibn Sina de Bejaia.

Partant de la méthode descriptive basée sur l'analyse quantitative, nous avons voulu présenter notre thématique d'une manière claire et précise et surtout de savoir la mesurer.

Cette étude nous renseigne sur la différence qui existe entre une personne qui maîtrise ses émotions et qui s'adapte aux changements et celle qui ne contrôle pas ses émotions et ne sait pas les gérer d'une manière raisonnable, ainsi sur la différence entre une personne qui croit en ses capacités d'effectuer une tâche et celle qui en doute.

D'après les conclusions de cette étude, nous avons constaté qu'un élève qui possède une intelligence émotionnelle élevée, possède effectivement une efficacité personnelle élevée, tandis qu'un élève avec une faible intelligence émotionnelle, a une basse efficacité personnelle. De ce fait, notre première hypothèse est confirmée.

Notre présente étude nous montre également, qu'il n'existe pas des différences selon le genre, en ce qui concerne non seulement l'intelligence émotionnelle, mais aussi, l'efficacité personnelle. Ce qui infirme notre deuxième et troisième hypothèse.

Enfin, il est à souligner que ce travail connaît des limites liées principalement à la méthode adoptée, aux outils statistiques utilisés, et à la faible taille de l'échantillon, pouvant causer un biais des résultats et limiter le caractère généralisable des conclusions avancées. Seules des recherches plus élaborées, pourront améliorer notre connaissance concernant l'effet de l'intelligence émotionnelle sur le sentiment d'efficacité personnelle chez les adolescents. Néanmoins, les résultats obtenus par le biais de cette étude, ont des applications pratiques dans le milieu scolaire en Algérie,

notamment, de mettre au programme scolaire des protocoles d'apprentissage émotionnel, tel que ceux, connus sous le nom de "MindUp" ou "Root Empathy", qui sont développés aux Etats-Unis et en Europe, pour faire prendre conscience à l'apprenant ses émotions, afin qu'ils les comprennent pour mieux les gérer, développer de l'empathie, prendre des décisions, construire et maintenir des relations sociales positives.

-Références bibliographiques :

- Amblard,M.(2010).Rationalité, Mythes et réalités .Paris. Ed L'Harmattan.
- Angers, M (1997). Initiation pratique à la méthodologie des sciences humaines. Alger. Ed Casbah Université.
- Bandura, A. (2003). Auto-efficacité, le sentiment d'efficacité personnelle. Paris. Ed De Boeck.
- Ben Hassel, F & al. (2010). Management humain des organisations et misères de la fonction de dirigeant. Paris Ed L'Harmattan.
- Bernaud, J. (2009). Tests et théories de l'intelligence. 2^{ième} édition. Paris. Ed Dunod.
- Blanchard, S, (2008). Introduction : Sentiment d'efficacité personnelle et orientation scolaire et professionnelle », 37/1/, 5-27.
- Claud- Pierre, V. (2012).Heuristique création, intuition, créativité et d'innovation. France. Ed BOD
- Cuche, C (2013). Etudes des croyances motivationnelles chez les adolescents à haut potentiel. Belgique. Ed Presse universitaire de Lovain.
- Galand, B. & Vanlede, M.(2004). Le sentiment d'efficacité personnelle dans l'apprentissage et la formation : Quel rôle joue-t-il ? D'où vient-il ? Comment intervenir ? , Savoirs, Hors série, p. 91-116.
- Goleman, D. (1995). L'intelligence émotionnelle. Comment transformer ses émotions en intelligence. Traduction française par Thierry Piélat. Paris. Ed Robert Laffront.
- Henri Amherdt, C. & al. (2000).Compétences collectives dans les organisations. Canada. Ed Les presses de L'Université Laval.
- Huffman, k. (2007). Introduction à la psychologie. Québec. Ed De Boeck.
- Lecomte, J. (2008). Psychologie courants, débats, applications. Paris. Ed Dunod
- Masmoudi,S & Abdelmajid, N. (2010).Du percept à la décision en tégration de la cognition, l'émotion et la motivation . Bruxelles. Ed De Boeck.
- Papalia Diane E,& al. (2010). Psychologie de développement humain. 7^{ième} édition. Canada. Ed De Boeck.
- Patrick, A. (2008). Psychologie du manager pour mieux réussir au travail. Paris. Ed Dunod.
- Tho Ha Vinh. (2006). De la transformation De l'éducation des adultes au défi des histoires de vie. Paris. Ed L'Harmattan.
- Yvonne,S & Shelley L. B. (2004). Étude de la documentation sur l'intelligence émotionnelle et ses conséquences en milieu correctionnel. Canada.