

*LES ACTEURS TOULOUSAINS DE L'EDUCATION
FONT LEUR PRINTEMPS*

Les Transitions: **tout le long de la vie**

22 Mai 2019

Sylvie Esparbès-Pistre
MCF en Psychologie
du Développement

Université Toulouse II
Jean Jaurès
Laboratoire Lisst-Cers, Beco

Plan

- 1. La transition et les transitions
- 2. Qu'est-ce qu'il se joue ?
- 3. Comment s'adapter ?
- 4. Qu'est ce qui favorise les transitions ?

Conclusion:



- **1. La Transition**
- **les Transitions**

1. Transition

Etymologie

« Trans »

Préfixe latin;
« au-delà »

De maintenant ?
Du présent ?

« tion »

Suffixe:
Action
Résultat d'une
action

Mouvement ?
Processus ?

« Transir »

Verbe:
Trépasser,
Passer, partir,
Aller au-delà de

Risques pour le
sujet ?

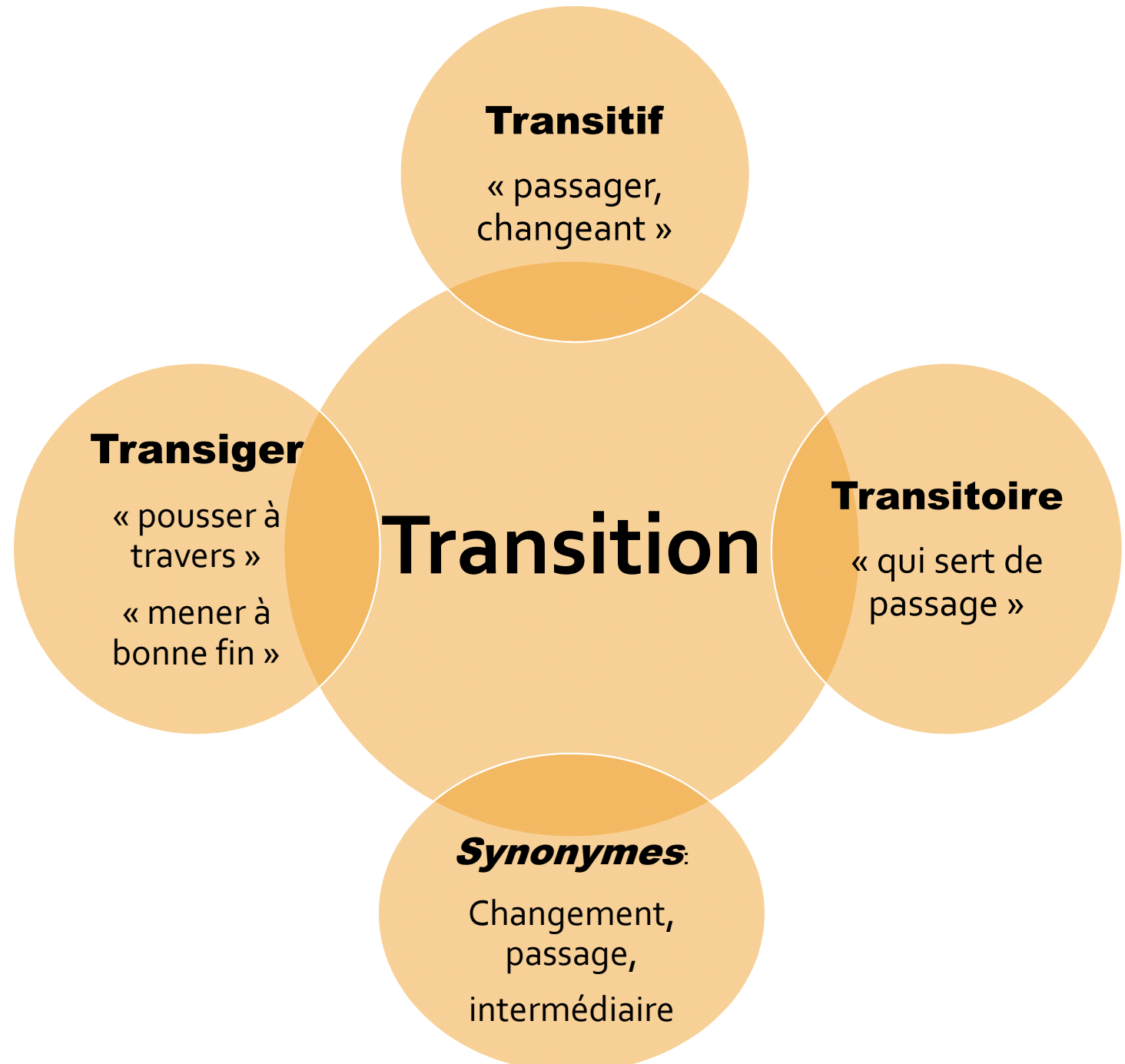
« Transitio »

Passage,
Transition

Changement ?

1. Transition

Mots proches et synonymes



La Transition comprend 4 paramètres (Houdé , 1989)

➤ Son moment :

- chez le nourrisson passer du sein au biberon,
- chez l'enfant passer de la maternelle à l'école,
- chez le jeune adulte en début de carrière professionnelle, etc..

➤ Sa zone :

- au niveau du travail,
- du style de vie,
- des relations d'intimité,
- de la famille, de l'image de soi....;

➤ Sa durée et son rythme ;

- le temps, répétitif ou pas

➤ Les moyens ;

- utilisés pour gérer la transition.;
- les ressources , etc..

De la transition aux transitions



2. Les transitions

Définitions

« **Les transitions** sont :

des processus d'élaboration du changement,

qui permettent à un individu dans un espace-temps, plus ou moins long :

- de déployer des conduites actives de préservation des identités de rôles qu'il valorise
- et/ ou de se déplacer vers un nouvel équilibre identitaire
- et ce, en interaction avec autrui »
(Dupuy, 1998).

Transitions dans les trajectoires de vie:

- points de bifurcations suivis de changements
- périodes de réinvention
- périodes de changements

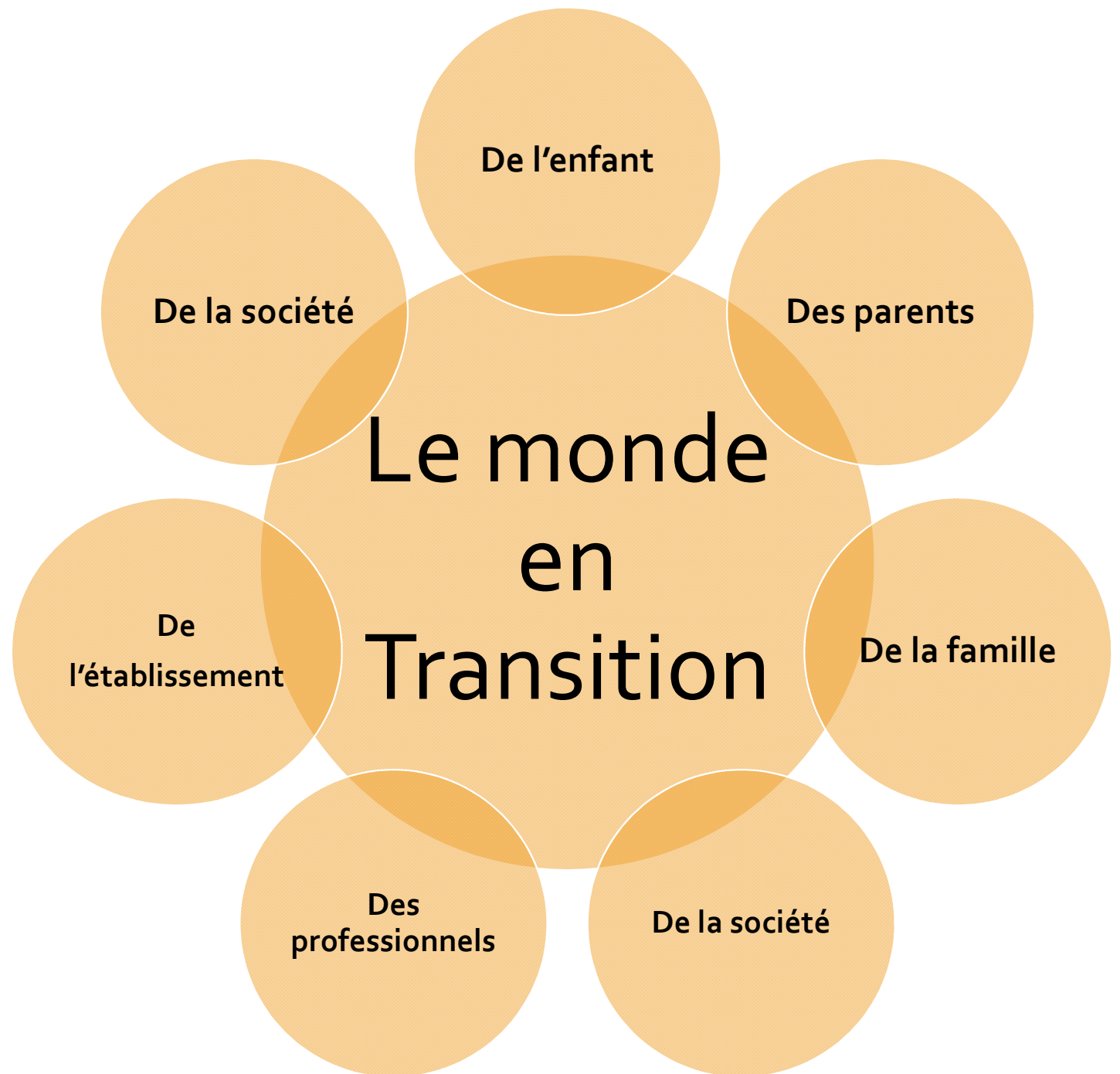
(Sapin, Spini et Widmer, 2007).

Les transitions

dans les trajectoires de vie

| Transitions normales | Transitions spécifiques ; « vers » Selon les sphères de la vie | Complexité de la société | Événements de vie |
|----------------------|--|---|---|
| Petite enfance | <ul style="list-style-type: none"> • Du biberon à l'alimentation solide • De 4 pattes à debout • L'entrée à la maternelle, Etc. | <ul style="list-style-type: none"> • Age de la majorité • Droit de vote | <ul style="list-style-type: none"> ○ Prévisibles: <ul style="list-style-type: none"> • Maladies • Deuils • Mariages • Naissances, • Déménagements • Emploi • Migration, .. ○ Imprévisibles: <ul style="list-style-type: none"> • Accidents, • Rencontres, • Maladies • Deuils • |
| Enfance | <ul style="list-style-type: none"> • de la maternelle vers l'école | <ul style="list-style-type: none"> • Egalité homme/femme • Développement économique | |
| Adolescence (?) | <ul style="list-style-type: none"> • Du primaire vers le collège • Du collège vers le lycée • Du lycée vers une formation | <ul style="list-style-type: none"> • Allongement des études, • Âge de la retraite • Les guerres • Les attentats | |
| Âge adulte | <ul style="list-style-type: none"> • Célibataire à en couple • Vers l'activité professionnelle • Vers la Parentalité • Vers | <ul style="list-style-type: none"> • Etc.. | |
| Mitan de vie | <ul style="list-style-type: none"> • Changement d'emploi • Famille recomposée | | |
| Retraite | <ul style="list-style-type: none"> • De l'emploi vers la retraite | | |

Interactions des transitions



Crises ?

*Crise
existentielle ?*

- Parler de crise: c'est indiquer que le temps vécu n'est pas linéaire.
- Temporalité en spirale avec :
 - des moments de **structuration de l'expérience**,
 - des moments de **déstabilisation**,
 - des moments de **rupture** impliquant à leur suite des prises de décisions,
 - enfin des moments de **recomposition**

Le phénomène de crise exprime une incertitude existentielle

Développement et temporalité

- **Parler de développement c'est :**
 - se référer à une succession de différentes phases dans le temps
 - à une temporalité.
- **3 temporalités :**
 - la continuité,
 - la répétition,
 - mais aussi le **changement** ; l'intégration de la ligne et du cercle ne peut se faire que par la spirale

La temporalité

(Tap, 1994)



• 1- La continuité est dans la succession,

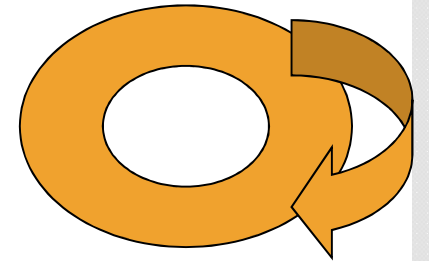
c'est le temps linéaire :



- aspects procéduraux, les étapes, les passages,
- le découpage d'un déroulement en instants, séquences, phases ou stades,

• 2- La répétition du temps cyclique :

- aspects processuels, sur le fonctionnement,
- chaque jour se répète mais est un nouveau jour:
- le rythme, la répétition vient scander la succession, le recommencement des saisons



• 3- Le changement: la complexification du temps spiralé

la spirale rend compte :

- de la ressemblance entre les stades ;
- des processus dans les procédures.
- A la **succession** et à la **répétition** viennent s'ajouter
 - le **changement de niveau par complexité.**

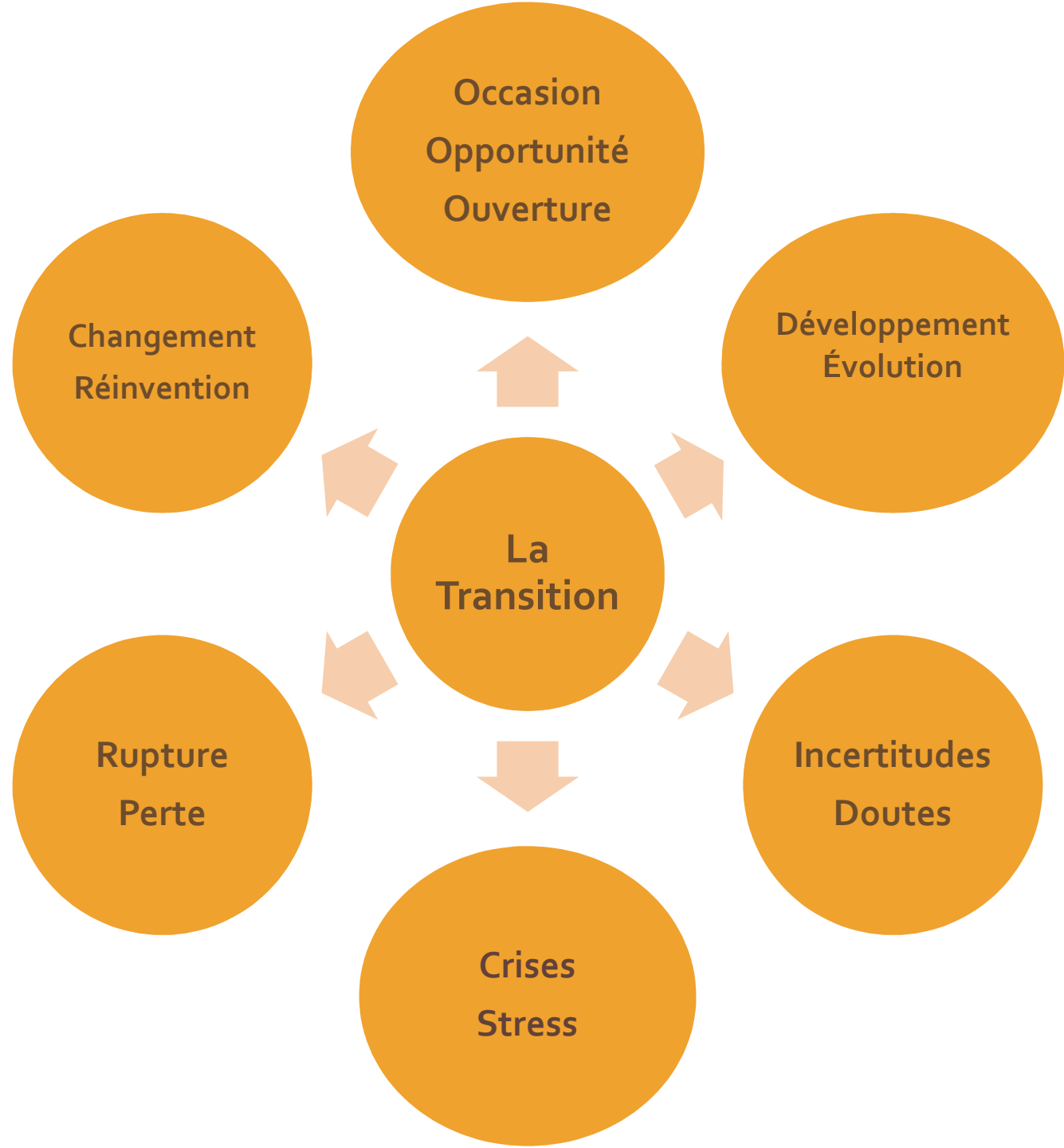


tk51013 www.fotosearch.fr



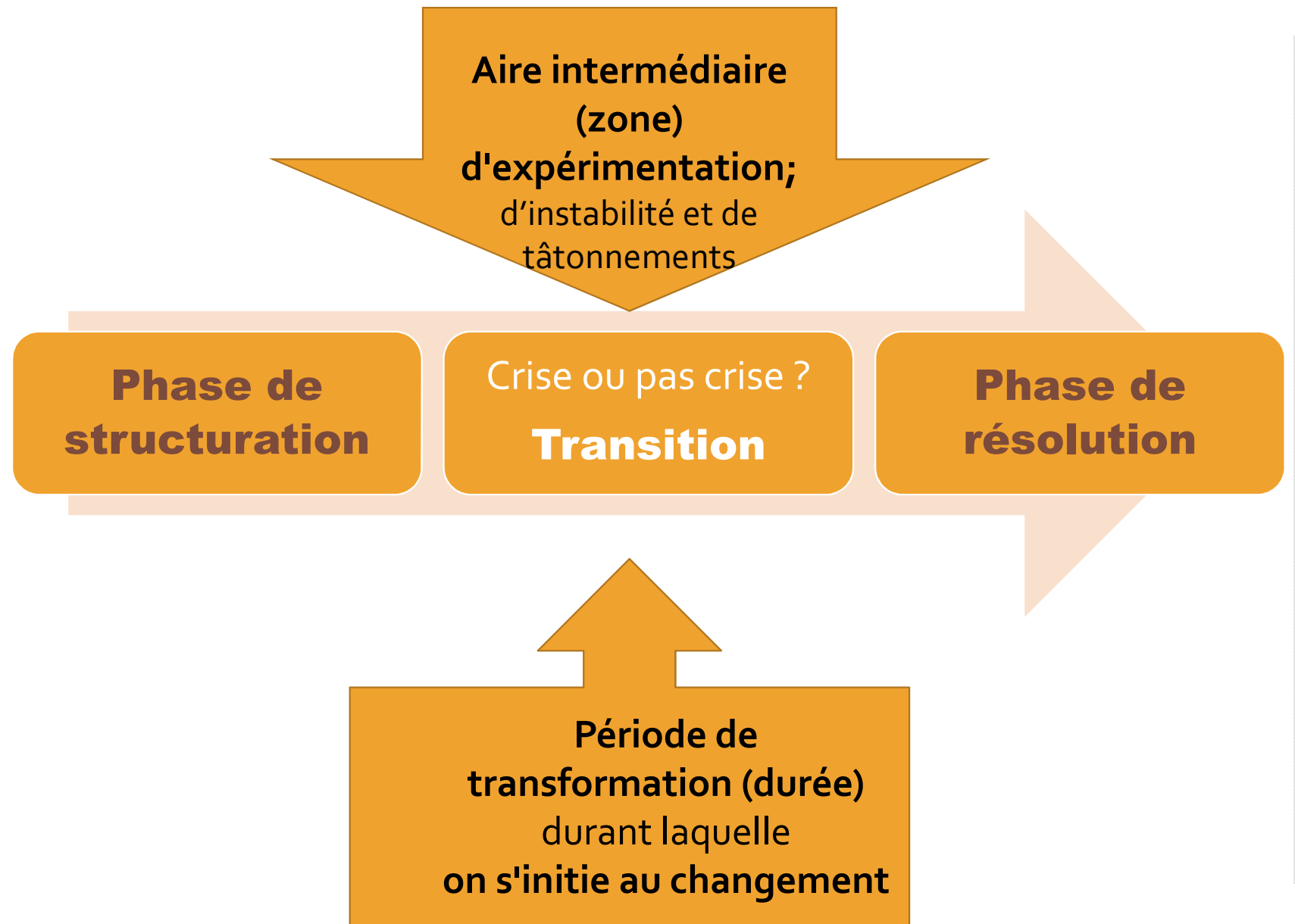
- **2. Qu'est-ce qu'il se joue ?**

Qu'implique la transition ?



Processus de Transition :

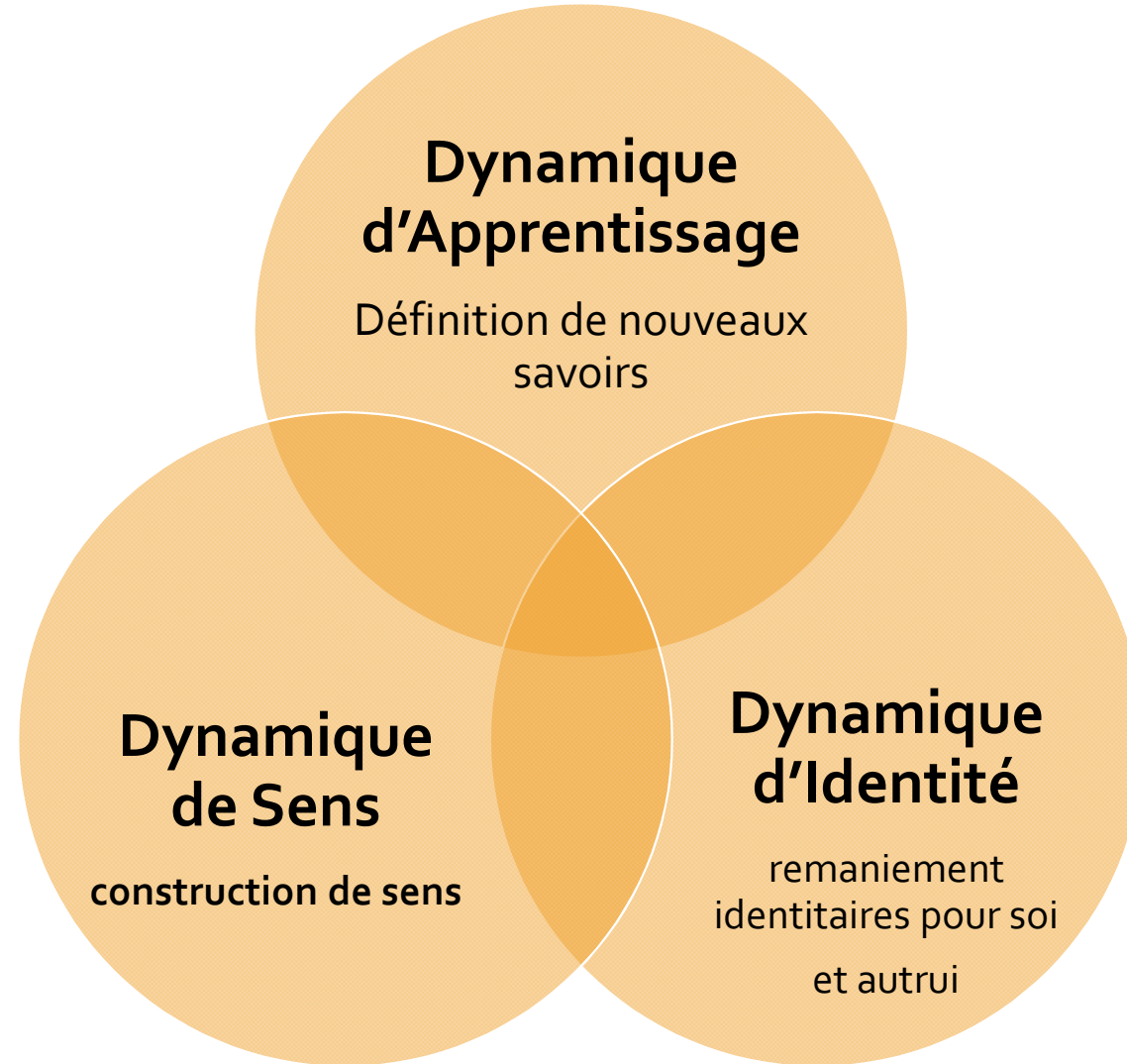
Zone intermédiaire ?
(Houdé , 1989)



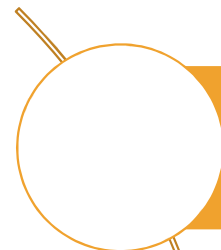
*Dépendance
mutuelle des
dynamiques de
transition :*

*en situation
d'apprentissage*

(Tania Zittoun 2012)

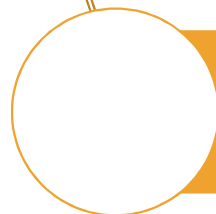


Quelles ressources ?



L'expérience personnelle:

le transfert de connaissance



Les dispositifs d'accompagnement des transitions; accroître la motivation



L'usage de ressources symboliques: les livres, les films, la musique,



Le réseau social: les personnes ressources, parents, amis, etc.. pairs, ..

Quels soutiens ?

(Sarason, 1984)

Réseau social

- Toutes les personnes que connaît le sujet
- Famille, amis, etc.. professionnels

Le soutien social reçu

- Disponibilité des personnes
- + le Soutien donné

Soutien social perçu

- Degré de satisfaction / soutien donné

La transition, quels enjeux ?

Identitaire ? Gain ou perte d'estime de soi

D'adaptation ? Évolution ou Déstabilisation, déséquilibre

D'insertion ? Nouvelles rencontres ou perte de soutien, de travail, etc.

De signification ? Possibilité de donner du sens ou plus rien n'a de sens, dépression

De développement ? Évolution ou Entrave au développement

D'avenir ? Projets ou remise en question de l'avenir

3. Comment s'adapter ?

3.1

Adaptation

Inadaptation

et

Changement

En Sciences Humaines,

l'adaptation signifie un maintien de l'équilibre, voire un retour à l'état antérieur quels que soient les changements de l'environnement.

Qu'est-ce que l'adaptation ?

L'adaptation est "*l'acte consistant à inventer la réaction appropriée à une situation nouvelle, appropriation des moyens adéquats à une fin donnée*" (Morfaux, 1980, p.10).

Etudier l'inadaptation :

- C'est étudier la vie du sujet ponctuée d'événements (maladie, deuil, échec...)
- c'est étudier le déséquilibre que cause ces événements: déséquilibre psychique, social, émotionnel et biologique.

Qu'est ce que l'adaptation ?

| Adaptation | Inadaptation |
|--|--|
| <p><u>Sciences Humaines :</u> Maintien de l'équilibre Retour à un état antérieur</p> | <ul style="list-style-type: none"> - on est toujours inadapté à quelque chose, en déséquilibre, .. - moteur de l'élan vital (se dépasser, faire des choses, etc..) |
| <p><u>Nuttin (1967): aspect motivationnel</u> - ajustement fonctionnel entre 2 pôles du processus vital : organisme - milieu - toutes les formes d'interaction qui assurent le fonctionnement d'un organisme ou d'une personnalité et du milieu</p> | <ul style="list-style-type: none"> -décalage entre soi et les autres - décalage entre notre perception intérieure et le monde réel, etc |
| <p><u>Piaget (1954): aspect cognitif</u> - l'intelligence : une forme d'adaptation (équilibre entre deux processus l'assimilation et l'accomodation)</p> | <ul style="list-style-type: none"> - <u>ce décalage</u> : peut être source d'inspiration, de curiosité, de recherche, de création, .. - <u>mais aussi</u>, source de stress intense, de conflit, etc.. |

La mise en jeu de la notion de changement

- ***Le changement peut signifier :***
 - le passage d'un état à un autre
 - ou le passage d'une transformation à une autre, impliquant un changement de comportement.
- ***"Tout changement implique la transformation plus ou moins brusque et profonde d'un certain système d'équilibre, donc une phase de rupture jusqu'à l'apparition d'un nouvel équilibre"*** (Maisonneuve, 1982, p.236).
- ***Ce processus s'accompagne d'un état de tension psychologique où se mêlent :***
 - une certaine anxiété
 - la nostalgie d'un ordre passé,
 - mais aussi, la pression d'une urgence ou même d'une contrainte,
 - sans oublier cependant une certaine espérance et le sel de l'aventure

**Adaptation
au monde**

**ou
Adaptation
à soi ?**

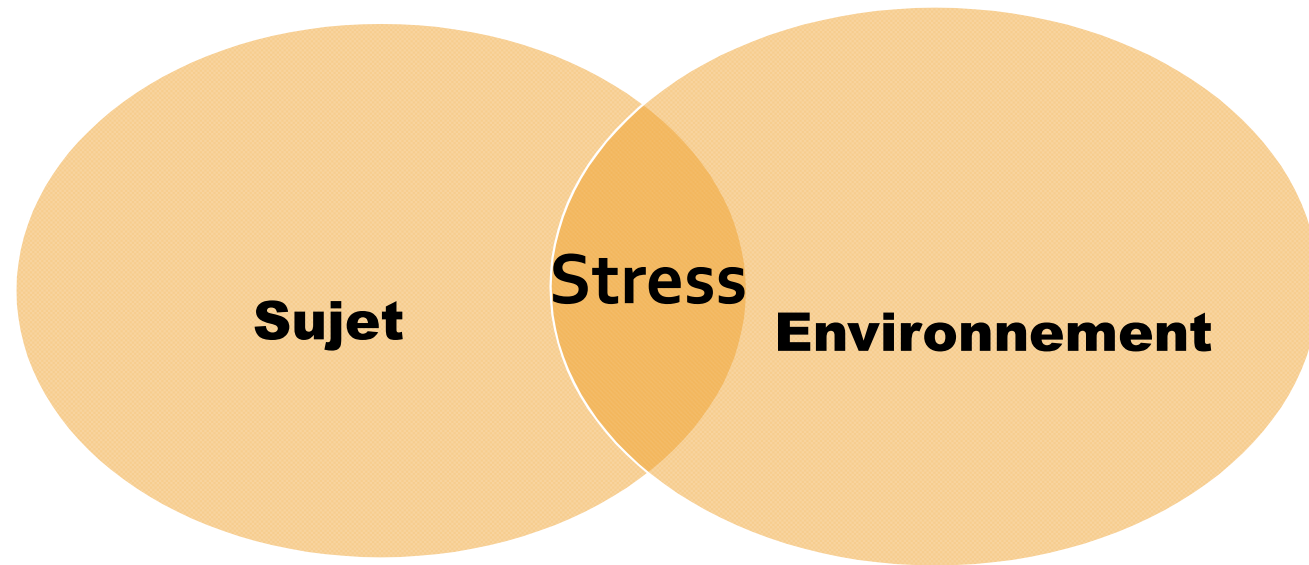
- **L'adaptation** : un mécanisme secondaire (au service d'un dynamisme plus fondamental) (**Nuttin, 1967**)
- Ce dynamisme fondamental n'est pas de s'adapter au monde,
 - mais de s'adapter à soi
 - Et au-delà de **se réaliser dans le monde.**
 - Se réaliser même en étant gravement malade, etc..
- **L'adaptation** : un sous-système, une phase.
 - Car même lorsqu'un équilibre est atteint, à travers de nouveaux projets, le sujet va le rompre.

3.2 Approche interactionniste du stress

Comment le sujet vit-il cette situation de transition ?

Le stress n'est pas défini par Lazarus (1966)

- comme stimulus ou comme réponse,
 - mais c'est la relation stimulus-réponse qui définit le stress.
-
- Le stress ne réside ni dans l'événement, ni dans l'individu, mais dans **la transaction individu-environnement**.
-
- De nombreux auteurs sont d'accord sur la définition que donnent Lazarus et Folkman : "*le stress est la relation particulière entre la personne et l'environnement évalué par la personne comme dépassant ou excédant ses ressources et mettant en danger son bien être*" (op. cit., 1984, p.19).



Le stress est donc :

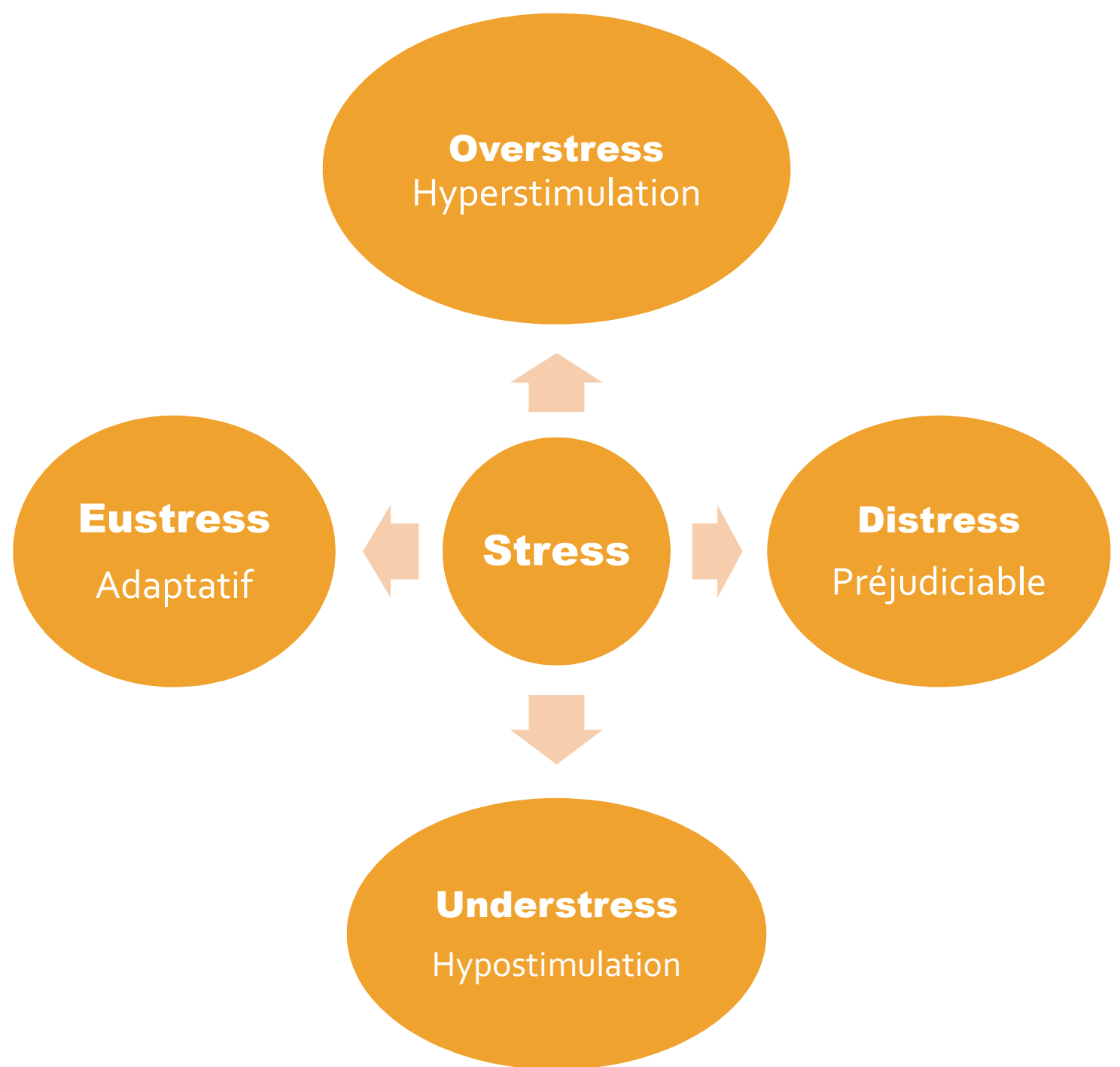
un processus interactif
nécessitant la relation personne-environnement
et transactionnel dans les réponses mises en œuvre car,
incluant des ajustements entre les agents de stress ou stressseurs
et la personne.

La transition

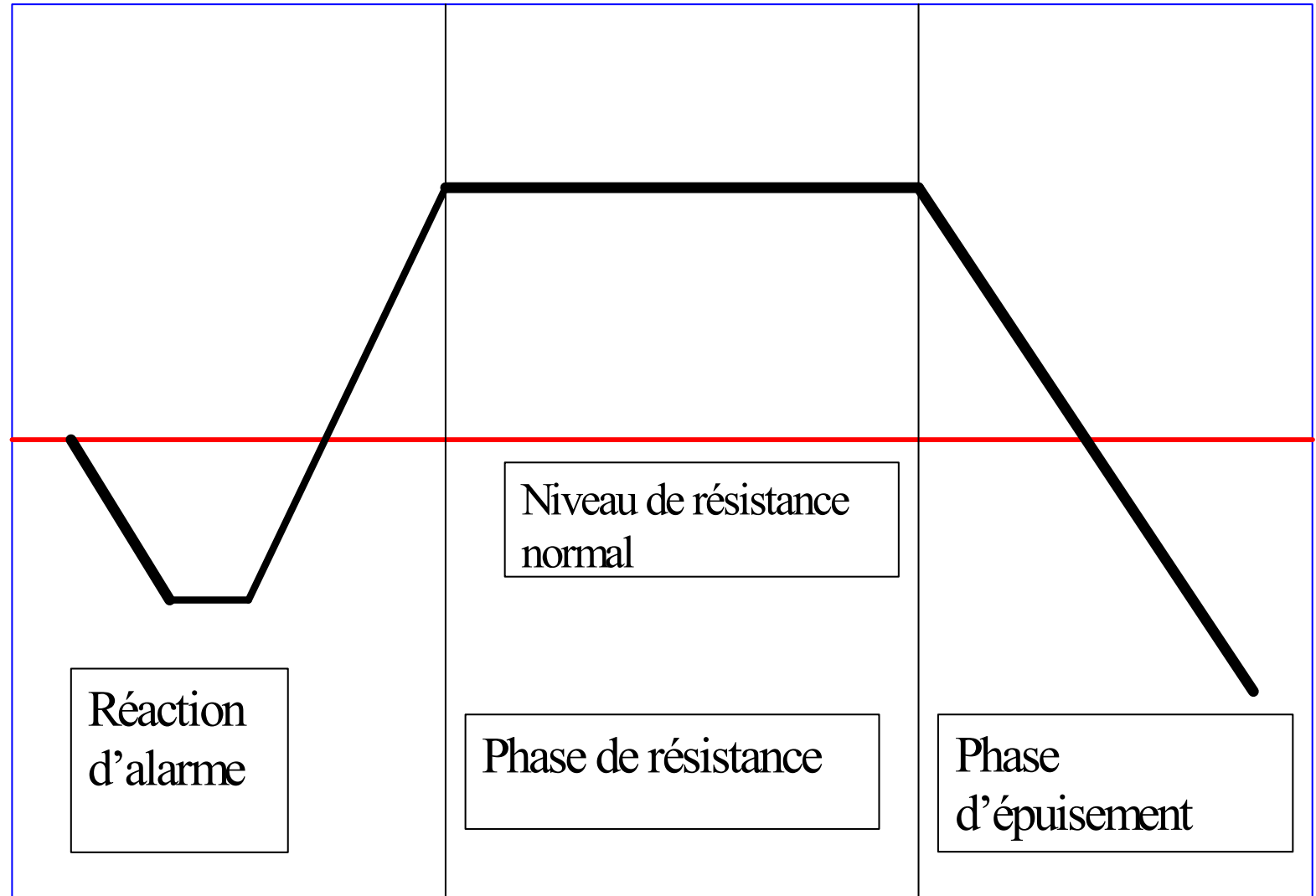
Stress et gestion
des émotions

Les différents
aspects du
stress :

Selye (1974)



Syndrome général d'adaptation



Les trois stades du Syndrome Général d'Adaptation
(d'après Selye, 1956)

Les phases du stress

- **La phase d'alarme:** aiguë, dramatique, provoquée par la survenue d'un agent stressant (choc)
- **La phase de résistance :** adaptation, période de compensation, mise en place de réactions de défenses (et stratégies mises en place)
- **La phase d'épuisement:** décompensation, effondrement des capacités de résistance, les mécanismes d'adaptation cèdent (stratégies inefficaces, burn-out).

Faire face au stress

L'approche stratégique

Du style aux stratégies :

Le sujet confronté à une situation totalement nouvelle, en crise, en conflit ou en rupture, va devoir :

- **abandonner ses stratégies habituelles** (son style de faire face).

Le *style* (conformité personnelle, cadre personnel de référence) *est remis en question*.

Il ne suffit plus à assurer son adaptation.

- **chercher des solutions nouvelles :**

- Il va prendre des risques,
- adopter ou inventer de nouvelles stratégies plus adaptées.

- **L'approche stratégique est donc :**

- dynamique dans le sens où l'adaptation est une constante nécessité ;
- elle implique des choix successifs.

- **L'activation du processus stratégique**

implique l'articulation dynamique de 3 éléments indispensables et indissociables;

- **les acteurs** (individuels ou collectifs) avec leurs ressources, leurs contraintes et leurs potentialités,
- **la situation** avec sa nature, ses contraintes, et ses enjeux
- **les finalités** poursuivies par les acteurs.

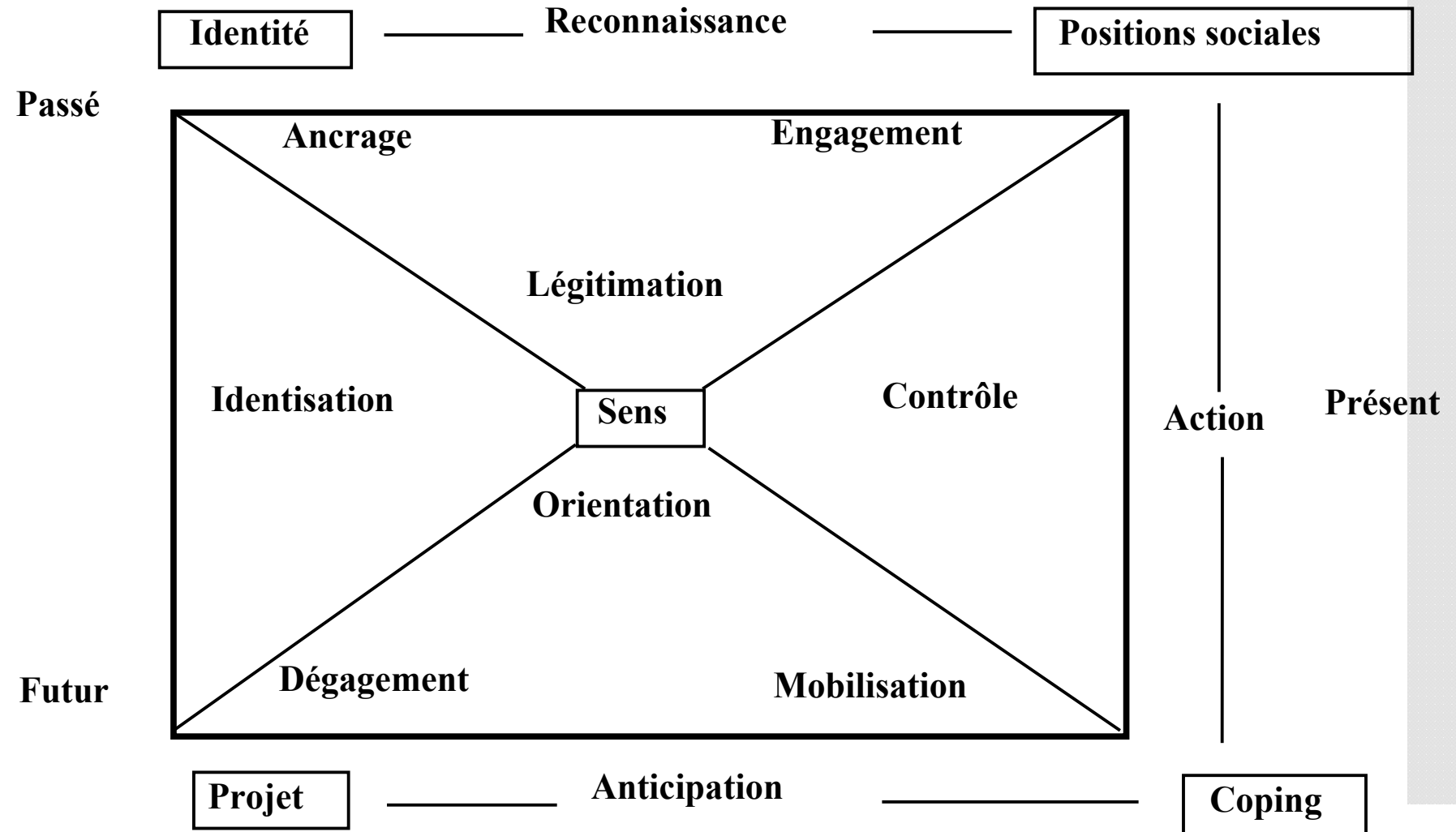
La diversité des stratégies :

Les stratégies de personnalisation

- **Le sujet, en situation difficile, de transition :**
va tenter de s'en sortir en mettant en place *des stratégies de relance*.
- **A travers une dynamique stratégique :**
 - il se donne des objectifs à atteindre,
 - lui permettant d'espérer à nouveau dans des projets.
- **A travers eux, il reconstruit un itinéraire.**
Les stratégies s'inscrivent dans un processus plus large, processus de personnalisation, qui englobe :
 - la gestion de la situation présente (***stratégies de coping***),
 - l'affirmation ou la défense de l'identité, actuelle et passée (***stratégies identitaires***),
 - la quête de reconnaissance d'une position sociale (***stratégies de positionnements et d'engagements sociaux***)
 - et l'orientation vers un devenir, impliquant des ***stratégies de projets***.

Les stratégies de personnalisation

(Tap, Esparbès, Sordes-Ader, 1995)



Le sens:

**La
signification
de la
situation,

de la
transition,

de sa vie**

L'effet de **sens**, facilite, l'articulation entre les quatre processus stratégiques:

- **L'identité**, s'ancre sur un système de significations à partir duquel le sujet s'évalue, s'estime.

L'identité peut s'orienter vers : le changement, le dépassement, l'effort de progression (vouloir être) ou s'enfermer au contraire dans la répétition de valeurs, par identification à un modèle (devoir être).

- **La position sociale** prend sens en termes d'engagement et de prise de position, de conviction à défendre.
- **Le projet** donne du sens en termes d'orientation et de prise de direction, c'est la réalisation à travers un projet de vie.
- **Le coping** prend sens en relation avec l'évaluation de la situation, la signification, la valeur que le sujet lui accorde.

Importance de la recherche de sens

- **Recherche de sens, donner du sens;** aux apprentissages, aux événements, à sa vie, etc.
- **Rites initiatiques ?** Chez nous peu de rites, le bac, le permis, etc..
- **Symboliser les passages ;** fêter les anniversaires, les réussites, etc..

Entre

Aliénation

et

Personnalisation

| Aliénation | | Personnalisation (Tap, d'après Seligman) |
|---------------------------------------|----------|---|
| Impuissance (powerlessness) | 1 | Quête de pouvoir |
| Dé-signification (meaninglessness) | 2 | Quête de sens et de signification |
| Anomie (normlessness) | 3 | Quête d'autonomie |
| Etrangeté aux valeurs | 4 | Hiérarchisation de nouvelles valeurs et projets |
| Incapacité à se réaliser | 5 | Réaliser pour se réaliser |

- **4. Qu'est ce qui favorise les transitions ?**

Composantes qui favorisent une issue développementale

(Anne-Nelly Perret-Clermont, 2012)

Le rôle du cadre social

- L'école, le collège, etc.
- Les normes, valeurs, etc.
- **Réflexion sur les règles de l'établissement.**

La qualité de l'espace relationnel

- Les échanges avec les pairs, etc.
- Les relations intergénérationnelles
- **Création d'espace de discussion**

La présence de sources symboliques

- Récits, images, films, fictions, journaux, etc..
- **Importance de la culture pour construire du sens**

Un espace et un temps

- Pour l'erreur: Marge d'essai et d'erreur (indispensable, **les vertus de l'échec pour apprendre** (Pépin Charles))
- Pour rêver: faire des projets, inventer

Les arts,
la culture,
le sport,
la musique.

Des leviers d'éducatons

- Renforcent l'estime de soi
- Une ouverture sur le monde

Des soutiens

- Un autre regard est porté sur eux
- D'autres relations que scolaires

Moteurs de réussites

- La réussite renforce l'estime de soi qui amène l'enfant ou l'adulte à vouloir réussir.
- Renforce l'endurance, etc..

Exemples de transition

- Exemple de transition chez les enfants
 - Ecoles passerelles
 - Ecole de la 2^{ème} chance
- Exemples de transition chez les adultes:
 - AFPA
 - Les groupes de paroles; alcooliques anonymes, etc..
 - Reprises d'études

Méthodologie d'analyse des transitions :

| | Avant la transition comment s'était ? | Pendant la transition Qu'est ce qui a changé ? |
|--------------------------------|---|--|
| Son moment | | |
| Sa zone | | |
| Sa durée, son rythme | | |
| Les ressources (les moyens) | | |
| | | |
| Les attentes | | |
| Les stratégies | | |
| | | |

Conclusion :

Les transitions font partie de la vie

Il faut donc aider les enfants et les adultes à développer un processus de résilience

pour un meilleur bien-être

**Aider les
personnes
à construire
ou renforcer
leur potentiel
de résilience**

- **La résilience est**
- « la capacité d'une personne, d'un groupe, de bien se développer, de continuer à se projeter dans l'avenir en présence d'événements déstabilisateurs, de traumatismes sérieux, graves, de conditions de vie difficiles » (Cyrulnik, Lecomte, Manciaux, Tomkiewicz et Vanistendael, 2001 dans Michallet, 2010 :12).
- **La résilience est dynamique, et, parmi les processus qui contribuent à la résilience, on a pu en repérer huit :**
 - La défense-protection ;
 - l'équilibre face aux tensions ;
 - l'engagement-défi ;
 - l'endurance
 - l'humour
 - la signification-évaluation; donner du sens
 - la positivité de soi ; l'optimisme
 - la créativité.