

Conférences présentées dans le cadre du 86^e Congrès de l'ACFAS

L'innovation en codéveloppement professionnel : une nécessité pour répondre aux besoins émergents

La présente édition du bulletin, le Codéveloppeur, a été coordonnée par Marie-Josée Gagné. Elle est administratrice au Conseil d'administration de l'AQCP en plus de présider le comité Veille et Recherche de l'AQCP.

Soutenir la persévérance d'étudiants de cycles supérieurs par le groupe de codéveloppement professionnel

Par Nathalie Lafranchise ¹ et
Maxime Paquet ²

Mots clés : étudiants, études supérieures, soutien, persévérance, groupe de codéveloppement professionnel



Les résultats d'une étude menée par Lafranchise et al. (2014) a révélé des défis vécus par des étudiants de cycles supérieurs, ainsi que des pistes de solution. Ces pistes consistaient principalement en :

- des activités de soutien, d'échanges et de partages, en groupe de pairs, avec des professeurs;
- des espaces permettant de partager son vécu, les difficultés rencontrées, ses craintes et de trouver ensemble des moyens de les surmonter;
- des ateliers et informations permettant de clarifier le fonctionnement des études de cycle supérieur (cheminement type, fonctionnement des cours, attentes, processus de recherche, ses grandes étapes, la structure et la rédaction du mémoire, les groupes et centres de recherche).

Cette étude a inspiré la professeure Lafranchise. En 2013, elle proposa à ses étudiants de cycles supérieurs, d'expérimenter l'approche du groupe de codéveloppement professionnel (GCP). Le GCP offre du soutien, permet des échanges et partages en groupe de pairs. En plus, il permet d'insérer des capsules informatives.

Ce texte présente d'abord la problématique des défis relatifs aux études universitaires mise en lien avec la persévérance, des besoins de soutien, le bien-être psychologique, l'autonomie et le sentiment

¹ Nathalie Lafranchise, Ph.D., professeure au Département de communication sociale et publique de l'UQAM, lafranchise.nathalie@uqam.ca.

² Maxime Paquet, Ph.D., professeur adjoint au Département de psychologie, section psychologie du travail et des organisations, Université de Montréal, maxime.paquet.8@umontreal.ca.

d'autoefficacité. Est justifié ensuite le choix de l'approche du GCP. Il expose ensuite la démarche méthodologique entreprise ainsi que les résultats. S'en suivent une brève discussion et la conclusion.

Défis relatifs aux études universitaires, besoin de soutien et persévérance

Des auteurs rapportent des défis rencontrés par des étudiants universitaires, et particulièrement aux études supérieures (Arnold, 2014 ; Bernier, 2005; Neumann, Neumann et Reichel, 1990). Parmi ces défis, on note la perception d'un manque d'équilibre de vie au quotidien, la sensation de toujours manquer de temps, la difficulté à concilier le travail et les études, la pression ressentie de toujours devoir se démarquer, faire mieux et plus, être à la hauteur de tous ses engagements et faire sa place.

La pression ressentie est accentuée lorsque des conditions d'apprentissage imposent des niveaux d'efforts importants, sans offrir un soutien suffisant pour faciliter la résistance à la pression (Bernier, 2005; Neumann, Neumann et Reichel, 1990). Le manque de soutien est reconnu dans la littérature scientifique comme étant un facteur de risque de l'épuisement et de l'abandon des études universitaires (Careau, 2005). À l'inverse, un soutien adéquat constitue un facteur de protection et favorise la persévérance.

Soutien social, bien-être, persévérance, autonomie, autoefficacité et performance

Le soutien social favorise le bien-être psychologique et la persévérance dans les études. À l'inverse, un soutien inadéquat et insuffisant nuit à l'acquisition de l'autonomie, en plus de susciter du stress, de l'épuisement voire même de la détresse psychologique. Ces conséquences s'avèrent des écueils à la persévérance dans les études (Neumann, Neumann et Reichel, 1990; Schwartz et Kay, 2009). La persévérance se traduit comme étant la situation d'un étudiant qui poursuit ses études en continu dans un même programme jusqu'à l'obtention du diplôme (King, 2005; Sauvé, Debeurme, Fournier, Fontaine et Wright, 2006).

Il y aurait un lien direct entre le sentiment d'autoefficacité et la capacité à mobiliser et organiser ses ressources pour agir et atteindre un haut niveau de performance (Sadri et Robertson, 1993; Stajkovic et Luthans, 1998; Wood et Bandura, 1989). Le sentiment d'autoefficacité repose sur la croyance que possède un individu en sa capacité à mobiliser ses ressources pour accomplir une tâche et atteindre des résultats visés ou une performance attendue avec succès (Bandura, 1986, 2007). Cette capacité à mobiliser et à organiser ses ressources implique le développement de l'autonomie. En effet, l'autonomie permet à un individu de prendre en charge ses apprentissages en mobilisant ses ressources (Benson, 2001; Legendre, 2005). Le développement de l'autonomie serait entre autres renforcé lorsque les étudiants sont soutenus (Fisher, 2011).

Soutenir la persévérance par le groupe de codéveloppement professionnel

Le GCP offre un espace de formation et de soutien entre pairs. C'est pourquoi cette approche a été expérimentée de 2013 à 2018, auprès de 15 étudiants de cycles supérieurs de la faculté de communication de l'UQAM. Les rencontres, d'une durée de trois heures, se sont déroulées au rythme d'une rencontre aux six semaines, excluant les périodes de vacances, pour un total d'environ sept à huit rencontres par année, pendant cinq ans.

Méthodologie

Au printemps 2018, un questionnaire de sept questions ouvertes à propos des défis rencontrés durant les études et l'apport de la participation à un GCP a été transmis aux étudiants participants.

Il importe de souligner que les réponses n'étaient pas anonymes. Les résultats peuvent donc comporter un biais de désirabilité sociale. Néanmoins, la professeure avait expliqué aux étudiants qu'elle souhaitait obtenir des réponses honnêtes, le but étant simplement de savoir ce que le GCP leur avait apporté.

Échantillon

Dix étudiants (six femmes et quatre hommes, dont huit présentement au 2^e cycle et deux au doctorat) ont répondu au questionnaire. Quatre avaient débuté à y participer en 2013, dont un ayant terminé ses études en 2016, un autre en 2017 et un dernier étant sur le point de les terminer (2018). Un répondant y participe depuis 2014, deux ont débuté leur participation en 2016, un autre s'est joint au groupe en 2017 et deux venait tout juste d'intégrer le groupe, à l'hiver 2018.

Résultats

Les défis révélés correspondent à ceux exposés dans l'étude de 2014 et la recension des écrits associée. Des besoins d'information quant au processus de recherche sont soulevés : l'orientation et l'opérationnalisation de sa recherche (objectif, sujet, etc.), l'analyse des données, ainsi que la structure et l'élaboration du mémoire. Plusieurs mentionnent aussi la difficulté à concilier le travail, les études et la vie personnelle et familiale. La gestion du temps et des priorités semble être un souci généralisé. Certains avouent avoir vécu des moments de démotivation ou de désintérêt à l'égard des études. D'autres affirment avoir ressenti du stress, vécu du découragement, de la déprime, de l'insomnie. Enfin, les soucis financiers sont au rendez-vous chez plusieurs.

Apports du groupe de codéveloppement professionnel

L'expérience du GCP aura apporté différents bénéfices à chacun, tels que :

- partager des émotions;
- ressentir un sentiment de bien-être;
- se sentir soutenu, compris et écouté par d'autres qui partagent la même réalité;
- normaliser l'expérience vécue / dédramatiser;
- être aidé et guidé pour passer plus facilement au travers de moments difficiles;
- prendre conscience de sa valeur et de ses savoirs;
- faire le point sur sa situation ou prendre du recul;
- voir plus clair, avoir une meilleure vue d'ensemble;
- persévérer, augmenter sa motivation et renforcer son engagement dans ses études;
- augmenter sa confiance dans sa capacité à réaliser son projet;
- légitimer et confirmer le choix des études;
- mieux concilier travail – vie personnelle / famille – études – gestion du temps;
- mieux s'organiser, renforcer sa rigueur;
- ressentir un sentiment d'appartenance / d'attachement en vers le groupe;
- briser l'isolement;

- partager de nouvelles idées et solutions pertinentes auxquelles on n'aurait pas pensé seul / avoir accès aux connaissances, ressources et réseaux des autres;
- renforcer des compétences relatives à : l'animation, l'accompagnement, l'art du questionnement, l'écoute active, l'argumentation, la réflexivité et l'analyse);
- mieux se connaître (se révéler à soi, forces et limites personnelles);
- mieux connaître les autres.

La majorité des répondants ont mentionné des apprentissages en lien avec le processus de recherche :

- une vision plus large des différentes étapes du processus de recherche;
- la clarification de son objet de recherche;
- mieux faire face à l'abstraction, dans l'écriture du mémoire;
- la structure du mémoire et l'élaboration de la problématique, du cadre théorique et de la méthodologie;
- l'élaboration et l'organisation des mots-clefs à utiliser dans des bases de données;
- l'organisation des références.

Et si vous n'aviez pas participé à un groupe de codéveloppement professionnel ?

À cette question, les répondants ont mis en lumière la valeur du GCP en termes de facteur de protection contre :

- un sentiment d'isolement;
- un désengagement ou l'abandon des études;
- un sentiment d'échec ou une attribution personnelle des difficultés vécues;
- une perception négative des études de cycle supérieur;
- des objectifs moins clairs;
- un manque de ressources.

Discussion

Les principaux apports du GCP pourraient être classés selon quatre grandes catégories :

- 1) perception de soutien émotionnel (partage du vécu et normalisation, perception de soutien moral, de bien-être, d'écoute et de compréhension, briser l'isolement, engagement, motivation, appartenance, etc.);
- 2) perception de soutien instrumental (aide et partage d'information, d'idées, de solutions, de connaissances, de réseaux et de ressources);
- 3) apprentissages associés au processus de recherche (étapes du processus de recherche, clarification des objectifs de recherche, structure du mémoire et rédaction des différents chapitres, utilisation de bases de données périodiques, organisation des références);
- 4) développement de soi : autonomie, autoefficacité, connaissances et compétences diverses (confiance en ses capacités, connaissance de soi et des autres, confirmation de ses choix, réflexivité et analyse, organisation du temps, rigueur, compétences d'animation, d'accompagnement, questionnement, écoute active, argumentation, capacité d'abstraction, etc.).

Le soutien émotionnel et instrumental reçu pourrait avoir aidé les étudiants à passer plus facilement au travers de moments difficiles, et ainsi avoir contribué au sentiment de bien-être psychologique. L'autonomie pourrait avoir été renforcée par les partages et apprentissages faits en interactions dans le groupe. Les apprentissages relatifs au processus de recherche, le développement de compétences et de la connaissance de soi ainsi que la prise de conscience de sa valeur et de ses savoirs ont pu renforcer l'autonomie et le sentiment d'autoefficacité (confiance dans sa capacité à réaliser son projet, perception d'une meilleure organisation et de rigueur). Le sentiment d'autoefficacité repose sur la croyance en sa capacité à mobiliser ses ressources. Puisque certains ont déclaré avoir gagné en confiance en soi et en leurs capacités, il est possible de croire que ces derniers ont pu atteindre des résultats visés ou une performance attendue avec succès (Bandura, 1986, 2007). Un soutien social significatif contribuerait à de meilleurs résultats (Demetriou, Goalen et Rudduck, 2000). Tous ces apports pourraient expliquer un sentiment plus grand d'engagement envers les études ainsi que la confirmation du choix d'étude, nommés par des étudiants participants.

Conclusion

En somme, le GCP semble combler plusieurs besoins des étudiants universitaires en termes d'information, d'encadrement et de soutien. Il n'empêche pas les défis relatifs aux études universitaires, mais il renforce les capacités des étudiants à y faire face. La participation à un GCP pourrait être considérée comme un facteur de protection, et ainsi favorise la persévérance. Il est possible de croire que sans la participation au GCP, certains étudiants auraient pu être à risque d'abandonner leurs études ou d'en être ressorti avec une perception plutôt négative de soi et des études de cycles supérieurs. Des recherches menées auprès de plus grands échantillons permettraient de mettre à l'épreuve les résultats obtenus dans le cadre de l'expérience pilote faisant l'objet de ce texte. Néanmoins, le GCP semble une approche adéquate pour soutenir la persévérance d'étudiants de cycles supérieurs.

Références

- Arnold, C. (2014). Paying graduate school's mental toll. Repéré à : <https://www.sciencemag.org/careers/2014/02/paying-graduate-schools-mental-toll>
- Bandura, A. (2007). *Auto-efficacité: le sentiment d'efficacité personnelle*. Bruxelles : De Boeck.
- Bandura, A. (1986). *Social foundations of thought and action*. Englewood Cliffs: Prentice-Hall.
- Benson, P. (2001). *Teaching and researching autonomy in language learning*. Harlow: Longman/Pearson Education.
- Bernier, M. (2005). L'épuisement étudiant. Repéré à : https://www.aide.ulaval.ca/cms/Accueil/Psychologie/Difficultes_frequentes/Epuisement_etudiant
- Careau, L. (2005). Obstacles à la rédaction aux cycles supérieurs. Repéré à : https://www.aide.ulaval.ca/cms/Accueil/Apprentissage_et_Reussite/2e_3e_cycles/Obstacles_Redaction
- Demetriou, H., Goalen, P. et Rudduck, J. (2000). Academic performance, transfer, transition and friendship: listening to the student voice. *International Journal of Educational Research*, 33(4), 425-441.
- Fisher, S. (2011). *Étude du processus de développement de l'autonomie au cours de la préparation d'une thèse : le cas d'étudiants en sciences humaines et sociales* (Thèse de doctorat inédite). Université de Strasbourg.
- King, C. (2005). *Factors related to the persistence of first year college students at four-year colleges and universities : a paradigm shift*. West Virginia : Wheeling Jesuit University
- Lafranchise, N., Cadec, K., Blais-Auclair, A.-A., Gagné, M.-J., Sirois-Moumni, B. et Simard, P.-A. (2014). *Rapport des difficultés vécues par les étudiants-es de la maîtrise en communication de l'UQAM*. Faculté de communication, Université du Québec à Montréal. Document inédit.
- Legendre, R. (2005). *Dictionnaire actuel de l'éducation*. Paris : Guérin.
- Neumann, Y., Neumann, E. et Reichel, A. (1990). Determinants and consequences of students' burnout in universities. *Journal of Higher Education*, 61 (1), 20-31.
- Sadri, G. et Robertson, I. T. (1993). Self-efficacy and work-related behaviour: a review and meta-analysis. *Applied Psychology*, 42(2), 139-152.
- Sauvé, L., Debeurme, G., Fournier, J., Fontaine, É. et Wright, A. (2006). Comprendre le phénomène de l'abandon et de la persévérance pour mieux intervenir. *Revue des sciences de l'éducation*, 32(3), 783-805.
- Schwartz, V. et Kay, J. (2009). The crisis in college and university mental health. *Psychiatric Times*, 26(10), 1-5.

Stajkovic, A. D. et Luthans, F. (1998). Self-efficacy and work-related performance: A meta-analysis. *Psychological Bulletin*, 124(2), 240-261.

Wood, R. et Bandura, A., (1989). Social cognitive theory of organizational management. *Academy of management Review*, 14(3), 361-384.