



Tome 2

Éducation et vie au travail

Perspectives
contemporaines
sur les parcours
de vie
professionnelle

Sous la direction de
Geneviève Fournier
Emmanuel Poirel
Lise Lachance



L'équipe du CRIEVAT remercie le Fonds Desjardins en développement de carrière qui, grâce à son important soutien financier, a rendu possible la publication de cet ouvrage collectif ainsi que des deux autres qui composent la trilogie du CRIEVAT.



Desjardins

Éducation et vie au travail :

Perspectives contemporaines
sur les parcours
de vie professionnelle



Trajectoires professionnelles et marché du travail contemporain

Collection dirigée par Geneviève Fournier

Le marché du travail des dernières années ne cesse de se transformer structurellement. L'organisation du travail et le système de production se sont graduellement modifiés, dessinant du même coup de nouvelles réalités auxquelles les travailleurs ne sont pas nécessairement préparés par leur éducation, leur culture et leur socialisation. La précarité, la flexibilité, la tertiairisation, le travail autonome et les emplois atypiques caractérisent, entre autres, le marché du travail actuel de la plupart des pays industrialisés. Les travailleurs ou travailleuses ont également à composer avec des taux élevés de chômage, une fiscalité écrasante et la disparition de plusieurs acquis sociaux et salariaux gagnés par les efforts des syndicats. De l'avis de plusieurs experts, cette mutation profonde du marché du travail n'est pas le reflet d'une crise conjoncturelle, mais bien l'expression d'un changement radical, en profondeur, obligeant à une remise en question collective de l'organisation traditionnelle du travail. Ainsi, le temps semble bien révolu où s'alignaient, en une séquence continue et prévisible, le choix d'un métier ou d'une profession, la formation, l'entrée et l'intégration au marché du travail, l'obtention de promotions et, finalement, la retraite. Les nouveaux contextes de travail donnent lieu à des trajectoires professionnelles imprévisibles, plus complexes et nettement plus difficiles à gérer qu'auparavant. L'irrégularité de ces trajectoires oblige à revoir en profondeur notre compréhension des liens existant entre le choix initial de carrière, la formation et la vie au travail d'un nombre croissant de personnes, de tous âges et de tous niveaux d'éducation. Dans ces conditions, il est aussi nécessaire d'analyser les divers déterminants individuels et structurels affectant les parcours de vie au travail.

Cette collection s'adresse en particulier aux chercheurs et aux praticiens de diverses disciplines, préoccupés de toutes questions liées aux multiples formes de la vie professionnelle d'aujourd'hui et aux évolutions du marché du travail.

Une liste des titres parus est disponible à la fin de l'ouvrage.

Éducation et vie au travail :

Perspectives contemporaines
sur les parcours
de vie professionnelle

Sous la direction de

**Geneviève Fournier, Emmanuel Poirel
et Lise Lachance**



Presses de
l'Université Laval

Les Presses de l'Université Laval reçoivent chaque année du Conseil des Arts du Canada et de la Société de développement des entreprises culturelles du Québec une aide financière pour l'ensemble de leur programme de publication.

Financé par le gouvernement du Canada
Funded by the Government of Canada



Crédit photo : Louis Richer

Sphères de triangles chromatiques

Le triangle est la figure géométrique à la base du concept. Amalgamés, ils forment un ensemble de facettes interreliées aux teintes et contrastes marqués et complémentaires. Leurs arêtes se juxtaposent et leurs sommets s'opposent. Paradoxalement, les droites des triangles deviennent la courbe des sphères. Chaque sphère des pages couvertures de la Trilogie du CRIEVAT représente une couleur primaire dont la synthèse additive en lumière donne le blanc de celle du coffret réunissant les trois tomes. Toutes les pages couvertures ont un fond unificateur bleu. La sphère et sa configuration particulière permettent de métaphoriser la complexité de l'univers singulier de chacune des thématiques centrales des trois tomes du coffret.

Maquette de couverture : Laurie Patry

Mise en pages : Danielle Motard

ISBN : 978-2-7637-3063-9

ISBN PDF : 9782763730646

© Les Presses de l'Université Laval 2016
Tous droits réservés. Imprimé au Canada
Dépôt légal 3^e trimestre 2016

Les Presses de l'Université Laval
www.pulaval.com

Toute reproduction ou diffusion en tout ou en partie de ce livre par quelque moyen que ce soit est interdite sans l'autorisation écrite des Presses de l'Université Laval.

Table des matières

Le CRIEVAT en 3 tomes	IX
Notes biographiques.....	XV
Introduction	
Mutations du travail, transitions et rôles de vie, construction identitaire et sens du travail	1
<i>Geneviève Fournier, Emmanuel Poirel et Lise Lachance</i>	

PREMIÈRE PARTIE

1	Les modèles explicatifs des liens entre les rôles de vie : la contribution de l'analyse du système de projets personnels	29
	<i>Lise Lachance, Léonie Gauthier-Richard, Simon Grégoire, Louis Courmoyer, Geneviève Fournier et Louis Richer</i>	
2	La pratique de la méditation : les bénéfices perçus sur le plan professionnel.....	65
	<i>Simon Grégoire, Lise Lachance et Louis Richer</i>	
3	Vers l'élaboration d'un cadre d'analyse des parcours de vie professionnelle : l'éclairage de l'approche du Parcours de vie et des théories récentes en développement de carrière.....	93
	<i>Geneviève Fournier, Hélène Zimmermann, Christine Gauthier, Jonas Masdonati et Lise Lachance</i>	

4	L'orientation dans un contexte de réadaptation socioprofessionnelle : une situation-limite à la confluence du quotidien et du tragique	145
	<i>Alain Dubois</i>	
5	Femmes chefs d'entreprises et articulations des exigences de travail et des différents rôles de vie	177
	<i>Louise St-Arnaud, Émilie Giguère, Geneviève Fournier et Michel Vézina</i>	

DEUXIÈME PARTIE

6	Professionalisation et santé chez les directions d'établissement scolaire : entre tensions du métier et construction d'une identité professionnelle	215
	<i>Emmanuel Poirel, Carole Sénéchal, André Savoie, Luc Brunet, Manon Theorêt, Michel St-Germain et Jean-Christophe Durand</i>	
7	Souffrance et stratégies défensives dans le travail de conseillers d'orientation en milieu scolaire : l'identité professionnelle en question	253
	<i>Simon Viviers</i>	
8	Genre, migration et travail	295
	<i>Hélène Cardu</i>	
9	Organisation du travail, représentations sociales et consommation de substances psychoactives : Nouvelles formes de domination	323
	<i>Lilian Negura, Marie-France Maranda et Jean-Simon Deslauriers</i>	

Le CRIEVAT en 3 tomes

C'est sous l'égide de la Fondation canadienne d'orientation et de consultation (FCOC) que le Centre de recherche québécois sur l'insertion socioprofessionnelle et le counseling de carrière a vu le jour en 1990, à la Faculté des sciences de l'éducation de l'Université Laval, sous l'acronyme du CREQIC. La crise économique des années 1990 avait amené la communauté des chercheurs canadiens de l'époque à se mobiliser pour mieux comprendre les difficultés d'insertion socioprofessionnelle des jeunes et bâtir des programmes d'intervention susceptibles de leur venir en aide. Dans cet effort pancanadien de mobilisation, cinq Centres de recherche ont été créés à travers le Canada.

Le CREQIC a débuté avec cinq chercheurs réguliers qui ont tous mené des recherches auprès de populations présentant des difficultés d'insertion diverses et développé des programmes d'intervention qu'ils ont ensuite évalués, révisés et publiés. Au cours de ces deux années, la programmation scientifique du Centre a rapidement évolué pour s'étendre à d'autres problématiques que l'insertion socioprofessionnelle. C'est ainsi que, dès 1992, le Centre a été rebaptisé CERDEC, soit l'acronyme de Centre de recherche en développement de carrière.

En 2000, le Centre de recherche a connu une autre étape importante de sa croissance en s'associant avec le Centre de recherche sur l'éducation et le travail de la Faculté de l'éducation de l'Université de Sherbrooke (CRET), pour former le Centre de recherche et d'intervention sur l'éducation et la vie au travail que nous connaissons aujourd'hui sous l'acronyme du CRIEVAT. Au moment de sa création en 2000, le Centre de recherche

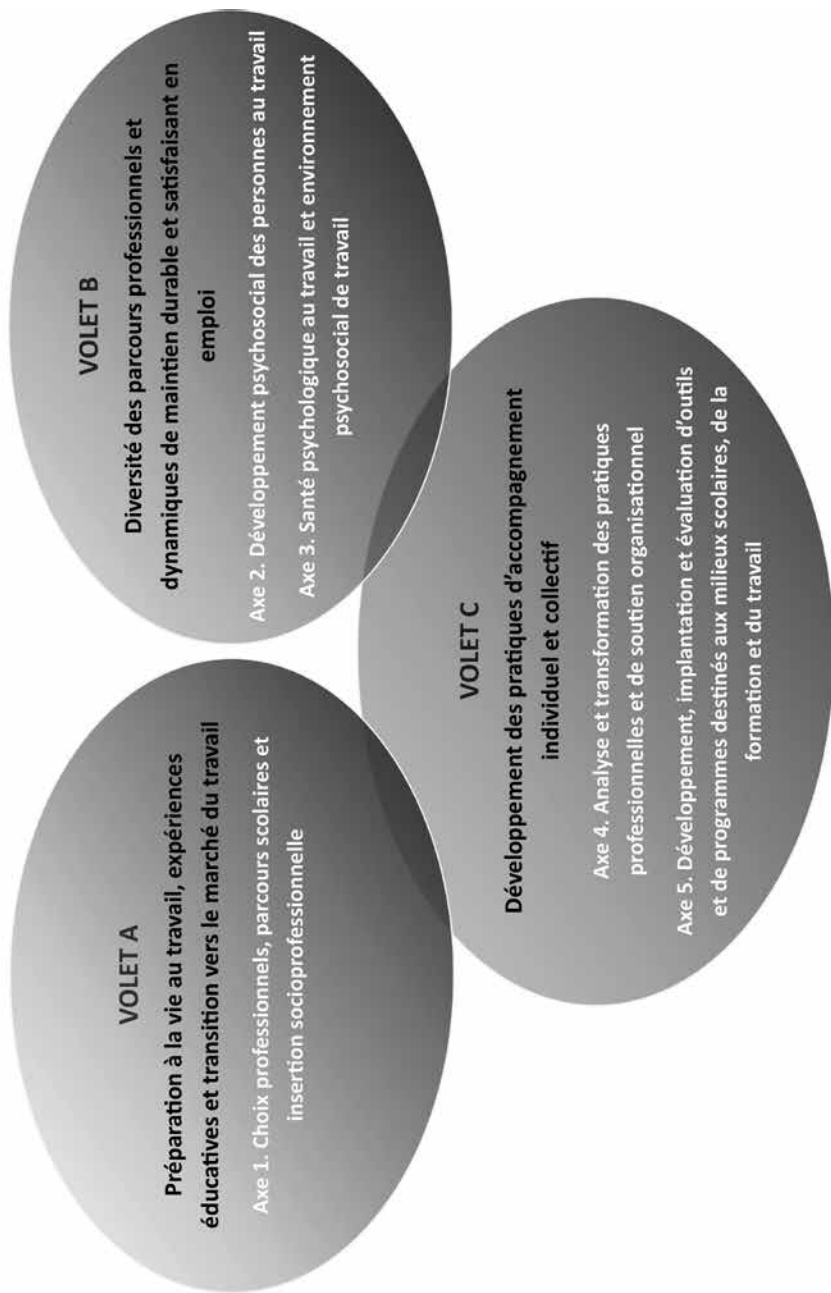
comptait 16 chercheurs réguliers, concentrés dans les universités Laval et de Sherbrooke.

En 2001, le CRIEVAT a été reconnu comme Centre d'excellence par l'Université Laval et ce statut vient tout récemment de lui être renouvelé pour la 4^e fois, pour les cinq prochaines années, soit jusqu'en 2020.

Le CRIEVAT, le seul Centre de recherche subsistant parmi les cinq Centres canadiens créés en 1990, compte aujourd'hui 32 chercheurs réguliers, provenant de six universités québécoises et de trois universités canadiennes, en plus des 25 chercheurs associés dont plusieurs viennent de l'étranger, ce qui montre la renommée internationale du Centre.

Depuis sa création en 2000, la programmation scientifique du CRIEVAT s'est peu à peu transformée sous l'effet de l'émergence de nouvelles problématiques sociales et scientifiques liées à l'éducation et à la vie au travail qui sont apparues au fil des ans et de l'intégration progressive dans l'équipe de nouveaux chercheurs issus de disciplines diverses.

Aujourd'hui, la programmation scientifique du CRIEVAT est structurée en trois volets interdépendants, mais néanmoins interreliés, schématisés de la manière suivante :



LE CRIEVAT EN 3 TOMES

En 2014, les chercheurs du Centre de recherche ont décidé de mobiliser leurs efforts dans la création de trois ouvrages collectifs, qui traitent chacun d'un volet distinct de la programmation scientifique. L'objectif de ce projet était de réaliser un « portrait » du CRIEVAT qui donnerait un aperçu des travaux et des réflexions des chercheurs dans chaque volet et, du même coup, traduirait la façon dont s'incarne concrètement, à travers chacune des contributions originales proposées, la programmation scientifique du Centre.

C'est ainsi que le Tome 1 de la trilogie du CRIEVAT, « Éducation et vie au travail : Perspectives contemporaines sur les parcours et l'orientation des jeunes », dirigé par Jonas Masdonati, Marcelline Bangali et Louis Cournoyer, regroupe sept textes qui portent sur l'orientation des jeunes, leur parcours scolaire et leur parcours d'insertion socioprofessionnelle. L'ouvrage a l'originalité de proposer deux principaux angles d'analyse de ces problématiques, l'un diachronique, l'autre synchronique. Le premier renvoie à des réflexions et des analyses sur des moments clés du parcours des jeunes à l'intérieur du système éducatif (ex. passage du secondaire au collégial) et de leurs parcours d'insertion professionnelle, lequel correspond bien souvent au passage à l'âge adulte. Le second angle examine plutôt la façon dont l'interaction des jeunes avec les différents contextes dans lesquels ils s'insèrent participe à la construction de leur parcours d'orientation. Sont ainsi examinées à la fois la manière dont le contexte construit le parcours d'orientation des jeunes et la manière dont ces derniers se construisent tout au long de ce parcours.

Le Tome 2, « Éducation et vie au travail : perspectives contemporaines sur les parcours de vie professionnelle », dirigé par Geneviève Fournier, Emmanuel Poirel et Lise Lachance, rassemble neuf textes abordant différents enjeux professionnels et personnels qui émergent des transformations du marché du travail et de l'organisation du travail des dernières décennies. De manière transversale, les auteurs de ce tome ont centré leurs écrits autour de quatre enjeux principaux. Le premier concerne les effets des mutations du marché du travail sur le stress professionnel, le bien-être, la capacité de travail, la santé mentale, voire sur les possibilités de maintien en emploi, des travailleurs et des travailleuses. Les défis

auxquels doivent faire face les personnes dans l'articulation de leurs différents rôles de vie constituent le deuxième enjeu d'importance sur lequel les chercheurs portent leur analyse. Le troisième enjeu porte sur le sens que prend le travail dans la vie des individus et la façon dont ces derniers investissent leur vie professionnelle. Enfin, le quatrième enjeu, à proximité du précédent, concerne les processus de construction et de déconstruction identitaire tout au long du parcours de vie professionnelle, en fonction des contextes de travail particuliers dans lesquels cet enjeu émerge.

Finalement, le Tome 3, «Éducation et vie au travail: perspectives contemporaines sur les pratiques d'accompagnement pour l'orientation et l'intégration socioprofessionnelle», dirigé par Bruno Bourassa et Marie-Chantal Doucet, réunit sept textes entièrement consacrés aux pratiques d'accompagnement. Trois thèmes y sont plus spécifiquement approfondis dans des contextes d'accompagnement pour l'orientation et l'intégration socioprofessionnelle. L'épistémologie et la méthodologie des pratiques d'accompagnement en est le premier thème. Les auteurs réfléchissent notamment aux exigences du travail d'accompagnement en contexte d'intervention ou de recherche-action. Il y est plus spécifiquement question des exigences et des caractéristiques rattachées à cette posture particulière et au potentiel qu'elle recouvre pour servir les ambitions de la relation d'aide et la conduite des projets de recherche auprès de groupes restreints. Le second thème traite de l'expérience de la recherche comme pratique d'accompagnement. Sont ici présentés des itinéraires de démarche d'accompagnement de professionnels; l'une, dans un contexte de soutien à des personnes qui retournent au travail après avoir vécu un problème de santé mentale; l'autre, dans un contexte de développement de l'employabilité. Enfin, le troisième thème porte sur la création de programmes ou d'outils d'accompagnement. Au centre des préoccupations des textes réunis dans ce troisième thème, la question centrale de l'expérience comme productrice d'un savoir particulier se pose avec acuité.

Chacun des tomes rassemblés dans cette trilogie offre des réflexions sur de nombreux enjeux contemporains liés à l'éducation et à la vie au travail. Mis ensemble, ils sont le reflet des activités de recherche des membres du CRIEVAT et des fruits de leur travail d'équipe.

En terminant, les codirectrices et les codirecteurs des trois tomes de cette trilogie tiennent à remercier chaleureusement toutes les personnes qui ont accepté d'évaluer les manuscrits qui leur ont été soumis. Leur collaboration a été d'une aide très précieuse et a grandement contribué à l'enrichissement de chacun des textes.

Geneviève Fournier

Directrice
CRIEVAT

Notes biographiques

Luc Brunet (Ph. D.) est professeur titulaire en psychologie du travail et des organisations à l'Université de Montréal. Il est auteur ou co-auteur de 16 livres et de plus de 100 articles en psychologie du travail et des organisations ainsi qu'en administration de l'éducation. Il a présenté une centaine de communications scientifiques et professionnelles aux niveaux national et international. Il est aussi professeur associé à l'Université de Mons en Belgique et intervenant auprès de l'Association Internationale d'Audit Social (Paris).

Spécialisée en psychologie sociale, **Hélène Cardu** (Ph. D.) est chercheure au Centre de recherche et d'intervention sur l'éducation et la vie au travail (CRIEVAT) et professeure en sciences de l'orientation au Département des fondements et pratiques en éducation de l'Université Laval. Ses recherches portent sur la construction identitaire professionnelle en situation de mouvance, sur les trajectoires d'insertion socioprofessionnelle des femmes immigrantes en lien avec la déqualification et la résilience, et sur la gestion de la diversité et la rétention de la main d'œuvre issue de l'immigration dans les organisations de travail.

Louis Cournoyer est chercheur régulier du CRIEVAT. Il est professeur en counseling de carrière et directeur de la Clinique Carrière de l'Université du Québec à Montréal, ainsi que conseiller d'orientation et superviseur clinique. Ses intérêts de recherche portent sur les processus de prise de décision de carrière d'adolescents et d'adultes, l'influence des relations sociales, ainsi que la vulgarisation scientifique en orientation, notamment par le site Orientationpourtous.co

Jean-Simon Deslauriers est membre étudiant du CRIEVAT, conseiller en orientation et finissant au doctorat en science de l'orientation à la Faculté des sciences de l'éducation de l'Université Laval. Depuis près de 10 ans, il étudie les liens entre l'organisation du travail et les problèmes de santé mentale tels que la dépression, l'épuisement professionnel et la consommation abusive d'alcool ou de drogues. Il s'intéresse plus spécifiquement aux actions syndicales destinées à corriger à la source l'organisation du travail pour prévenir ces problèmes.

Alain Dubois est conseiller d'orientation et nouveau chercheur du CRIEVAT. Son parcours a été nourri par une pratique réflexive portant sur les populations à risque d'exclusion socioprofessionnelle qui l'a conduit à s'intéresser aux manifestations des dimensions paradoxales de l'existence. Chercheur associé au Groupe de recherche et d'intervention sur la présence attentive (GRIPA), il s'intéresse également aux apports de la présence attentive dans le contexte du counseling.

Jean-Christophe Durand est psychologue et détient un doctorat en psychologie de l'Université de Montréal. Au cours de ses études, il s'est intéressé à la justice organisationnelle, à la santé psychologique et aux comportements contreproductifs au travail. Ses expériences dans le domaine du service-conseil lui ont permis de développer des habiletés quant à l'analyse du climat de travail, la résolution des conflits interpersonnels et la gestion des comportements déviants.

Geneviève Fournier est professeure au Département des fondements et pratiques en éducation et directrice du CRIEVAT. Elle s'intéresse aux processus d'insertion et d'intégration socioprofessionnelle ainsi qu'aux pratiques d'accompagnement des personnes en difficulté sur les plans professionnel, personnel et social. Ses travaux actuels portent sur les parcours de vie professionnelle, les transitions professionnelles et de vie, les processus de construction identitaire et le rapport au travail.

Christine Gauthier est doctorante en sciences de l'orientation, professionnelle de recherche et membre étudiante du CRIEVAT, ainsi que chargée de cours à la Faculté des sciences de l'éducation de l'Université Laval. Ses travaux actuels s'inscrivent dans le champ de la

psychosociologie du travail et des organisations. Ses intérêts de recherche portent notamment sur les processus de socialisation organisationnelle, les conduites de fort investissement au travail et les bifurcations du cheminement professionnel.

Léonie Gauthier-Richard est étudiante membre du CRIEVAT et candidate à la maîtrise en carriérologie, profil recherche-intervention, à l'Université du Québec à Montréal. Ses intérêts en recherche et en counseling sont la conciliation des domaines de vie, le développement de projets, l'entrepreneuriat et l'utilisation des technologies.

Simon Grégoire est psychologue du travail, professeur au Département d'éducation et pédagogie de l'Université du Québec à Montréal (UQAM) et directeur du GRIPA. Il est également chercheur régulier au CRIEVAT. Il s'intéresse aux programmes d'intervention basés sur la présence attentive et à leur rôle sur la santé psychologique des travailleurs et des étudiants. Les projets de recherche qu'il mène visent notamment à évaluer l'efficacité de ces programmes et à cerner leurs mécanismes d'action.

Lise Lachance (Ph. D.) chercheure régulière au CRIEVAT est professeure titulaire au Département d'éducation et pédagogie de l'Université du Québec à Montréal. Ses recherches portent sur la conciliation des rôles de vie et le fonctionnement social. Elles visent à mieux comprendre le processus d'adaptation des individus lors de l'accomplissement de rôles multiples, lors d'importantes transitions ou lors d'événements de vie majeurs.

Marie-France Maranda est professeure titulaire retraitée du Département des fondements et pratiques en éducation, Université Laval, et chercheure associée au CRIEVAT. Elle a réalisé des recherches dans les secteurs scolaire et médical, notamment, sur l'analyse psychodynamique des problèmes liés à l'organisation du travail et la santé mentale des salariés.

Jonas Masdonati est chercheur régulier du CRIEVAT et professeur associé à l'Institut de psychologie de l'Université de Lausanne (Suisse).

Ses recherches et enseignements couvrent notamment la psychologie de l'orientation, la réorientation de carrière, la transition école-travail, la construction de l'identité dans la sphère professionnelle, le rapport au travail et la formation professionnelle.

Lilian Negura est chercheur régulier du CRIEVAT et professeur agrégé à l'École de service social de l'Université d'Ottawa. Son domaine de compétence englobe les problématiques de la santé et du travail dans la perspective théorique des représentations sociales. Ses intérêts de recherche portent notamment sur le rôle des représentations sociales dans la dépression et la consommation des substances psychoactives, ainsi que sur la dimension représentationnelle des changements dans le monde du travail.

Emmanuel Poirel est professeur à l'Université de Montréal et chercheur régulier du CRIEVAT. Clinicien en gestion du stress professionnel dans une clinique de médecine du travail pour cadres et gestionnaires depuis plus de 15 ans, il a aussi accompagné plus d'une centaine d'entreprises dans l'implantation de démarches organisationnelles de santé au travail. Ses intérêts de recherche portent sur le stress professionnel, le leadership et les interventions en santé mentale au travail.

Louis Richer (Ph. D.), chercheur régulier du CRIEVAT, est professeur titulaire au Département des sciences de la santé de l'Université du Québec à Chicoutimi. Ses recherches traitent de la qualité de vie et du bien-être de populations à risque sur le plan développemental et de leurs proches ainsi que du processus d'adaptation des individus soumis à des stressseurs aigus ou chroniques. Ses projets impliquent des mesures de fonctionnement intellectuel, cognitif et exécutif.

André Savoie (Ph. D.) est responsable de la psychologie du travail et des organisations à l'Université de Montréal. Ses travaux portent principalement sur le fonctionnement efficace des équipes de travail, sur la consultance en milieu de travail et, plus globalement, sur l'apport du climat de travail en regard de l'efficacité organisationnelle.

Carole Sénéchal a fait des études en droit, en psychologie et en psychopédagogie. Elle fait partie de l'Ordre des psychologues du Québec et est également professeure associée au Département de psychologie de l'Université de Montréal et professeure régulière à l'Université d'Ottawa. Ses recherches portent entre autres sur la santé psychologique des directions d'établissement scolaire au Québec et en Ontario. Ses travaux ont débouché sur plusieurs publications tant nationales qu'internationales.

Louise St-Arnaud est professeure et titulaire de la Chaire de recherche du Canada sur l'intégration professionnelle et l'environnement psychosocial de travail à la Faculté des sciences de l'éducation de l'Université Laval à Québec. Elle est chercheure régulière au CRIEVAT. Elle est psychologue et ses intérêts de recherche sont globalement axés sur l'étude des processus d'intégration et de maintien en emploi. Elle poursuit également des recherches dans le champ de la psychodynamique du travail et de la santé mentale au travail depuis plusieurs années.

Michel St-Germain est professeur émérite à la Faculté d'éducation de l'Université d'Ottawa. Il a œuvré pendant près de 40 ans dans le domaine de l'enseignement et de la recherche en administration de l'éducation. Ses principales recherches ont porté sur les directions d'établissement scolaire tant au Québec (avec la Fédération québécoise des directions d'établissement scolaire) qu'ailleurs au Canada avec les directions francophones œuvrant en milieu minoritaire.

Manon Théorêt est psychologue et professeure de psychopédagogie à l'Université de Montréal. Elle s'intéresse depuis plus de dix ans à la santé psychologique des personnels scolaires et elle a mis sur pied à leur intention une formation continue sur le bien-être et la résilience enseignante, de même que sur les émotions dans l'enseignement.

Simon Viviers est professeur en sciences de l'orientation à l'Université Laval et chercheur régulier du CRIEVAT. Ses recherches et enseignements portent sur les enjeux psychiques et sociaux du travail dans le monde contemporain et sur les pratiques de recherche et d'accompagnement en groupe et en collectif. Il s'est intéressé notamment à la santé