

## 1<sup>er</sup> choix : L'agentivité, ma puissance d'agir pour promouvoir mon rôle en counseling

Colette Charpentier, c.o. – Nadia Richard, c.o., psychologue

[colette.charpentier@axion.ca](mailto:colette.charpentier@axion.ca) – [nadia.richard@gmail.com](mailto:nadia.richard@gmail.com)

**Note au Comité :** *Le titre de l'atelier représente ce qu'on désire y accomplir, du moins débiter une réflexion sur l'agentivité, car 3 heures c'est court pour couvrir un si vaste sujet. Nous avons mis un résumé à la fin de cette longue version ne sachant si cela était requis pour le programme.*

*L'atelier comportera un volet théorique, bien sûr, et sera ponctué de nombreux exercices et activités expérientiels pour nourrir la réflexion.*

### Description

Notre atelier expérientiel offre un temps de réflexion et invite à revisiter les différents rôles que nous occupons actuellement dans notre pratique. Considérer la place plus importante que l'on se doit d'accorder au counseling en cette période d'adaptation face aux difficultés et aux obstacles d'une clientèle de plus en plus en besoin. De développer dans nos milieux de travail respectifs notre agentivité, c'est-à-dire notre puissance d'agir.

L'encombrement professionnel existe... et il ne s'agit pas ici d'un bureau en désordre ! En observant plus attentivement les difficultés et les défis que nous rencontrons dans nos milieux de travail respectifs ainsi que la pression et l'impuissance que plusieurs ressentent face aux nombreuses demandes et tâches variées, l'atelier offre l'occasion de se poser les questions suivantes : Qu'est-il pertinent de laisser aller pour mieux embrasser l'essentiel. Qu'est-il nécessaire de poursuivre ? À quoi dois-je renoncer ? Sur quel plan dois-je agir ?

Se faufilant entre le banal et l'important, de multiples changements se sont immiscés dans notre vie depuis mars 2020, provoqués par cette imprévisible pandémie. On a tous dû apprendre à écrire COVID-19 et la décliner dans tous ses virus. Désormais le mot pandémie habite à la fois nos conversations et notre champ de pratique en nous tenant en alerte puisqu'il a exacerbé l'anxiété chez plusieurs et chamboulé nos façons de faire qu'on a dû revoir. Depuis, on fait de notre mieux pour continuer à les adapter et pour s'y adapter.

L'impact de cette crise se répercutant dans nos relations familiales, sociales, amicales et amoureuses, il n'a pas épargné notre univers professionnel. Notre pratique de counseling a également été touchée par ce raz-de-marée. L'adaptation à ces nouveaux défis s'ajoutant à ceux existant déjà. Entre autres, charge de travail alourdie, réduction des effectifs amenant un double ou un triple rôle et gestion du temps et de ses priorités.

Nos conditions de travail ont changé. De nouvelles demandes et de nouvelles exigences sont apparues. Que faire face à ces nouvelles conditions de travail ? D'abord observer et exercer notre réflexivité face à la situation et à ce que cela entraîne pour nous et pour nos clients : stress, tension, problème, conflit, perte de sens, perte de repère, épuisement, insomnie...

Puis, en prenant un pas de recul face aux difficultés rencontrées et en observant nos propres réactions dans le contexte actuel, l'atelier propose de débiter un plan d'action concret pour développer notre agentivité, notre influence à transformer, afin de prendre la réelle place que nous désirons occuper dans notre milieu de travail. L'agentivité étant la faculté d'agir et d'influencer à la fois les événements et les êtres, cet atelier contribue à lever des barrières qui se sont élevées et qu'il est parfois difficile de franchir seul. Dans le but de lever ces barrières personnelles, extérieures ou organisationnelles qui risquent d'entraver le bien-être des clientèles desservies, l'atelier vise à promouvoir cette capacité d'agir sur notre environnement et d'augmenter notre capacité à l'influencer et à y agir en s'y sentant moins seul.

D'une façon ou d'une autre, on a remis en question un tas de choses qui allaient de soi avant la crise. Des choses dont on n'avait peut-être pas réalisé l'importance, tout comme d'autres qu'on se forçait à ne pas voir et qui nous ont rattrapés et frappés de plein fouet, nous ébranlant au passage. Alors saisissons ce moment charnière pour identifier les rôles prioritaires dans notre pratique, pour les faire valoir, pour s'investir pleinement et pour mettre notre agentivité au service de notre profession.

Et pour répondre à ce besoin, cet atelier pratique ouvre un espace de réflexion pour y trouver un début de travail individuel et collectif et répondre aux questions que soulevait Vincent de Gaulejac<sup>1</sup> lors de sa récente conférence : « *Comment on sort de là ? Que peut-on faire. Comment se protéger ? Comment ne pas tomber malade ? Comment réagir collectivement ?* »

L'atelier permet de mettre en place un début de réflexion pour mieux comprendre les enjeux, les contradictions et les conflits dans lesquels nous sommes pris. Envisager des alternatives et réfléchir individuellement et collectivement pour trouver ou retrouver une cohérence « *entre ce que JE pense, ce que JE dis et ce que JE fais... Réduire progressivement la part des adaptations défensives pour accentuer la part des résistances créatrices.*<sup>2</sup> ».

Nous citons à nouveau Vincent De Gaulejac qui, parlant de la responsabilité des professionnels et du rôle des c.o. : « *Le rôle des c.o., aujourd'hui, n'est pas seulement d'orienter les jeunes pour qu'ils s'adaptent aux besoins du marché du travail mais pour qu'ils s'adaptent aux besoins de notre société, i.e. dans la perspective de créer des emplois créatifs, des emplois utiles, des emplois nécessaires pour construire un monde commun, pour construire une société un peu moins fracturée et pour redonner espoir à toutes ces institutions que nous avons eu la chance de mettre en place pour l'éducation, pour la santé, pour l'orientation, pour la sécurité, pour la défense du bien public.* »

---

<sup>1</sup> Vincent de Gaulejac, « La souffrance au travail des professionnels de la relation d'aide ». Conférence présentée dans le cadre de la Semaine québécoise de l'orientation 2022.

<sup>2</sup> Ibid

Nous ne pouvons trouver de meilleure conclusion que ce commentaire de Vincent de Gaulejac :  
« *Ce qui est important, ce n'est pas de rendre les jeunes soi-disant employables sur le marché du travail, c'est leur apprendre à penser le monde dans lequel on est.* »

*Colette Charpentier, c.o., possède une expérience en counseling auprès de clients adultes de tous les niveaux et secteurs d'activités. Formatrice de l'ACT en counseling de carrière, elle offre également de la supervision aux professionnels pour son intégration dans leur pratique. Préoccupée par l'importance que le travail représente dans notre vie, elle a à coeur de contribuer à ce que la personne y trouve une place en accord avec ses valeurs et elle utilise l'ACT pour l'amener à vivre une vie riche et pleine de sens.*

*Nadia Richard, conseillère d'orientation au Collège Ahuntsic et psychologue en pratique privée. Depuis près de quinze ans, elle œuvre dans le réseau collégial où elle a occupé différentes fonctions reliées au counseling d'orientation, à la psychologie et à l'intégration des étudiants en situation de handicap. Formée à l'ACT, elle intègre ce modèle en psychothérapie, en counseling de carrière et de soutien à la réussite scolaire.*

### **Condensé de l'atelier**

Cet atelier expérientiel vous invite à revisiter les différents rôles que vous occupez actuellement dans vos milieux de pratique respectifs afin de développer votre agentivité, c'est-à-dire votre puissance d'agir.

En observant plus attentivement les difficultés rencontrées ainsi que l'impuissance que plusieurs ressentent face aux nombreuses demandes, vous aurez l'occasion de vous poser les questions suivantes : Qu'est-il pertinent de laisser aller ? Qu'est-il nécessaire de poursuivre ? Sur quel plan dois-je agir ?

L'atelier vise à débiter un plan d'action concret dans le contexte actuel, à prendre un pas de recul face aux difficultés rencontrées, à observer vos propres réactions et ce que cela entraîne pour vous, pour vos clients : stress, conflit, perte de sens et de repère, démotivation, épuisement...

Un atelier pratique pour ouvrir un espace de réflexion sur le plan individuel et collectif afin d'envisager des alternatives pour trouver ou retrouver une cohérence entre vos valeurs et celles de votre organisation.