



Centre de recherche
et d'intervention sur
l'éducation et la vie
au travail

Pavillon des sciences de
l'éducation
2320, rue des Bibliothèques
Local 658, Université Laval
Québec QC G1V 0A6
Site web :
www.fse.ulaval.ca/crievat

Volume 7, numéro 6
Novembre 2013

INTRODUCTION

C'est avec grand plaisir que l'on vous présente ce dernier numéro du bulletin d'information du CRIEVAT pour l'année 2013. Une année bien remplie, marquée par le dynamisme des membres du centre de recherche et le développement de plusieurs beaux projets à venir...

Dans les pages qui suivent, vous trouverez tout d'abord de l'information sur les Rendez-Vous du CRIEVAT, passés et à venir, ainsi qu'un compte rendu de la 7^e édition du Symposium étudiant du CRIEVAT qui a eu lieu le 8 novembre dernier. Ensuite, **Julien Brault** propose un résumé d'un article intitulé : « *Personal Goal Setting as a Mediator of the Relationship between Mindfulness and Well-being* » (**Grégoire, Bouffard, Vezeau, 2012**). Il est ensuite question des activités des chercheur-e-s et des étudiant-e-s membres du CRIEVAT.

Finalement, une sélection de livres vous est proposée pour agrémenter vos vacances du temps des Fêtes. Vous est aussi proposé une revue riche et variée des appels de communication et de contribution en vigueur jusqu'à l'été 2014 et des événements organisés pour cette même période.



Joyeux temps des fêtes à tous et à toutes!

Le Comité éditorial de la VRC

Table des matières

Introduction	1
Le CRIEVAT en primeur	1
7 ^e Symposium étudiant du CRIEVAT...	3
Chercheur-e-s cherchent et trouvent ...	5
À propos des chercheur-e-s	9
À propos des étudiant-e-s	9
Vos suggestions de lecture	10
Appel de communications	12
Appel de publications	14
À mettre à l'agenda	14

Le Comité éditorial

- Bruno Bourassa**, Ph.D.
professeur titulaire et chercheur
régulier au CRIEVAT
- Charles Bujold**, Ed.D.
professeur émérite et chercheur
associé au CRIEVAT
- Daniel Côté**, M.A.
rédacteur et adjoint à la direction du
CRIEVAT
- Caroline Gagné**
agente de secrétariat
- Geneviève Fournier**, Ph.D.
professeure titulaire et directrice du
CRIEVAT
- Marcelle Gingras**, Ph.D.
professeure titulaire et chercheure
régulière au CRIEVAT
- Marie-France Maranda**, Ph.D.
professeure retraitée et chercheure
associée au CRIEVAT
- Mariève Pelletier**, M.A.
étudiante au doctorat en orientation
et membre étudiante au CRIEVAT

LE CRIEVAT EN PRIMEUR



LES RENDEZ-VOUS DU
CRIEVAT

ÉVÈNEMENTS GRATUITS
ET OUVERTS AU PUBLIC



29 NOVEMBRE 2013

12h00 à 13h30

Salle 182 du Pavillon des Sciences de l'éducation de l'Université Laval

Pascal Galvani

Professeur à l'Université du Québec à Rimouski

Conscientiser l'intelligence de l'agir : Une démarche réflexive d'exploration des moments d'autoformation pratique.

Résumé :

Lorsque l'on parle d'un homme ou d'une femme de métier, on comprend qu'il s'agit de personnes capables de faire face à des situations variées et imprévisibles avec une intelligence pratique créative, flexible et pertinente. Cependant, lorsqu'il s'agit d'expliquer comment cette « intelligence pratique » se forme, on ne trouve bien souvent pas grand chose d'autres que des lieux communs : « cela se fait sur le tas », « c'est l'expérience ».

Cette conférence portera sur une démarche réflexive expérimentée dans plusieurs programmes de recherche-action-formation. Plus spécifiquement, je proposerai d'explorer la question des « kairos » (moments décisifs) qui condensent des différents types de savoirs théoriques, pratiques mais aussi existentiels.

RENDEZ-VOUS DU CRIEVAT

Marie-France Maranda, Lucie Héon, Jean-Simon Deslauriers et Simon Viviers



Le 4 novembre dernier, le CRIEVAT a eu le plaisir d'accueillir une fois de plus l'équipe de psychodynamique du travail formée de **Marie-France Maranda**, professeure retraitée de la Faculté des sciences de l'éducation de l'Université Laval et chercheure associée au CRIEVAT, **Lucie Héon**, professeure au département des fondements et pratiques en éducation de l'Université Laval et chercheure régulière au CRIEVAT, **Jean-Simon Deslauriers** et **Simon Viviers**, tous deux doctorants en sciences de l'orientation.

Ils ont présenté une communication qui avait pour titre : *Recherche-action réalisée dans le secteur de l'enseignement en santé mentale au travail : Bilan de la démarche*. En premier lieu, l'équipe a exposé les fondements théoriques, méthodologiques et éthiques de la recherche-action. Ensuite, elle a présenté le bilan d'une recherche-action réalisée dans des écoles secondaires, pour finalement partager avec l'auditoire ce que chacun des membres a retenu personnellement de leur expérience de recherche.



Jean-Simon Deslauriers, Marie-France Maranda, Lucie Héon

Bref, devant un auditoire captivé par leurs témoignages, les membres de l'équipe de recherche ont su transmettre, dans le cadre de ce Rendez-Vous du CRIEVAT, sa passion pour la recherche-action. Qui plus est, cette équipe prépare actuellement une monographie sur le sujet qui paraîtra très bientôt (décembre 2013) et qui fera suite à l'ouvrage collectif, dirigé par **M.-F. Maranda** et **S. Viviers**, paru en 2011 sous le titre : « L'école en souffrance. Psychodynamique du travail en milieu scolaire ».

Note : Le diaporama électronique qu'a utilisé l'équipe de chercheur-e-s est disponible en ligne au : http://www.crievat.fse.ulaval.ca/fichiers/site_crievat/documents/Rendez-vous/2013/PowerPoint/RV_CRIEVAT-4_nov.13_Maranda_Heon_Deslauriers_Viviers.pdf

RENDEZ-VOUS DU CRIEVAT- HIVER 2014

CONFÉRENCIER(S) CONFÉRENCIÈRE(S)	TITRE	DATE
Philippe Losego Professeur à la Haute École Pédagogique de Lausanne	« Un travail en miettes » : Le travail de directeur d'institutions scolaires et socio-sanitaires.	18 février
Micheline Bowen Conseil du statut de la femme	Une mixité en chantier : Les femmes dans les métiers de la construction. Organisé en collaboration avec la Chaire Claire-Bonenfant – Femmes, Savoirs et Sociétés	21 mars
Adelle Simo Doctorante en sociologie Université de Strasbourg	Parcours d'insertion professionnelle des jeunes Français : le cas des jeunes diplômés de la restauration.	11 avril

7^e Symposium étudiant du CRIEVAT... UNE TRADITION DE SUCCÈS !

Le 8 novembre dernier, dans le cadre du Symposium étudiant du CRIEVAT, la parole était aux étudiantes et aux étudiants du centre de recherche qui sont actuellement en cours de rédaction de leur essai, mémoire ou thèse de doctorat. Ils ont généreusement accepté de partager le fruit de leur réflexion, à l'étape de réalisation où ils sont rendus. Pour une septième année consécutive, cet événement a réuni plus d'une cinquantaine de personnes (étudiant-e-s, professeur-e-s, chercheur-e-s et professionnel-le-s).

Cette année, quatre étudiant-e-s de l'Université Laval et trois de l'UQÀM (une première!) ont présenté leur projet de recherche. L'assistance a eu droit à des exposés diversifiés et fort intéressants qui ont su piquer sa curiosité et stimuler les échanges. Voici les thèmes qui ont été abordés par les présentateurs et présentatrices (*vous pouvez consulter les diaporamas électroniques présentés par les étudiant-e-s en cliquant sur les titres*) :

- ❖ **Kyra Robertson de Mendonça** et **Julien Brault**, étudiants au 2^e cycle en Carrièreologie à l'UQÀM, sous la direction de Simon Grégoire et Lise Lachance.
PROJET SHAMBHALA : ÉTUDE QUALITATIVE DESTINÉE À EXPLORER LES EFFETS PERÇUS DE LA MÉDITATION SUR LE STRESS PROFESSIONNEL.
- ❖ **Emmanuelle Desrosiers**, étudiante au 2^e cycle en Carrièreologie à l'UQÀM et **Louis Cournoyer**, professeur au département de carrièreologie de l'UQÀM et chercheur du CRIEVAT.
LE RÔLE DE L'ANXIÉTÉ SUR LE PROCESSUS DE DÉCISION RELATIF À LA CARRIÈRE DES ÉLÈVES DE 4^e ET 5^e SECONDAIRE.
- ❖ **Franck Jacob Hombahiya**, étudiant au 3^e cycle en Administration et évaluation en éducation à l'Université Laval, sous la direction de Lucie Héon.
L'ANALYSE DE L'ACTION PUBLIQUE : UNE RÉTROSPECTIVE CRITIQUE SUR L'APPROCHE MÉTHODOLOGIQUE ET SUR L'EXPÉRIENCE DE TERRAIN.
- ❖ **René-Pierre Turmel**, étudiant au 2^e cycle en Administration et évaluation en éducation à l'Université Laval, sous la direction de Claire Lapointe et d'Annie Pilote.
CHOISIR UNE ÉCOLE SECONDAIRE PRIVÉE : UNE ANALYSE SOCIALE DU CHOIX DE PARENTS PROVENANT DE LA RÉGION DE LA CAPITALE-NATIONALE.
- ❖ **Isabelle Skakni**, étudiante au 3^e cycle en Administration et évaluation en éducation (fondements sociaux) à l'Université Laval, sous la direction de France Picard.
LA RECHERCHE SUR LA PERSÉVÉRANCE ET LA PROGRESSION DANS LA FORMATION DOCTORALE : ÉTAT DES LIEUX.
- ❖ **Stéphanie Delisle**, étudiante au 3^e cycle en Sciences de l'orientation à l'Université Laval, sous la direction de Louise St-Arnaud.
PROBLÈMES DE SANTÉ PSYCHOLOGIQUE EN ENTREPRISE : ANALYSE CRITIQUE DES PRATIQUES DE PRÉVENTION LIÉES AUX PROGRAMMES DE RETOUR AU TRAVAIL.

Comme par les années passées, la qualité de chacun des exposés ne faisait aucun doute. Nous tenons à remercier sincèrement les étudiant-e-s pour le temps, l'énergie et le cœur qu'ils ont mis à la préparation de leur présentation. Bravo!



Stéphanie Delisle, Kyra Robertson de Mendonça,
Julien Brault et Franck Jacob Hombahiya



Emmanuelle Desrosiers et Louis Cournoyer



René-Pierre Turmel

Également, un merci spécial à **Liette Goyer**, directrice des programmes de 2^e et 3^e cycles en sciences de l'orientation à l'Université Laval, professeure au département des fondements et pratiques en éducation et chercheure régulière au CRIEVAT, qui a prononcé la conférence d'ouverture du symposium, ainsi qu'à **Laurent Matte**, fidèle participant au Symposium étudiant du CRIEVAT et président de l'Ordre des conseillers et conseillères d'orientation du Québec. Ce dernier a présenté un court-métrage fort intéressant produit pour souligner les 50 ans de l'Ordre¹. Le visionnement a été suivi par une période d'échanges captivants entre le conférencier et l'auditoire. Rappelons que cette année encore, le Symposium étudiant du CRIEVAT a eu lieu dans le cadre de la Semaine québécoise de l'orientation (SQO).

Comme la tradition le veut, nous avons réuni un Comité de Sages qui avait pour mission d'évaluer les présentations étudiantes pour finalement remettre deux bourses d'encouragement en fin de journée. Comme par les années passées, la tâche n'a pas été facile. Finalement, c'est Kyra Robertson de Mendonça et Julien Brault (étudiants du 2^e cycle - UQAM) et Isabelle Skakni (étudiante du 3^e cycle - Université Laval) qui se sont vu décerner les deux prix du Comité des Sages (200 \$ chacun). **Toutes nos félicitations!** Mentionnons également que les sept étudiant-e-s qui ont présenté leur projet de recherche ont tous et toutes reçu une bourse de 100 \$ pour avoir participé à cette 7^e édition du Symposium étudiant du CRIEVAT. Continuez votre excellent travail!



Les gagnant-e-s et le Comité de Sages :
Marie-Claude Gagnon, Isabelle Skakni, Julien Brault, Geneviève Fournier, Marie-France Maranda, Charles Bujold et Kyra Robertson de Mendonça.



L'auditoire captivé par les présentations des étudiant-e-s.

Nous tenons à remercier la direction du Fonds Desjardins en développement de carrière et la Faculté des sciences de l'éducation de l'Université Laval pour leur appui financier à l'évènement. De plus, la journée n'aurait pu avoir lieu sans la générosité des bénévoles qui ont veillé au bon déroulement de la journée : Karine Vieux-Fort, animatrice de la journée et doctorante en administration et évaluation en éducation (fondements sociaux) à l'Université Laval, et Pierrette Chouinard, Jessica Gignac, Julie Gouin et Valérie Plourde, étudiantes à la maîtrise en sciences de l'orientation à l'Université Laval. Merci infiniment !

Enfin, merci à tous les participant-e-s qui ont rendu cette journée possible, et des plus agréables !

Comité organisateur du 7^e Symposium étudiant du CRIEVAT :

Daniel Côté, adjoint à la direction du CRIEVAT
Geneviève Fournier, directrice du CRIEVAT
Simon Grégoire, chercheur régulier au CRIEVAT
Caroline Gagné, agente de secrétariat au CRIEVAT

À METTRE À L'AGENDA POUR L'ANNÉE PROCHAINE
LA 8^e ÉDITION DU SYMPOSIUM DU CRIEVAT – LE 7 NOVEMBRE 2014
ÉTUDIANTS ET ÉTUDIANTES DU CRIEVAT, COMMENCEZ À RÉFLÉCHIR AU CONTENU DE VOS PRÉSENTATIONS!
PROFESSEUR-E-S, CHERCHEUR-E-S ET PROFESSIONNEL-LE-S, ONT VOUS ATTEND EN GRAND NOMBRE!

¹ Le court-métrage est disponible gratuitement en ligne au : <https://www.youtube.com/watch?v=JPHzKclqyv0>

Parution du 3^e numéro d'INITIO

Nous avons le plaisir de vous informer que le troisième numéro d'INITIO ayant pour thème **Réformes scolaires : perspectives internationales** est maintenant accessible en ligne : <http://www.initio.fse.ulaval.ca/>



DES CHERCHEUR-E-S QUI CHERCHENT ET QUI TROUVENT

Présence attentive, bien-être et buts personnels.

Compte rendu de :

Julien Brault, étudiant à la maîtrise en carriérologie, UQÀM

de l'article suivant :

Grégoire, S., Bouffard, T. et Vezeau, C. (2012). Personal Goal Setting as a Mediator of the Relationship between Mindfulness and Well-being. *International Journal of Well-Being*, 2(3), 236-250.

Bien que plusieurs recherches appuient l'existence d'un lien corrélational positif entre la présence attentive² et le bien-être (Baer, 2003; Brown et Ryan, 2003), les mécanismes médiateurs en jeu au sein d'une telle relation demeurent mal connus (Carmody et al., 2009). L'article de Grégoire, Bouffard et Vezeau (2012) décrit la toute première recherche destinée à mieux comprendre l'un de ces mécanismes, soit la fixation de buts personnels.

FONDEMENTS THÉORIQUES

La présence attentive est définie comme un état de conscience qui implique de porter et de maintenir délibérément son attention dans le moment présent, tout en étant attentif à son expérience interne et externe, ce qui inclut émotions, pensées, actions, sensations et l'environnement avoisinant (Brown et Ryan, 2003). Pour sa part, le bien-être est défini selon deux dimensions : le bien-être subjectif et le bien-être psychologique. Le bien-être subjectif se qualifie par les niveaux d'affects positifs et négatifs vécus et le niveau de la satisfaction générale de vie. Le bien-être psychologique, quant à lui, renvoie à la propension des individus à se réaliser à travers leurs talents uniques (Gallagher, Lopez et Preacher, 2009).

Les résultats des études empiriques menées jusqu'ici suggèrent l'existence d'une relation positive entre la présence attentive et le bien-être. Plus les individus sont présents de manière attentive, plus ils rapportent des indices de bien-être élevés. Bien qu'intéressantes, de telles recherches nous en apprennent peu sur les mécanismes médiateurs en jeu dans une telle relation. Comme le soutiennent Shapiro et al. (2006), l'exploration des chemins que prend la présence attentive pour parvenir à déclencher des effets bénéfiques en est encore à ses premiers balbutiements. Une meilleure compréhension de ces mécanismes permettrait d'augmenter l'efficacité et la pertinence des interventions basées sur la présence attentive.

² Le terme présence attentive est aussi connu dans la littérature scientifique comme pleine conscience en français et *mindfulness* en anglais.

Certains mécanismes médiateurs ont commencé à faire l'objet d'études. Par exemple, des auteurs ont montré que la présence attentive permettrait une meilleure régulation affective et cognitive, ce qui par ricochet augmenterait le bien-être (Brown, Ryan et Creswell, 2007).

Grégoire, Bouffard et Vezeau (2012) ont tenté de déterminer si la présence attentive avait aussi une influence sur les processus qui orientent et contrôlent l'action volontaire (processus conatif), plus précisément, les types de buts que les individus décident d'entreprendre. Selon la théorie de l'autodétermination de Deci et Ryan (2008), les comportements sont orientés et régulés soit par des récompenses, des demandes ou des contraintes provenant de l'environnement (extrinsèquement motivés), soit par intériorisation de ces demandes ou soit par plaisir et intérêt. Lorsque l'individu poursuit des buts et oriente ses actions pour le plaisir et l'intérêt de l'activité sans l'influence de l'environnement (intrinsèquement motivés), il vit, de façon générale, des niveaux plus élevés de bien-être. Par ailleurs, de récentes recherches ont montré un lien corrélationnel positif entre la présence attentive et les comportements intrinsèquement motivés (Deci et Ryan, 2008). Selon Brown et Ryan (2003), la présence attentive pourrait aider les individus à éviter de s'engager vers des buts qui sont dictés essentiellement par l'environnement et, à l'inverse, les inciter à endosser des buts qui sont congruents avec leurs valeurs et leurs intérêts. À ce jour, il n'y avait pas eu de recherches permettant de mieux comprendre la relation entre la présence attentive, les buts personnels et le bien-être.

Les auteurs de la présente recherche ont souhaité explorer le lien unissant ces variables et évaluer les trois hypothèses suivantes :

1. Il existe une corrélation positive entre la présence attentive et le bien-être.
2. Il existe une corrélation positive entre la présence attentive et la motivation autodéterminée.
3. La relation entre la présence attentive et le bien-être est médiatisée par la motivation autodéterminée.

MÉTHODOLOGIE

Cette recherche a été menée auprès de 114 étudiants universitaires. L'échantillon est constitué majoritairement de femmes (90 %) ayant entre 19 et 59 ans (âge médian= 26.82).

Les participants ont rempli un questionnaire reposant sur six échelles différentes qui utilisent tous des échelles de réponses de type *likert*.

Le niveau de présence attentive a été mesuré à l'aide de la version française du *Mindfulness Attention Awareness Scale* (MAAS). Cette échelle repose sur un seul construit et a une bonne homogénéité ($\alpha = .84$). Un score élevé au MAAS signifie que le participant possède un haut niveau de présence attentive (Heeren et al., 2011).

Le bien-être subjectif a été mesuré à l'aide de deux échelles traduites en français, soit le *Positive and Negative Affect Schedule* (PANAS) et le *Satisfaction With Life Scale* (SWLS). Le PANAS contient 20 items permettant de mesurer l'intensité des affects positifs et négatifs au cours du dernier mois (Gaudreau et al., 2006). Le SWLS, pour sa part, contient cinq items ($\alpha = .87$) et permet au répondant d'évaluer son niveau de satisfaction de vie globale selon ses propres critères (Blais et al., 1989).

Le bien-être psychologique a été mesuré à l'aide des scores combinés de deux sous-échelles du *Scales of Psychological Well-Being* (PWB): l'acceptation de soi et les objectifs de vie. Chaque sous-échelle comprend 14 items (Ryff et Keyes, 1995). Les auteurs se sont inspirés de la méthodologie de Little (Little, Salmela-Aro et Phillips, 2007), mais aussi de celle de Sheldon et Kasser (1998) afin d'identifier le type de motivation en lien avec les buts personnels. Les étudiants devaient d'abord identifier cinq buts personnels en fonction desquels ils étaient engagés ou prévoyaient s'engager dans un avenir rapproché. Puis, ils devaient évaluer sur une échelle de 0 à 10 leur motivation à l'égard de chacun de ces buts. Quatre types de motivations ont été évalués : externe, introjectée, identifiée, intrinsèque. À titre d'exemple, pour déterminer si les participants étaient investis dans un but pour des motifs externes, l'énoncé suivant leur était présentée :

« Parfois, nous poursuivons un but parce que quelqu'un d'autre le veut ou parce que nous sentons que la situation nous y oblige. Un score de 10 signifie que vous poursuivez ce but pour une autre personne ou que la situation vous y contraint. Un score de 0 signifie que vous n'êtes pas du tout engagé pour cette raison. » (traduction libre)

De manière à élaborer un score global de sur les types de motivation qui orientent les actions et les buts, un algorithme a été utilisé en accord avec les recommandations émises par Sheldon & Kasser (1995). Un score élevé signifie que le participant est engagé dans un système de buts personnels de manière intrinsèque alors qu'un score faible signifie que son engagement est plutôt externe et contrôlé par l'environnement.

RÉSULTATS

Des analyses ont d'abord été menées afin d'examiner la corrélation entre les différentes échelles de bien-être (PANAS, SWLS, PWB) et le MAAS. Les résultats montrent que la présence attentive est positivement corrélée aux affects positifs ($r = .14, p < .001$) et à la satisfaction de vie ($r = .28, p < .001$), alors qu'elle est négativement corrélée aux affects négatifs ($r = -.40, p < .001$). De plus, la présence attentive est positivement corrélée liée aux objectifs de vie ($r = .41, p < .001$) et à l'acceptation de soi ($r = .44, p < .001$), soit les deux sous-échelles de bien-être psychologique.

La présence attentive est aussi positivement corrélée à l'autodétermination ($r = .44, p < .001$). Plus les participants rapportent des indices élevés de présence attentive, plus ils semblent investis dans des buts personnels pour des motifs intrinsèques tels que l'intérêt et le plaisir de l'activité

Des analyses ont aussi été menées afin de vérifier l'hypothèse de médiation présentée plus haut. Ces analyses ont notamment été réalisées à l'aide de la méthode de « *bootstrapping* », laquelle permet de refaire de façon répétée des sous-échantillons tirés des résultats. Les résultats issus de ces analyses suggèrent que plus ils sont attentifs et vigilants, plus les individus ont tendance à s'engager dans des buts personnels motivés intrinsèquement (autodéterminés), ce qui par ricochet affecte positivement leur bien-être subjectif et psychologique.

DISCUSSION

En somme, les résultats de cette étude montrent que la présence attentive est liée à la fois au bien-être subjectif et psychologique. Plus important, elle suggère que plus les individus sont présents de manière attentive, plus ils sont enclins à s'investir dans des buts personnels intrinsèquement motivés, ce qui en retour a un impact positif sur le bien-être.

Il s'agit probablement de la première étude où l'on explore la relation entre la présence attentive, le bien-être et un mécanisme de régulation conative. Les résultats de cette étude viennent appuyer la pertinence d'intégrer des interventions qui visent à cultiver la présence attentive en counseling (Stauffer, 2007). En aidant son client à développer une telle habileté, le conseiller contribue à établir des conditions dans lesquelles celui-ci peut mieux discerner les buts motivés de façon intrinsèque de ceux motivés de façon extrinsèque. À ce sujet, notons que les programmes basés sur la présence attentive comme la thérapie d'acceptation et d'engagement (ACT) et la thérapie comportementale dialectique (DBT) offrent des étapes concrètes au conseiller qui souhaite cultiver la présence attentive chez ses clients et les accompagner dans la fixation de buts personnels.

Ajoutons que les résultats de cette recherche constituent une preuve supplémentaire de la pertinence d'utiliser des interventions basées sur la présence attentive auprès de clients aux prises avec des affects dépressifs ou anxieux. En effet, les personnes anxieuses ou dépressives sont plus susceptibles d'émettre des comportements impulsifs, automatiques de même que des comportements d'évitement envers des expériences privées difficiles (Mitmansgruber et al., 2009). Il semble qu'en aidant ces clients à cultiver leur niveau de présence attentive, à travers des exercices de méditation notamment, il soit possible de les amener à se tourner vers des buts personnels intrinsèques, davantage en accord avec leurs valeurs et leurs intérêts.

LIMITES ET IMPLICATION POUR LA RECHERCHE

Cette étude contient des limites. À titre d'exemple, elle repose sur un échantillon restreint et homogène composé de 100% d'étudiants universitaires, dont 90 % de femmes. De plus, la majorité des buts identifiés furent de nature académique ou liés aux loisirs. Afin d'augmenter la validité externe de cette recherche, des études avec un échantillon plus grand, hétérogène et mesurant un éventail plus large de buts serait nécessaire. Finalement, cette recherche a mis l'emphase sur les motivations qui poussent les étudiants à poursuivre leurs buts. Des études futures pourraient explorer davantage les types de buts, ce qui permettrait de dégager des tendances entre le niveau de présence attentive et la nature de ce que font les individus. Est-ce que, par exemple, ceux et celles ayant des niveaux de présence attentive élevés sont davantage enclins à entreprendre des activités bénévoles ou à s'investir dans des projets axés sur la relation d'aide? Il ne s'agit pas d'une question triviale puisque certaines études montrent que la présence attentive est associée à la compassion (Gilbert, 2009). Des recherches ultérieures menées en ce sens permettraient certainement de contribuer à l'avancement des connaissances à l'égard de la présence attentive.

RÉFÉRENCES

- Baer, R. A. (2003). Mindfulness training as a clinical intervention : A conceptual and empirical review. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 10(2), 125-143. <http://dx.doi.org/10.1093/clipsy.bpg015>
- Blais, M. R., Vallerand, R. J., Pelletier, L. et Brière, N. M. (1989). L'échelle de satisfaction de vie : validation canadienne-française du « *satisfaction with life scale* ». *Canadian Journal of Behavioural Science*, 21(2), 210-223.
- Brown, K. et Ryan, R. M. (2003). The benefits of being present : Mindfulness and its role in psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84(4), 822-848. <http://dx.doi.org/10.1037/0022-3514.84.4.822>
- Brown, K., Ryan, R. M. et Creswell, J. D. (2007). Mindfulness : Theoretical foundations and evidence for its salutary effects. *Psychological Inquiry*, 18(4), 211-237. <http://dx.doi.org/10.1080/10478400701598298>
- Carmody, J., Baer, R. A., Lykins, E. L. B. et Olendzki, N. (2009). An empirical study of the mechanisms of mindfulness in a mindfulness-based stress reduction program. *Journal of Clinical Psychology*, 65(6), 613-626. <http://dx.doi.org/10.1002/jclp.20579>
- Deci, E. L. et Ryan, R. M. (2008). Self-determination theory : A macrotheory of human motivation, development, and health. *Canadian Psychology*, 49(3), 182-185. <http://dx.doi.org/10.1037/a0012801>
- Hereen, A., Douilliez, C., Peschard, V., Debrauwere, L. et Philippot, P. (2011). Cross-cultural validity of the five facets mindfulness questionnaire : adaptation and validation in a french-speaking sample. *European Review of Applied Psychology*, 61(3), 123-174.
- Gallagher, M. W., Lopez, S. J. et Preacher, K. J. (2009). The hierarchical structure of well-being. *Journal of Personality*, 77(4), 1025-1050. <http://dx.doi.org/10.1111/j.1467-6494.2009.00573.x>
- Gaudreau, P., Sanchez, X. et Blondin, J-P. (2006). Positive and negative affective states in a performance-related setting. *European Journal of Psychological Assessment*, 22(4), 240-249.
- Gilbert, P. (2009). *The compassionate mind. A new approach to life's challenges*. Oakland, OR: New Harbinger Publications.
- Little, B. R., Salmela-Aro, K. et Phillips, S. D. (2007). *Personal project pursuit. Goals, action, and human flourishing*. Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.
- Mitmansgruber, H., Beck, T. N., Höfer, S. et Schüßler, G. (2009). When you don't like what you feel : Experiential avoidance, mindfulness and meta-emotion in emotion regulation. *Personality and Individual Differences*, 46(4), 448-453. <http://dx.doi.org/10.1016/j.paid.2008.11.013>
- Ryff, C. D. et Keyes, C. L. M. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(4), 719-727. <http://dx.doi.org/10.1037/0022-3514.69.4.719>
- Shapiro, S. L., Carlson, L. E., Astin, J. A. et Freedman, B. (2006). Mechanisms of mindfulness. *Journal of Clinical Psychology*, 62(3), 373-386. <http://dx.doi.org/10.1002/jclp.20237>
- Sheldon, K. M. et Kasser, T. (1995). Coherence and congruence : Two aspects of personality integration. *Journal of Personality and Social Psychology*, 68(3), 531-543. <http://dx.doi.org/10.1037/0022-3514.68.3.531>
- Sheldon, K. M. et Kasser, T. (1998). Pursuing personal goals : Skills enable progress, but not all progress is beneficial. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 24(12), 1319-1331.
- Stauffer, M. D. (2007). *Mindfulness in counseling and psychotherapy: A literature review and quantitative investigation of mindfulness competencies*. Corvallis, OR: Oregon State University.

À PROPOS DES CHERCHEURES ET CHERCHEURS

Nouvelles publications

St-Arnaud, L. et Pelletier, M. (2013). *Soutenir le retour au travail et favoriser le maintien en emploi - Faciliter le retour au travail d'un employé à la suite d'une absence liée à un problème de santé psychologique.* Études et recherches / Guide technique, RG-758. Montréal : IRSST. 40 p.



Téléchargement gratuit

Résumé

Ce guide a été conçu pour aider à élaborer une démarche d'accompagnement et de soutien au retour au travail d'un employé à la suite d'une absence liée à un problème de santé psychologique, afin de faciliter son rétablissement et son retour au travail.

Il s'agit d'un outil pratique, qui allie l'accompagnement individuel et les changements organisationnels. Ce guide s'adresse aux dirigeants d'entreprises, aux services de ressources humaines et aux groupes syndicaux préoccupés par la santé des travailleurs et leur maintien en emploi, mais aussi aux praticiens en milieu de travail, notamment les médecins et les intervenants en santé au travail, les psychologues organisationnels et les conseillers en réadaptation.

À PROPOS DES ÉTUDIANTES ET ÉTUDIANTS

Étudiant-chercheur du CRIEVAT nommé professeur!

La nouvelle est toute fraîche : **Simon Viviers**, doctorant en sciences de l'éducation sous la direction de **Marie-France Maranda** et la codirection de Jacques Rhéaume, vient d'être nommé professeur assistant à la Faculté des sciences de l'éducation de l'Université Laval. Monsieur Viviers débutera sa nouvelle carrière au département des fondements et pratiques en éducation dès l'hiver prochain.

Une très bonne nouvelle. Bonne chance dans ta nouvelle carrière!



Simon Viviers

Séminaire de doctorat complété

C'est le 18 novembre dernier que **Mathieu Pinault**, étudiant au doctorat en sciences de l'orientation sous la direction de **Jonas Masdonati** et la codirection de **Marie-Denyse Boivin**, a complété avec succès son séminaire de doctorat. Le jury était formé de **Jonas Masdonati**, **Marie-Denyse Boivin**, **Geneviève Fournier**, Madeleine Pastinelli et était présidé par **Liette Goyer**. Le sujet de recherche du doctorant : *L'identité en jeu : la construction identitaire dans les jeux de rôle en ligne massivement multijoueurs.*

Bravo et bonne continuation!



Mathieu Pinault

Étudiantes du CRIEVAT récemment diplômées

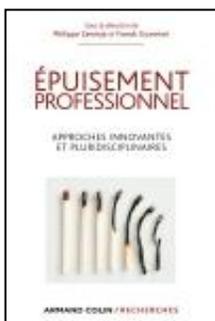
NOM	TITRE DE LA RECHERCHE	DIRECTION
BEAULIEU, Guylaine Maîtrise avec essai en sciences de l'orientation	Roulement du personnel : nature du problème et stratégies d'intervention.	Bruno Bourassa
KAMSU NOUMO, Elvire Christiane Maîtrise avec essai en sciences de l'orientation	Parentification des enfants et intervention du conseiller d'orientation.	Bruno Bourassa

Étudiant-e-s nouvellement admis-es au CRIEVAT

NOM / PROGRAMME	TITRE DE LA RECHERCHE	DIRECTION
LAFRENIÈRE, Éric Maîtrise en carriérologie (UQAM)	Déterminer le rôle de la satisfaction des besoins psychologiques fondamentaux et des expériences antérieures en fonction des six types de Holland dans la définition de l'identité professionnelle.	Lise Lachance
MONÉYI NKO, Adrien-Joseph Doctorat en sciences de l'orientation	L'insertion socioprofessionnelle des jeunes diplômés du Gabon.	Bruno Bourassa et Geneviève Fournier
POIRIER, Sandrine Maîtrise avec mémoire en Administration et évaluation en éducation (U. Laval)	Parcours professionnels d'enseignants débutants au secondaire.	Lucie Héon

VOS SUGGESTIONS DE LECTURE

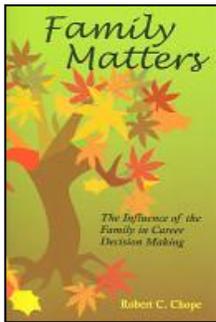
Zawieja, P., et Guarnieri, F. (dir.). (2013). *Épuisement professionnel : Approches innovantes et pluridisciplinaires*. Paris, France : Armand Colin.



L'épuisement professionnel, ou *burn out*, est généralement défini comme un syndrome associant un état d'épuisement physique et psychique intense, un ensemble d'attitudes relevant du cynisme et de la déshumanisation, et un effondrement du sentiment d'efficacité personnelle. Il concernerait de 5 à 10 % des travailleurs et, dans certaines professions, jusqu'à 40 % des effectifs. Dans les cas les plus graves, il peut conduire à la dépression, voire à la tentative de suicide. Si elle est particulièrement abondante, la littérature à laquelle il donne lieu repose toutefois sur un nombre finalement assez restreint de travaux théoriques considérés comme classiques.

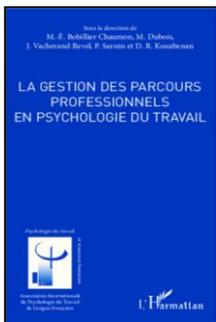
C'est pourquoi cet ouvrage, rédigé par de jeunes chercheurs en psychologie, en sociologie ou en sciences de gestion, entend ouvrir quelques pistes théoriques ou pratiques. Il s'intéresse à des professions aussi diverses que les travailleurs sociaux, les aides-soignants, les chefs d'entreprise, les entrepreneurs de travaux forestiers ou les préparateurs de commandes de la grande distribution. À partir de plusieurs expérimentations de terrain, des pistes d'actions sont proposées en matière de diagnostic, d'analyse et de prévention du *burn out*.

Chope, R. C. (2012). *Family matters : The influence of the family with career decision making*. Chelsea, MI : Counseling Outfitters, LLC.



Le Dr. Chope s'est intéressé à l'influence significative de la famille d'origine, de ce qu'il appelle la famille de création, et de la seconde famille sur les décisions relatives à la carrière. Ce livre présente les résultats de ses recherches sur ces thèmes, mais aussi des études de cas et des récits de vie basés sur sa pratique de plus de 40 ans dans le domaine du counseling de carrière. Une foule d'activités et d'exercices sont proposés pour clarifier des concepts fondamentaux et aider les intervenants dans le développement de leurs compétences. Il y a lieu de signaler que l'auteur s'est aussi employé à expliquer comment le réseautage social influe non seulement sur la communication et les interactions entre les membres de la famille et les amis, mais aussi sur la prise de décision dans le développement de carrière et la recherche d'emploi.

Bobillier Chaumon, M.-É., Dubois, M., Vacherand-Revel, J., Sarnin, P., et Kouabenan, D.R. (dir.). (2013). *La gestion des parcours professionnels en psychologie du travail*. Paris, France : L'Harmattan.



Ce livre présente les récentes problématiques de la psychologie du travail. La première partie s'intéresse aux facteurs d'engagement, de perception, de satisfaction et de motivation. La seconde se concentre sur l'évaluation des compétences professionnelles pour en exposer les récents outils et modèles théoriques. Enfin, la dernière partie aborde les questions de l'insertion, de l'orientation et de l'accompagnement professionnel avec des approches provenant de pays d'Afrique francophone.

Parlier, M., et Ulmann, A.-L. (dir.). (2013). *Réflexivité et pratique professionnelle. Éducation Permanente, 186*. http://www.education-permanente.fr/public/catalogue/detail.php?no_item=1405



La thématique « réflexivité et pratique professionnelle » constitue le premier volet d'un ensemble de trois dossiers successifs d'Éducation permanente qui aborderont, sous des angles différents (réflexivité, travail et délibération), la notion d'expérience, ses modalités de construction et ses usages dans le champ de la formation des adultes.

Les liens entre réflexivité et expérience ne sont évidemment pas nouveaux ; ils ont déjà été explorés, notamment par Schön, mais avant lui par Desroche, Chombart de Lauwe, Dominicé... avec diverses méthodes destinées à permettre à l'individu « une reconquête de soi », en le révélant à lui-même par un travail de paroles qui ouvre au dialogue avec autrui. Ces démarches réflexives incitent le sujet à prendre sa propre action comme objet de réflexion pour l'amener à la connaissance de soi et des autres.

Si ces pratiques langagières contribuent à transformer le sujet, elles ne manquent pas de questionner les usages qui peuvent en être faits en formation : quelle place faire aux savoirs et aux formateurs s'il suffit d'un retour réflexif pour apprendre ? Ce retour sur soi ne peut-il pas être l'objet d'une « illusion biographique » qui tendrait à présenter sa vie comme un récit pour produire « une création artificielle de sens ? » Quand, comment, à quelles conditions ce travail réflexif se produit-il ?

Ce dossier propose un regard nouveau sur les usages et les fonctions de la réflexivité dans le champ de la formation, de la recherche et du travail. A partir de points de vue théoriques et épistémologiques différents, tous les articles retenus s'attachent à porter attention aux usages de la réflexivité pour la formation des sujets mais ouvrent également leurs champs d'investigation aux conséquences de ces approches réflexives sur les collectifs professionnels, et plus globalement sur les transformations du travail.

Malenfant, R., et Côté, N. (avec la collaboration de A. Duchesne) (dir.). (2013). *Vers une nouvelle conception de l'«idéaltype» du travailleur?* Québec : Presses de l'Université du Québec.



L'idéaltype du travailleur, qui s'est construit en référence au modèle du mâle pourvoyeur, valorise les longues heures de travail. Les exigences des organisations ne sont certes pas étrangères à ce phénomène. La performance des employés est en effet souvent mesurée en fonction du temps qu'ils accordent à leur travail, et leurs besoins de flexibilité ont vite été « vampirisés » par la logique productiviste. Bien que les travailleurs, y compris ceux à temps partiel, disent vouloir consacrer moins d'heures au travail rémunéré, dans les faits, le temps de travail a augmenté, surtout chez les plus scolarisés, les professionnels, les cadres et les gestionnaires.

Malgré ces constats, peut-on encore se référer exclusivement à cet idéaltype, dominé par une organisation du travail « dévorante », pour caractériser les travailleurs contemporains ? Les textes réunis dans cet ouvrage vont au cœur du rapport au travail et de l'expérience de travail afin de remettre en question ce modèle théorique. Les auteurs nous livrent une analyse percutante des changements qui marquent le nouveau modèle productif postfordiste, en révélant notamment les résultats de recherches empiriques portant sur les conceptions et les stratégies des travailleurs de différents milieux professionnels, particulièrement dans les domaines de la santé, des services sociaux et de la sécurité publique.

APPEL DE COMMUNICATIONS

Le RÉPERTOIRE DES APPELS DE PUBLICATION ET COMMUNICATION est accessible en ligne.

- D'autres appels sont ajoutés régulièrement. Vous pouvez les consulter à cette adresse :
http://www.crievat.fse.ulaval.ca/recherches_interventions/activites/appels_publication_et_communication

Faites vite!



46^e CONGRÈS ANNUEL DE L'ASSOCIATION QUÉBÉCOISE D'INFORMATION SCOLAIRE ET PROFESSIONNELLE (AQISEP)

Thème : *Arrimons les voiles !*

Quand : **18 au 20 juin 2014** – Rimouski (Bas-Saint-Laurent)

Date limite : **29 novembre 2013**

Pour informations :

https://www.fse.ulaval.ca/fichiers/site_crievat/documents/Appel_communication-publication/Appel_de_presentations_Congres_AQISEP_2014_DOCX

Faites vite!

CONGRÈS INTERNATIONAL 2014
EN ORIENTATION ET DÉVELOPPEMENT DE CARRIÈRE, 4 – 6 JUIN, QUÉBEC, CANADA



CONGRÈS INTERNATIONAL EN ORIENTATION ET DÉVELOPPEMENT DE CARRIÈRE (AIOSP, OCCOQ, RQuODE 2014)

Thème : *À l'intersection des dynamiques personnelles, collectives et du monde du travail.*

Quand : **4 au 6 juin 2014** – Québec (Canada)

Date limite : **30 novembre 2013**

Pour informations : http://aiosp-congres2014-quebec.ca/?page_id=36



18^e CONGRÈS DE L'ASSOCIATION INTERNATIONALE DE PSYCHOLOGIE DU TRAVAIL DE LANGUE FRANÇAISE (AIPTLF)

Thème : *Perspectives travail.*

Quand : **26 au 29 août 2014 – Florence (Italie)**

Date limite : **Appel prolongé jusqu'au 2 décembre**

Pour informations : <http://aiptlf2014.insight-outside.fr/communication/>



8th INTERNATIONAL TECHNOLOGY, EDUCATION AND DEVELOPMENT CONFERENCE (INTED 2014)

Quand : **10 au 12 mars 2014 – Valence (Espagne)**

Date limite : **5 décembre 2013**

Pour informations : http://iated.org/inted/call_for_papers



CONGRÈS DE L'ASSOCIATION QUÉBÉCOISE DES INTERVENANTES ET INTERVENANTS EN FORMATION GÉNÉRALE DES ADULTES

Thème : *Rendez-Vous au carrefour de l'expérience!*

Quand : **10 et 11 avril 2014 – Québec**

Date limite : **7 décembre 2013**

Pour informations : <http://www.aqifga.com/spip/spip.php?article55>



14^e JOURNÉES INTERNATIONALES DE LA SOCIOLOGIE DU TRAVAIL

Thème : *Les marges du travail et de l'emploi : formes, enjeux, processus.*

Quand : **17 au 19 juin 2014 – Lille (France)**

Date limite : **7 décembre 2013**

Pour informations : <http://jist2014.univ-lille1.fr/>



CONGRÈS DES AIDES PÉDAGOGIQUES INDIVIDUELS DES CÉGEPs

Quand : **21 au 23 mai 2014 – Jouvence (Cantons-de-l'Est)**

Date limite : **13 décembre 2013**

Pour informations :

https://www.fse.ulaval.ca/fichiers/site_crievat/documents/Appel_communicati-on-publication/Proposition_atelier_2014.docx



CONGRÈS ADDICTOLOGIE ET TRAVAIL

Thème : *Travail, santé et usage de substances psychoactives. État des connaissances et modèles de prévention.*

Quand : **7 et 8 avril 2014 – Paris (France)**

Date limite : **6 janvier 2014**

Pour informations : <http://congres.additra.fr/presentation/index.php?p=appel>

APPEL DE PUBLICATIONS



REVUE DES SCIENCES SOCIALES

Thème : *Vers une société du « care » ?*

Date limite : **13 décembre 2013**

Pour informations : <http://www.revue-des-sciences-sociales.com/>

CARRIÉROLOGIE



Numéro spécial sous la direction de **Liette Goyer** et **Alain Dubois**

Thème : *La supervision professionnelle en counseling et orientation : un lieu à s'approprier.*

Date limite : **15 décembre 2013**

Pour informations :

https://www.fse.ulaval.ca/fichiers/site_crievat/documents/Appel_communication-publication/Carrierologie_-_Supervision_GoyerDuboisVF.pdf

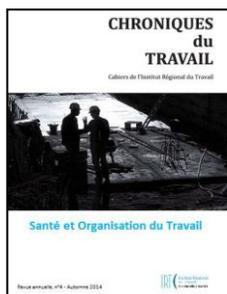
¿ INTERROGATIONS ?



Thème : *Penser l'intersectionnalité*

Date limite : **31 janvier 2014**

Pour informations : <http://www.revue-interrogations.org/AAC-no19-Penser-l>



REVUE CHRONIQUES DU TRAVAIL

Thème : *Santé et organisation du travail.*

Date limite : **10 février 2014**

Pour informations : <http://calenda.org/255971>

À METTRE À L'AGENDA

COLLOQUE ANNIVERSAIRE DE L'OBSERVATOIRE JEUNES ET SOCIÉTÉ



Thème : *Quinze ans de recherche auprès des jeunes : bilan et perspective.*

Lieu : Édifice INRS, Québec

Date : 5 et 6 décembre 2013

Pour informations : <http://www.ucs.inrs.ca/evenements/colloque-anniversaire-de-l-observatoire-jeunes-et-societe>



**HONG KONG INTERNATIONAL CONFERENCE ON EDUCATION,
PSYCHOLOGY AND SOCIETY**

Lieu : Hong Kong, Chine

Date : 19 au 21 décembre 2013

Pour informations : <http://www.hkiceps.org/>



CONGRÈS NATIONAL EN DÉVELOPPEMENT DE CARRIÈRE

Lieu : Ottawa, Ontario

Date : 20 au 22 janvier 2014

Pour informations : <http://cannexus.ca/>



COLLOQUE SUR L'APPROCHE ORIENTANTE 2014

Thème : *Tous les chemins mènent à l'AO.*

Lieu : Hilton Québec, Québec

Date : 26 au 28 mars 2014

Pour informations : <http://www.aqisep.qc.ca/index.html>



**INTERNATIONAL SYMPOSIUM ON EDUCATION AND PSYCHOLOGY
(ISEP 2014)**

Lieu : Nagoya, Japon

Quand : 2 au 4 avril 2014

Pour informations : <http://tw-knowledge.org/isep2014/index.html>



82^e CONGRÈS DE L'ACFAS

Thème : *La recherche : zones de convergence et de créativité.*

Lieu : Université Concordia, Montréal

Quand : 12 au 16 mai 2014

Pour informations : <http://www.acfas.ca/evenements/congres/a-propos>



PROCHAIN NUMÉRO DE LA VRC : Février 2014

Vos commentaires et suggestions sont appréciés!

Merci de communiquer avec le **Comité éditorial**

Courriel : vrccrievat@fse.ulaval.ca