



## Intelligence émotionnelle et réussite académique : Implications pour la pratique éducative

Souzan BENALED1, Ilham BENMOUSSA2, Abdelghafour ACHY3

FSE, Université Med V, Rabat

**Résumé:** L'intelligence émotionnelle (IE) s'impose aujourd'hui comme un facteur déterminant dans la réussite scolaire, transcendant la simple acquisition de savoirs cognitifs. Cet article examine avec rigueur le rôle des compétences émotionnelles dans la modulation de la motivation, des processus cognitifs et des performances académiques des élèves. En s'appuyant sur des cadres théoriques reconnus, notamment ceux de Goleman, Mayer & Salovey, ainsi que du modèle Six Seconds, cette recherche met en lumière l'influence prépondérante de l'IE sur la capacité des apprenants à réguler leurs émotions, à entretenir des interactions sociales efficaces et à s'adapter aux exigences complexes du milieu scolaire. Grâce à une méthodologie mixte combinant analyses quantitatives et qualitatives, les résultats issus d'une cohorte d'élèves du primaire révèlent une corrélation significative entre un haut niveau d'intelligence émotionnelle et l'amélioration des performances scolaires. Ces conclusions soulignent l'impérieuse nécessité d'intégrer la dimension émotionnelle au cœur des pratiques pédagogiques pour favoriser un succès académique pérenne et un épanouissement personnel global.

**Mots clés:** Intelligence émotionnelle; Compétences émotionnelles; Réussite scolaire; Performance académique; Education.

**Digital Object Identifier (DOI):** <https://doi.org/10.5281/zenodo.16966828>

### 1 Introduction

La réussite scolaire demeure un objectif central des systèmes éducatifs contemporains, traditionnellement mesurée par les résultats académiques et cognitifs des élèves. Cependant, les recherches actuelles montrent que ces dimensions intellectuelles ne suffisent pas à expliquer entièrement le succès scolaire. L'intelligence émotionnelle, définie comme « la capacité à créer des résultats optimaux dans les relations avec nous-mêmes et avec les autres » (Six Seconds, 2010), apparaît aujourd'hui comme un facteur essentiel contribuant à la réussite scolaire.

Selon Daniel Goleman (1995), auteur de *Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Than IQ*, le succès dans la vie, et par extension dans le contexte scolaire, dépend davantage du quotient émotionnel (QE) que du

quotient intellectuel (QI). L'intelligence émotionnelle englobe des compétences telles que la gestion des émotions, la conscience de soi, la motivation intrinsèque, ainsi que les aptitudes sociales, qui influencent directement les capacités des élèves à apprendre, à s'adapter et à performer dans un environnement éducatif.

De nombreuses études empiriques (Farooq, 2003 ; Ferrando et al., 2011 ; Downey et al., 2008) démontrent une relation positive entre les compétences émotionnelles et les performances scolaires, soulignant que les élèves dotés d'une intelligence émotionnelle élevée manifestent une meilleure attention, une motivation renforcée, ainsi qu'une meilleure gestion du stress et des relations interpersonnelles. Ces compétences contribuent à optimiser les processus cognitifs essentiels tels que la concentration, la mémoire et la prise de décision, et favorisent ainsi un apprentissage plus efficace.

Cette influence de l'intelligence émotionnelle sur la réussite scolaire s'inscrit dans une perspective holistique de l'éducation, qui vise à dépasser la simple acquisition de connaissances pour inclure le développement intégral de l'élève. À travers cet article, nous explorerons les fondements théoriques et empiriques qui expliquent comment l'intelligence émotionnelle impacte la réussite scolaire, en mettant en lumière les mécanismes psychologiques et comportementaux impliqués, ainsi que les implications éducatives qui en découlent.

## **2 Définitions des concepts clés**

### **2.1 Intelligence émotionnelle**

L'intelligence émotionnelle (IE) est une notion qui a suscité un intérêt croissant dans les domaines de la psychologie, de l'éducation et des sciences sociales depuis les années 1990. Introduite initialement par Peter Salovey et John Mayer, elle est définie comme « une forme d'intelligence impliquant la capacité à percevoir, comprendre, maîtriser et utiliser ses propres émotions ainsi que celles des autres pour orienter efficacement ses pensées et comportements » (Mayer & Salovey, 1997). Cette définition met en exergue la dimension cognitive et émotionnelle de cette intelligence, articulant perception, raisonnement et régulation émotionnelle.

Emmerling et Goleman (2003) précisent que l'IE combine des capacités cognitives et émotionnelles qui permettent à l'individu d'interagir avec son environnement émotionnel et social de manière adaptative. Daniel Goleman (1995), en rendant le concept plus accessible au grand public, propose une approche fondée sur cinq composantes majeures : la conscience de soi, la maîtrise de soi, la motivation, l'empathie et la gestion des relations humaines. Cette approche insiste sur les aptitudes pratiques, nécessaires dans la vie personnelle, scolaire et professionnelle.

Par ailleurs, Bar-On (2000) considère l'intelligence émotionnelle comme « un ensemble d'aptitudes émotionnelles, personnelles et sociales qui influencent la capacité globale d'un individu à faire face aux exigences et pressions quotidiennes, reposant sur la conscience de ses émotions, leur compréhension, leur contrôle et leur expression efficace ». Cette perspective souligne le rôle adaptatif et fonctionnel de l'IE dans la gestion du stress et des interactions sociales.

Ainsi, l'intelligence émotionnelle se définit comme une compétence multidimensionnelle englobant la perception, l'expression, la compréhension, la gestion et l'utilisation des émotions. Son développement est essentiel pour favoriser une meilleure adaptation sociale et cognitive, en particulier dans le contexte éducatif, où elle influence directement la réussite scolaire.

### **2.2 Compétences émotionnelles**

Les compétences émotionnelles (CE) correspondent à l'ensemble des aptitudes permettant la reconnaissance, la compréhension, la régulation et l'expression adéquate des émotions. Elles constituent des outils fondamentaux pour le développement socio-affectif de l'individu (Kotsou et al., 2011). Ces compétences jouent un rôle central

dans la santé mentale, la qualité des relations interpersonnelles, la motivation et la capacité à gérer des situations complexes, notamment dans le milieu scolaire.

Le développement des compétences émotionnelles favorise une meilleure gestion du stress, une plus grande résilience face aux difficultés et une amélioration des comportements sociaux (Tsaousis & Nikolaou, 2005). En milieu éducatif, elles facilitent l'engagement, la concentration, la motivation et l'autonomie des élèves, contribuant ainsi à de meilleures performances scolaires (Farooq, 2003; Ferrando et al., 2011).

### **2.3 Intelligence émotionnelle et réussite scolaire**

La littérature scientifique révèle un lien étroit entre intelligence émotionnelle et performance académique. Plusieurs études montrent que les élèves ayant un haut niveau d'IE réussissent mieux à l'école, non seulement en raison de leurs compétences cognitives, mais aussi grâce à leur capacité à gérer le stress, à s'engager et à interagir efficacement avec leurs pairs et enseignants (Ferrando et al., 2011; Farooq, 2003).

Downey et al. (2008) ont observé que la maîtrise des émotions favorise la réussite dans différentes disciplines scolaires, la gestion émotionnelle étant notamment un prédicteur significatif des performances en mathématiques et en sciences, tandis que la reconnaissance des émotions influence positivement les résultats en arts et en géographie. De même, Pekrun et al. (2002) ont démontré que les émotions positives, telles que la joie et la fierté, stimulent la motivation et l'engagement scolaire, tandis que les émotions négatives comme l'anxiété ou la honte peuvent entraver la concentration et la réussite.

En somme, l'intelligence émotionnelle constitue un levier majeur pour la réussite scolaire, car elle influence non seulement les processus cognitifs mais aussi le comportement, la motivation et l'interaction sociale des élèves.

## **3 Approche méthodologique**

L'approche méthodologique de cet article s'inscrit dans la méthode mixte qui offre une perspective holistique sur le sujet de recherche en intégrant des données quantitatives sur l'évaluation du niveau d'intelligence émotionnelle, avec des informations qualitatives sur les facteurs contextuels influençant la réussite scolaire. En combinant les données provenant de sources multiples, cette approche méthodologique améliore la validité et la fiabilité des résultats de l'étude, permettant ainsi une compréhension nuancée du phénomène de recherche. De plus, l'utilisation d'outils d'évaluation et de techniques d'analyse rigoureuses renforce la rigueur et la crédibilité des résultats de la recherche, garantissant des conclusions solides et des recommandations exploitables pour les éducateurs et les décideurs politiques.

### **3.1 Phase quantitative**

L'évaluation de l'intelligence émotionnelle des élèves a été effectuée à l'aide de l'instrument SEI YV 3.1 (Six Seconds Youth Version 3.1), adapté et abrégé pour correspondre au contexte des élèves du primaire

### **3.2 Phase qualitative**

Des entretiens semi-directifs ont été menés auprès des enseignants encadrant ces élèves. Ces entretiens visaient à recueillir leurs observations concernant les comportements en classe et le rendement scolaire, afin de comparer qualitativement les différences entre les élèves ayant obtenu des scores élevés en IE et ceux ayant des scores plus faibles.

### **3.3 Population cible**

La population étudiée se compose d'une cohorte de 30 élèves issus des classes de 4<sup>e</sup> et 5<sup>e</sup> années de l'école IBN ZAYDOUN à Skhirat. Ce groupe comprend majoritairement des filles, reflétant la composition générale de ces classes au sein de l'établissement. Aucun critère d'exclusion n'a été appliqué, l'échantillon étant constitué par un regroupement naturel des élèves disponibles et volontaires pour participer à l'étude.

### 3.4 Instrument de mesure

Le SEI YV 3.1 est un questionnaire validé, recommandé par des instances spécialisées telles que le Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning (CASEL), et conçu pour évaluer plusieurs dimensions des compétences socio-émotionnelles chez les enfants et adolescents. L'adaptation réalisée dans cette étude vise à assurer une compréhension optimale et une pertinence accrue dans le contexte local.

La fiabilité de l'outil a été confirmée par un coefficient alpha de Cronbach supérieur à 0,6 pour toutes les dimensions évaluées, attestant de la cohérence interne satisfaisante du questionnaire abrégé.

### 3.5 Collecte des données

La collecte des données quantitatives a été réalisée auprès des 30 élèves à l'aide du questionnaire SEI YV 3.1. Cette évaluation quantitative a permis d'obtenir un profil des compétences émotionnelles individuelles de chaque élève. Par la suite, les données qualitatives ont été collectées via des entretiens semi-directifs enregistrés et transcrits, menés auprès des enseignants. Ces entretiens visaient à recueillir leurs observations sur le comportement et le rendement scolaire des élèves, en particulier en comparant ceux présentant des scores élevés et faibles en intelligence émotionnelle.

### 3.6 Analyse des données

Les données quantitatives recueillies via le questionnaire SEI YV 3.1 ont été traitées à l'aide du logiciel SPSS (Statistical Package for the Social Sciences). Des analyses descriptives ont été effectuées pour caractériser les niveaux d'intelligence émotionnelle des élèves. Ensuite, des tests statistiques comparatifs ont été réalisés afin d'identifier les différents scores entre les élèves présentant des niveaux élevés et faibles en intelligence émotionnelle.

Parallèlement, les données qualitatives issues des entretiens semi-directifs avec les enseignants ont été analysées via le logiciel NVivo. Ce dernier a permis de coder et d'identifier des thèmes récurrents liés aux comportements scolaires, à la motivation et à la gestion émotionnelle des élèves. L'analyse thématique a ainsi offert une compréhension approfondie des impacts potentiels de l'intelligence émotionnelle sur la réussite scolaire, en intégrant les points de vue des enseignants.

## 4 Résultats

### 4.1 Résultats quantitatifs

Les scores d'intelligence émotionnelle (IE) des 30 élèves évalués ont une moyenne de 4,12 (sur une échelle de 1 à 5), avec un écart type de 0,40. En se basant sur cette distribution, les écoliers ont été classés en trois catégories selon leur score :

**Table 1.** Classification des écoliers selon leur score d'intelligence émotionnelle

Ecolier n°	Score global	Classement
25	4.50	Élevée
1	4.55	Élevée
27	4.60	Élevée
4	4.65	Élevée
17	4.70	Élevée
28	4.52	Élevée
23	4.58	Élevée
24	4.62	Élevée

18	4.68	Élevée
14	4.53	Élevée
30	4.00	Moyenne
13	4.10	Moyenne
11	4.20	Moyenne
16	4.15	Moyenne
12	4.05	Moyenne
10	4.25	Moyenne
22	4.30	Moyenne
2	4.18	Moyenne
3	3.50	Faible
29	3.60	Faible
9	3.55	Faible
5	3.65	Faible
6	3.70	Faible
19	3.75	Faible
21	3.80	Faible
8	3.85	Faible
15	3.60	Faible
20	3.68	Faible
7	3.77	Faible
26	3.72	Faible

Source : Calculs par nos soins

L'analyse des données quantitatives révèle une variabilité significative des niveaux d'intelligence émotionnelle (IE) parmi les 30 élèves évalués. Les scores obtenus au questionnaire SEI YV 3.1 permettent de distinguer trois groupes : un groupe de 10 élèves à haute intelligence émotionnelle, un autre de 8 écoliers à moyenne intelligence émotionnelle, et un troisième de 12 élèves à un faible niveau d'intelligence émotionnelle.

#### 4.2 Résultats qualitatifs

L'analyse des entretiens réalisés avec les enseignants a permis de mettre en évidence une corrélation perçue entre le niveau d'intelligence émotionnelle des élèves et leurs performances scolaires.

Les enseignants décrivent les élèves ayant un score élevé comme étant plus attentifs en classe, capables de gérer le stress des évaluations, coopératifs et positifs dans les interactions de groupe. Ils soulignent également que ces écoliers sont perçus comme plus autonomes, motivés et résilients, ce qui contribue à un climat favorable à l'apprentissage et à une meilleure réussite scolaire. Par exemple, un enseignant a indiqué que « ces élèves savent se motiver et persévérer même lorsqu'ils rencontrent une difficulté, ce qui les aide à maintenir un bon rendement scolaire ».

Tandis que les élèves à score moyen présentent, selon les enseignants, un potentiel certain. Les enseignants déclarent qu'ils peuvent obtenir de bons résultats lorsqu'ils sont soutenus et encouragés, leur gestion émotionnelle est globalement adéquate, mais parfois inconstante, et qu'ils ont besoin d'être stimulés pour maintenir leur niveau d'engagement.

Ce profil intermédiaire suggère qu'un accompagnement ciblé pourrait leur permettre de rejoindre le groupe à haut score.

En revanche, les élèves à faible IE présentent souvent des difficultés à gérer le stress et les émotions négatives, et ils ont une tendance à l'évitement ou au découragement face aux tâches scolaires exigeantes.

Les enseignants relèvent que ces facteurs impactent directement leurs résultats scolaires, avec des notes généralement plus faibles et une progression plus lente. Cependant, plusieurs témoignages indiquent que ces élèves peuvent montrer une amélioration significative lorsque le climat de classe est bienveillant et qu'ils bénéficient d'un suivi individualisé.

## 5 Discussion et conclusion

Les résultats de cette étude s'inscrivent dans un corpus scientifique croissant qui valorise l'intelligence émotionnelle comme un facteur clé dans la réussite scolaire. Comme l'ont souligné Mayer et Salovey (1997), la capacité à réguler les émotions et à utiliser les informations émotionnelles pour guider la pensée contribue à une meilleure gestion du stress et à une résolution plus efficace des problèmes académiques.

Par ailleurs, Goleman (1995) a démontré que les compétences émotionnelles telles que la maîtrise de soi, la motivation intrinsèque et l'empathie favorisent non seulement la performance académique, mais aussi les relations interpersonnelles essentielles au climat scolaire. Ce climat, à son tour, est un médiateur important de la réussite des élèves (Jennings & Greenberg, 2009).

Les observations de nos interviewés confirment les travaux de Brackett et al. (2011) et Durlak et al. (2011), qui démontrent que des compétences émotionnelles élevées favorisent la réussite scolaire, non seulement en facilitant l'engagement et la régulation émotionnelle, mais aussi en renforçant la capacité à persévérer face aux défis. Elles mettent également en évidence que les élèves à score moyen constituent une catégorie stratégique, susceptible de bénéficier le plus rapidement d'un programme de développement socio-émotionnel structuré.

Ces résultats corroborent les travaux antérieurs (Farooq, 2003; Downey et al., 2008) qui soulignent une corrélation positive entre une intelligence émotionnelle élevée et la réussite scolaire.

Enfin, nos résultats rejoignent ceux de Brackett et al. (2010) qui ont montré que les élèves bénéficiant d'un encadrement favorisant le développement des compétences émotionnelles obtiennent de meilleurs résultats académiques et un comportement social plus adapté.

Ces observations s'inscrivent dans la continuité des recherches de Goleman (1995), Mayer et Salovey (1997), et Bar-On (2000) qui soulignent l'impact majeur des compétences émotionnelles sur les performances académiques. Elles mettent également en lumière la nécessité pour le système éducatif de reconnaître et de valoriser le développement de ces compétences comme un complément indispensable à l'acquisition des savoirs cognitifs.

Ces conclusions invitent à considérer l'intelligence émotionnelle comme une dimension centrale et transversale à valoriser dans les systèmes éducatifs, afin d'accompagner les élèves vers une réussite scolaire durable et un épanouissement personnel.

## REFERENCES

- [1] Bar-On, R. (2000). Emotional and social intelligence: Insights from the Emotional Quotient Inventory. In R. Bar-On & J. D. A. Parker (Eds.), *The handbook of emotional intelligence: Theory, development, assessment, and application at home, school, and in the work place*. (pp.363-388). San Francisco, CAUS: Jossey-Bass.
- [2] Brackett, M. A., Rivers, S. E., Reyes, M. R., & Salovey, P. (2010). Enhancing academic performance and social and emotional competence with the RULER feeling words curriculum. *Learning and Individual Differences*.
- [3] Brackett, M. A., Rivers, S. E., & Salovey, P. (2011). Emotional intelligence: Implications for personal, social, academic, and workplace success. *Social and personality psychology compass*, 5(1), 88-103.
- [4] Downey, L. A., Mountstephen, J., Lloyd, J., Hansen, K., & Stough, C. (2008). Emotional intelligence and scholastic achievement in Australian adolescents. *Australian Journal of Psychology*, 60(1), 10-17.

- [5] Durlak, J. A., Weissberg, R. P., Dymnicki, A. B., Taylor, R. D., & Schellinger, K. B. (2011). The impact of enhancing students' social and emotional learning: A meta-analysis of school-based universal interventions. *Child development*, 82(1), 405-432.
- [6] Emmerling, R. J., & Goleman, D. (2003). EMOTIONAL INTELLIGENCE: ISSUES AND COMMONMIS UNDERSTANDINGS. *Issues and Recent Developments in Emotional Intelligence*, 1(1).
- [7] Farooq,A.(2003).Effects of Emotional Intelligence on Academic Performance. University of Karachi, Karachi. 232
- [8] Ferrando, M., Prieto, M. D., Almeida, L. S., Ferrandiz, C., Bermejo, R., Lapez-Pina, J.A., et al. (2011). Trait Emotional Intelligence and Academic Performance: Controlling for the Effects of IQ, Personality, and Self Concept. *Journal of Psycho educational Assessment*, 29(2), 150-159
- [9] Goleman,D.(1995).Emotional Intelligence:why it can matter more than IQ .. New York : Bantam Books.
- [10] Jennings, P. A., & Greenberg, M. T. (2009). The prosocial classroom: Teacher social and emotional competence in relation to student and classroom outcomes. *Review of educational research*, 79(1), 491-525.
- [11] Kotsou, I., Nelis, D., Gre'goire, J., & Mikolajczak, M. r. (2011). Emotional Plasticity: Conditions and Effects of Improving Emotional Competence in Adulthood. *Journal of Applied Psychology*, 96(4), 827–839.
- [12] Mayer, J.D.,& Salovey,P.(1997).What is Emotional Intelligence? InP. Salovey & D.
- [13] J. Sluyter (Eds.), *Emotional Development and Emotional Intelligence* (pp. 3-31). New York: Basic Books.
- [14] Pekrun, R., Goetz, T., Titz, W., & Perry, R. P. (2002). Academic emotions in students self regulated learning and achievement: A program of qualitative and quantitative research. *Educational psychologist*, 37(2), 91-105
- [15] Tsaousis, I., & Nikolaou, I. (2005). Exploring the relationship of emotional intelligence with physical and psychological health functioning (English). *Stress and health*, 21(2),77-86.