



INTERVIEW

● MATHIEU CASSOTTI

PROFESSEUR DE PSYCHOLOGIE DU DÉVELOPPEMENT
À L'UNIVERSITÉ PARIS-CITÉ ET CHERCHEUR
AU LAPSYDÉ.

COLLABORER EST PLUS IMPORTANT QU'ÊTRE PREMIER

À partir de quel âge les enfants commencent-ils à se comparer ?

Il y a deux façons de répondre à cette question. D'abord, si on se fonde sur ce que nous disent une majorité d'études de psychologie et de comportement publiées à ce jour, les comportements sociaux de comparaison s'observent très tôt, dès la maternelle, à partir de l'âge de 3 ou 4 ans. Mais il s'agit de ce qu'on peut observer chez des enfants en âge de parler ; or des investigations plus poussées, avec des



moyens plus raffinés en laboratoire, permettent de constater que les enfants sont sensibles à la comparaison dès l'âge de 15 mois.

Que comparent les enfants avant de savoir parler, et comment peut-on avoir accès à cette information puisqu'ils ne s'expriment pas ?

Par exemple, on détecte grâce à des caméras spéciales la direction du regard des enfants dans certaines situations afin de savoir ce qui retient leur attention ou leur semble inhabituel. Les petits fixent en effet leur regard plus longtemps sur les événements qui, pour eux, sortent de l'ordinaire. S'ils regardent plus longtemps une situation, c'est qu'ils avaient des attentes qui ne correspondent pas à ce qu'ils voient, et qu'ils sont surpris. C'est ainsi que l'on peut tester leur réaction face à des situations où une personne reçoit plus que l'autre. Par exemple, si vous partagez des petits

gâteaux en en donnant plus à un enfant qu'à l'autre, le bambin spectateur fixera son regard plus longtemps sur cette situation de partage inégal que sur une situation équitable, ce qui indique qu'il y décèle une anomalie. Pour nous, c'est un signe qu'il a très tôt la capacité et le réflexe de comparer ce qui revient à deux individus. C'est une base précoce de la comparaison sociale.

Cela signifierait qu'à l'origine de la comparaison, il y a une sensibilité à l'injustice ?

Cela veut dire qu'on peut détecter très tôt une sensibilité à l'injustice, même si les formes de la comparaison vont évoluer au cours des âges ultérieurs de la vie. Disons qu'à la base de la comparaison, il pourrait y avoir l'observation attentive des quantités pour vérifier si elles sont égales, mais les origines de cette comparaison restent un sujet de débat. D'autres études montrent

que les enfants plus âgés ont un jugement différencié selon la personne avantagée. Leur réaction est évidemment plus négative si c'est un autre qui est favorisé que si eux-mêmes reçoivent une plus grosse part. Mais dans le fond ils ont le sentiment que ça doit être équitable.

Cette réaction peut-elle être considérée comme innée ?

En toute rigueur non, car même à 15 mois un enfant a déjà eu de très nombreuses interactions avec le monde extérieur, qui auront influé sur ses impressions et ses comportements. Mais l'être humain étant extrêmement dépendant des autres pour survivre – et *a fortiori* dans le plus jeune âge –, il existe des comportements très précoces qui visent à favoriser le contact avec autrui. On connaît la réaction instinctive d'agrippement des petits primates et des bébés humains à leur mère, par exemple, qui est tout aussi vitale que

« COLLABORER EST PLUS IMPORTANT QU'ÊTRE PREMIER »



Dès la maternelle, les enfants se comparent sur divers plans : physique, intellectuel, scolaire...

•• le besoin de se nourrir. Dans le même ordre d'idée, la capacité à détecter les situations d'inéquité est une compétence du cerveau humain qui apparaît très tôt et va se poursuivre à l'âge adulte.

De fait, chez l'adulte, les situations d'inéquité sont source d'émotions négatives proches d'une forme de douleur psychologique, puisqu'on observe qu'elles activent précisément dans le cerveau les réseaux de la douleur, notamment la zone appelée « insula », qui s'anime quand vous vous brûlez avec une plaque chauffante ou vous tordez la cheville. C'est peut-être aussi pour cela qu'on se compare : pour éviter la douleur. Et malheureusement, comme les inégalités font partie de la réalité, la comparaison fait souvent mal.

Quelles sont les choses que les enfants comparent le plus souvent ?

Cela va paraître dur à entendre, mais c'est un fait : la performance. Les enfants sont spontanément sensibles à qui va réussir le mieux une tâche, ou le plus rapidement. Mon collègue Sébastien Goudeau, de l'université de Poitiers, qui travaille sur les moyens de réduire les inégalités à l'école, le montre par exemple chez des enfants au primaire : dès qu'on pose une question aux élèves en précisant qu'on observera qui sera le premier à lever la main, on voit que tout le monde joue le jeu. Ils veulent être dans le haut de la performance, et non dans le bas. Les effets de cette comparaison sociale sont d'ailleurs plus forts chez les enfants issus de milieux socioéconomiques faibles, renforçant encore davantage les inégalités sociales.

L'école n'y est-elle pas pour quelque chose, avec les bulletins scolaires qui affichent les notes du meilleur et du moins bon élève de la classe, voire le classement de l'enfant qui le reçoit ?

C'est vrai, les notes ont tendance à renforcer cette comparaison, mais

ce ne sont pas les seules responsables. Les enfants vont se comparer même s'ils n'ont pas de notes pour le faire. La comparaison passe aussi par les messages diffusés par l'adulte ou les autres élèves, et à travers des choses bien plus subtiles que les notes. Cela étant dit, dès l'instant où il y a des notes, ils s'en parlent entre eux pour se situer. C'est irréfutable. Il y a la note du meilleur copain, de celui qu'on n'aime pas... Derrière tout ça se jouent quelques effets bénéfiques et beaucoup d'autres délétères. Du côté bénéfique, il y a la façon dont on construit son estime de soi. Apparemment, c'est quand l'estime de soi bat de l'aile qu'on se tournerait vers la comparaison, pour se remonter le moral : on opère alors une comparaison descendante. C'est la phrase de l'enfant qui rentre à la maison, qui a eu une note dont il n'est pas très fier, et qui s'empresse de dire à ses parents : « Oui, mais il y en a certains dans la classe qui ont eu 2 sur 20 ! » Il a la consolation de ne pas être le moins bien loti. Et les études réalisées sur la comparaison sociale montrent que cela fonctionne de la même façon chez les adultes.

Et pour ce qui est des conséquences délétères ?

On note un effet majeur sur les inégalités. Dans un milieu scolaire où les comparaisons vont bon train, les élèves qui parviennent à se comparer de façon descendante, qui occupent la tête de classe, vont bénéficier de ce rehaussement de la confiance et de l'estime de soi, alors que ceux qui sont à la traîne vont en conclure qu'ils sont mauvais et que leurs chances de réussite sont faibles. Concrètement, on voit alors leur confiance en eux diminuer ainsi que leurs résultats. On accentue les inégalités en renforçant les comparaisons sociales. C'est d'autant plus vrai lorsqu'on suggère, même implicitement, que ces différences de performances sont intrinsèques aux individus et immuables. Si l'enfant considère que sa moins bonne note est le résultat de sa plus faible intelligence et qu'il ne peut rien

Comprendre le fonctionnement des émotions protège les enfants des effets néfastes de la comparaison sociale.

y faire, alors les conséquences sont encore plus négatives. Un des enjeux est donc déjà de casser cette vision fixiste de l'intelligence et d'insister sur les causes externes de la réussite comme l'effort ou la façon de travailler, par exemple.

Ce problème existe-t-il à tout âge ?

C'est particulièrement flagrant au collège, même si la comparaison sociale a des effets négatifs bien plus tôt. Quand votre bulletin mentionne les compétences non acquises, partiellement acquises ou acquises, c'est un peu moins pratique – voire moins excitant... – pour tous se comparer les uns aux autres. Je ne suis pas en train de dire que les enfants ne le font pas au primaire, en réalité ils en trouvent toujours le moyen, ne serait-ce que par le temps mis pour réaliser un travail, ou dans les cours de sport : qui a effectué le meilleur temps, qui est arrivé encore dernier à la course, etc. Mais du moins cette tendance n'est-elle pas aussi amplifiée qu'au collège.

Comment éviter cet effet pervers ?

Il y a une vraie réflexion à engager avec les enseignants, les parents et les chercheurs afin de ne pas favoriser la comparaison sociale et de développer les compétences psychosociales des enfants. Ce qui compte,

c'est de ne pas laisser les enfants sans appuis face à la comparaison sociale. Les recherches en psychologie ces dernières années ont permis d'identifier des ressources clés qui vont permettre à un enfant de ne pas être écrasé en cas de comparaison ascendante répétée et pesante. Typiquement, pour un enfant issu de milieu défavorisé, déjà imprégné d'une comparaison sociale défavorable. Ces ressources que l'on peut apporter à l'enfant seront, d'une part, une initiation à ce qu'est la comparaison sociale, à la façon dont elle opère, aux raisons de sa puissance et aux moyens qui existent pour s'en abstraire quand c'est nécessaire, et, d'autre part, une aide à la compréhension du ressenti émotionnel qu'on risque d'avoir face à des situations de comparaison sociale difficile.

Les recherches menées à ce jour ont mis en lumière l'intérêt d'interventions auprès des enfants pour leur apporter ces ressources, sous forme de séances d'apprentissage, des sortes de mini-cours qui les renseignent sur leur propre fonctionnement et sur les compétences psychosociales en général. L'enfant y apprend ce que sont les émotions, que ses ressentis négatifs peuvent être verbalisés, partagés avec des personnes de confiance, qu'il existe des stratégies pour les réguler, que lui-même n'est pas obligé d'en conclure qu'il est un mauvais élève,

mais au contraire qu'il peut toujours apprendre. Des études rigoureuses ont cherché à mesurer l'efficacité de ces interventions, et elles semblent limiter l'impact négatif des comparaisons sur l'accentuation des inégalités.

La situation est-elle la même à l'adolescence ?

Chez les adolescents, les enjeux sont majeurs, car le besoin de se sentir appartenir à un groupe est encore plus fort. Cela explique l'importance du regard des pairs (les camarades du même âge, de la même classe) sur la construction de l'estime de soi. Les comparaisons sur les vêtements, les chaussures, deviennent surtout un moyen de ne pas se sentir exclu du groupe. *Idem* avec les comportements. C'est pourquoi la prise de risque est un si gros problème à l'adolescence : les ados se mettent en péril parce qu'ils ne veulent pas perdre la face devant les autres, et qu'il leur faut prouver en quelque sorte qu'ils sont à la hauteur.

Voulez-vous dire qu'en dehors de son groupe, un ado a moins tendance à prendre des risques ?

Exactement. C'est ce qui est observé en laboratoire. Lorsqu'ils sont seuls, les adolescents sont capables de tenir compte des probabilités, des conséquences de tel ou tel acte, et de mesurer le danger. Mais dès qu'ils sont dans une situation de comparaison sociale, ils sont comme poussés vers le danger. Le comportement change du tout au tout. Pour ne pas perdre la face, ils sont prêts à aller loin dans la consommation d'alcool, les jeux dangereux, les défis en tout genre, la conduite automobile extrême. En fait, les ados cherchent souvent à se comporter de façon à satisfaire ce qu'ils pensent être l'attente de leur groupe. À cela s'ajoute le fait que le cerveau adolescent subit des transformations et que les zones qui gèrent le ressenti émotionnel sont en avance sur les régions régulatrices de l'émotion. Il leur est

« COLLABORER EST PLUS IMPORTANT QU'ÊTRE PREMIER »

••• donc plus difficile qu'à un adulte, en situation de comparaison sociale, de dire « Non, je ne cède pas à la pression de conformisme, j'analyse la situation en mon âme et conscience et je décide de ne pas y aller ».

Peut-on aider les adolescents à ne pas céder à la pression de la comparaison sociale ?

Tout à fait. En mettant en œuvre le même type de ressources protectrices que pour les enfants, même si c'est en les adaptant aux spécificités de l'adolescence. Là encore, il s'agit de leur délivrer des informations, sous la forme d'une dizaine de séances au moins, sur la puissance de la comparaison sociale dans les groupes de pairs, sur les moyens de réguler ses émotions, pour éventuellement faire un pas de côté dans les situations les plus « chaudes » et savoir s'extraire de la pression du groupe. Par exemple, si on a travaillé sur les mécanismes qui permettent de relativiser les émotions négatives liées à la peur de l'exclusion, et si on sait ce qu'est le conformisme de

groupe, on est plus à même de faire parfois ce petit pas de côté.

Concrètement, on entraîne les adolescents à y parvenir au moyen de petits exercices, où ils apprennent à réguler leur tristesse ou leur angoisse, à mettre des mots dessus, à la mettre en contexte. L'idée ici n'est pas de dissocier l'individu adolescent de la dynamique de groupe – au contraire, c'est une dimension importante de la construction de soi –, mais de donner la possibilité à chaque jeune, quand la situation devient critique, de ne pas se laisser déborder par la comparaison.

Développer ces ressources protectrices, aussi bien pour les enfants que pour les adolescents, suffira-t-il à éviter les décrochages et les pertes d'estime de soi ?

Nous faisons face à une réalité qui est celle de la sélection et de la notation. Le système éducatif est fait pour évaluer les individus sur leurs performances individuelles, justement, depuis le primaire jusqu'au

monde professionnel. Et donc, il compare les gens et les classes. À l'heure actuelle, ce système montre un certain nombre de limites. Il a notamment été pensé selon l'idée que, en gros, tout enfant doit passer par un certain nombre d'acquis au même moment. Or la psychologie scientifique nous apprend aujourd'hui que c'est complètement erroné. Chaque enfant suit son propre rythme de développement psychomoteur et cognitif. Ainsi, en classe, attendre que tous les élèves s'attaquent à une même compétence au cours d'un trimestre donné est extrêmement hasardeux. Et les comparer selon leur degré de maîtrise de cette compétence à un temps T n'a pas beaucoup de sens non plus. Si vous prenez l'exemple d'un élève de CM2 qui n'a pas maîtrisé une étape particulière dans sa progression, il est probablement plus judicieux de lui proposer à un moment donné un exercice de CE2 que de s'acharner à le maintenir dans le rail du deuxième trimestre de CM2. L'important est de lui montrer qu'il est capable de réaliser l'exercice basique, puis de lui donner accès à des choses de plus en plus difficiles. Et, dans ce contexte, comparer les notes des élèves ne rime à rien. Il vaut mieux comparer les aptitudes de l'élève au cours du temps, comme lorsqu'on passe des ceintures au judo, l'important étant de passer d'une couleur à une autre à son rythme. Il faut un système scolaire qui permette de s'adapter et de se rattraper.

Les familles doivent-elles jouer un rôle protecteur à cet égard ?

Les parents sont parfois ambigus de ce point de vue. Ils voudraient souvent relativiser les classements, mais quand les notes arrivent, ils ne peuvent pas s'empêcher de situer leur enfant, et parfois de lui mettre la pression en fonction de la moyenne de la classe, de la performance de tel ou tel camarade. Ce qu'ils peuvent déjà faire à leur échelle, c'est éviter de comparer les enfants dans leur foyer.

Le monde du travail demande des capacités de créativité, de collaboration et de communication – autrement dit, rien à voir avec ce qui est utilisé pour comparer les élèves en classe.

Chaque enfant a son propre rythme pour la marche, le langage, l'école. Vouloir comparer tout le monde au même moment n'apparaît pas très sensé...

Les familles où l'on entend : «Ton frère aîné était bon en maths, lui», ou : «Elle a marché bien plus tôt que toi» (les comparaisons sont souvent faites par rapport à l'aîné) ne sont pas rares, et là encore cela n'a pas de sens. Les enfants ne marchent pas tous au même âge, ne parlent pas tous au même moment, exactement pour la raison que j'exposais plus haut : les programmes de développement cognitif des enfants ne suivent pas strictement le même rythme. C'est un fait. Vouloir créer un moule unique est problématique à cet égard, et le fait de comparer les individus entre eux est de nature à renforcer les phénomènes de décrochage. Vous êtes-vous demandé pourquoi tant de gens disent, y compris publiquement : «Je suis nul en maths»? Parce qu'ils ont tous connu un jour, au cours de leur scolarité, un élève qui accumulait les 20/20 dans cette matière, et que par comparaison ascendante ils avaient l'impression d'être mauvais. Et que, ne disposant pas de ressources protectrices face à la comparaison sociale, un certain nombre d'entre eux ont perdu le fil de leur apprentissage et se sont étiquetés «mauvais». Personne n'est intrinsèquement nul en math et chacun peut apprendre.

À mon échelon personnel, je vois parfois arriver en fac de psycho des personnes issues des filières littéraires qui disent qu'elles ne comprennent rien aux statistiques. Quand je les interroge un peu plus, elles m'avouent qu'elles n'en ont jamais fait. Comment dans ce cas peuvent-elles affirmer qu'elles sont nulles en statistiques? Pour les aider, il faut leur expliquer qu'elles vont apprendre, et progresser. Et c'est ce qu'elles font. Nous avons une tendance à nous cataloguer, et à le faire de façon particulièrement puissante et définitive en situation de comparaison sociale.

Il n'empêche qu'il semble difficile d'éliminer les processus de sélection dans les milieux scolaire, académique ou professionnel. Comment faire ?

Aujourd'hui, dans le monde du travail, on demande des capacités de créativité, de collaboration et de communication. Autrement dit, rien de ce qui sert à comparer les élèves et les étudiants les uns aux autres pour les classer et les sélectionner. Si l'on voulait former les jeunes d'une façon qui correspond à ce qui sera attendu d'eux plus tard, il faudrait peut-être commencer par les entraî-

ner à la collaboration. Et il y a du chemin à parcourir. Je me souviens d'un enseignant Montessori qui devait faire passer des épreuves d'évaluation nationales aux élèves de sa classe. Quand on a distribué les sujets, les enfants se sont mis en groupes pour s'entraider et trouver les solutions ensemble. L'enseignant a dû leur dire : «Non, ici vous ne pouvez pas collaborer, vous devez le faire chacun séparément.» Il était bien dépité et les enfants n'ont pas compris pourquoi la collaboration n'était pas permise...

À vous entendre, le système scolaire mériterait d'être repensé de fond en comble en intégrant des données issues de la psychologie et des neurosciences.

On voit bien qu'il a des difficultés à gérer certains changements profonds de la société. La question du stress, du harcèlement, de la compétition, du décrochage scolaire, ne peut pas être abordée avec succès avec les outils dont nous disposons. Il faut reconnaître qu'aujourd'hui, les enseignants sont trop peu formés aux questions liées à la régulation des émotions, à la gestion des conflits, à la façon d'aborder ces sujets avec ses enfants ou ses ados. Or il faut bien savoir que si on ne forme pas, si on n'explique pas ce qu'est la comparaison sociale, son impact sur la sphère affective, si en somme on n'aide pas les adultes à comprendre ce qu'est un ado, on a peu de chances d'avoir des résultats positifs. Au siècle des sciences cognitives, de l'intelligence artificielle et des défis collectifs, il y a peu de place dans nos cursus scolaires pour un programme sur le fonctionnement du cerveau, de nos émotions, ou sur la manière de collaborer. Comblé ce manque serait un grand progrès, mais ce n'est possible que si un travail de fond est réalisé avec les acteurs de terrain que sont les enseignants. ●

Propos recueillis par Sébastien Bohler