

L'ESTIME DE SOI DES PERSONNES AYANT UNE DÉFICIENCE INTELLECTUELLE

FLAVIE CROMBEZ & PAULINE SEYDOUX

L'estime de soi constitue un levier central du bien-être humain. À partir de nos expériences professionnelles, nous avons constaté qu'elle peut être fragilisée et influencée par plusieurs dimensions de la vie. Dans un contexte où l'inclusion et la participation occupent une place importante, il nous a paru essentiel de comprendre :

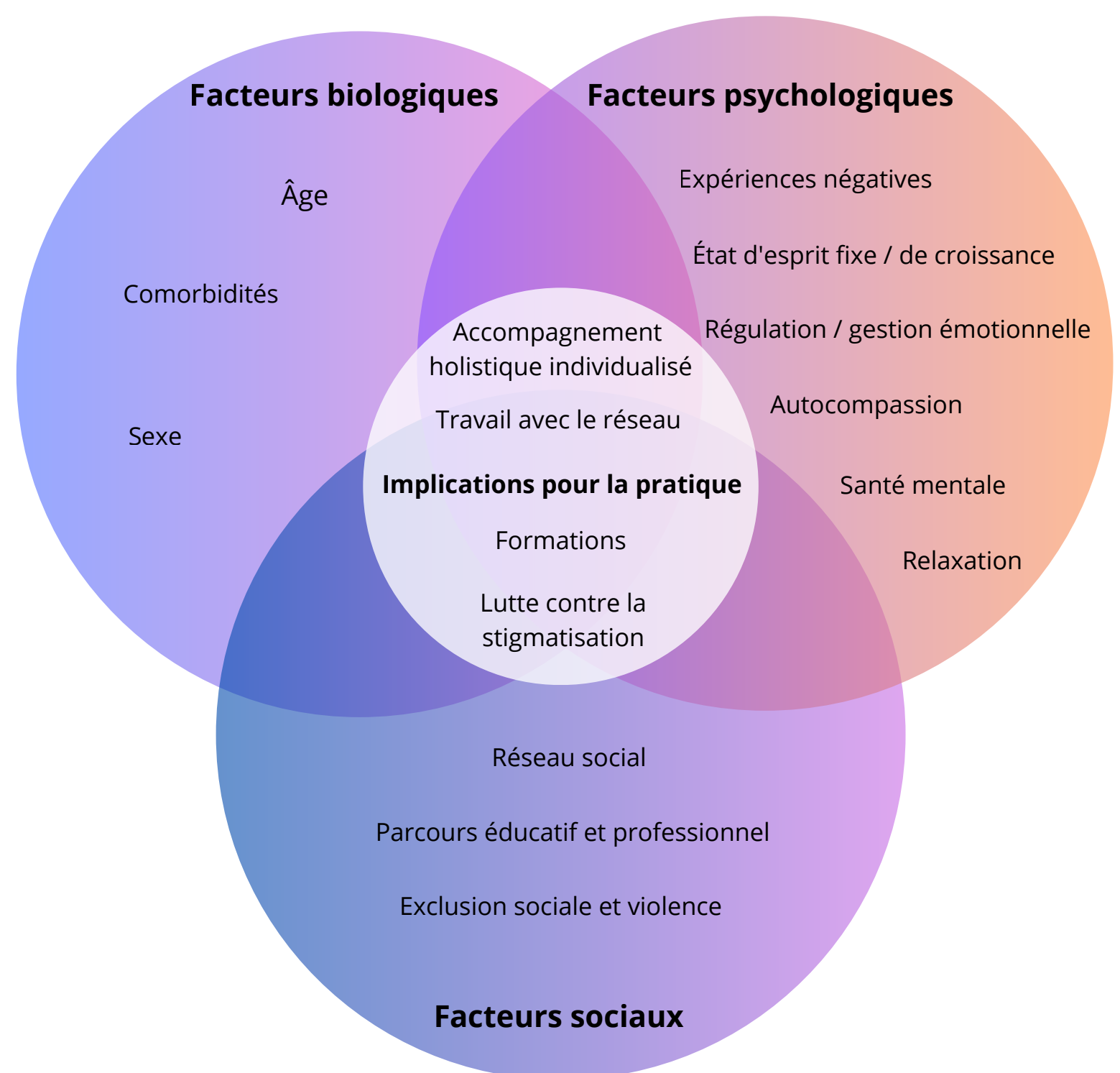
Comment les travailleurs sociaux peuvent soutenir le développement de l'estime de soi des personnes ayant une déficience intellectuelle ?

Notre recherche se situe au croisement entre handicap, société et travail social. À travers ce travail, nous avons cherché à identifier les facteurs de risque et de protection liés à l'estime de soi, ainsi qu'à comprendre les stratégies que les travailleurs sociaux peuvent déployer afin de la promouvoir.

Méthodologie

Ce travail est une revue de littérature menée sur la base de cinq articles scientifiques récents (2016-2025) et internationaux.

Les textes ont été analysés à l'aide d'une grille d'extraction, permettant de classer les contenus, de repérer les thèmes récurrents et de mettre en lien les idées principales. L'analyse a été structurée selon une lecture biopsychosociale.



Résultats

L'estime de soi des personnes ayant une déficience intellectuelle se construit dans une dynamique complexe, au croisement de plusieurs dimensions qui interagissent constamment. Dans ce processus, les travailleurs sociaux occupent une place essentielle. Leur accompagnement ne se limite pas au soutien de la personne sur le plan individuel, mais consiste également à adapter l'accompagnement, à mettre en valeur les compétences, à renforcer le soutien social perçu et à agir sur les cadres relationnels, institutionnels et sociaux. Ainsi, une approche globale et une co-construction constante de l'intervention sont essentielles pour soutenir le développement d'une estime de soi positive et durable.

Conclusion

L'estime de soi apparaît à la fois comme une condition et comme le résultat des processus d'inclusion sociale. Dans cette perspective, le travail social, par sa double inscription auprès des personnes et dans les structures, occupe une place stratégique pour transformer ces processus et contribuer à des accompagnements toujours plus ajustés aux réalités de ce public. Les travailleurs sociaux jouent un rôle clé en créant des environnements qui favorisent la reconnaissance, la valorisation, l'autodétermination et la lutte contre la stigmatisation, tout en soulignant le besoin d'outils mieux adaptés à ce public.

Références bibliographiques

- Bouvet, C., & Coulet, A. (2016). Relaxation therapy and anxiety, self-esteem, and emotional regulation among adults with intellectual disabilities: A randomized controlled trial. *Journal of Intellectual Disabilities, 20*(3), 228-240.
- Davies, L., Randle-Phillips, C., Russell, A., & Delaney, C. (2021). The relationship between adverse interpersonal experiences and self-esteem in people with intellectual disabilities: The role of shame, self-compassion and social support. *Journal of Applied Research in Intellectual Disabilities, 34*(4), 1037-1047.
- Park, E.-Y. (2025). Change in self-esteem trajectories among adolescents and adults with intellectual disabilities. *Behavioral Sciences, 15*(5), 655.
- Van Asselt-Goverts, AE., Embregts, PJCM., & Hendriks, AHC. (2018). Evaluation of a Social Network for people with Mild to Borderline Intellectual Disabilities. *Journal of Applied Research in Intellectual Disabilities 31*(2), 229-243.
- Verberg, F., Helmond, P., Otten, R., & Overbeek, G. (2019). Mindset and perseverance of adolescents with intellectual disabilities: Associations with empowerment, mental health problems, and self-esteem. *Research In Developmental Disabilities, 91*, 103426.

Pour en savoir plus

Flavie Crombez : flavie.cr@gmail.com

Pauline Seydoux : pseydoux01@gmail.com