

CONTENU DE LA PARTIE 4

LE CONCEPT DE SOI

Cours : le Concept de soi

Power Point : Le concept de soi

- **Identité sociale – Identité personnelle**
 - Concept de soi
 - Estime de soi
 - Représentations cognitives du soi
 - La présentation de soi
 - Le processus authentique
 - Le processus stratégique
- **L'estime de soi**
 - Définition
 - Comparaison à autrui (baromètre social)
 - La bonne estime de soi
 - Le système immunitaire du psychisme
 - L'auto-évaluation cognitive (biais d'illusions positives)
 - Conduites d'auto-handicap
 - Attribution causale
- **Le Sentiment d'efficacité personnel**
- **Perte d'estime de soi**
 - Symptômes
 - Conseils
 - Le discours interne
 - Le trac
 - Trac, stress
 - Gestion du trac