

## L'IMPACT DES MESURES DE MARCHÉ DU TRAVAIL

# L'effet positif n'est que temporaire

Eva Clot-Siegrist

*Les cours de techniques de recherche d'emploi renforcent l'estime de soi et augmentent le sentiment d'efficacité personnelle. Ces améliorations s'évanouissent néanmoins assez rapidement. Il s'impose donc de réagir et de prendre des mesures adéquates. C'est ce qu'il ressort du mémoire de recherche de deux étudiants en psychologie de l'Université de Lausanne.<sup>1</sup>*

L'objectif prioritaire des mesures de marché du travail (MMT) est l'accroissement de l'employabilité des chômeurs. Or, la notion d'employabilité renvoie à une multitude de dimensions – économiques, sociales, personnelles et psychologiques. Si, en tant que psychologues, conseillers-ères en orientation, nous nous focalisons sur la part psychologique de l'employabilité, les cours pour chômeurs devront avoir un impact psychologique «positif» pour les chômeurs bénéficiaires, contribuant ainsi à l'amélioration de l'employabilité dans sa globalité.

## ESTIME DE SOI ET LIEU DE CONTRÔLE INTERNE

Nous avons développé ce questionnement en cristallisant deux facteurs psychologiques interdépendants de l'employabilité: l'estime de soi et le sentiment de contrôle ou d'efficacité (lié à un lieu de contrôle interne) (cf. Gangloff et Sourisse, 1995 et Bandura, 2003). En effet, il ne suffit pas qu'un individu ait les compétences requises pour (ob)tenir un poste, encore faut-il qu'il en ait conscience et qu'il puisse y croire. Les recherches menées par Vroom (1964)

mettent notamment en exergue l'effet inhibiteur d'une faible estime de soi d'une part et d'une impression de ne plus maîtriser la situation (lieu de contrôle externe) d'autre part; la personne est alors persuadée que toute tentative d'action est vouée à l'échec. Par conséquent, l'impact psychologique «positif» d'un cours pour chômeurs pourrait se traduire par une hausse à la fois de l'estime de soi et de l'internalité des participants. De plus, l'utilité des cours en question serait optimale, si cet effet était durable dans le temps.

Pour tester ce raisonnement, deux étudiants en psychologie de l'Université de Lausanne et futurs conseillers en orientation ont lancé une enquête sur deux cours de techniques de recherche d'emploi réalisés en Suisse romande, dans deux cantons, différents.

## EFFICACE, OUI! MAIS POUR COMBIEN DE TEMPS?

Au-delà de l'aspect purement technique, ces mesures – animées par des psychologues conseillers-ères en orientation – abordent plusieurs enjeux du chômage et les difficultés qu'il engendre, visant finalement à développer chez chaque participant-e un ensemble de compétences qui interviendraient dans la recherche d'un emploi. 131 personnes (93 femmes et 38 hommes), âgées de 19 à 61 ans, ont parti-

cipé à l'enquête. Deux questionnaires, évaluant respectivement l'estime de soi et le lieu de contrôle, leur ont été présentés en début de cours et à la fin de ce dernier. Après un intervalle de deux mois, tous les participants ont été re-sollicités pour répondre encore une fois aux deux questionnaires, 71 parmi eux y ont donné suite.

*Deux mois après la fin des cours, les niveaux d'internalité et d'estime de soi des bénéficiaires chutent fortement, atteignant des résultats même inférieurs à ceux mesurés au départ.*

L'analyse des résultats montre un impact important des cours sur l'estime de soi et le degré d'internalité des participants, cela indépendamment des caractéristiques socio-démographiques (âge, sexe et niveau de formation) de ces derniers: les deux facteurs sont clairement plus élevés à la fin des cours qu'au début (voir le graphique). Ces observations semblent rejoindre les constatations de Gangloff et Sourisse (1995), pour qui les cours de techniques de recherche d'emploi ont un effet internalisant. Le contenu des ateliers et le discours des animateurs, visant tous deux le renforcement du sentiment de contrôle des

<sup>1</sup> Masserey R., & Regamey, C. (2006). *L'impact psychologique de deux cours pour chômeurs: Le rôle internalisant des cours de techniques de recherche d'emploi. Recherche de Diplôme, Institut de Psychologie, Université de Lausanne.*

chômeurs, pourraient expliquer en grande partie ce phénomène. La hausse en parallèle de l'estime personnelle des candidats indiquerait en outre que leur internalité plus prononcée ne soit pas vécue comme culpabilisante ou «sur-responsabilisante». L'amélioration de l'image de soi pourrait aussi traduire le regain en assurance des participants, dû à la réappropriation de leurs compétences. Soulignons encore le rôle très important que joue le groupe dans l'amélioration de l'estime de soi. En effet, de multiples témoignages de participants évoquent ce cadre à la fois rassurant – «ça fait du bien de retrouver des personnes qui vivent la même situation que soi» et valorisant – «le fait de devoir présenter son parcours à d'autres, permet de mieux voir sa propre richesse».

Au vu de ces premiers résultats, on pourrait déduire que les cours Fenêtre-Emploi et Action-Emploi remplissent tout à fait leur rôle en renforçant le versant psychologique de l'employabilité. Malheureusement, le facteur «temps» vient ternir ce constat initialement réjouissant. En effet, au moment de la troisième mesure, soit deux mois après la fin des cours, les niveaux d'internalité et d'estime de soi des bénéficiaires chutent fortement, atteignant des résultats même inférieurs à ceux mesurés au départ (voir le graphique). Cette observation révèle un impact psychologique des mesures en question, qui reste tempo-

raire et qui baisse dès que les participants se voient confrontés à nouveau, seuls, à leur situation de chômage et à des échecs à répétition.

#### LA TRACE LAISSÉE PAR LE CHÔMAGE ET LA FORCE DU GROUPE

La forte diminution de l'estime de soi et de l'internalité des participants sur le moyen terme pourrait s'expliquer par le caractère incisif de l'expérience du chômage. En effet, cette situation marque profondément les individus en modifiant la vision qu'ils ont de leur propre valeur, de leurs possibi-

*Les cours pour chômeurs, qui sont des interventions ponctuelles et limitées dans le temps, ne parviendraient pas à «remodeler» durablement les schémas d'interprétation des individus.*

lités d'action et de leur environnement socio-économique.

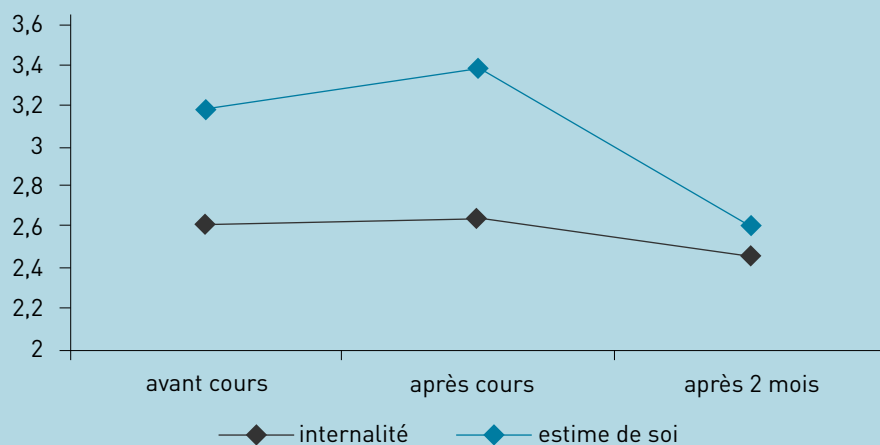
Face à cela, les cours pour chômeurs, qui sont des interventions ponctuelles et limitées dans le temps, ne parviendraient pas à «remodeler» durablement les schémas d'interprétation des individus. On pourrait même se demander, si le changement du style d'attribution vers un lieu de contrôle plus interne, tel qu'observé à la fin des

cours, ne soit pas simplement un «produit» de l'effet normatif du groupe, une attribution interne étant généralement plus valorisée dans notre contexte culturel occidental. Ainsi, la personne qui se retrouve chez elle n'est plus dans le «halo» du groupe soutenant et renforçant, mais doit à nouveau affronter seule les aléas de sa situation de chômage. Les premiers mois qui suivent le cours peuvent alors être accompagnés d'un sentiment de désillusion, expliquant la baisse importante de nos mesures psychologiques.

#### IMPLICATIONS PRATIQUES: LA QUESTION DE L'«APRÈS»

Si notre but est de prévenir la détérioration du bien-être psychologique des participants après le cours, il semble primordial que les praticiens (en charge des cours pour chômeurs) complètent leur concept de formation, les méthodes appliquées et messages véhiculés à la lumière des résultats présentés ci-dessus. Différentes solutions pourraient être envisagées, telles que la constitution active d'un réseau social de ressources de soutien pour chaque participant-e ou encore l'organisation de séances de suivi, individuelles ou en groupe. L'enseignement de techniques spécifiques, comme la résolution de problème, la gestion du stress ou l'affirmation de soi, pourrait faire partie du programme de base afin d'aider les clients à surmonter les obstacles potentiels pouvant se dresser sur leur chemin par la suite.

### Evolution de l'estime de soi et de l'internalité au travers de cours pour chômeurs



Eva Clot-Siegrist, maître d'enseignement et de recherche à l'Institut de Psychologie de l'Université de Lausanne, superviseur au Service de consultations – conseil et orientation – du même institut. Adresse: Service de consultations, avenue de la Gare 1, 1003 Lausanne, Eva-Clot-Siegrist@unil.ch

#### Références:

- Bandura, A.** (2003). Auto-efficacité: le sentiment d'efficacité personnelle. Paris: De Boeck Université.
- Gangloff, B. & Sourisse, M.** (1995). Influence de la durée du chômage et de stages chômeurs longue durée sur l'évolution du conformisme à la norme d'internalité. *Psychologie et Psychométrie*, 16, 4-19.
- Vroom, V. H.** (1964) *Work and motivation*. New York: Wiley.