

Master of Arts en enseignement pour le degré secondaire I

Nadège DARBELLAY

**La musique d'ensemble en tant qu'activité
extrascolaire**

Répercussions sur l'estime de soi et sur certaines capacités
transversales du *Plan d'études romand* chez les adolescents

Synthèse du Mémoire de Master présenté à la Faculté des lettres de l'Université de Fribourg (CH)

et réalisé sous la direction de Mme Sylvie JEANNERET

Mots-clefs : capacités transversales – estime de soi – musique d'ensemble – activités extrascolaires – plan d'études romand

Depuis quelques dizaines d'années, les activités extrascolaires ont pris un grand essor (O' Prey, 2004). Les parents pensent qu'elles sont bénéfiques à l'épanouissement et à l'éducation de leurs enfants. Si le jeune présente des difficultés scolaires, ces activités peuvent le valoriser en lui montrant qu'il est meilleur dans d'autres domaines. De plus, le fait de rester à la maison pour un enfant rime souvent avec ennui (ou écran) plutôt qu'avec créativité et imagination ; nous pouvons à ce propos relever quelques facteurs de ce changement de mentalité : la modification de la représentation de la famille (mariage optionnel, familles recomposées ou monoparentale, nombre d'enfants par famille plus réduit, etc.) ; la transformation du mode de vie (travail des deux parents) ; l'évolution de la place de l'enfant (plus d'intérêt lui est accordé) ; un développement et une diversification des dispositifs de prise en charge des enfants. Le choix de cette recherche découle directement de cette thématique et de l'expérience personnelle de son auteure, en lien avec la pratique d'un instrument de musique, et surtout la participation à un orchestre depuis son enfance, dans le cadre d'une activité extrascolaire.

La problématique est centrée sur le renforcement de l'estime de soi et le développement de capacités transversales du Plan d'études romand (PER – CIIP 2010) grâce à la participation à

un ensemble musicale : **dans quelle mesure la pratique extrascolaire de la musique jouée en ensemble peut-elle aider au développement de certaines capacités transversales du PER et de l'estime de soi ?** Cette question de recherche vise d'une part à déterminer s'il est sensé d'encourager les jeunes à pratiquer une activité extrascolaire ; d'autre part, elle permet de mettre en évidence le fait que la musique d'ensemble est particulièrement bénéfique pour l'adolescent. Ceci dans le but de promouvoir certaines capacités transversales et de renforcer l'estime de soi des élèves du Cycle 3.

Le cadre s'attache à définir le concept complexe d'*estime de soi*, en se basant, en particulier sur les travaux de Rosenberg (1965) et les propositions de James (1890, 1892 et 2003) qui invite d'évaluer l'estime de soi d'un individu en mesurant le rapport entre ce qu'il pense être et pouvoir faire, et les résultats qu'il obtient. De nombreux autres auteurs sont évoqués dans cette perspective, permettant également de tisser des liens avec les *Capacités transversales* du Plan d'études romand, en particulier *Collaboration* et *Stratégies d'apprentissage*. Une fois explicité ce qui est entendu par *musique d'ensemble* et *activité extrascolaire*, le travail théorique vise à illustrer les nombreux apports et bienfaits de la pratique de la musique en orchestre ou chœur, en se reposant, entre autres, sur des recherches récentes en neurosciences.

La méthode de recueil de données qualitative est constituée par des entretiens semi-directifs menés auprès de six élèves du Cycle 3 et deux adultes. Ces entretiens, d'une durée d'environ vingt minutes, sont intégralement retranscrits dans les Annexes du travail.

L'analyse de ces entretiens est organisée suivant trois axes principaux : 1. La question des stratégies d'apprentissage, 2. La question de la collaboration et 3. La question de l'estime de soi. Ceci a permis d'évoquer les changements de vision de soi, les bénéfices extrascolaires ainsi que l'épanouissement personnel ainsi favorisés. Cette analyse a mis en évidence, en premier lieu, l'organisation et l'autodiscipline dont font preuve les élèves pratiquant une activité extrascolaire en musique d'ensemble ; gérer son planning et avoir des responsabilités devient une habitude. Ensuite, les entretiens ont démontré que les adolescents ont une grande motivation à s'investir dans leur activité extrascolaire, car elle provient d'un choix personnel. Ils y apprennent la solidarité, la collaboration et l'ouverture aux autres. Elle leur permet de s'épanouir dans un cadre qui leur offre du bien-être et qui est leur passion. Le jeune ressent un sentiment d'appartenance à un groupe et un sentiment de compétences, favorisant son estime de soi.

Ainsi, des différentes hypothèses que nous avons formulées, la troisième – *La musique jouée dans un ensemble extrascolaire permet à l'adolescent d'accroître son estime de soi* – est la plus concluante. Les nombreux bénéfices de l'activité extrascolaire relevés par nos sujets ainsi que l'épanouissement personnel du musicien jouant dans un groupe montrent que la pratique

extrascolaire de la musique d'ensemble aide au développement de l'estime de soi de diverses manières. L'adolescent a besoin de se changer les idées en dehors de l'école, de rencontrer d'autres gens autour d'une passion commune. Grâce à cette activité extrascolaire, il vit des moments de convivialité agréables et il va recevoir des responsabilités qu'on ne lui donne pas à l'école. Comme il fait ce qu'il aime, le jeune va s'impliquer selon sa volonté. Il s'épanouit, son niveau musical s'améliore et il découvre qu'il est capable de se produire devant un public. L'adolescent, fier de ses capacités, ressent un bien-être et une meilleure estime de lui. Même si ces capacités ne sont pas forcément transposables dans d'autres circonstances, cela n'empêche pas de favoriser l'estime de soi.

Cette recherche qualitative mériterait d'être approfondie. Il serait profitable de la développer pour que les résultats soient probants. Un travail basé sur deux groupes serait judicieux : l'un constitué d'élèves musiciens, l'autre non. Un questionnaire pourrait être réalisé au sujet des stratégies d'apprentissage, de la collaboration et de l'estime de soi en supprimant toutes questions liées à la musique. Les réponses seraient ensuite comparées entre les deux groupes. L'enquête tendrait alors vers une recherche quantitative, mais elle permettrait de voir les différences entre les élèves qui pratiquent la musique extrascolaire en dehors de l'école, et les élèves ne pratiquant pas. Nous pourrions aussi chercher à voir si toutes les activités extrascolaires – comme le sport ou le théâtre – amènent les mêmes bénéfices que la musique. Nous pensons que toutes ces activités sont bénéfiques aux jeunes, mais peut-être contribuent-elles de façon différente dans le développement de l'adolescent ?

Ce travail nous permet de définir qu'une activité extrascolaire est bénéfique pour l'adolescent. Un élément principal qui différencie l'école et l'activité extrascolaire est le choix, la liberté pour apprendre (Rogers, 1971). L'élève n'a pas le choix d'aller à l'école et, en classe, rares sont les choix qu'il a à faire. Cette notion de choix est récurrente dans notre enquête, elle est essentielle et est un atout majeur à l'activité extrascolaire. Nous avons étudié en particulier l'activité de la musique d'ensemble : elle donne un renforcement notable de certaines capacités transversales du PER et elle favorise l'estime de soi. Comme l'adolescence est une période souvent fragile, nous encourageons chaque jeune, dans la mesure de ses possibilités, à faire une activité en dehors de l'école. Les nombreux bienfaits d'une activité extrascolaire enrichissent l'adolescence de l'individu.

CIIP (2010). *Plan d'études romand*. Conférence intercantonale de l'instruction publique de la Suisse romande et du Tessin. Version disponible en ligne à <http://www.plandetudes.ch> (dernière consultation : 14 juillet 2017).

James, W. (2003). *Précis de psychologie*. Trad. par Nathalie Ferron, éd. et prés. David Lapoujade. Paris : les Empêcheurs de penser en rond.

James, W. (1892). *Psychology : Briefer course*. Cambridge, MA : Havard University Press.

James, W. (1890). *Principles of psychology*. New York : Appleton.

O'Prey, S. (2004). Les activités extrascolaires des écoliers : usages et effets sur la réussite. *Revue*

Education et Formations, n°69, juillet 2004, p. 89. URL : <http://www.education.gouv.fr/cid4979/les-activites-extrascolaires-des-ecoliers-usages-et-effets-sur-la-reussite.html> (consulté en avril 2017).

Rogers, C. (1971). *Liberté pour apprendre*. Paris : Dunod.

Rosenberg, M. (1965). « *Rosenberg's Self-Esteem Scale* » : *Society and the Adolescent Self-Image*.
Traduction française : Évelyne F. Vallières et Robert J. Vallerand, publiée en 1990 dans l'*International Journal of Psychology*.