L'entretien motivationnel en appui aux prestations d'orientation scolaire et professionnelle

The motivational maintenance in support for the performances of educational and vocational guidance

Shékina Rochat

Édition électronique

URL : <http://journals.openedition.org/osp/6233>

DOI : 10.4000/osp.6233

ISSN : 2104-3795

Éditeur

Institut national d'étude du travail et d'orientation professionnelle (INETOP)

Édition imprimée

Date de publication : 15 juin 2018

ISSN : 0249-6739

Référence électronique

Shékina Rochat, « L'entretien motivationnel en appui aux prestations d'orientation scolaire et professionnelle », *L'orientation scolaire et professionnelle* [En ligne], 47/2 | 2018, mis en ligne le 15 juin 2018, consulté le 17 décembre 2020. URL : <http://journals.openedition.org/osp/6233> ; DOI : <https://doi.org/10.4000/osp.6233>

Ce document a été généré automatiquement le 17 décembre 2020.

© Tous droits réservés

L'entretien motivationnel en appui aux prestations d'orientation scolaire et professionnelle

The motivational maintenance in support for the performances of educational and vocational guidance

Shékina Rochat

**Thèse soutenue par Shékina Rochat¹ le 28 avril 2017,
à Lausanne sous la direction du professeur Jérôme
Rossier**

- 1 Composition du jury de soutenance de thèse
- 2 Jérôme Rossier, directeur de thèse, professeur à l'université de Lausanne
- 3 Jean-Luc Bernaud, professeur au Conservatoire national des arts et métiers à Paris
- 4 Geneviève Fournier, professeure à l'université de Laval
- 5 Jonas Masdonati, professeur à l'université de Lausanne
- 6 À l'heure où les trajectoires professionnelles sont de plus en plus instables et précaires, les individus doivent assumer une responsabilité croissante dans la direction et le développement qu'ils donnent à leur carrière. Dans ce contexte, la motivation d'un individu va être cruciale pour la réussite des différentes transitions qui jalonnent son parcours. Toutefois, à ce jour, peu de travaux se sont véritablement intéressés au rôle de la motivation dans les démarches d'orientation scolaire et professionnelle, ainsi qu'aux possibilités de l'amplifier de manière à faciliter les transitions. En conséquence, les praticien.ne.s de l'orientation se retrouvent relativement démunie.s vis-à-vis des consultant.e.s qui ne présentent peu ou pas de motivation. Cette thèse s'est alors intéressée au potentiel de la méthode de l'entretien motivationnel (EM) (Miller &

Rollnick, 2002, 2013) pour amplifier la motivation des consultant.e.s à entreprendre des démarches d'orientation et d'insertion professionnelle.

- 7 L'EM est un style d'entretien directif qui vise à explorer et à résoudre l'ambivalence susceptible d'entraver l'adoption d'un changement de comportement, en conduisant les consultant.e.s à verbaliser eux-mêmes leurs propres arguments en faveur d'un changement donné, plutôt que de chercher à les éduquer ou à les convaincre de changer. Initialement développé dans le champ du traitement des addictions, l'EM s'est rapidement propagé de manière fructueuse dans toutes sortes de programmes de prévention visant des changements de comportement. Toutefois, à l'exception de Stoltz et Young, (2013) la recherche ne s'est encore que peu intéressée au potentiel du recours à l'EM en appui aux prestations d'orientation scolaire et professionnelle. L'objectif de cette thèse de doctorat consiste alors à conceptualiser théoriquement et à étudier empiriquement l'impact du recours à cette méthode dans les démarches d'orientation.

Cadre théorique

- 8 Parmi les théories récentes en psychologie du conseil et de l'orientation, la *théorie des systèmes vivant du comportement et du développement vocationnel* (LSTVBD) (Vondracek et al., 2015), ouvre des perspectives intéressantes pour conceptualiser le rôle joué par la motivation dans les trajectoires professionnelles ainsi que l'efficacité potentielle du recours à l'EM dans ce contexte. Ce cadre théorique s'inscrit dans la continuité du *living system framework* (DH Ford, 1987) qui propose un modèle systémique pour rendre compte de manière exhaustive du comportement et du développement humain tout au long de sa vie, de sa conception jusqu'à sa mort. Au sein de cette approche, ME Ford (1992) a ainsi identifié quelles étaient les composantes clés de la motivation, à savoir : les buts, les croyances d'agentivité personnelles et contextuelles, ainsi que les émotions. L'adoption de la LSTVBD comme cadre théorique présente ainsi plusieurs avantages pour étudier l'apport de l'EM en appui aux prestations d'orientation scolaire et professionnelle : d'une part, elle est étroitement liée à un modèle théorique complet et intégré de la motivation, d'autre part, de par son approche systémique et intégrative, elle encourage l'établissement de liens et les emprunts des apports issus d'autres disciplines de la psychologie pour optimiser l'effet des interventions de conseil en orientation. Cette thèse de doctorat a ainsi cherché à établir des liens entre les processus actifs de l'EM et les tenants théoriques de la *théorie des systèmes motivationnels* (MST) (ME Ford, 1992) et de la LSTVBD, en vue de déterminer théoriquement la légitimité du recours à l'EM en appui aux prestations d'orientation scolaire et professionnelle, avant d'évaluer empiriquement le bien-fondé de ces propositions.

Résultats

- 9 Cette thèse est composée des cinq articles distincts. Le premier cherche à établir des liens entre les propositions théoriques de la MST sur la nature et le fonctionnement de la motivation et les principes actifs de l'entretien motivationnels (Rochat, soumis). Le deuxième article s'intéresse aux apports de l'EM pour répondre à la problématique de la modération des aspirations, spécifique au domaine de l'orientation (Rochat, 2015). Le troisième article reprend les enjeux de cette problématique appliquée au cas de jeunes artistes et sportif.ve.s qui souhaitent faire de leur loisir leur métier (Rochat & Bodoira,

2016). Le quatrième article propose une évaluation empirique de l'effet d'une formation à l'EM menée auprès de huit psychologues conseiller.ère.s en orientation (Rochat, 2017). Enfin, le cinquième article s'intéresse à l'efficacité clinique du recours à l'entretien motivationnel pour surmonter l'ambivalence liée à un choix professionnel, au moyen d'une étude de cas (Rochat & Rossier, 2016).

Mécanismes sous-jacents

- 10 La mise en convergence des propositions théoriques de la MST et des principes actifs de l'EM permet de proposer que l'évocation par les consultant.e.s d'arguments en faveur d'un changement donné contribue à rendre ce dernier tout à la fois plus important, plus accessible et plus saillant émotionnellement, ce qui favoriserait alors le passage à l'action. Ce faisant, l'inscription des principes de l'EM dans un cadre théorique permet d'explicitier les mécanismes de son fonctionnement et de légitimer, du moins théoriquement, le recours à cette méthode dans le cadre des interventions de conseil en orientation.

Applications spécifiques

- 11 Les réflexions menées dans le cadre de ce travail de thèse conduisent également à mettre en évidence le fait que le recours à l'EM peut également s'avérer bénéfique pour répondre à des problématiques spécifiques au domaine de l'orientation. Ainsi, il apparaît que l'approche de l'EM offre des pistes concrètes pour aider les psychologues conseiller.ère.s en orientation à modérer les aspirations de leurs consultant.e.s, tout en préservant la qualité de la relation de travail instaurée avec leurs consultant.e.s et la motivation de ces dernier.ère.s à rechercher une voie professionnelle satisfaisante. Plus spécifiquement, l'étude de ces mécanismes appliqués au cas des artistes et des sportif.ve.s a permis d'identifier différents profils motivationnels et de spécifier les enjeux et les interventions basés sur l'EM les plus adaptés propres à chacun d'entre eux.

Efficacité de la formation

- 12 À la suite de ces réflexions théoriques, une étude empirique pilote a permis d'indiquer qu'une formation initiale à l'EM de deux jours, suivie d'une séance de supervision, avait un impact significatif sur la propension de huit psychologues conseiller.ère.s en orientation à avoir recours à des comportements cohérents avec l'approche. Toutefois, les résultats indiquent également qu'une telle formation est encore insuffisante pour prétendre à la conduite d'entretiens qui soient véritablement motivationnels. Davantage de séances de supervision seraient requises pour parvenir à une plus grande maîtrise dans le recours à cette approche. Les résultats de cette étude pilote semblent également indiquer qu'une formation à l'EM gagnerait à être effectuée tôt dans le parcours des psychologues conseiller.ère.s en orientation, les années d'expérience étant négativement corrélées avec le degré d'appropriation de la pratique.

Efficacité clinique de la méthode

- 13 Enfin, une étude de cas réalisée auprès d'un consultant en orientation a permis d'explicitier l'efficacité du recours à l'entretien motivationnel pour l'aider à résoudre son ambivalence à l'égard d'un choix professionnel. L'utilisation d'un outil de codage développé dans le cadre des recherches sur l'efficacité de l'EM a permis une analyse fine des interactions entre la psychologue conseillère en orientation et le consultant, permettant de démontrer l'impact des comportements motivationnels sur le type de discours du consultant, ainsi que de représenter graphiquement l'évolution de l'interaction entre les deux protagonistes.

Perspectives d'applications

- 14 Dans l'ensemble, ce travail tend à souligner le potentiel du recours à l'EM en appui aux prestations d'orientation. Dans une perspective plus globale, cette thèse soutient de fait la plus-value et la nécessité de s'intéresser à l'intégration des méthodes et outils développés dans les champs disciplinaires connexes à la psychologie du conseil et de l'orientation. Pour faciliter l'intégration des approches issues d'autres domaines de la psychologie, de travail de thèse se conclut sur la proposition d'une « carte d'interventions » issue de la psychologie positive, de la thérapie de famille et des approches cognitives et comportementales et centrée sur les émotions, pour répondre aux problématiques rencontrées par les consultant.e.s, telles que conceptualisées dans la taxonomie des difficultés au choix professionnel proposée par Gati, Krausz et Osipow (1996), tout en tenant compte des spécificités des consultant.e.s et de leurs situations.

BIBLIOGRAPHIE

- Ford, D. H. (1987). *Humans as self-constructing living systems: A developmental perspective on behavior and personality*. Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Ford, M. E. (1992). *Motivating humans: Goals, emotions and personal agency beliefs*. London, UK: Sage.
- Gati, I., Krausz, M., & Osipow, S. H. (1996). A taxonomy of difficulties in career decision making. *Journal of Counseling Psychology*, 43, 510-526.
- Miller, W. R., & Rollnick, S. (2013). *Motivational interviewing: Helping people change* (3rd ed.). New York, NY: Guilford Press.
- Rochat, S. (2015). Encourager le rêve ou confronter à la réalité ? Le dilemme des psychologues conseillers en orientation. *L'Orientation scolaire et professionnelle*, 44(4), 477-492.
- Rochat, S. (2017). Effects of motivational interviewing training in career counseling: A pilot study. *Journal of Career Development*.
- Rochat, S., & Bodoira, X. (2016). Concilier loisirs et carrière : modèles et outils pour intervenir auprès des jeunes artistes et sportif.ve.s. *L'Orientation scolaire et professionnelle*, 45(4), 497-520.

Rochat, S., & Rossier, J. (2016). Integrating motivational interviewing in career counseling: A case study. *Journal of Vocational Behavior*, 93, 150-162.

Rochat, S. (soumis). Examining motivational interviewing from a motivational system theory perspective. *British Journal of Guidance and Counselling*.

Stoltz, K. B., & Young, T. L. (2013). Applications of motivational interviewing in career counseling: Facilitating career transition. *Journal of Career Development*, 40, 329-346.

Vondracek, F. W., Ford, D. H., & Porfeli, E. (2015). A living systems theory of vocational behavior and development. Rotterdam, the Netherlands: Sense Publishers.

NOTES

1. Psychologue conseillère en orientation (PhD), responsable de prestations pour la formation post- obligatoire, office cantonal d'orientation scolaire et professionnelle. Thèmes de recherche : intégration de l'entretien motivationnel et de la psychologie positive en appui aux prestations d'orientation scolaire et professionnelle. Contact : Office Cantonal d'orientation scolaire et professionnelle, rue de la Borde 3d, CH-1004 Lausanne. Courriel : shekina.rochat@vd.ch. L'auteure tient à remercier le professeur Jérôme Rossier, directeur de la thèse, pour son soutien tout au long de l'élaboration de ce travail.

RÉSUMÉS

La motivation est un ingrédient essentiel à la réussite des transitions de plus en plus fréquentes qui jalonnent les parcours professionnels. L'objectif de cette thèse était d'investiguer les apports du recours à l'entretien motivationnel en appui aux prestations d'orientation scolaire et professionnelle, et ce, tant d'un point de vue théorique qu'empirique. Les résultats soulignent la plus-value d'adopter une approche intégrative de l'orientation permettant d'emprunter les outils et méthodes développés dans d'autres champs de la psychologie.

Motivation is a core components of successful transitions that are now prevalent in career paths. The aim of this doctorate thesis was to examining the benefits of using motivational interviewing in career counseling interventions, both at a theoretical and empirical point of view. Results emphasize the gains of adopting an integrative perspective on career counseling thus allowing to borrow the tools and methods developed in other fields of psychology.

INDEX

Mots-clés : motivation, entretien motivationnel, conseil en orientation, approche intégrative

Keywords : motivation, motivational interviewing, career counseling, integrative approach