
Dimensions positives des étudiants en fin de cursus universitaire et impacts sur l'insertion professionnelle

Nadine Richeux*¹

¹CRPCC - Laboratoire de Psychologie Sociale. UHB (LAUREPS) – MEN : EA1285, Université de Rennes II - Haute Bretagne – UFR Sciences Humaines. Place du Recteur Henri Le Moal. 35043 RENNES CEDEX, France

Résumé

Ce travail de doctorat, engagé en septembre 2015 sous la direction d'Alain Somat, Professeur des Universités en Psychologie (université Rennes 2), a pour objectif d'étudier les apports de la psychologie positive dans le domaine de l'insertion professionnelle. La psychologie positive est " *l'étude des conditions et processus qui contribuent à l'épanouissement ou au fonctionnement optimal des individus, des groupes et des institutions* " (Gable, Haidt, 2005, cités par Martin-Krumm, Tarquinio & Shaar, 2013). Après avoir longtemps travaillé sur le phénomène de la résignation acquise, Seligman (2013) s'est interrogé sur la proportion de personnes qui ne se résigne pas malgré les situations difficiles répétées. Avec ses collaborateurs, il a mis au point des programmes d'intervention visant entre autres à éviter le renoncement après l'échec en renforçant certaines variables psychologiques positives. Ces programmes de développement de la résilience ont jusqu'ici été déployés dans les domaines scolaire et militaire. A titre d'exemple, nous pouvons citer le Penn Resiliency Programm (Foregard & Seligman, 2012), Comprehensive Soldier Fitness (Seligman, 2013) ou encore SPARK (Boniwell & Ryan, 2012).

Les résultats ouvrent des perspectives intéressantes dans le contexte de l'insertion professionnelle : il serait particulièrement bénéfique de développer des programmes d'accompagnement des étudiants (et plus largement ensuite des demandeurs d'emploi) qui permettent une meilleure capacité d'adaptation face aux événements stressants (intégration dans l'entreprise mais aussi succession de refus de la part des recruteurs), un meilleur bien être de manière générale dans cette situation source d'angoisse, et de meilleures performances.

Dans le 1er axe de recherche (mars 2016 à octobre 2017), nous menons une étude longitudinale auprès d'étudiants qui terminaient leur cursus en 2016 (Master 2 et Licence professionnelle). A quatre temps de mesure, les étudiants répondent à un questionnaire afin que des dimensions psychologiques positives soient mesurées ainsi que les actions menées et les résultats obtenus en termes d'insertion professionnelle. Une revue de littérature a permis de déterminer les dimensions suivantes : **espoir** (Delas, 2014, Gana et al. 2013), **optimisme** (Shankland & Martin-Krumm, 2012), **orientation vers le bonheur** (Shankland & Martin-Krumm 2012), **compétences émotionnelles**, (Brasseur et al. 2013.), **autodétermination** (Deci & Ryan, 2000) et **pleine conscience** (Trousselard et al., 2010). Dix-huit mois après la première mesure, il s'agira d'identifier les variables ayant eu un impact significatif sur les trajectoires.

*Intervenant

A partir des premiers résultats, nous pourrions concevoir, dans un 2ème axe de recherche (octobre 2017 à octobre 2018), un dispositif d'accompagnement visant à accroître les dimensions ayant démontré leur efficacité dans l'étude longitudinale. Une ingénierie de formation sera menée afin de déterminer quelles sont les modalités pédagogiques adaptées et nous analyserons l'impact du dispositif sur les dynamiques d'insertion. Il sera testé auprès d'étudiants mais également auprès de demandeurs d'emploi afin d'élargir le champ d'application potentiel.

Actuellement, les deux premières passations (1er axe) ont eu lieu. L'échantillon est constitué de 250 individus au premier temps de mesure (130 au deuxième). Les analyses statistiques sont en cours. Lors du colloque en octobre 2017, trois temps de mesure du 1er axe auront été réalisés. Nous aurons alors du recul sur les résultats : comment les étudiants se positionnent-ils sur les dimensions évaluées ? Quels sont les impacts des dimensions positives sur l'insertion professionnelle des étudiants ? Comment évoluent-elles une fois le cursus universitaire achevé ? Sur quelles dimensions semble-t-il intéressant d'accompagner les étudiants pour favoriser leur insertion ?

Une synthèse des résultats pourrait être présentée dans un poster lors du colloque "Le bien-être dans l'éducation". Cette recherche a une double originalité : - l'environnement spécifique dans lequel elle se situe (l'enseignement supérieur) - le lien analysé entre le bien-être et l'insertion professionnelle des étudiants.

Références bibliographiques

Boniwell, I., Ryan L. (2012). *Personal Well-being Lessons for Secondary Schools*. New York : Open University Press.

Brasseur, S., Gregoire, J., Bourdu, R., Mikolajczak, M. (2013). The Profile of Emotional Competence (PEC) : Development and Validation of a Self-Reported Measure that Fits Dimensions of Emotional Competence Theory. *PLoS ONE* 8(5): e62635. doi:10.1371/journal.pone.0062635

Deci, E., Ryan, R. (2000). The "What" and "Why" of Goal Pursuits: Human Needs and the Self-Determination of Behavior. *Psychological Inquiry*, vol. 11, n°4, 227-268.

Delas, Y., Martin-Krumm C., Fenouillet F. (2014). La théorie de l'espoir : une revue de questions. *Psychologie Française*. Publication en ligne : 1er novembre 2014.

Forgeard, M.J.C., Seligman, M.E.P. (2012). Seeing the glass half full: A review of the causes and consequences of optimism. *Pratiques psychologiques*, 18, 107-120.

Martin-Krumm, C., Tarquinio, C. & Shaar, M.-J. (2013). *Psychologie positive en environnement professionnel*. Bruxelles : De Boeck.

Seligman, M.E.P. (2013) Echouer et s'épanouir. In C. Martin-Krumm, C. Tarquinio, & M.-J.Shaar (Eds.), *Psychologie positive en environnement professionnel*. Bruxelles : De Boeck.

Shankland, R. Martin-Krumm, C. (2012). Évaluer le fonctionnement optimal : échelles de psychologie positive validées en langue française. *Pratiques psychologiques*, 18, 171-187.

Trousselard, M., Steiler, D., Raphel, C., Cian, C., Duymedjian, R., Clavierie, D, & Canini, F. (2010). Validation of a French version of the freiburg mindfulness inventory-Short version: Relationships between mindfulness and stress in an adult population. *Biopsychosocial Medicine*, 4, 1-11.

Mots-Clés: Psychologie positive, enseignement supérieur, étudiants, bien, être, insertion profession-

nelle