



# VIE PROFESSIONNELLE ET CARACTÉRISTIQUES PERSONNELLES

IP7 NEWSLETTER | BULLETIN D'INFORMATION DU PROJET N°7 DU PÔLE DE RECHERCHE NATIONAL LIVES | SEPTEMBRE 2013



Des membres de l'IP7 de LIVES: Maria Luisa Martinez Marti, Prof. Alexandra Freund, Dr. Symen Brouwers, Dr. Christian Maggiori, Eva Luciano, Prof. Willibald Ruch, Prof. Christian Staerklé, Prof. Franciska Krings, Prof. Jérôme Rossier

## CHERS PARTICIPANTS ET CHÈRES PARTICIPANTES,

Bienvenue sur le bulletin d'information relatif à la deuxième partie de l'enquête sur l'impact des ressources et caractéristiques personnelles et du contexte culturel sur les trajectoires professionnelles. Vous avez été près de 1700 personnes en Suisse à avoir contribué à cette deuxième phase et nous vous en remercions vivement.

Depuis la récolte de données précédente en 2012, nous avons accompli un certain nombre de choses importantes:

- L'analyse de la première série de données a permis de dégager de nombreuses informations, lesquelles sont désormais présentées sur le plan international à travers des conférences et des publications.
- Un article scientifique étudiant l'impact de l'adaptabilité professionnelle sur le stress au travail a été accepté pour publication.
- Une doctorante basée à l'Université de Zürich a remporté le premier prix d'un concours de posters grâce à ses recherches sur la conception du bonheur dans différents secteurs d'activité.

Ce bulletin d'information est destiné à vous donner un aperçu des constatations tirées de ce second tour de récolte de données. Nous vous offrons également une possibilité intéressante de participer à une enquête en ligne sur vos points forts au niveau individuel, et d'obtenir en retour un bilan personnalisé. Vous trouverez de plus amples détails sur cette offre dans ce bulletin.

C'est grâce à votre disponibilité qu'une telle étude est possible. En vous remerciant encore une fois, nous espérons que vous serez intéressés par ces informations.

L'équipe IP7

► **NOUS:** Basés à l'Université de Lausanne et à l'Université de Zürich, nos chercheurs sont membres du projet 7 du Pôle de recherche national LIVES, intitulé «Trajectoires professionnelles: Impact des ressources et caractéristiques personnelles et du contexte culturel» (PRN LIVES IP7). Spécialisés dans différents domaines de la psychologie, nous travaillons avec des sociologues, des démographes et des économistes. Comme les autres enquêtes du PRN LIVES, notre étude récolte des données auprès d'échantillons représentatifs de la population en Suisse, informations qui sont analysées de manière statistique et totalement anonyme.

► **VOUS:** L'échantillon que vous avez permis de constituer regroupe 1662 personnes résidant en Suisse. Cela représente une perte de 807 personnes par rapport à 2012, soit un taux de renouvellement de la participation de plus de 67%. Ce magnifique engagement revêt une importance capitale pour la pérennité de l'enquête.

En 2013, 176 des répondants qui étaient en recherche d'emploi en 2012 ont trouvé un nouvel emploi; 234 répondants étaient en recherche d'emploi, dont 45 ont perdu leur emploi après le premier sondage.

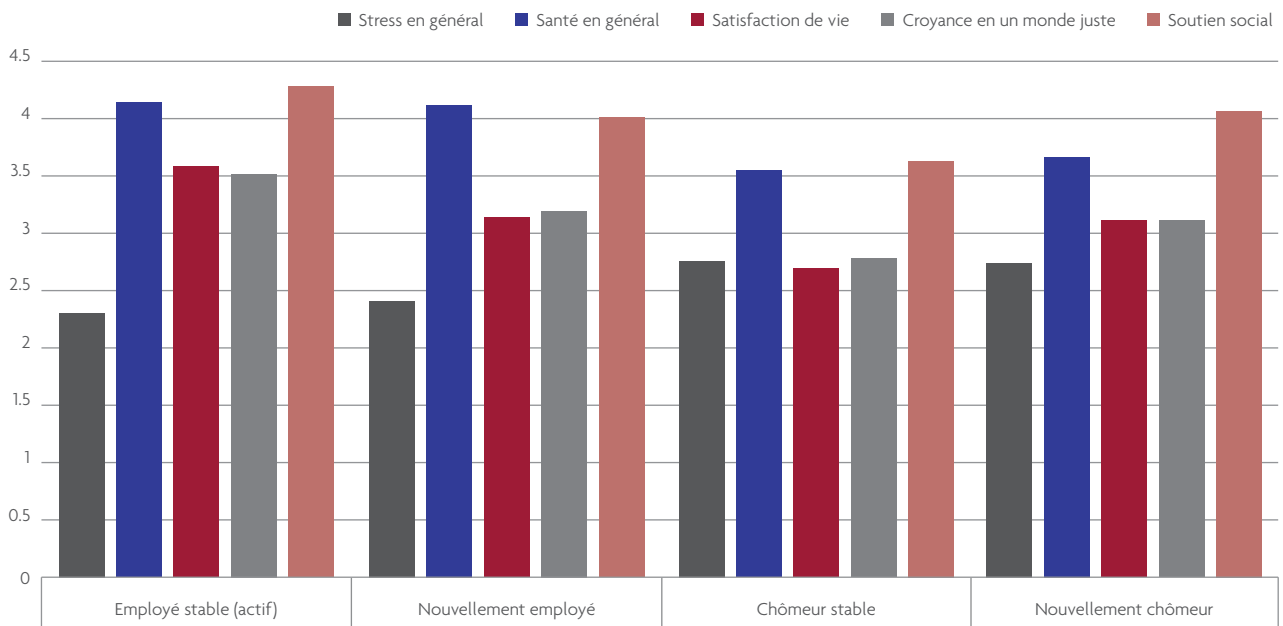
L'échantillon est resté stable en termes de représentation hommes/femmes. Femmes et hommes sont toujours en nombre presque équivalent, et leur âge moyen, réparti entre 26 et 52 ans, se situe toujours à 42 ans. L'échantillon est donc composé de manière identique à 2012. Tout comme en 2012, un peu plus de la moitié des participants à l'enquête est actuellement mariée ou en partenariat enregistré, et quasiment la moitié a des enfants.

Cette stabilité est encourageante et rassurante; il s'agit d'une condition préalable nécessaire pour atteindre notre objectif, lequel consiste à étudier les réactions des individus face aux changements de circonstances et de ressources. Nous espérons que cette donnée vous motive à renouveler votre engagement auprès du PRN LIVES IP7 pour les années à venir.



# LES CHÔMEURS ET LES ACTIFS SONT INÉGAUX FACE AU BIEN-ÊTRE

## BIEN-ÊTRE



En 2012, nous avons observé un bon niveau de bien-être en Suisse, surtout pour les travailleurs. Cette fois-ci, nous regarderons plus en détail comment les personnes en situation spécifique d'activité ou d'inactivité professionnelle perçoivent leur bien-être et étudierons les variables qui s'y rapportent. La période 2012 à 2013 est marquée par quatre groupes de participants: **1.** Les actifs, **2.** les personnes ayant trouvé un nouvel emploi après une période de chômage, **3.** les chômeurs et **4.** les personnes ayant perdu leur emploi.







Nous établirons en premier lieu la comparaison entre les chômeurs et les personnes ayant perdu leur emploi. L'étude a révélé que les personnes ayant perdu leur emploi au cours de l'année rapportent une meilleure satisfaction dans leur vie que les chômeurs déjà inactifs. Les niveaux d'équité expérimentés par ces deux groupes suivent une tendance similaire. Les précédentes études ont révélé que plus une personne inactive professionnellement indique croire en un monde juste, et moins elle s'enlisera dans le schéma «Pourquoi moi?». Les personnes ayant perdu leur emploi au cours de l'année enregistrent une plus grande croyance en un monde juste que les chômeurs. Il en ressort qu'en cas

**LES ACTIFS ET AUTRES PERSONNES AYANT TROUVÉ UN NOUVEL EMPLOI INDIQUENT UN MEILLEUR NIVEAU DE SANTÉ ET MOINS DE STRESS QUE LES CHÔMEURS ET LES PERSONNES AYANT PERDU LEUR EMPLOI.**

d'inactivité prolongée et d'incapacité à trouver un nouvel emploi après un certain temps, les perspectives générales des chômeurs diminuent. Le retour à la vie professionnelle après une période de chômage suit la tendance contraire. Les personnes qui trouvent un nouvel emploi rapportent ainsi un meilleur niveau de satisfaction dans leur vie et une plus grande croyance en un monde juste. Il est intéressant d'observer la relation santé - stress en général par rapport à la situation professionnelle: les actifs et autres personnes ayant trouvé un nouvel emploi indiquent un meilleur niveau de santé et moins de stress que les chômeurs et les personnes ayant perdu leur emploi.

Le groupe des chômeurs se distingue par son faible niveau de soutien social. Tout d'abord, le chômage peut entraîner un déclin du soutien au sein du couple. Ensuite, le chômage a également tendance à diminuer la fréquence des contacts avec le cercle social. Ainsi, nous remarquerons que le groupe des personnes inactives interrogées dans le cadre de notre enquête a indiqué une baisse en termes de soutien social, contrairement aux autres groupes, y compris le groupe des personnes ayant perdu leur emploi au cours de l'année.

# EMPATHIE ET CONSIDÉRATION: DES VALEURS TRÈS PRISÉES EN SUISSE

<p><b>CONNAISSANCE ET SAVOIR</b></p> 	<p><b>JUSTICE</b></p> 	<p><b>HUMANITÉ</b></p> 
<p>Créativité • Curiosité • Pensée critique Désir d'apprendre • Clairvoyance</p>	<p>Travail d'équipe • Équité • Capacité à diriger</p>	<p>Capacité à créer des liens • Amabilité Intelligence sociale</p>
<p><b>MODÉRATION</b></p> 	<p><b>COURAGE</b></p> 	<p><b>TRANSCENDANCE</b></p> 
<p>Indulgence • Modestie et humilité Prudence • Autorégulation</p>	<p>Bravoure • Persévérance • Honnêteté Besoin d'activité</p>	<p>Sens du beau et de l'excellence • Gratitude Espérance • Humour • Religiosité et spiritualité</p>

Les traits de caractère majeurs de la personnalité résident dans plusieurs forces, contribuant aux divers accomplissements qui génèrent une bonne qualité de vie. Faire attention aux autres et se lier d'amitié avec eux en leur rendant service est un exemple d'accomplissement. On peut également se protéger des excès en laissant les résultats parler d'eux-mêmes.

La psychologie positive, qui étudie l'épanouissement humain, dénombre 24 forces différentes, chacune appartenant à une valeur classée en six groupes. Le schéma ci-dessus montre ces 24 forces sous une photo représentant la valeur pertinente. Cette classification semble être universelle et durable: ainsi, on la retrouve à différentes époques et dans différentes cultures (par exemple, la Grèce antique).

Le Pôle de recherche national LIVES a utilisé un instrument appelé «Values-in-Action Brief Strengths Test» pour évaluer ces 24 forces. Cet exercice a montré que l'ensemble des participants à l'enquête LIVES valorise chacune de ces forces, aucune n'ayant obtenu de score en dessous de la moyenne. Bien entendu, certaines ont plus de valeur que

**LES TROIS FORCES PRIVILÉGIÉES PAR L'ENSEMBLE DES RÉPONDANTS SONT L'HONNÊTÉTÉ, L'AMABILITÉ ET L'ÉQUITÉ, QUALITÉS QUI SONT AXÉES SUR LE RAPPORT À AUTRUI.**

d'autres. Les trois forces privilégiées par l'ensemble des répondants sont l'honnêteté, l'amabilité et l'équité, qualités qui sont axées sur le rapport à autrui (attention et considération de l'autre), et non à soi-même. Ainsi, ces traits de caractère dénotent une grande empathie envers les autres. En moyenne, la force la moins plébiscitée est la religiosité.

Dans l'ensemble, chaque individu semble posséder trois à sept forces intrinsèques, qui lui permettent d'accomplir des choses et qui sont liées à l'image qu'il a de lui-même, à son identité et à son engagement, et qui de ce fait contribuent vraisemblablement à son bien-être. Par exemple, l'étude a révélé qu'être capable d'appliquer plus de quatre de ses forces intrinsèques dans un contexte professionnel génère des expériences plus positives et déclenche un certain enthousiasme vis-à-vis du travail. Les forces intrinsèques peuvent être déterminées de manière tout à fait fiable à l'aide du test de mesure exhaustif «Valeurs en action - Inventaire des forces».



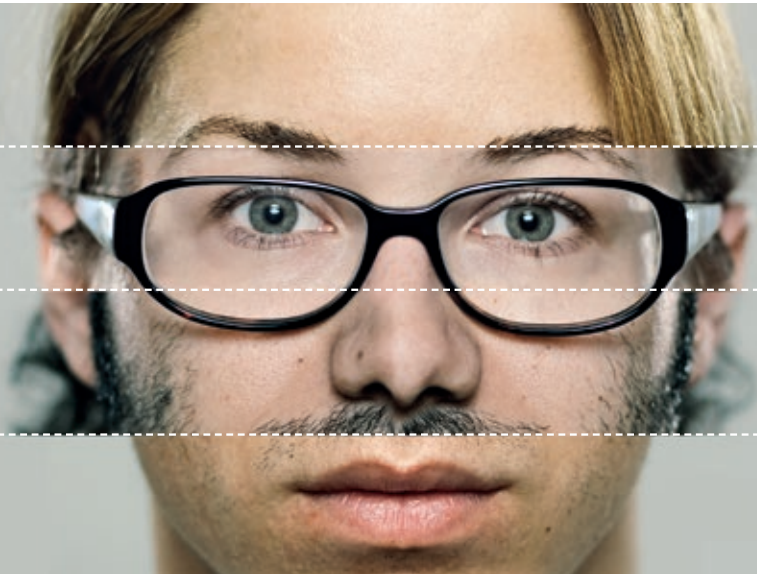
## TEST

PERSÉVÉRANCE

CLAIRVOYANCE

CURIOSITÉ

CAPACITÉ À CRÉER DES LIENS



# ÉVALUEZ VOS PROPRES FORCES ET OBTENEZ UN RETOUR PERSONNALISÉ !

Vous pouvez à présent participer à l'évaluation Valeurs en action - Inventaire des forces. Pour cela, vous devez accéder au test en ligne du PRN LIVES sur les traits de caractères majeurs.

Votre participation aidera l'équipe IP7 à approfondir les recherches sur la façon dont les caractéristiques et les ressources personnelles impactent les trajectoires professionnelles. En plus, vous bénéficierez

d'un retour personnel immédiat concernant vos forces intrinsèques. En outre, chaque répondant à l'évaluation en ligne se verra offrir en guise de remerciement une prime de CHF 10.-, disponible sous forme de bon cadeau ou de donation à la fondation Chaîne du Bonheur.

L'évaluation en ligne est disponible à l'adresse suivante : [lives.charakterstaerken.org](http://lives.charakterstaerken.org)

### EN BREF

Le **Professeur Jérôme Rossier** s'est servi de données LIVES pour écrire un chapitre consacré à la personnalité et au développement de carrière dans un prestigieux ouvrage de l'American Psychological Association.

Rossier J. (sous presse) Personality and career interventions. Dans P. J. Hartung, M. L. Savickas, & W. B. Walsh (Eds.), APA handbook of career intervention: Foundations (Vol. 1). Washington, DC: American Psychological Association.

### LA SUITE EN 2014

La troisième phase de l'enquête se déroulera dans la première moitié de 2014. Cette nouvelle récolte de données nous permettra de regrouper les résultats des trois vagues, un facteur essentiel pour notre réflexion. C'est à partir de là que nous pourrons poursuivre l'élaboration de propositions concrètes pour les parties prenantes telles que les responsables politiques, les administrations et les entreprises. Ces recommandations pourront porter autant sur le développement personnel des individus que sur les politiques de ressources humaines et les conditions macro-économiques du marché du travail.