

Sous la direction de
LUIS ADOLFO GÓMEZ GONZÁLEZ,
DIANE LÉGER, LOUISE BOURDAGES et HUGUES DIONNE

Sens & projet de vie



UNE DÉMARCHE UNIVERSITAIRE AU MITAN DE LA VIE



Presses
de l'Université
du Québec

Extrait de la publication

Sens & projet de vie

Membre de
L'ASSOCIATION
NATIONALE
DES ÉDITEURS
DE LIVRES

Presses de l'Université du Québec

Le Delta 1, 2875, boulevard Laurier, bureau 450, Québec (Québec) G1V 2M2

Téléphone: 418 657-4399

Télécopieur: 418 657-2096

Courriel: puq@puq.ca

Internet: www.puq.ca

Diffusion/Distribution:

CANADA Prologue inc., 1650, boulevard Lionel-Bertrand, Boisbriand (Québec) J7H 1N7
Tél.: 450 434-0306 / 1 800 363-2864

FRANCE AFPU-D – Association française des Presses d'université
Sodis, 128, avenue du Maréchal de Lattre de Tassigny, 77 403 Lagny, France – Tél.: 01 60 07 82 99

BELGIQUE Patrimoine SPRL, avenue Milcamps 119, 1030 Bruxelles, Belgique – Tél.: 02 736 68 47

SUISSE Servidis SA, Chemin des Chalets 7, 1279 Chavannes-de-Bogis, Suisse – Tél.: 022 960.95.32



La Loi sur le droit d'auteur interdit la reproduction des œuvres sans autorisation des titulaires de droits. Or, la photocopie non autorisée – le « photocopillage » – s'est généralisée, provoquant une baisse des ventes de livres et compromettant la rédaction et la production de nouveaux ouvrages par des professionnels. L'objet du logo apparaissant ci-contre est d'alerter le lecteur sur la menace que représente pour l'avenir de l'écrit le développement massif du « photocopillage ».

Sens & projet de vie

UNE DÉMARCHE UNIVERSITAIRE AU MITAN DE LA VIE

Sous la direction de
LUIS ADOLFO GÓMEZ GONZÁLEZ,
DIANE LÉGER, LOUISE BOURDAGES
et HUGUES DIONNE

 Presses
de l'Université
du Québec

**Catalogage avant publication de Bibliothèque et Archives nationales
du Québec et Bibliothèque et Archives Canada**

Vedette principale au titre :

Sens et projet de vie: une démarche universitaire au mitan de la vie

Comprend des réf. bibliogr.

ISBN 978-2-7605-3695-1

1. Âge moyen. 2. Histoires de vie. 3. Étapes de la vie. 4. Vie – Philosophie.

5. Personnes d'âge moyen – Québec (Province) – Biographies.

I. Gómez González, Luis Adolfo.

HQ1059.A.S46 2013

305.244

C2012-942813-2

Les Presses de l'Université du Québec
reconnait l'aide financière du gouvernement du Canada
par l'entremise du Fonds du livre du Canada
et du Conseil des Arts du Canada pour leurs activités d'édition.

Elles remercient également la Société de développement
des entreprises culturelles (SODEC) pour son soutien financier.

Conception graphique

Richard Hodgson

Image de couverture

Karen Arsenault, *Soleil d'avril*, acrylique sur carton, 61 x 61 cm.

Mise en pages

Info 1000 mots

Dépôt légal : 2^e trimestre 2013

› Bibliothèque et Archives nationales du Québec

› Bibliothèque et Archives Canada

© 2013 – Presses de l'Université du Québec

Tous droits de reproduction, de traduction et d'adaptation réservés

Imprimé au Canada

TABLE DES MATIÈRES

Introduction	1
PARTIE 1	
UNE DÉMARCHE UNIVERSITAIRE INNOVATRICE	5
Chapitre 1	
Historique, philosophie et présentation du programme	7
<i>Louise Bourdages, avec la collaboration de Nicole Bouchard et Luis Adolfo Gómez González</i>	
1. L'origine et l'histoire du programme	9
1.1. Évolution du programme et pertinence sociale	10
2. La philosophie du programme : choix épistémologiques	12
2.1. La question du sens au cœur du programme : origine et définitions	14
3. Les choix méthodologiques : les histoires de vie, l'herméneutique et le dialogue (par Nicole Bouchard)	17
4. L'accompagnement pédagogique des parcours de vie (par Luis Adolfo Gómez González)	21
5. Le contenu et la démarche pédagogique du programme	24
Conclusion	28
Bibliographie	29

PARTIE 2

**QUÊTE DE SENS ET PROJET DE VIE : UNE EXPÉRIENCE
CULTURELLE ET EXISTENTIELLE**

33

Chapitre 2

Transcendance et immanence : le sens de l'humain

35

Hugues Dionne

1. Le désenchantement du monde 36

2. La vie qui se perpétue 38

3. La transcendance sans nom 40

4. Une crise séculière et non religieuse 43

5. Le sens de l'humain 44

Conclusion 48

Bibliographie 49

Chapitre 3

Une expérience de passage

51

Nicole Bouchard

1. Qu'est-ce qu'un rite de passage? 52

2. Une démarche de formation qui obéit à la structure
ternaire des rites 53

2.1. Le temps de la séparation : une quête de sens
polarisée sur l'inscription au programme 53

2.2. La démarche de formation : la période de marge
et d'entre-deux 54

2.2.1. Le renoncement à « trouver un sens » 54

2.2.2. Risquer une parole, risquer le récit 56

2.2.3. Inscrire la parole au sein d'une communauté
ou le travail de la mémoire 58

3. L'agrégation (après le seuil) et l'inscription du projet 60

Bibliographie 61

Chapitre 4

**La notion de projet : entre le sens et la vie,
les contours d'une émergence**

63

Luis Adolfo Gómez González

1. Les contours d'une émergence 63

2. L'éclatement d'un cadre 65

3. Revenir sur la notion de sens 67

4. La passion, le désir et l'utopie, des compléments
à la notion de projet d'être 70

Conclusion : vers une reformulation de la notion de projet _____	74
Bibliographie _____	75
PARTIE 3	
UN PARCOURS PÉDAGOGIQUE OUVERT SUR LE SENS _____	77
Chapitre 5	
Apprentissage expérientiel et cheminement de sens _____	79
<i>Thérèse Côté, Hugues Dionne et Huguette Guay</i>	
1. L'expérience concrète (EC) de vie : partage de sens _____	80
2. L'observation réfléchie (OR) et l'histoire de vie _____	84
3. La conceptualisation abstraite (AC) et les trajectoires personnelles et sociales _____	86
4. L'expérimentation active (EA) et la formulation d'un projet _____	88
Conclusion _____	90
Bibliographie _____	91
Chapitre 6	
Histoire de vie et construction de sens : une aventure passionnante _____	93
<i>Jeanne-Marie Gingras, Lucie Mercier et Céline Yelle</i>	
1. La démarche d'apprentissage _____	94
1.1. S'engager dans la traversée de sa vie _____	94
1.2. Écrire son récit, lire d'autres récits et divers textes _____	96
1.2.1. Écrire son récit _____	96
1.2.2. Lire des récits et divers textes _____	98
1.3. Devenir chercheur-interprète de son récit et écrire son histoire de vie _____	98
1.4. Identifier et reconnaître les apprentissages réalisés _____	100
2. L'accompagnement _____	101
2.1. Qu'est-ce que l'accompagnement ? _____	101
2.2. L'accompagnement en histoire de vie dans un contexte à distance _____	103
2.3. Une écoute attentive et bienveillante, une empathie, un respect _____	104
2.4. La capacité à recevoir et à contenir chacun des récits _____	105
2.5. La question de la posture _____	106
2.6. Une distance proche ou éloignée ? _____	107

3. Les effets du travail de l'histoire de vie _____	108
3.1. Renforcer un sentiment d'existence _____	108
3.2. Cheminer dans la solidarité _____	109
3.3. Évoluer dans un « espace potentiel » _____	110
3.4. Sentir le mouvement de sa vie _____	111
3.5. Relire autrement sa vie _____	111
3.6. Mieux comprendre son histoire _____	112
3.7. Reconnaître sa propre valeur _____	113
Bibliographie _____	114
Chapitre 7	
Trajectoires personnelles et sociales en approche biographique et dialogique : pratiques d'accompagnement des quêtes de sens et de générativité en formation _____	117
<i>Jeanne-Marie Rugira, Diane Léger, Jean-Philippe Gauthier et Serge Lapointe</i>	
1. Mise en contexte _____	118
2. Les sources d'inspiration d'une pratique formative en évolution _____	119
3. Travailler sur les trajectoires personnelles et sociales en formation d'adultes : une marche singulière et solidaire sur la voie de la générativité _____	122
4. Le travail de groupe, un défi et un médium pédagogique puissant en histoire de vie _____	125
5. La question du rapport au temps et au corps dans notre démarche pédagogique _____	129
Bibliographie _____	133
PARTIE 4	
SENS ET PROJET DE VIE : UNE DÉMARCHE PERMANENTE DE QUÊTE ET D'ACTION _____	137
Chapitre 8	
La quête de sens, une quête d'existence _____	139
<i>Claude V. Lacasse</i>	
1. Perte de sens : une crise fragmentaire existentielle _____	140
2. Le sens de la vie, une question universelle? _____	143
3. Approche phénoménologique et herméneutique de la question du sens _____	146
4. Une quête de sens, une quête d'existence _____	148
5. Ma vie en reliance _____	150
Bibliographie _____	151

Chapitre 9

Témoignage d'un projet humain	153
<i>Diane Auger, avec la collaboration de France Bilodeau et des autres membres du groupe de Montréal 2006-2008</i>	
1. Le programme comme force de transformation et témoignages des étudiants	154
1.1. Le programme, un événement qui vient bouleverser la vie	154
1.2. De la méfiance à la confiance	155
1.3. La quête	157
1.4. Témoignages des étudiants	157
2. Le groupe : un projet humain – les liens qui nous unissent	162
2.1. L'écoute, la communication, le respect	163
2.2. Le groupe : un projet humain – pour la suite des choses	165
3. À propos du programme	166
4. À propos de la pédagogie du programme	166
Conclusion	167
Bibliographie	168

Chapitre 10

Le journal d'itinérance ou enquête personnelle sur le sens	169
<i>Marie-Christine Boulanger</i>	
1. Première rencontre	171
1.1. Le 26 janvier, 9 h à 12 h	171
1.2. Le 26 janvier, 13 h 30 à 17 h : atelier et plénière	172
1.3. Le 4 mars : première rencontre en sous-groupe	175
2. Deuxième rencontre	177
2.1. Le 11 mars, 9 h à 17 h	177
2.2. Le 12 mars, 9 h à 17 h	179
2.3. Le 12 mars en pleine nuit : crise d'angoisse	181
2.4. Le 16 mars : amorce du travail préparatoire en vue de la rencontre du sous-groupe	185
2.5. Le 10 avril : deuxième rencontre en sous-groupe	188
3. Troisième rencontre	190
3.1. Le 14 avril, 9 h à 17 h	190
3.2. Le 15 avril : mon cadeau de fin de session	192
3.3. Le 3 mai : l'après-cours	194
Conclusion	195
Bibliographie	195

Chapitre 11	
Pour le dernier bout de ma vie	197
<i>Maurice Gendron</i>	
1. À ce moment-ci de ma vie et de mes 67 ans...	198
2. Je me vois « forcé » de me porter par moi-même	201
3. Me porter... avec d'autres	206
4. Pour mon dernier bout de vie	208
Conclusion	210
Bibliographie	211
Conclusion	
Un sens errant	213
<i>Serge Cantin</i>	
1. Un défi au bon sens universitaire	214
2. Raconter ses chagrins	215
3. Penser l'errance du sens	217
4. L'errance comme droit de l'homme	221
Bibliographie	223
Notices biographiques	225

INTRODUCTION

Donner un sens à sa vie ! Il semble bien que ce soit là un désir humain fondamental qui nous pousse à vouloir rendre notre vie intelligible, passionnée et cohérente. Notre volonté de vivre pleinement (souvent, de simplement survivre) est soutenue par des énergies insoupçonnées qui refusent tout relâchement. Confrontés à une finitude à la fois indésirable et inéluctable, nous cherchons à combler ce « manque d'être » et à réduire ce sentiment d'incomplétude en visant des buts que nous savons inatteignables d'ici la fin de notre vie.

Même si ces démarches nous semblent individuelles et intimes, elles font appel à des conceptions que nous cherchons à partager pour nous rassurer quant à notre place dans le monde et quant à nos liens aux autres pour ainsi nous donner des « bassins » communs de référence et des espaces collectifs d'appartenance. Que ce questionnement nous apparaisse aujourd'hui comme étant personnel est un phénomène relativement récent, né avec le monde moderne. Antérieurement, la religion jouait ce rôle intégrateur de définition et de soutien d'une « vie bonne ». Les temps de la vie étaient ritualisés par des « excès de vie » qui permettaient de dépasser l'ordinaire et l'utilitaire de la vie quotidienne. L'action humaine avait pour toile de fond des solidarités communautaires qui légitimaient des parcours de vie à suivre.

L'individualisation de la vie en société et l'affaiblissement des solidarités traditionnelles provoquent des isolements différents selon les grandes étapes de nos vies. Les grands « passages » se font selon des modes très variés et selon les particularités des parcours antérieurs de chacun. La modification des structures de famille et de travail et nos dépendances

nouvelles envers les conditions de santé et de vie provoquent des bouleversements majeurs et souvent inattendus de nos trajectoires personnelles. Le mitan de la vie semble devenir un moment charnière de notre vie moderne compte tenu des remises en question provoquées par une vie familiale ou professionnelle active qui est venue à son terme, soit des périodes de vie fort intenses, compte tenu aussi des perspectives de redéploiement du travail ou du départ à la retraite, des responsabilités nouvelles qu'imposent des parents malades ou en perte d'autonomie, des démarches spirituelles à repenser face à la fin de vie... Autant de bouleversements qu'il nous faut traverser d'une manière ou d'une autre, bouleversements qui se vivent pour plusieurs dans une grande solitude.

Dans un accompagnement rigoureux, sensible et attentif à la situation de chacun, le programme *Sens et projet de vie* vise précisément à soutenir les personnes lors de ce passage du mitan de la vie. En 2004 s'est développé un partenariat entre la Télé-université (TÉLUQ), l'Université du Québec à Rimouski (UQAR) et l'Université du Québec à Chicoutimi (UQAC) pour mettre sur pied ce programme unique au Québec. Dans le premier chapitre du livre, Louise Bourdages, « mère porteuse » du programme comme nous aimons le rappeler, nous raconte cette belle aventure universitaire qui, dans son originalité herméneutique et pédagogique, accompagne les personnes qui traversent ce passage. C'est à partir de cette démarche universitaire innovatrice que s'élabore la suite du livre.

La question du sens de la vie nous conduit au cœur de notre propre expérience de vie. Chacun de nous peut témoigner de la recherche personnelle de sens qui a traversé sa vie et chacun de nous peut tenter de décrire la « continuité » souhaitée en prévoyant le sens qu'il veut donner à son projet de vie. Quels sont donc les sources et les fondements qui soutiennent le sens que nous voulons donner à notre vie ? Il y a une sorte de « déplacement » des socles fondateurs de sens avec la modernité. Ainsi, la « verticalité » ancienne du divin s'est progressivement métamorphosée en une responsabilité toute « horizontale » des humains à donner et à continuer la vie. En réfléchissant sur ce couple transcendance-immanence, Hugues Dionne nous rappelle comment les postures existentielles se modifient au gré des cultures, ces horizons de sens qui tentent d'explicitier notre destinée eu égard à notre insuffisance humaine. Le sens de l'humain évoque précisément cette indéfectible foi anthropologique envers l'autre et envers la vie à continuer coûte que coûte. C'est là un parcours où les croisements marquent les grands « passages » d'une vie. Nicole Bouchard

s'intéresse précisément à ces grandes étapes en mettant en valeur les « rites de passage » qui permettent la traversée des grands bouleversements et la renaissance à soi-même. La structure du programme *Sens et projet de vie* module ses avancées dans cette perspective d'un passage à réaliser pour aboutir dans une sorte d'apaisement et de réintégration dans de nouvelles postures donatrices. Toutes les démarches de reformulation des projets de vie viennent concrétiser ce travail de renaissance et exprimer les perspectives anticipatrices souhaitées par chacun d'une vie sensée. À la lumière de sa propre expérience d'accompagnement de projets, Luis Adolfo Gómez González dégage les idées-forces de ces expériences existentielles telles que vécues dans la définition, la mise en œuvre, la réalisation et l'évaluation des projets de vie.

C'est tout ce « parcours pédagogique ouvert sur le sens » que le programme *Sens et projet de vie* tente de réaliser avec chaque participant. La structure du programme vise à faciliter ces passages expérientiels, nous rappellent Thérèse Côté, Hugues Dionne et Huguette Guay. C'est à travers des échanges sur les expériences de sens de chacun que s'amorce le programme avant d'aboutir à une reformulation de ces expériences anticipées pour l'avenir. La trajectoire du programme s'appuie elle-même sur les histoires de vie des participants. L'une des pièces clés du programme est élaborée à partir d'un travail d'écriture du récit de vie de chacun. C'est là un exercice de mémoire important qui permet au participant de repérer la construction de sens qui l'a maintenu en vie et d'identifier les repères de sens qui lui semblent indispensables pour poursuivre sa vie. C'est cette aventure passionnante consistant à « dire oui à sa naissance » que nous racontent Jeanne-Marie Gingras, Lucie Mercier et Cécile Yelle. Notre vie n'est pas pure invention de soi, au contraire. Pour être en mesure de nous identifier comme personne, il importe de voir comment nous sommes essentiellement redevables d'une culture, d'une époque, d'une génération, d'un lieu, d'une circonstance... Nous sommes faits des autres, nous sommes récit collectif. C'est de cet accueil bienveillant de soi et de nos reliances aux autres et au monde qu'émergeront à la fois cette énergie nouvelle de se continuer et cette intelligibilité rassurante d'une trajectoire renouvelée. C'est ce chemin que nous font faire Jeanne-Marie Rugira, Diane Léger, Jean-Philippe Gauthier et Serge Lapointe en nous faisant découvrir de nouveaux repères de sens.

Suivre un tel programme permet de devenir attentifs aux orientations de sens qui parcourent nos vies et de nous inscrire dans une démarche permanente de quête et d'actions susceptibles de nous assurer

un renouvellement continu de sens. En raison de nos approches interprétatives ou herméneutiques, il nous semblait à propos d'être lecteurs d'auteurs qui ont été des acteurs au sein du programme. Ils peuvent témoigner d'une démarche personnelle et pédagogique qu'ils ont vécue ou vivent encore profondément. C'est ainsi que Claude V. Lacasse nous décrit son parcours en insistant sur cette reliance nouvelle qui fut pour elle une grande source d'apprentissages tout en étant révélatrice de ses propres fondements existentiels alors qu'elle ressentait en elle « un consentement à vivre qui résonne dans tout son être ». France Bilodeau et les membres de la cohorte de Montréal 2006-2008 prennent le relais en témoignant, à tour de rôle, de la force de transformation du programme et de la force du groupe comme lieu de partage et d'apprentissage du sens de la vie. Leurs propos, contextualisés par Diane Auger, viennent nous éclairer sur l'altérité au cœur même de la « production » du sens. À travers l'écriture assidue de son journal personnel, Marie-Christine Boulanger exprime avec intensité sa quête profonde alors qu'elle amorce le programme. Sensible et attentive à toutes les perspectives pédagogiques qui s'amorcent, elle progresse, rencontre après rencontre, lecture après lecture, vers la formulation de base qui est la sienne. Elle cherche son point d'appui de départ dans des expressions existentielles premières qui vont la conduire à son propre récit de vie. À la suite de sa traversée du programme, Maurice Gendron raconte plutôt ses dernières démarches préparatoires pour vivre « le dernier bout de sa vie ». Il nous invite dans les chemins qu'il fréquente pour mieux nous faire comprendre la richesse spirituelle de son parcours, son acceptation bienveillante et son goût de vivre de plus en plus ou de « mourir le moins possible », comme lui a chuchoté Baruch de Spinoza.

C'est cette aventure universitaire que nous voulons simplement vous raconter. « Tout se joue avant six ans », prétendent certains spécialistes de l'enfance... Nous sommes fiers de notre jeune trajectoire et heureux de poursuivre notre aventure dans le cadre du partenariat avec le Département de philosophie de l'Université du Québec à Trois-Rivières (UQTR) et ne pouvons que nous réjouir de la connivence intellectuelle et « andragogique » de Serge Cantin, qui a été invité à conclure cette première étape avec nous.

*Luis Adolfo Gómez González, Diane Léger,
Louise Bourdages et Hugues Dionne
Décembre 2012*



Luis Adolfo Gómez González, professeur au Département de psychosociologie et travail social de l'Université du Québec à Rimouski, formateur et directeur du programme *Sens et projet de vie*.



Louise Bourdages, professeure retraitée de la TÉLUQ, cofondatrice et première directrice du programme *Sens et projet de vie*.



Diane Léger, professeure au Département de psychosociologie et travail social de l'Université du Québec à Rimouski et formatrice dans le programme *Sens et projet de vie*.



Hugues Dionne, professeur retraité de l'Université du Québec à Rimouski et formateur (TÉLUQ) dans le programme *Sens et projet de vie*.

DONNER UN SENS À SA VIE !

Il semble bien que ce soit là un désir humain fondamental nous poussant à vouloir rendre notre vie intelligible et passionnée, porteuse de goûts de vivre pertinents et de choix de vie cohérents. Même si cette démarche nous semble toute individuelle et intime, elle fait appel à des conceptions que nous cherchons à partager quant à notre place dans le monde et à nos liens aux autres. Le programme *Sens et projet de vie* a ainsi été développé, grâce à un partenariat entre la TÉLUQ, l'Université du Québec à Rimouski et l'Université du Québec à Chicoutimi, pour accompagner les personnes dans leur passage au mitan de leur vie.

Ce livre traite de ce programme universitaire novateur, dont le nombre grandissant d'inscriptions témoigne de son actualité et de sa pertinence sociale. C'est à partir des récits et des réflexions des formateurs et des étudiants impliqués dans ce projet qu'est construit cet ouvrage axé sur l'émergence, la coconstruction et la mise en œuvre du sens personnel et commun de la vie. Il aborde différentes dimensions de cette démarche – l'histoire et l'approche globale du programme, la quête de sens comme expérience culturelle et existentielle, le parcours pédagogique du programme et ses différentes étapes – et présente des témoignages d'étudiants à propos de leur cheminement de sens et de leur expérience pédagogique. Il intéressera particulièrement les formateurs et les intervenants qui œuvrent auprès des personnes à la recherche d'un sens à leur vie, mais également toute personne qui s'interroge sur ses aspirations et ses objectifs.

ONT COLLABORÉ
À CET OUVRAGE

Diane Auger
Nicole Bouchard
Marie-Christine Boulanger
Louise Bourdages
Serge Cantin
Thérèse Côté
Hugues Dionne
Jean-Philippe Gauthier
Maurice Gendron
Jeanne-Marie Gingras
Luis Adolfo Gómez González
Huguette Guay
Claude V. Lacasse
Serge Lapointe
Diane Léger
Lucie Mercier
Jeanne-Marie Rugira
Céline Yelle

ISBN 978-2-7605-3695-1



9 782760 536951

PUQ.CA