UNIVERSITÉ DU QUÉBEC À RIMOUSKI

ACCOMPAGNER LES FEMMES IMMIGRANTES ET RÉFUGIÉES EN PROCESSUS D'INTÉGRATION

Parcours d'une accompagnatrice de passerelles

Mémoire présenté

dans le cadre du programme de maîtrise en Études des Pratiques Psychosociales

en vue de l'obtention du grade de maître ès arts

PAR

© MOCHIRA ATALLAH

Août 2015

Composition du jury :

Ève Bélanger, présidente du jury, Université du Québec à Rimouski

Jeanne-Marie Rugira, directrice de recherche, Université du Québec à Rimouski

Jean Kabuta, examinateur externe, Université de Gant en Belgique

Dépôt initial le 14 août 2015 Dépôt final le 12 avril 2016

UNIVERSITÉ DU QUÉBEC À RIMOUSKI
Service de la bibliothèque

Avertissement

La diffusion de ce mémoire ou de cette thèse se fait dans le respect des droits de son auteur, qui a signé le formulaire « *Autorisation de reproduire et de diffuser un rapport, un mémoire ou une thèse* ». En signant ce formulaire, l'auteur concède à l'Université du Québec à Rimouski une licence non exclusive d'utilisation et de publication de la totalité ou d'une partie importante de son travail de recherche pour des fins pédagogiques et non commerciales. Plus précisément, l'auteur autorise l'Université du Québec à Rimouski à reproduire, diffuser, prêter, distribuer ou vendre des copies de son travail de recherche à des fins non commerciales sur quelque support que ce soit, y compris l'Internet. Cette licence et cette autorisation n'entraînent pas une renonciation de la part de l'auteur à ses droits moraux ni à ses droits de propriété intellectuelle. Sauf entente contraire, l'auteur conserve la liberté de diffuser et de commercialiser ou non ce travail dont il possède un exemplaire.

Ce mémoire est dédié à :

À ma grand-mère [Ragia, Awny] Anna, mon modèle, mon inspiration, mon ultime autorisation. À la femme sage, forte, autonome, artiste, féministe, avant-gardiste et compréhensive que tu n'as cessé d'incarner dans ma vie.

À ma grand-mère [Ekram El Adawy] Tetta, mon modèle de courage qui m'a enseigné que l'amour est plus fort que tout.

À ma mère Maha, pour ton chemin de femme immigrante qui m'a mise sur le mien et pour ton soutien et ta confiance dans ma quête.

À Miranda, Marwa, Dahlia mes sœurs, mes compagnes de route dans cette quête pour une immigration réussie et potentialisante.

À LauraLee, ma petite nièce née métisse, que ta vie puisse bénéficier des acquis des générations précédentes afin de mieux baliser ta voie.

À ma belle-maman Viviane, qui nous a quitté trop tôt, pour son accueil, son amour, sa présence supportante et inconditionnelle.

À mes participantes de Passer'Elles ainsi que toutes les femmes immigrantes qui luttent pour leur intégrité et font courageusement leur chemin d'émancipation.

REMERCIEMENTS

La gratitude est non seulement la plus grande des vertus, mais c'est également la mère de toutes les autres.

Emil Cicéron, philosophe et écrivain

Elle représente la Mer de mon rêve dont je parlerai plus loin dans ce mémoire. Elle est la vague qui me ramène vers moi et me pousse constamment vers mon potentiel. Elle seule comprendra l'ampleur de ce symbole. L'amour et l'admiration que j'ai pour elle n'ont pas de fin. Merci à Jeanne-Marie Rugira, la directrice de cette maîtrise. Comme le dit Victor Hugo : «*les mots manquent aux émotions* ». Ce travail n'existerait tout simplement pas sans la justesse et la pertinence de son accompagnement, sa confiance en moi et sa capacité d'assumer son rôle de mon mentor. Je dois également la remercier pour sa disponibilité et sa maison ouverte lors de mes résidences d'écriture. Que les professeurs Jean Kabuta et Ève Bélanger soient également remerciés pour leur contribution au parachèvement de ce travail.

Ma gratitude est totale pour R'kia Laroui, pour son support sans faille dès le début de mes études de deuxième cycle. Merci d'avoir cru en moi et de m'avoir ouvert les portes et offert l'opportunité de suivre mon réel destin. Ma reconnaissance va également à l'ensemble des professeurs et chargés de cours au département de Psychosociologie de l'UQAR qui ont façonné ma route. Je remercie particulièrement Gabrielle Dubé, André Viel, Luis Gomez, Pascal Galvani, Marcel Méthot, Danielle Nolin, Mire-Ô Tremblay et François Gamache, pour la force de l'impact qu'ils ont eue sur mon estime, mes décisions, mon chemin d'apprentissage et de vie.

Je remercie également l'organisme Accueil et Intégration BSL et sa directrice madame Mahnaz Fozi, sans qui je n'aurai pas pu avoir accès aux subventions du Ministère

de l'Immigration, de la Diversité et de l'Inclusion (MIDI). Mon immense gratitude va ensuite à Nikole DuBois, la conceptrice du programme Antidote Monde. Je vous remercie tous de m'avoir permis de réaliser un rêve.

Je témoigne également ma gratitude infinie aux femmes immigrantes et réfugiées qui ont participé au programme Passer'Elles, pour la confiance qu'elles m'ont accordée et pour tout ce que j'ai appris grâce à elles. Merci pour votre implication et votre courage insufflant qui m'ont fortement inspirée afin d'aller au bout de mon propre processus d'intégration.

J'éprouve aussi une vive reconnaissance pour les différents organismes qui m'ont permis de me faire des armes comme praticienne en accompagnement du changement, ainsi que leurs directions qui m'ont fait confiance, accompagnée et permis de développer ma pratique, tout en soutenant ma démarche de praticienne-chercheure qui a abouti à l'écriture de ce mémoire.

Je ne peux pas passer sous silence mes différentes communautés d'apprentissage, à savoir ma cohorte au baccalauréat en psychosociologie, ma cohorte à la maîtrise en sciences de l'éducation ainsi que les différentes cohortes que j'ai eu l'occasion de côtoyer à la maîtrise en Étude des pratiques psychosociales. S'ajoutent naturellement à celles-ci les différentes cohortes élèves et troupe de mon école de danse *Le Centre Soleil d'Orient*, ainsi que ma communauté de pratique en écriture de recherche pour leur soutien dans mon processus de rédaction.

Ma gratitude est totale pour mes précieux amis qui n'ont cessé de m'épauler dans chacun de mes pas. Je dois cependant un merci spécial à Marilyne, Chantal, Véronique, Rébecca, Khalida, Marina, Vadim, Nathalie, Michel, Nicole, Micheline, Catherine D., Luc, Isabelle S., Catherine S., Isabelle G., Anie, Virginie, Fabien, Laurent, Coraline, Joanie, Louise, Joan, Lyne, Laure, Maud, Émilie, Fatiha, Laura ainsi qu'à vos conjoints et conjointes. Chacun d'entre vous est parfaitement conscient à quel point votre présence fut indispensable à ma vie et dans mon processus de maîtrise en particulier.

Merci infiniment à ma famille de cœur et de sang, d'ici et d'ailleurs, (oncles, tantes, cousins et cousines) immigrés tout comme moi pour votre courage, détermination et lutte destinés à offrir à vos enfants une vie meilleure au Canada. Merci d'avoir maintenu le meilleur de votre culture d'origine tout en vous intégrant parfaitement à vos nouvelles communautés. To my late uncle Emile, I (finally and proudly) payed my dues in the front!

Ma gratitude va aussi à mon beau-père Étienne et à l'ensemble de ma belle-famille française pour l'ouverture à la différence, pour vos encouragements et pour votre amour.

Ma reconnaissance va ensuite à mon frère Magd et ma sœur Miranda pour votre inspirant processus d'intégration et votre soutien inconditionnel dans toutes mes démarches ainsi qu'à ma précieuse belle-sœur Valérie pour ton soutien, mais surtout pour tes efforts de compréhension et d'intégration dans une famille d'immigrés.

Un immense merci à mes parents à qui je dois tout. Merci pour votre inspiration, votre confiance dans mon potentiel et votre amour de la culture. Merci aussi d'avoir veillé à nous relier incessamment à nos racines tout en consentant à laisser tomber quelques-unes de vos valeurs afin de faciliter notre intégration au Québec.

À mes enfants Adam, Alexandre, Amir et Akim, vous êtes le soleil qui illumine ma vie. Rien n'est plus précieux à mes yeux. Merci pour votre énorme patience, vous ne saurez jamais assez combien vous m'avez facilité la tâche et soutenue chacun à votre manière. Je suis tellement fière de vous, je vous aime et bénis le Ciel pour votre présence dans notre vie.

Je n'aurais jamais assez de mots pour remercier Frédéric, mon mari, mon amoureux, mon compagnon de vie et père de nos si beaux enfants. J'ai besoin de dire haut et fort que je te serai à jamais reconnaissante pour ton amour, ta confiance, ta présence, ta persévérance, ta patience et tes encouragements tout au long de ces années consacrées à nos études tout en partageant nos responsabilités familiales. Sans toi, rien de ce que je suis devenue n'aurait été possible. Une chose est certaine, ce diplôme - comme l'ensemble de nos projets - *on l'aura réussi ensemble !*

RÉSUMÉ

Cette recherche porte sur l'accompagnement des processus d'intégration des femmes immigrantes et réfugiées en région. En tant que Psychosociologue issue d'une famille immigrante, je me suis proposée à travers cette étude de réfléchir sur mon expérience personnelle et professionnelle en vue d'en tirer du sens, des savoirs et des connaissances utiles pour ma cohérence existentielle, mon développement professionnel ainsi que le champ de connaissance et de pratique de l'accompagnement des processus migratoires. J'ai tenté à travers cette recherche de tracer la voie par laquelle je suis partie de mon expérience jusqu'au développement de Passer'Elles qui est un programme d'accompagnement de femmes immigrantes et réfugiées en région réalisé en collaboration avec l'organisme Accueil et Intégration BSL.

Cette recherche à la première personne met en évidence le parcours d'une praticienne-chercheure en processus de recherche-formation et de développement d'une pratique originale d'accompagnement des processus migratoires. Elle s'inscrit dans une démarche qualitative et dans un paradigme compréhensif et interprétatif. Elle a été conduite à partir de la méthode heuristique d'inspiration féministe. L'analyse qualitative des données a été faite en mode écriture, ce qui a permis de créer et d'analyser une histoire de vie et un récit de formation.

Cette démarche a été une source de formation personnelle et professionnelle, de développement de pratique, de construction de sens et de connaissances. Elle a permis également de voir comment ma manière d'être et d'accompagner fonde ses racines dans une histoire qui a su transformer ses empêchements en compétences. Je me suis appuyée sur le cadre pratique et théorique d'inspiration psychosociologique et féministe pour penser la question de l'accompagnement en contexte migratoire.

Pour conclure, cette recherche m'a permis de dévoiler certaines voies de passage qui favorisent de vivre sainement un processus d'intégration en région pour les femmes immigrantes et réfugiées ainsi que pour leurs familles. Elle nous a donné, à moi et à ces femmes exceptionnelles, l'opportunité de laisser émerger des conditions de production d'une identité métisse et d'une pratique d'accompagnement productrice d'un métissage riche et créateur de richesses dans nos régions. Ce mémoire constitue ainsi un essai de systématisation du parcours de formation, d'intégration et de professionnalisation de la praticienne chercheure que je suis.

Mots clés : Accompagnement - Femmes - Immigrantes - Réfugiées - Intégration - Approche Féministe - Recherche Heuristique - Immigrer en région

ABSTRACT

This research focuses on the integration processes of the immigrant and refugee women in remote areas. As a Psychosociologist and as a woman from an immigrant family, I drew from my personal and professional life experiences the knowledge and skills needed to complete this research. My goal was to have a better understanding of my own life, to improve my professional skills, more specifically in the field of the integration processes of immigrant and refugee women. The core of this research was to build upon my enhanced understanding and skills to develop a project entitled Passer'Elles, in collaboration with an organization called "*Accueil et Integration BSL*". This project was a support program for immigrant and refugee women living in remote areas.

This research written in the first person highlights the journey of a practitioner-researcher in training and the development of an original practice supporting migration processes. The present qualitative research follows the comprehending and interpretative paradigm. It belongs to a heuristic framework with a feminist approach. The qualitative data analysis was made in writing mode, allowing me to create and analyze my life story and a narrative account of my practice.

This experience has been an occasion for personal and professional training that developed my practice, my skillset and allowed the construction of new knowledge. It also led me to realize how the origins of my supporting role were rooted in a challenging life that has transformed into a wealth of expertise.

I relied on the theoretical and practical framework of the psychosociology field and feminist research to analyze the context of supporting migration processes.

In conclusion, this research allowed me to reveal some favourable ways to live a healthy integration process for immigrant and refugee women and their families in remote areas. It gave us, these exceptional women and I, the opportunity to foster the emergence of mingled identities that ultimately enrich our regions. This thesis represents an attempt to document systematically the trajectory of integration, academic and professional formation of the practitioner-researcher that I have become.

Keywords: Support - Women - Immigrants - Refugee - Integration – Feminist approach- Heuristic research – Immigrate in remote areas

TABLE DES MATIÈRES

REMERCIEMENTS ..... **IX**

RÉSUMÉ ..... **XIII**

ABSTRACT ..... **XV**

TABLE DES MATIÈRES ..... **XVII**

LISTE DES TABLEAUX ..... **XXI**

LISTE DES FIGURES ..... **XXIII**

LISTE DES ABRÉVIATIONS, DES SIGLES ET DES ACRONYMES ..... **XXV**

INTRODUCTION GENERALE **1**

CHAPITRE 1 PROBLÉMATIQUE **5**

1.1 À L'ORIGINE DE CETTE RECHERCHE **5**

1.1.1 L'INTEGRATION DES FAMILLES IMMIGRANTES : UNE QUESTION TRANSGENERATIONNELLE **5**

1.1.2 ACCOMPAGNER LES PROCESSUS D'INTEGRATION DES FAMILLES IMMIGRANTES : UN DEFI UNIVERSEL **9**

1.1.3 TRANSFORMER SES QUESTIONS EXISTENTIELLES EN PROJET DE VIE **10**

1.2 PARCOURS IDENTITAIRE, ACADEMIQUE, FAMILIAL ET SOCIAL **12**

1.2.1 MA QUETE IDENTITAIRE **12**

1.2.2 QUI SUIS-JE? QUE PUIS-JE DEVENIR? **13**

1.3 TRAVERSER L'EXPERIENCE SCOLAIRE EN ENFANT D'IMMIGRANTS **15**

1.3.1 LA RENCONTRE AVEC LA PSYCHOSOCIOLOGIE : AU SEUIL DE MA VOCATION **16**

1.3.2 LE DOUTE ET LA QUETE DE RECONNAISSANCE DANS LA MAITRISE EN EDUCATION **17**

1.3.3 LA MAITRISE EN ETUDE DES PRATIQUES PSYCHOSOCIALES : LE RETOUR A LA MAISON **19**

1.4 PERTINENCE SOCIALE ET SCIENTIFIQUE **21**

1.4.1 LES MIGRATIONS : UN PHENOMENE QUI S'AMPLIFIE 21
1.4.2 LES MIGRATIONS FEMININES 23
1.4.3 LA QUESTION DE LA REGIONALISATION DE L'IMMIGRATION 25
1.5 PROBLEME DE RECHERCHE 28
1.6 QUESTION DE RECHERCHE 29
1.7 OBJECTIFS DE RECHERCHE 29

CHAPITRE 2 ORIENTATIONS EPISTEMOLOGIQUES ET METHODOLOGIQUES 31

2.1 INTRODUCTION 31
2.2 ORIENTATIONS EPISTEMOLOGIQUES 33
2.2.1 POUR UN PARADIGME COMPREHENSIF ET INTERPRETATIF 33
2.2.2 POUR UNE PERSPECTIVE FEMINISTE EN RECHERCHE 35
2.2.3 POUR UNE APPROCHE DE RECHERCHE QUALITATIVE DE TYPE FEMINISTE 38
2.3 POUR UNE METHODOLOGIE DE TYPE HEURISTIQUE 40
2.3.1 LA LOGIQUE DE LA DEMARCHE DE RECHERCHE HEURISTIQUE 41
2.3.2 L'HEURISTIQUE COMME PROCESSUS DE RECHERCHE-FORMATION DE TYPE BIOGRAPHIQUE 45
2.4 TERRAIN DE RECHERCHE 47
2.4.1 MON EXPERIENCE D'ENFANT ISSUE D'UNE FAMILLE IMMIGRANTE 47
2.4.2 UN PROGRAMME D'ACCOMPAGNEMENT DE FEMMES IMMIGRANTES ET REFUGIEES 48
2.5 OUTILS DE RECUEIL DES DONNEES : LES JOURNAUX DE RECHERCHE 48
2.5.1 JOURNAL D'ITINERANCE 49
2.5.2 JOURNAL BROUILLON 51
2.5.3 JOURNAL ELABORE 52
2.5.4 JOURNAL COMMENTE 52
2.6 METHODE D'ANALYSE QUALITATIVE DE DONNEES QUALITATIVES 53
2.6.1 PRATIQUE INTERPRETATIVE EN MODE ECRITURE 54

CHAPITRE 3 HISTOIRE DE VIE 57

3.1 INTRODUCTION 57

3.2 L'IMMIGRATION : UNE HISTOIRE FAMILIALE 58
3.2.1 MON PERE FACE AU DEFI D'INTEGRATION 58
3.2.2 MA MERE A L'EPREUVE DE L'INTEGRATION 59
3.2.3 L'INTEGRATION : UN ENJEU DE GENERATION DANS LES FRATRIES? 61
3.2.4 L'INTEGRATION DES ENFANTS : UNE EPREUVE POUR LES FAMILLES IMMIGRANTES 62
3.3 MA QUETE IDENTITAIRE ET MON PARCOURS D'INTEGRATION 63
3.3.1 DE CHEZ MOI A CHEZ MOI 63
3.3.2 DE L'ENFANCE A L'ADOLESCENCE : L'EFFORT DE DEVENIR QUEBECOISE 64
3.3.3 DE L'ADOLESCENTE A L'ADULTE : L'AMBIVALENCE IDENTITAIRE 65
3.4 FAIRE DE SA VIE UNE QUETE – UN PROJET DE RECHERCHE-INTERVENTION 68
3.4.1 À LA GENESE D'UN PROJET DE RECHERCHE-INTERVENTION : LA SOIF D'ALLER A LA RENCONTRE DE MA MERE 68
3.5 SUR LE CHEMIN DE MON PROJET : LA RENCONTRE DES FEMMES INSPIRANTES 73
3.5.1 DES MENTORS DANS LA VIE D'UNE ADOLESCENTE EN QUETE DE MODELE 73

CHAPITRE 4 PARCOURS FORMATEUR D'UNE PRATICIENNE EN GERME .. 78

4.1 INTRODUCTION 78
4.2 NAISSANCE D'UNE PRATICIENNE 78
4.2.1 LA CREATION D'UN PROGRAMME D'ACCOMPAGNEMENT: UNE UTOPIE PROFESSIONNELLE 79
4.2.2 L'OUVERTURE DU CENTRE SOLEIL D'ORIENT : NAISSANCE D'UNE PRATIQUE D'INTERVENTION AUPRES DES FEMMES 80
4.2.3 UNE PRATIQUE D'ACCOMPAGNEMENT PSYCHOSOCIOLOGIQUE PAR LA DANSE (BALADI) 82
4.2.4 UNE PRATIQUE D'ACCOMPAGNEMENT POUR UN MIEUX-ETRE DES FEMMES EN SURPOIDS 84
4.2.5 UNE FORMATION AU PROGRAMME ANTIDOTE MONDE 86
4.3 EN QUETE DE VOIES DE REALISATION DE MON UTOPIE PROFESSIONNELLE 88
4.3.1 UNE EXPLORATION DES ORGANISMES SUBVENTIONNAIRES POUR UN PROGRAMME D'ACCOMPAGNEMENT EN INTEGRATION DES IMMIGRES 88
4.3.2 UNE EXPLORATION DES PROGRAMMES D'ETUDE DE DEUXIEME CYCLE QUI POURRAIENT SOUTENIR MON PROCESSUS D'ELABORATION D'UN PROGRAMME D'ACCOMPAGNEMENT POUR FEMMES IMMIGREES ET REFUGIEES EN REGION .. 89

4.4 LE DEFI DE L'INTEGRATION DU MARCHE DU TRAVAIL 89
4.4.1 L'ACCOMPAGNEMENT PSYCHOSOCIOLOGIQUE EN SANTE MENTALE 89
4.4.2 L'ACCOMPAGNEMENT EN ACCUEIL ET INTEGRATION DES IMMIGRANTS EN REGION 92
4.4.3 L'ACCOMPAGNEMENT FEMINISTE AU CENTRE-FEMMES DE RIMOUSKI 93
4.5 CONCLUSION 95
CHAPITRE 5 PASSER'ELLES : UNE AVENTURE D'ACCOMPAGNEMENT 97
5.1 INTRODUCTION 97
5.2 LE PROGRAMME PASSER'ELLES : CONCEPTION - REALISATION ET EVALUATION 98
5.2.1 LE PROCESSUS DE CONCEPTION DE PASSER'ELLES : QUELLE INSPIRATION? .. 99
5.2.2 LE VOLET AIR : UNE ADAPTATION DU PROGRAMME ANTIDOTE MONDE POUR FEMMES IMMIGREES ET REFUGIEES 105
5.2.3 LE VOLET PLAIR : UN PROGRAMME LOCAL D'ACCOMPAGNEMENT PSYCHOSOCIOLOGIQUE POUR FEMMES IMMIGREES ET REFUGIEES 132
5.2.4 LE VOLET ACTION – COLLECTIVE : POUR UNE EDUCATION A LA PARTICIPATION CITOYENNE 141
CONCLUSION GENERALE 144
ANNEXE I TEMOIGNAGE DE MA MERE 154
RÉFÉRENCES BIBLIOGRAPHIQUES 156

LISTE DES TABLEAUX

Tableau 1 : Les différents moments du processus heuristique selon Craig et Moustakas....42

Tableau 2 : Les volets, l'orientation, les besoins et les axes du programme Passer'Elles...102

Tableau 3 : Thème, objectifs et contenu pour le premier atelier du volet AIR 111

Tableau 4 : Thème, objectifs et contenu des ateliers 2 et 3 du volet AIR 117

Tableau 5 : Thème, objectifs et contenu de l'atelier 4 du volet AIR 120

Tableau 6 : Thème, objectifs et contenu de l'atelier 5 du volet AIR 123

Tableau 7 : Thème, objectifs et contenu de l'atelier 6 du volet AIR 125

Tableau 8 : Thème, objectifs et contenu des ateliers 7 et 8 du volet AIR 128

LISTE DES FIGURES

Figure 1 : Les différents moments d'une démarche de recherche heuristique selon Craig (1978) 41

Figure 2 : Le journal d'itinérance, une méthode de production et d'interprétation de données 51

Figure 3 : Métissage professionnel 86

Figure 4 : La transmission d'Antidote 87

Figure 5 : Agir en promotion et en prévention 91

Figure 6 : Se former à intervenir dans le secteur de l'immigration 92

Figure 7 : L'héritage professionnel du Centre-femmes de Rimouski 94

Figure 8 : Parcours professionnel préparatoire du projet Passer'Elles 96

Figure 9 : Orientation paradigmatique, éthique et pratique de ce programme d'accompagnement 105

Figure 10 : Créer des conditions pour favoriser l'émancipation des femmes 107

Figure 11 : Lorsque Antidote est une inspiration pour Passer'Elles 108

Figure 12 : Miser sur l'intériorité et la solidarité pour agir globalement 109

Figure 13 : Les étapes du processus d'intégration d'immigrants 115

Figure 14 : Les différents secteurs de la vie des participantes examinés à l'occasion de l'atelier 2 et 3 119

Figure 15 : Les différents volets du projet : PLAIR 132

LISTE DES ABRÉVIATIONS, DES SIGLES ET DES ACRONYMES

AIBSL	ACCUEIL ET INTÉGRATION BSL
AIR	ANTIDOTE POUR IMMIGRANTES ET RÉFUGIÉES
ACSMBF	ASSOCIATION CANADIENNE POUR LA SANTÉ MENTALE FILIALE DU BAS DU FLEUVE
MICC	MINISTÈRE DE L'IMMIGRATION ET DES COMMUNAUTÉS CULTURELLES
MIDI	MINISTÈRE DE L'IMMIGRATION DE LA DIVERSITÉ ET DE L'INCLUSION
PLAIR	PROGRAMME LOCAL D'ACCOMPAGNEMENT POUR IMMIGRANTES ET RÉFUGIÉES
UQAR	UNIVERSITÉ DU QUÉBEC À RIMOUSKI

J’ai fait de plus loin que moi un voyage abracadabrant
Il y a longtemps que je ne m'étais pas revu
Me voici en moi comme un homme dans une maison
Qui s'est faite en son absence
Je te salue, silence

Je ne suis pas revenu pour revenir
Je suis arrivé à ce qui commence

Gaston Miron (1994)

INTRODUCTION GENERALE

« La connaissance est la fille de l'expérience ».

Simon de Bignicourt (1755)

Le sujet de cette recherche

Mon inscription dans cette démarche de recherche-formation-intervention à la maîtrise en *Étude des pratiques psychosociales* a été pour moi un véritable engagement dans un projet de retour réflexif sur mon expérience de vie, mon parcours de formation et de développement personnel et professionnel. Mon engagement dans cette recherche semblait constituer une voie de passage fiable pour entreprendre une démarche réflexive ayant comme visée de contribuer à la consolidation de la praticienne-chercheure que je devenais. Cela me permettrait également d'expliciter et de comprendre autant mon expérience, ma pratique et les motivations qui les sous-tendent tout en m'engageant sur une voie de création des pratiques inédites dans le domaine de l'intégration des femmes immigrantes et de la production des connaissances, du sens, et de la cohérence.

L'origine du thème de la recherche

La pratique d'accompagnement au cœur de ce travail de recherche constitue l'aboutissement d'une idée de création d'un programme d'accompagnement des processus d'intégration pour femmes immigrantes et réfugiées.

Un rêve est né de mon expérience d'enfant issue d'une famille d'immigrés. Mon engagement dans une formation initiale portant sur l'accompagnement psychosociologique des transitions et des changements humains a été principalement motivé par les expériences marquantes qui ont construit mon rapport au monde. Il est évident pour moi, que ma jeunesse a été marquée par la différence que je constatais dans les contextes et les processus

d'intégration de mes deux parents. En effet, la situation particulière de ma mère dans notre parcours migratoire, son rapport ambiguë à sa terre d'accueil, sa difficulté à s'y tailler une place valorisante et à s'y ancrer, ainsi que la nostalgie persistante de sa terre natale, de sa famille et de son cercle d'amis ont eu un impact sans précédent sur ma propre inscription, ma scolarisation et ma socialisation dans ma nouvelle culture.

La présente recherche a été réalisée à la maîtrise en *Études des pratiques psychosociales*. Elle constitue un retour réflexif et critique mené à la première personne sur des moments clés qui ont forgé mon expérience de vie, mon parcours d'apprentissage de la recherche ainsi que ma pratique d'accompagnement et de recherche heuristique d'inspiration féministe et phénoménologique. À travers cette démarche de production de connaissance et de renouvellement des pratiques, je cherchais à comprendre ce qui a contribué à l'émergence de la praticienne que je suis devenue ainsi que les forces et les limites de ma pratique d'accompagnement des processus d'intégration des femmes immigrantes et réfugiées en région. Je désirais par ailleurs m'offrir des pistes de consolidation ou de renouvellement de cette pratique. Je me suis engagée pour ce faire à poursuivre des objectifs de recherche suivants :

- **Identifier,** à partir de ma propre histoire d'immigrante ainsi que celle de ma mère, les éléments qui pourraient faciliter le processus d'intégration socioculturelle des femmes immigrantes et réfugiées en région.
- **Extraire** de mon parcours d'accompagnante des femmes immigrantes et réfugiées en région, rencontrées dans le cadre du programme Passer'Elles, les axes, les éléments clés et les moments signifiants susceptibles d'éclairer la spécificité de ma pratique.
- **Comprendre** ma pratique à partir de l'expérience vécue dans l'accompagnement des femmes au sein du programme Passer'Elles, la systématiser afin de mieux l'enrichir, la renouveler et la partager.

La structure de ce mémoire

Ce mémoire se divise principalement en deux parties, constituées au total en cinq chapitres. La première partie de cette démarche heuristique présente d'entrée de jeu un premier chapitre qui problématise l'objet de cette recherche et un deuxième chapitre qui présente les orientations épistémologiques et méthodologiques ayant balisé tout ce travail de production de connaissance et de sens.

La deuxième partie présente quant à elle un processus d'exploration et de compréhension de cette démarche de recherche heuristique. Ces chapitres présentent l'ensemble des données qui ont été produites dans le cadre de cette recherche d'inspiration féministe menée à la première personne tout en les analysant qualitativement en mode écriture. Le troisième chapitre expose et interprète des expériences signifiantes dans mon histoire d'immigrante et les intègre dans un texte à la fois descriptif, réflexif et interprétatif. Le chapitre quatre quant à lui, rend compte de mon expérience de formation académique et professionnelle qui a servi de socle au développement de ma pratique d'accompagnatrice de femmes immigrantes. Ce chapitre permet de voir à l'œuvre l'intelligence de ma vie à travers le mouvement d'émergence de mon agir professionnel auprès des femmes immigrantes et réfugiées, grâce aux différentes expériences aboutissant à mettre au monde la praticienne que je suis devenue.

Le dernier chapitre tente quant a lui de systématiser ma pratique par la présentation d'un programme d'accompagnement des femmes immigrantes et réfugiées en région. Ce programme a été conçu, réalisé et réfléchi rétrospectivement dans le cadre de cette recherche dont l'objectif vise à le systématiser en vue de le consolider, de l'améliorer et de le partager.

Précisons enfin que ce mémoire déploie un rêve personnel et professionnel qui m'habite depuis ma jeunesse. Sa principale visée repose sur le développement d'une pratique professionnelle singulière et interculturelle. Il a permis de mettre au monde une vision de l'accompagnement des processus d'intégration des femmes immigrantes et

réfugiées respectueuse de la personne, de son contexte et de son besoin de se relier aux autres, de reconnaître ses ancrages culturels tout en faisant de la place à la nouveauté et à l'altérité.

CHAPITRE 1
PROBLÉMATIQUE

1.1 À L'ORIGINE DE CETTE RECHERCHE

La présente étude constitue pour moi une occasion d'aborder une question qui me tient particulièrement à cœur dès mon jeune âge, à savoir : les conditions d'accompagnement des processus d'intégration des femmes immigrantes au Québec, et plus particulièrement en région. En effet, étant moi-même enfant de parents immigrés dans la région du Bas Saint-Laurent depuis mes trois ans, j'ai pu expérimenter intimement les enjeux à l'œuvre dans les familles qui vivent de près les phénomènes d'immigration. J'ai vécu de l'intérieur les effets des difficultés d'intégration vécues par mes parents et de manière particulière par ma mère tel que développé plus loin.

J'ai bien réalisé que lorsqu'une mère ne se sent pas intégrée dans une société, quand elle n'appartient à aucun groupe, aucun réseau social, quand elle n'arrive pas à établir des liens amicaux durables, elle se sent seule, perdue et n'arrive pas à créer des conditions favorables à son déploiement et au développement harmonieux de ses enfants dans ce nouveau contexte où ils sont tous catapultés. En effet, personne ne peut se sentir en existence, si elle ne se sent pas vue, acceptée, reconnue, aimée, voire capable de construire un réel sentiment d'appartenance dans la collectivité où elle évolue.

1.1.1 L'intégration des familles immigrantes : une question transgénérationnelle

J'ai grandi auprès d'une mère totalement dévouée à sa famille mais complètement à l'écart de la société où elle aurait pu être intégrée. J'étais en conséquence contrainte de subir les contrecoups des difficultés d'intégration de ma mère. Au cours de mon enfance, de mon adolescence et même au début de ma vie de jeune adulte, je me sentais

constamment prise entre deux mondes, deux cultures qui ne communiquent jamais autrement que dans mon intériorité, du fait que je baignais dans les deux cultures sans pour autant avoir des moyens pour construire des ponts et faire des traductions. Ma mère ne pouvait pas soupçonner les exigences et les contraintes auxquelles je devais faire face à l'école. Mes camarades de classes, leurs parents ainsi que mes enseignants étaient tout autant incapables de se faire une idée de ce que peut vivre un enfant qui grandit dans une famille immigrante, dans des valeurs, des croyances, et des préoccupations totalement différentes. Les adultes autour n'étaient donc pas en mesure de m'aider à me construire des repères pour naviguer dans la complexité que m'imposait ce contexte et ne pouvaient même pas prendre la mesure des injonctions contradictoires qu'ils me faisaient vivre. Il m'a fallu beaucoup trop de temps avant de comprendre que pour être une bonne élève dans une école québécoise, une enfant apte à socialiser facilement avec les autres enfants d'ici, et à faire partie de leur «gang», il me fallait transgresser certaines exigences que ma famille m'imposait, car elle les jugeait indispensables à l'éducation d'une bonne fille égyptienne et de surcroît musulmane.

> ***Je me souviens****, étant alors au CEGEP, qu'un beau jour, je suis allée voir ma professeure pour lui dire que je n'arrivais pas à m'insérer dans une équipe pour accomplir le travail demandé. Comme c'était toujours le cas depuis que j'ai commencé à fréquenter l'école au Québec. Je pleurais en disant à l'enseignante que je ne parvenais pas à comprendre pourquoi aucun membre de toutes les équipes ne voulait jamais travailler avec moi. J'étais convaincue que les autres m'excluaient par pur racisme, voire pure méchanceté. Ma professeure m'a regardée avec compassion et à ma grande surprise elle m'a répondu : « Mochira, as-tu vu comment tu te tiens en classe? Comment tu t'assoies? Comment tu te présentes? Comment tu es habillée? » Je ne pouvais pas à l'époque saisir le sens de ce qu'elle tentait de me dire alors que je redoublais d'efforts pour devenir correcte, être accepté et faire partie du groupe. Je l'ai donc regardée toute étonnée et répondu : « Qu'est-ce que je fais? Il me semble que je fais tellement d'efforts pour être gentille et respectueuse des autres.» Et répliqua : « Justement, tu les intimides ! Tu es toujours très polie, très droite, très bien habillée, très attelée affaires. Tu ne consommes pas d'alcool, tu ne fumes pas, tu ne sors pas, tu ne te maquilles pas, tu ne portes pas de vêtements à la mode, tu ne fréquentes pas de bars. Comment veux-tu qu'ils se sentent proches de toi? Ils doivent se dire qu'ils ne sont pas à la hauteur ! Mais surtout que tu n'as pas besoin d'eux. Ils peuvent même avoir peur de ton jugement tout en te trouvant plate ».*

J'avais beaucoup de misère à croire ma professeure, même si je sais aujourd'hui qu'elle avait raison. Aussi, je ne savais pas agir suite à ces propos, car je savais déjà que mes parents ne pourraient jamais comprendre. Ma mère ne pouvait pas m'aider à m'intégrer dans une culture qu'elle ne connaissait pas. Aussi, son projet était principalement de veiller à ce que je ne m'éloigne pas de sa culture d'origine. Quant à moi, je peinais à comprendre pourquoi il faudrait m'approprier la culture d'un pays où je n'habite pas alors que je n'arrivais pas à comprendre la culture du pays où je demeure. Je ne parvenais encore à saisir que ma mère ne pouvait pas m'aider à faire ce qu'elle-même peinait tant à réussir. J'en ai beaucoup souffert et fini par endurer l'isolement à mon tour, me sentant délaissée par les autres. J'ai malheureusement essuyé longtemps l'attitude de ma mère et son mal du pays, ainsi que la pression exercée par mon père pour ma réussite scolaire et sociale. Les deux ayant été responsables de mon mal-être, de mes difficultés d'intégration et de ma vie qui manquait d'harmonie avec moi-même et avec autrui.

Devenue adulte, épouse et mère, je me suis vue moi-même à ma grande surprise sombrer à nouveau dans cette même solitude. Je me sentais seule devant les immenses défis de mon nouveau statut. Je me sentais impuissante, presque pas à la hauteur devant ce que je croyais être les obligations d'une épouse, d'une mère égyptienne et d'une musulmane qui se respecte. D'ailleurs, je vis actuellement, comme par le passé, un décalage surtout avec mes enfants car ma situation familiale m'invite constamment à composer avec trois cultures – égyptienne de naissance, française par alliance et québécoise d'adoption. Je ne savais pas comment agir pour transmettre à mes enfants le meilleur de ces trois cultures et les aider à s'articuler avec leurs camarades de manière cohérente. Je ne voulais surtout pas qu'ils vivent les difficultés que j'avais vécues dans ma jeunesse. Ainsi, malgré toute la richesse que je sais que je possède grâce à ma culture d'origine, j'éprouve de nombreuses contraintes à l'inculquer à mes enfants, que ce soit par rapport à ma langue maternelle, à ma vision de la religion musulmane, aux valeurs fondamentales héritées de ma famille, etc. Aussi, j'ai senti ne pas partager les mêmes cadres de références avec le reste de ma famille, notamment la difficulté de concilier la vision du monde d'un mari issu d'une troisième culture et qui lui aussi voudrait que l'éducation de ses enfants ne lui échappe pas. Sur quel

pied danser? Prise entre mon Égypte natale et mon Québec, ma religion musulmane et la culture française de mon conjoint, j'ai vu ma famille d'origine avoir de la difficulté à accepter les choix de mon mari lorsque leurs valeurs semblaient bousculées. J'étais parfaitement consciente de leurs attitudes ne sachant laquelle je préférais. À titre d'exemple, le choix du prénom à donner à nos enfants ou encore si on leur circoncision ou pas. C'est seulement à partir du moment où je suis devenue mère avec le souci de transmettre la beauté de ma culture à mes enfants que j'ai commencé à comprendre ma mère et certaines de mes tantes qui, comme elle, étaient exilées.

> ***Je me souviens****, qu'au baccalauréat en psychosociologie, je venais d'avoir mon premier bébé. C'était un garçon. Évidemment, pour mes parents musulmans, il fallait sans trop tarder le circoncire. Par contre, mon mari y était opposé. Quant à moi, je ne pouvais accéder à la demande de mes parents sans le consentement de mon mari. Pour lui, si par hasard ou par accident l'opération subissait un échec, les conséquences seraient graves, sans compter d'éventuels effets irréversibles. À son avis, il s'agissait d'un acte totalement arbitraire ne pouvant être imposer à son fils. Bien que converti à l'islam, mon mari demeure français et, de surcroît, scientifique exigeants des arguments rationnels convaincants. Je me souviens que lors de sa conversion, il avait affirmé qu'il respecterait le contenu du Coran et non pas les exigences de la culture égyptienne. De mon côté, je faisais l'objet de fortes pressions de la part des membres de ma famille : Chaque fois que je changeais la couche de mon fils, et s'exclamaient scandalisés de le voir non circoncis. Je me trouvais alors dans un véritable dilemme éthique. Je ne savais pas quoi faire. Dans mon cours d'éthique au baccalauréat en psychosociologie, j'ai soumis ma situation à la délibération. Dans ce contexte, j'ai présenté un travail académique portant sur ce sujet. J'ai fini par prendre la décision de laisser mes fils décider eux-mêmes s'ils veulent vivre circoncis ou pas ! Je ne voulais leur imposer ni ma religion ni ma culture. Aussi, je m'abstenais de prendre une décision qui les concerne contre l'avis de leur père. J'avais souffert d'avoir des choix tellement limités que je ne souhaitais pas leur faire vivre la même chose.*

En effet, avec le temps, j'avais vu ma mère éteindre sa joie de vivre sous le poids de ses responsabilités et des paradoxes imposés par sa situation en exil. Je la voyais s'épanouir comme une fleur au soleil quand elle visitait son pays natal et qu'elle pouvait être dans une seule cohérence. Je me suis vue commencer à m'éteindre à mon tour, à perdre ma joie de vivre chaque fois que je me sentais rejetée par mes pairs, jugée par les miens, incomprise par mon compagnon ou encore perdue face à la juste décision à prendre dans le quotidien

de ma vie complexe de métisse culturelle. Je ne voulais plus être seule, je ne voulais plus que ma mère se sente seule, je ne voulais plus que des femmes immigrantes se sentent seules devant leurs difficiles réalités et leurs incertitudes.

1.1.2 Accompagner les processus d'intégration des familles immigrantes : un défi universel

J'étais surprise de constater que même si j'avais grandi au Québec et que je connaissais de mieux en mieux les us et coutumes de la culture où j'évoluais, ma situation de femme métisse culturelle au carrefour d'au moins trois visions du monde différentes me rendait la vie assez complexe au point de compliquer mes processus de prise de décision. Or, je voulais être un sujet libre et responsable, capable de faire des choix par elle-même et de les assumer quels que soient les avis controversés. Cette dimension compliquait davantage aussi ma relation avec moi-même, mon estime de moi et mes rapports avec les autres.

Je réalisais par ailleurs, que mes enfants ont un père immigrant de première génération et une mère immigrante de deuxième génération. Ils sont nés dans un contexte de triple culture. Je souhaitais transformer mon expérience en connaissances sur ces questions mais surtout en compétence d'accompagnement de ce type de phénomène. C'est cet ultime désir qui m'a engagée dans une telle recherche.

En effet, je réalise en me penchant sur mon processus de problématisation que la motivation principale qui anime ma démarche de praticienne et ma quête de chercheure consistent à explorer des voies de passage susceptibles de permettre aux familles immigrantes de mieux se relier dans leur nouveau contexte. Mon histoire familiale et mes observations dans mon environnement en région m'ayant montré que lorsque les femmes immigrantes peinent à rester reliées à elles-mêmes, à se relier aux autres dans les communautés d'accueil où elles arrivent et dont elles ne maîtrisent pas les codes. Cet état de chose complique sensiblement l'intégration scolaire de leurs enfants et l'intégration sociale de toute la famille. Je me demande depuis longtemps comment serait-il possible

d'aider les femmes immigrantes, particulièrement celles qui restent à la maison pour s'occuper des enfants, qui ne maîtrisent pas la langue du pays d'adoption et qui, la plupart du temps, comme ma mère, ont immigré en suivant leurs maris préoccupés leurs projets professionnels ou académiques. J'ai fini par faire le postulat que se relier à soi, aux autres et au monde, au sein d'une nouvelle culture ou dans un nouveau pays nécessite un certain nombre de compétences relationnelles et de savoir sur la culture du pays d'accueil. Mais, il faut également se soucier de la manière dont les familles immigrantes comprennent et interprètent les codes culturels, ainsi que les lois qui régissent la société civile dans leurs communautés d'accueil.

Je commençais ainsi à apercevoir que nous étions plusieurs à expérimenter ce type de malaise. Lorsque j'observais ma mère, mes tantes, mes cousines, moi-même et bien d'autres femmes immigrantes pour ne pas dire familles, je voyais que je n'étais pas seule à faire face à une question de mal-être psychologique, d'intégration socioculturelle, économique ou professionnelle. Je me sentais devant un immense défi que notre époque pose à l'humanité. Je me disais qu'il fallait me former, m'engager dans un processus de recherche, de création et d'intervention. Je cherchais des voies de passages pour la génération de ma mère, la mienne et celles des autres qui nous suivront. J'étais dans une véritable quête et je savais que j'allais devoir m'y dévouer, accepter de faire des essais et des erreurs - à tourner en rond parfois, mais j'étais déterminée et je rêvais vraiment d'y arriver.

1.1.3 Transformer ses questions existentielles en projet de vie

Les questions que je tente d'exposer brièvement m'ont préoccupée toute ma vie. J'ai commencé par les subir, voire même en souffrir avant de les voir se muter en objet de curiosité intellectuelle et en appel d'engagement social. C'est ainsi que j'ai pris la décision, dès que j'ai commencé à me poser des questions sur mon orientation professionnelle, de développer un programme d'accompagnement pour femmes immigrantes se trouvant dans des situations similaires. En effet, selon mon expérience d'enfant, mes parents ont tenter de

se débrouiller par rapport à leurs multiples et complexes contraintes. Dès la fin de ma formation à l'intervention psychosociologique, j'ai commencé à créer des conditions pour mettre sur papier ce programme, dans un souci de pouvoir le réaliser sans trop tarder. J'ai travaillé sans relâche. J'ai effectué des recherches et me suis intéressée à ce qui se fait ailleurs et aux programmes en cours concernant l'accompagnement des groupes de femmes que j'ai trouvé inspirants. J'ai alors tenu à acquérir une expérience dans le domaine de l'accompagnement des femmes d'ici et d'ailleurs et plus spécifiquement sur le plan de l'accueil et l'intégration des immigrants. C'est ainsi que j'ai découvert quelques pionnières ayant réalisé de nombreux acquis dans ce domaine. J'ai donc fini par accoucher d'un beau programme d'accompagnement de femmes immigrantes et réfugiées en région, programme que j'ai intitulé Passer'Elles.

J'ai choisi ce nom, car *une passerelle* permet de passer d'un lieu à un autre. Mon rêve consistait à dire que Passer'Elles pourrait permettre aux femmes immigrantes et réfugiées de passer d'un lieu d'elles à un autre à venir, en passant de leur culture d'origine à une autre qui intègre les deux à la fois, sans devoir délaisser l'une ou l'autre. Je voulais de même mettre l'accent, comme je l'ai appris dans ma formation de psychosociologue, que les femmes immigrantes et réfugiées pouvaient passer par ELLES, via leurs propres talents, rêves et potentiels afin de créer les conditions mais aussi celles dont elles ont besoin dans leur processus d'intégration, mais aussi celles de leur famille sur leur terre d'accueil. C'est pourquoi j'ai décidé de m'inscrire à la maîtrise en *Étude des pratiques psychosociales* avec l'intention de réfléchir sur mon expérience et sur pratique.

Le postulat de base qui guide cette recherche consiste à dire que lorsqu'on réussit à faciliter l'intégration de la femme immigrante, on facilite sans aucun doute l'intégration de toute la famille, mais surtout de ses enfants. Téofilovici (1994, p. 432) abonde dans le même sens en ces termes : « Je ne vous apprendrai rien en vous soulignant qu'intervenir auprès d'une femme immigrante, c'est intervenir dans son nucléus familial. La portée de nos interventions atteindra la famille de notre cliente avec certitude. »

Le contraire est aussi vrai. L'expérience montre que si la femme n'arrive pas à s'intégrer, toute la famille en souffrira. Souvent, on voit des familles dans ces conditions être obligées de quitter la région, voire la province ou même le pays. J'avais ainsi l'intention de faire de Passer'Elles un projet citoyen, un projet de développement psychosocial et culturel durable. Celui-ci contribuerait à créer les conditions nécessaires pour l'épanouissement des femmes immigrantes et réfugiées afin de maintenir nos familles immigrantes dans nos régions. Je souhaitais également contribuer à les soutenir dans leurs efforts d'intégration afin de leur permettre de mener une vie satisfaisante qui participe à leur développement personnel, professionnel et spirituel, tout en leur permettant de prendre part à l'enrichissement des communautés d'accueil.

1.2 PARCOURS IDENTITAIRE, ACADÉMIQUE, FAMILIAL ET SOCIAL

1.2.1 Ma quête identitaire

Dans cette aventure d'enfant d'immigrants, j'avais comme déjà dit plus tôt, une autre contrainte non négligeable. Pendant que ma mère travaillait fort à vouloir faire de moi une bonne et responsable femme égyptienne et musulmane, mon père, de son côté, se préoccupait de ma réussite scolaire, sociale et de ma carrière, tout en voulant que je m'imprègne de certaines valeurs Québécoises. Ma mère me parlait uniquement en égyptien et mon père uniquement en français. Bien qu'aujourd'hui j'en suis reconnaissante puisque je suis présentement polyglotte. Je crois que mes parents n'ont jamais réalisé qu'ils me tiraient dans des directions opposées, me rendant ainsi la vie très compliquée.

Au bout de mes études collégiales en sciences humaines, il n'était pas concevable pour mon père que je ne puisse pas aller à l'université. J'avais 19 ans. J'ignorais qui j'étais, d'où je venais, où j'allais et surtout j'étais franchement incapable de savoir ce que je voulais. Je me suis inscrite sans aucune motivation au baccalauréat en administration, par pure obéissance. J'ai fait ce choix pour me tranquilliser car finalement je ne savais pas ce que je voulais et que cela me permettait de faire plaisir à mon père, de me sentir

responsable à ses yeux. J'y ai passé deux ans difficiles, perdue, loin de moi et avec un réel sentiment d'incompétence qui minait de plus en plus mon estime personnelle. Les seuls cours qui m'attiraient étaient ceux des ressources humaines. C'est avec un réel sentiment d'échec que j'ai fini par abandonner ce programme au grand damne de mon père.

1.2.2 Qui suis-je? Que puis-je devenir?

J'avais 21 ans lorsque j'ai décidé d'abandonner mes études en administration. J'étais davantage perdue et j'étais réellement hantée par mon devenir. Une bonne amie me fit part alors d'un exercice d'écriture qu'elle pratiquait chaque fois qu'elle n'arrivait pas à prendre une décision ou à répondre à une question. L'exercice consistait à poser la question dans sa tête toute la journée et le soir, avant d'aller au lit, écrire sur un bout de papier : *« Cette nuit, en cet état de rêve, j'aimerais savoir… et on écrit sa question ».*

Ainsi, comme je ne savais nullement à quel saint me vouer, j'ai décidé d'essayer son exercice et ma question fut : *« Cette nuit, en cet état de rêve, j'aimerai savoir ce que je suis censée faire dans la vie ! »* Rien de moins ! Jusqu'aujourd'hui, je n'en reviens pas de la réponse que j'ai eue cette nuit-là.

> ***Je me souviens :*** *Cette nuit-là, je fis un rêve. Je suis en mer et je tente de nager vers une rive où ma famille égyptienne m'attend. Elle me fait de grands signes et de grands signes et des grands cris, en me demandant de les rejoindre. Derrière moi, il y avait un homme presque imperceptible assis calmement dans sa barque, en train de ramer sans empressement. Moi, je tentais de nager de toutes mes forces vers ma famille sans pouvoir y arriver. L'homme en question comme dans un geste de sauvetage me tire de l'eau, m'installe dans sa barque et m'amène dans l'autre direction. Je me vois éloignée de ma famille et leur faire des signes de la main. J'étais étonnée de me sentir en sécurité et si tranquille avec une impression de dualité et de déchirement de me voir loin des miens.* (Mochira, journal 2002)

À mon réveil, j'étais interloquée. Je ne comprenais rien de ce rêve que je revoyais encore sans émois. Comme je venais de me marier, je me disais que l'homme de mon rêve qui me faisait sentir en sécurité à ce point devait être mon mari. Je me suis rendormie calmement et mon rêve a pu continuer… Je me souviens vaguement des scènes et d'avoir

vu clairement écrit sur un parchemin le mot *« ethnopsychiatrie ».* Je me suis réveillée en sursaut et en joie. J'avais le sentiment d'avoir percé le mystère de ma vie. Je devais devenir ethnopsychiatre ! J'ignorais ce que cela voulait dire. Je me suis lancée dans des recherches sur Internet. Je suis alors tombée sur le centre Georges Devereux à Paris VIII; dirigé par le professeur Tobie Nathan, un des chefs de file contemporains en ethnopsychiatrie. À ma grande surprise, j'ai découvert que Tobie Nathan était égyptien. J'étais tellement excitée que je lui ai écrit. Quelques jours plus tard, il m'a répondu ! J'ai compris alors que ma vie allait changer, ou du moins qu'elle m'appelait dans la bonne direction. Je me suis donc mise à effectuer des recherches sur cette discipline. J'ai alors découvert que :

> L'ethnopsychiatrie propose une nouvelle vision de la psychothérapie et du patient, considéré dans son univers familial et culturel. Dans les termes de l'époque, le mot « ethnopsychiatrie » rejoignait « ethnobotanique », « ethnozoologie » ou « ethnomathématiques ». Toutes ces disciplines à préfixe « ethno » qui ont fleuri dans les années d'après-guerre aboutissaient le plus souvent à la conclusion que des peuples n'ayant pas de traditions écrites étaient néanmoins riches de savoirs véritables, comparables à notre « science ». Ce sont précisément ces savoirs, sans représentants savants, sans académie, sans revues à comité de lecture, sans comités de sélection, que l'on appelait « ethnosciences ». L'aspect le plus visible de cette pratique est la réhabilitation des « thérapies traditionnelles ». Pour faire face aux problèmes rencontrés par les populations immigrées, l'ethnopsychiatre prend au sérieux les explications « traditionnelles » du mal, de la maladie et du malheur - imputés, dans la culture d'origine, à des êtres invisibles non humains (tels les djinns). De sa pratique clinique, mais aussi d'observations anthropologiques des thérapies traditionnelles, Tobie Nathan généralise ses observations et sa pratique à l'ensemble du champ des psychothérapies. Une telle théorie permet d'accorder la même légitimité aux pratiques ayant cours dans des sociétés industrielles avancées et à celles issues des sociétés traditionnelles. (Nathan, 2015)

Ce que je comprends de cette nouvelle vision du monde et de la connaissance, ou plutôt ce que j'ai compris que je devrais faire dans ma vie avec cette nouvelle vision, c'est d'accompagner des personnes immigrantes dans leur intégration en m'appuyant sur leur culture d'origine, pour les aider à comprendre leur nouvelle culture d'adoption. Ok ! D'accord ! Mais comment apprendre cette discipline? Qui m'enseignerait les bases de l'intervention psychosociale? Par je ne sais pas quel miracle, j'ai pris connaissance d'un programme d'étude à mon université : Communication des relations humaines

(Psychosociologie). Après avoir discuté avec la directrice du programme, j'ai su ce que je devais être : *une ethnopsychosociologue* !

1.3 TRAVERSER L'EXPÉRIENCE SCOLAIRE EN ENFANT D'IMMIGRANTS

Du plus loin que je me souviens, je me vois différente, enfant d'immigrants et donc pas comme les autres dans une époque où il y avait encore si peu d'immigrants en région. Déjà à l'école primaire, on venait me chercher pour aider les quelques nouveaux arrivants qui avaient besoin de se familiariser avec leur nouvel environnement et parfois dans une nouvelle langue. On me demandait donc de leur faire profiter de mon expérience, car j'avais passée par là, que je parlais anglais etc. On supposait ainsi que je pouvais les accompagner pour qu'ils s'intègrent dans leur nouvelle école. Au secondaire, même si j'étais là depuis quinze ans, la plupart des personnes croyaient que j'étais une élève parmi les étudiants internationaux dans le cadre d'un programme d'échange.

Je n'étais pas très connue à l'école car le modèle éducatif que prônait ma mère ne me permettait pas de fréquenter les mêmes lieux que tout le monde, ni de me faire véritablement des amis. J'avais évidemment quelques amis qui en faisaient exception, mais le mal-être et la non confiance ne me permettaient pas non plus de croire à l'importance qu'ils accordaient à notre amitié. Par exemple, il y avait des lieux ou encore des manières de faire qui étaient totalement banals pour tout le monde alors que pour moi c'étaient des interdictions formelles pour des raisons culturelles. À titre d'exemple, soulignons que je ne pouvais pas aller visiter des maisons de jeunes, car pour ma mère, je risquais ainsi de devenir une droguée, de fréquenter des garçons, etc. Par ailleurs, je ne pouvais pas me maquiller, me faire des permanentes, aller coucher chez des amies qui avaient des parents non mariés, ou des frères, etc. Toutes ces restrictions participaient à m'isoler et à me garder à l'écart des autres. J'en souffrais beaucoup et j'avais la sensation que mes parents n'avaient aucune idée des conséquences de ces règles sur mon insertion dans un réseau social épanouissant pour l'adolescente que j'étais.

Ce qui me sauvait à l'école secondaire, c'était justement cette impression que certains avaient que j'étais dans un programme d'échange interculturel. Je devenais alors intéressante pour les autres étudiants qui avaient de l'ouverture pour les étudiants étrangers, notamment ceux qui étaient là temporairement. Je suis donc adolescente et à l'école je continue d'être une référence pour les nouveaux arrivants. Les enseignants me les référaient systématiquement et moi j'en étais fière et j'étais heureuse de me faire de nouveaux amis. Cependant je devais faire des deuils constamment car au bout de l'année d'échange, mes amis partaient et moi je devais toujours recommencer à zéro.

Je réalise en écrivant ces lignes que finalement j'avais le même modèle de socialisation que ma mère. Ma mère se faisait des amies qui étaient des épouses de doctorants, qui avaient accompagné leurs maris et qui souvent ne parlaient pas français. Elles devaient parfois même repartir dès que les études des maris étaient terminées. Finalement, tout mon parcours scolaire jusqu'au CEGEP s'est inscrit sous le signe de la solitude, du sentiment de ne pas être chez soi nulle part, tout en me ramenant constamment à ce rôle, celui d'aider chaque nouvel arrivant à l'école. Je ne savais pas encore que j'étais déjà dans ma vocation. J'étais davantage au courant de la face sombre de ma situation sans savoir encore que je développais déjà de nouvelles compétences.

1.3.1 La rencontre avec la psychosociologie : au seuil de ma vocation

À mon entrée au baccalauréat en psychosociologie à l'UQAR, je me souviens de ma première journée, lorsque tous les professeurs nous avaient demandé chacun à notre tour pourquoi on s'était inscrit à ce programme. Ma réponse : je cherche à acquérir les compétences psychosociales nécessaires pour intervenir auprès des femmes immigrantes et réfugiées dans leur intégration. Je rêvais de réaliser un programme comme outil d'intervention pour faciliter leur intégration. À la fin de mes études en 2005, je rédigeais les premières lignes de ce programme. Un programme que j'ai présenté en vain, plusieurs fois, à différentes instances pour obtenir du financement.

1.3.2 Le doute et la quête de reconnaissance dans la maîtrise en éducation

Après avoir été refusée à plusieurs reprises tout au long de plusieurs années par des organismes qui financent des programmes en intégration des immigrants, je me suis dit que sans financement, je n'arriverais pas à réaliser mon programme. L'idée m'est alors venue d'en faire un projet de maîtrise. J'espérais ainsi lui donner un poids supplémentaire en termes de reconnaissance sociale.

En effet, bien que le baccalauréat en psychosociologie fût un des plus beaux cadeaux que j'aie pu m'offrir dans ma vie, la jeunesse et la non-reconnaissance « professionnelle » de ce programme m'avaient toujours inquiétée. Je ne voyais pas comment je pourrais faire reconnaitre un programme d'intégration auprès de bailleurs de fonds potentiels, alors qu'ils peinaient encore à reconnaitre la valeur de la formation qui m'a appris mon métier. Je ne savais pas si c'était une question de méconnaissance qui pourrait se résoudre avec le temps ou un simple problème de positionnement dans les champs disciplinaires avoisinants, qui serait plus difficile à régler. Je n'ai donc pas osé suivre ma première intuition, c'est-à-dire m'inscrire à la maîtrise en études des pratiques psychosociale, un choix qui me semblait des plus logiques et des plus payants compte tenu des enjeux qui étaient miens, à savoir d'aller vers la maîtrise en Sciences de l'éducation.

J'étais excitée et fortement motivée lorsque j'ai commencé ma maîtrise au département des sciences de l'éducation à l'UQAR. J'espérais enfin pouvoir prouver que mon programme était une solution possible à la difficulté d'intégration des personnes immigrantes, et ainsi réussir à le faire financer et par conséquent le réaliser. Mais là, j'arrivais dans un monde nouveau ! Le domaine des sciences de l'éducation, avec sa culture, ses paradigmes, ses théories et ses pratiques. Il me fallait m'intégrer une fois de plus dans un nouveau monde, une nouvelle discipline et épouser ses visées, qui n'étaient pas totalement miennes. Me voici encore une fois femme immigrante et sans repères, dans un monde difficile à cerner. Dans un premier temps, j'ai fait mes cours et tout s'est plutôt bien passé.

Comme parfois, la vie nous joue des tours. Dès le début de ma maîtrise, j'ai appris, à ma grande surprise, que malgré mes doutes quant à ma capacité, ma formation et le programme d'accompagnement que je venais de mettre au monde, le ministère de l'Immigration et des Communautés culturelles offrait aux organismes à but non lucratif un programme de financement particulier pour des projets innovants. Il s'agit du programme Action Diversité. *« Le programme Action diversité (PAD) est un programme d'aide financière à l'intention des organismes qui réalisent des projets structurants pouvant contribuer significativement à l'atteinte des objectifs du Ministère en matière de diversité afin de favoriser la pleine participation des Québécoises et des Québécois de toutes origines au développement de la société québécoise. »* Comme ce programme s'adressait aux organismes et non pas aux individus, j'ai dû m'associer à *AIBSL*, un organisme de la région de Rimouski dont la mission repose sur l'aide à l'intégration des personnes immigrantes, pour présenter *Passer'Elles*.

Ainsi, au bout de cinq années d'efforts assidus consacrées à la recherche de financement pour *Passer'Elles,* ce programme a été retenu au même titre que 17 autres projets venus de partout au Québec. Comme Passer'Elles était le seul retenu dans tout l'Est du Québec, une importante subvention lui a été accordée afin de le mettre en vigueur. Grâce à cette subvention, j'ai pu être embauchée par AIBSL à des fins de coordination ce programme.

Suite à l'obtention de cette subvention et à la possibilité de réaliser enfin ce projet que je rêvais de réaliser depuis plusieurs années, j'ai eu le vent dans les voiles et réalisé une importante satisfaction et une stimulation vigoureuse pour le démarrage et la conduite de ce projet de recherche-intervention. J'étais déjà dans mon rêve. Je devenais progressivement une véritable ethnopsychosociologue. Cependant, j'étais toujours inscrite en maîtrise en sciences de l'éducation et je tentais autant que je pouvais de continuer dans cette voie, sauf que ma présence dans ce programme revêtait de moins en moins de sens pour moi.

En effet, plus j'avançais dans ma scolarité de maîtrise et cherchais à épouser les exigences de mes professeurs dans la clarification de mon projet de recherche, moins elle

me ressemblait et je me sentais de plus en plus perdue. Ma directrice avait beau essayer de me motiver par tous les moyens possibles, je n'arrivais plus à écrire une seule ligne et encore moins à tisser des liens pertinents avec ce que je souhaitais véritablement faire, notamment sur le terrain. Je sentais de plus en plus mon besoin d'ancrer ma recherche dans ma pratique professionnelle. J'avais beaucoup d'admiration, de gratitude et de grand respect pour ma directrice. Je ne voulais surtout pas la décevoir ou avoir le sentiment de lui avoir fait perdre du temps. J'ai alors été terriblement envahie par des sentiments de honte, de culpabilité et de déception. En plus de cette ambivalence qui me pesait si lourdement, alors que je touchais enfin à mon rêve, il y a eu une succession de gros soucis de santé dans la famille. C'était aussi cela les défis auxquels devaient faire face des femmes immigrantes en processus d'intégration sociale et professionnelle. Je me savais au cœur de mon projet de recherche comme dans une initiation.

Au bout d'un moment, il est devenu urgent, pour ne pas dire vital, de me réorienter académiquement et de réaligner mon projet de recherche sur mon rêve initial et mon appel vocationnel. J'ai ainsi dû, après mures réflexions, mettre fin à ma maîtrise en éducation, ou du moins y prendre une pause…et demander une intégration à la maîtrise en *Étude des pratiques psychosociales*, un programme qui me permettait de remboiter ma propre cohérence.

1.3.3 La maîtrise en étude des pratiques psychosociales : Le retour à la maison

On rencontre sa destinée souvent par les chemins qu'on prend pour l'éviter.

Jean de la Fontaine (1678)

Sur le plan pratique, les mois ont passé, alors que professionnellement, je m'épanouissais de plus en plus pour réaliser mon projet. Au bout de deux ans, après avoir accompagné deux groupes de femmes immigrantes et réfugiées en région, il me fallait faire un point d'appui, faire un retour sur ma pratique, la réfléchir, la systématiser et surtout

évaluer ce programme avant d'aller plus loin. Au bout de ce double tour en accompagnement, je savais que mon programme fonctionnait bien, qu'il atteignait réellement l'objectif visé. Le processus d'évaluation a donné des résultats dépassant mes espérances, tout en révélant des lieux où il serait utile d'opérer des ajustements, des adaptations et des déploiements.

Comme j'étais douloureusement en panne d'inspiration au sein de la maîtrise en sciences de l'éducation, et que je sentais qu'il faudrait bouger, je me suis posé cette question, étant devant mon ordinateur: *« Si tu étais à la maîtrise en Études des pratiques psychosociales, qu'est-ce que tu écrirais? »* À ma grande surprise, je me suis attelée à la rédaction de mon mémoire avec plaisir et fluidité perdue depuis perdue depuis des mois. J'ai ainsi pris la décision de me réorienter et de réinscrire mon projet dans sa première cohérence. J'ai alors demandé une inscription et une reconnaissance d'acquis en *Étude des pratiques psychosociales*.

Mon retour en psychosociologie a débuté par le cours *Pratiques psychosociales et production de savoirs.* Dans le cadre de ce cours, nous avions à faire un exercice d'écriture automatique. Notre professeur nous a d'abord demandé d'écrire un mot représentant notre maîtrise. Le mien fut *Retrouvailles.* Ensuite, il a ramassé tous les mots rédigés par les étudiants de la classe, en prévision de l'étape suivante. L'écriture automatique consistait d'abord à prendre un papier et un crayon. Ensuite, une personne devait choisir une thématique pour le groupe. Le choix du thème fut « *Ma maîtrise ».* Le professeur nous a ensuite demandé de rédiger sans arrêt un texte sur notre maîtrise. À différents intervalles, il lisait un mot écrit par un étudiant, mot que l'on devrait intégrer à notre texte une fois cité. Cet exercice peut paraître simpliste, mais est d'une efficacité incroyable quant au sens que chacun de nous donnait à sa démarche et à son projet de recherche.

Ci-après le résultat de mon texte. Les mots cités sont écrits en caractère gras :

> *Aujourd'hui, je termine 4 ans de cours qui n'étaient peut-être pas dans le bon axe au départ, mais tout au long de cela, il y a eu une* ***transformation*** *dans moi qui a permis une expansion dans mon processus de recherche et dans la conscience de la chercheure que je souhaite devenir. Cela a aiguisé ma conscience de moi et m'a*

incitée à revenir à la maison (ma maison étant le retour en psychosociologie). C'est sûr, que la route a été longue avant de revenir chez nous, mais c'est correct comme ça. Je peux enfin remplir ma promesse de faire honneur à cette maîtrise, mais surtout à mon rêve. Une ***randonnée en montagne*** *m'aurait peut-être permis cette découverte plus vite, mais la vie a choisi de me faire prendre un plus long chemin pour retrouver ma vraie quête. Merci pour cela, j'en serai toujours reconnaissante. Je ne sais pas ce que veut dire* ***burinage****, mais bon, il y a des choses que l'on sait et d'autres que l'on ne sait pas. Ça fait partie de la* ***croissance****. Cet apprentissage restera avec moi pour toujours, on ne peut pas tout savoir tout de suite, ce n'est pas écrit sur un tableau, même si parfois, on connait la vérité dans notre cœur. La* ***maturation*** *s'est faite, et c'est tout un* ***renouvèlement*** *de ma personne et de ma pratique. Quelles* ***retrouvailles*** *!*

Ce texte, rempli de sens, m'a permis en quelques instants de faire la paix avec mes choix. Il m'a aidée à comprendre qu'on ne peut pas tout savoir, que c'est parfois utile de partir pour mieux revenir, de s'éloigner pour mieux s'approcher, de se perdre pour mieux se retrouver. J'assumais mon ignorance, mon écart. Je pouvais donc recommencer mon processus de recherche.

1.4 PERTINENCE SOCIALE ET SCIENTIFIQUE

> *Mon grand-père disait : « S'intégrer à une nouvelle culture, c'est comme lire un livre plusieurs fois. La première lecture, généralement, c'est pour se familiariser avec les personnages. À la deuxième lecture, on s'intéresse davantage à l'histoire. Mais après la troisième lecture, si on arrive à raconter cette histoire avec passion, c'est qu'elle est aussi devenue la nôtre et les personnages, des membres de notre propre famille. »*
>
> Boucar Diouf (2012)

1.4.1 Les migrations : un phénomène qui s'amplifie

J'ai choisi, dans le cadre de cette recherche, d'emprunter une démarche qui favorise l'implication du sujet chercheur que je suis dans mon processus de formation, d'analyse de ma pratique et de production de connaissances. J'ai ainsi pu investir l'expérience de ma famille immigrante, ainsi que ma propre expérience d'enfant issue d'une telle famille.

Cependant, Il semble impératif de rappeler que, malgré l'insistance sur mon expérience et celle de ma mère dans cette recherche, les phénomènes mentionnés revêtent une portée universelle, dans le sens où nous ne sommes évidemment pas les seules, ni les premières, ni les dernières à avoir été confrontées à ce type de défis devant l'expérience migratoire.

Je n'apprends rien de nouveau à mon lecteur en signalant que l'intégration des immigrants, particulièrement des femmes immigrantes, est une problématique de plus en plus épineuse dans tous les pays du monde. En effet, il faut rappeler qu'en 2003, « il y avait autour de 175 millions de personnes qui vivaient dans un endroit autre que leur pays de naissance, c'est dire que, dans le monde, une personne sur 35 était migrante » (Conseil du statut de la femme, 2005, p.13). D'après Rémi Barroux (2014) du journal « Le monde », dix ans plus tard, plus précisément en 2013, ce nombre s'élevait déjà à 230 millions de personnes migrantes dans le monde. Il faut noter que 57 % de ces flux migratoires se passent entre les pays du sud.

Le Québec de mon enfance, de mon adolescence et de ma vie d'adulte fait de plus en plus partie de ce paysage de la mondialisation qui nous ouvre de plus en plus sur un monde en profonde mutation. En effet, comme le précise Lise Bissonnette (2000, p.29), citée par Mustapha Belabdi (2010, p.46) : « Si le Québec était un pays, il se situerait au dixième rang des nations du monde pour ce qui est du nombre de réfugiés et d'immigrants accueillis chaque année; il serait donc parmi les rares pays industrialisés encore largement ouvert à l'immigration. »

Mais, comme c'est le cas pour l'ensemble des pays du monde, le Québec est confronté aux multiples défis et problèmes qui se posent à nos sociétés suite à l'accélération des taux migratoires dans le monde lors des dernières décennies. En effet, comme le déclare avec pertinence Rémi Barroux (2014) citant Guy Ryder (2013), le directeur général de *l'Organisation Internationale du Travail* (OIT) qui plaidait pour une mondialisation équitable lors de la séance d'ouverture de la 103ième *Conférence Internationale du Travail* (CIT) : « Il ne faut jamais oublier que ce dynamisme migratoire

est une excellente chose pour l'économie mondiale, malgré le fait qu'il crée un certain nombre d'inquiétudes dans le contexte de la mondialisation des marchés et des compétitions économiques, sociales et culturelles qu'il implique. Les migrations constituent donc un vaste phénomène qui s'amplifie et qui participe autant à la croissance, au développement, qu'à l'évolution démographique ». Malheureusement comme le souligne l'Organisation Internationale pour les migrations :

> « De nombreux décideurs considèrent toujours la migration internationale comme une menace pour la sécurité et l'identité nationale, plutôt que comme une occasion de coopération et de développement. Il n'existe pas encore de « communauté internationale » ayant des objectifs et des intérêts communs dans ce domaine ». (OIM, 1999, p.16)

Et pourtant, il importe de constater avec Boudarbat (2011), que l'immigration est un phénomène qui arrange autant les pays d'accueil que les populations migrantes dans la mesure où pour ces pays, elle favorise la croissance démographique et participe immensément à fournir de la main d'œuvre à un immense marché du travail en pleine évolution. Ce qui implique plus souvent qu'autrement, une intégration rapide des nouveaux arrivants, constituant ainsi un autre défi de taille pour l'accompagnement adéquat de leurs processus d'intégration.

1.4.2 Les migrations féminines

En ce qui concerne l'immigration des femmes, le Conseil québécois du statut de la femme, dans un rapport de recherche sur les femmes immigrées intitulé « Les nouvelles d'*elles* » (2005, p. 16), affirme qu'en : « En 2001, le Québec comptait déjà 358 675 femmes immigrées ». Il faut noter que cette recherche ne concernait pas les femmes nées ici, même si elles sont issues des communautés culturelles minoritaires. En d'autres termes, le nombre était beaucoup plus élevé.

D'ailleurs selon le rapport annuel de citoyenneté et immigration Canada cité par Labelle (2005), en 2003, « les femmes constituaient plus de 51,6 % de la population immigrante, alors que 48,4% seulement étaient des hommes. Ceci s'explique par le fait que

97% de ces femmes sont des aides familiales, alors que 61,9 % des nouveaux immigrants sont des femmes qui viennent au Canada pour rejoindre leur mari dans le contexte de regroupement familial, et 48,1 % des femmes qui viennent dans la catégorie des personnes protégées ».

Guyon (2003) constate ainsi, que mêmes si les femmes immigrantes sont souvent plus scolarisées et plus diplômées que les femmes québécoises, elles reçoivent un salaire moins élevé que ces dernières et beaucoup moins élevé que celui des hommes immigrés. D'ailleurs, le revenu moyen des femmes immigrées en 2000 était de 19 766 $, soit 1 520 $ de moins que celui des Québécoises et 11 308 $ de moins que celui des hommes immigrés. On peut noter un revenu encore plus bas pour les femmes issues de communautés composées principalement de minorités visibles soit de 17 321 $ (Ministère de l'Immigration et Communautés culturelles, 2001; cité par Guyon, 2003).

Le Conseil du statut de la femme (2005, p.14), précise alors que depuis les années 1990, le paysage de l'immigration féminine tend à changer dans la mesure où « les femmes immigrent dans une proportion nettement plus imposante qu'auparavant en qualité de travailleuses indépendantes. » Ce qui est tout à fait normal du fait qu'au fil des années on constate que : « Les immigrantes des dernières vagues sont plus scolarisées et diplômées que les femmes nées au Québec. La présence des femmes immigrantes sur le territoire canadien est donc en très forte croissance. »

Dans le même ordre d'idées, le rapport produit par Tina Chui pour Statistique Canada mentionne:

> La population d'immigrantes a augmenté de 14 % au Canada de 2001 à 2006; ce taux de croissance était quatre fois plus rapide que celui des femmes nées au Canada, qui a augmenté de 3,4 %. De 2001 à 2006, la population féminine canadienne a augmenté de 840 000 personnes. De ce nombre, environ 579 800 femmes étaient des immigrantes; elles représentaient 69 % de la croissance de la population canadienne de sexe féminin au cours de cette période. Si la tendance actuelle de l'immigration se maintient au Canada, en 2031, le pays pourrait compter environ 11,1 millions d'immigrants. Un peu plus de la moitié (52,3 %, ou 5,8 millions) seraient des femmes,

> qui formeraient 27,4 % de la population féminine totale du Canada, selon les projections démographiques de Statistique Canada. (Chui, 2011)

Lorsqu'on prend conscience de l'importance de l'immigration féminine dans le Canada au XXI siècle, la question de contribuer à la réussite de leur intégration dans leurs communautés d'accueil devient alors d'une pertinence indiscutable. De plus, comme l'indique fort justement le Conseil du statut de la femme (2005, p.14), les femmes immigrantes ont d'autant plus besoin d'être soutenues dans leurs processus d'intégration, que pèsent sur leurs épaules d'énormes responsabilités :

> Les femmes immigrées ont non seulement à faire face à tous les défis qui se posent aux personnes qui immigrent, mais elles sont également « investies » de deux responsabilités parfois difficiles à concilier. D'un côté, la société d'accueil compte sur elles – et sur les mères plus particulièrement – pour faciliter l'intégration des enfants et de la famille. De l'autre côté, la famille immigrante confie aussi à la mère le rôle de protectrice de la culture d'origine. (Conseil du statut de la femme, 2005, p.14)

1.4.3 La question de la régionalisation de l'immigration

Une autre dimension qui a beaucoup influencé ma recherche et ma pratique d'accompagnement est celle de la question démographique. En effet, les personnes et les familles immigrantes vont s'installer en forte majorité dans les grandes villes telles que Toronto ou Montréal. C'est pour cette raison que le Québec souhaite depuis un certain temps, trouver des voies de passage pour mieux équilibrer la répartition des immigrants, sur l'ensemble de son territoire. D'après Statistique Canada, le recensement de 2001 montre que la population de femmes immigrantes en région, notamment dans le Bas-Saint-Laurent, figurait parmi les plus petites au Québec. En fait, à l'époque, seulement 690 femmes immigrées habitaient la région contre 252 075 à Montréal. Ce qui ne représentait que 0,7% de la population totale des femmes de cette région (Conseil du statut de la femme, 2005).

Bien que ce nombre soit très peu élevé, plus de 600 femmes en 2001 auraient pu bénéficier d'un accompagnement adéquat pour leur intégration, au grand bénéfice de leurs enfants, de leurs familles et de la région elle-même.

À mon avis, si les immigrants nouvellement arrivés dans une région sont bien accueillis, bien encadrés et se sentent à l'aise dans leur communauté d'accueil, ils ont tendance à demeurer et à encourager les autres à s'y établir. Même nous sommes parfaitement conscients que la rareté des emplois dans les régions éloignées constitue un gros facteur de dissuasion pour les immigrants qui cherchent à s'y installer, il reste que des services d'accompagnement plus adaptés seraient d'une grande utilité.

De plus, étant donné les objectifs du Programme de régionalisation de l'immigration du MICC[1] de 1998, il était non seulement probable, mais aussi souhaitable que plusieurs nouvelles femmes immigrantes et réfugiées s'installent au Bas-Saint-Laurent. Il fallait donc se préparer en conséquence si on voulait faire partie de ces orientations du gouvernement du Québec.

> Au Québec, la volonté de répartition équilibrée de l'immigration sur le territoire provincial est apparue à la fin des années 1980. Lors d'audiences de la Commission de la culture sur les niveaux d'immigration en 1987, le vœu d'une régionalisation de l'immigration a été mentionné. Simard (1996) affirme que l'État québécois a commencé à sa suite à se préoccuper de la répartition interrégionale peu équilibrée de l'immigration au Québec. Elle ajoute qu'en 1988, le Conseil des communautés culturelles et de l'immigration a déposé un avis au ministère de l'Immigration et des Communautés culturelles qui proposait une politique permanente de régionalisation de l'immigration ayant pour objectifs le développement régional et l'intégration à la majorité francophone. (Poirier Grenier, 2007, p.17)

C'est pour faire suite à ce plan de régionalisation de l'immigration que la MRC Rimouski-Neigette, en collaboration avec l'Organisme Accueil et Intégration Bas-Saint-Laurent a instauré, en 2008, une politique d'accueil et d'intégration pour les immigrants. Cette politique a pour mission de « favoriser l'établissement des personnes issues de l'immigration par la mise en place des conditions nécessaires à leur intégration linguistique, sociale et économique ».

Cette nouvelle politique s'articule autour de trois axes directeurs, à savoir :

---

[1] MICC : Ministère de l'Immigration et des Communautés culturelles, actuellement devenu : Ministère de l'Immigration, de la Diversité et de l'Inclusion (MIDI).

[2] *Seulement 4 % de tous les Canadiens et Canadiennes ne sont pas des personnes immigrantes ou*

1- ***«L'ouverture*** *qui favorise le rapprochement interculturel : Recevoir sur notre territoire des personnes issues de communautés culturelles nécessite une approche globale et concertée. Cela doit inclure une stratégie de soutien à leur intégration socio-économique, à leur adaptation aux institutions et plus largement à la sensibilisation du grand public. L'ouverture doit viser, à moyen et à long termes, à renforcer les solidarités sociales entre les groupes de personnes de toute origine et à renforcer la participation égalitaire des personnes des communautés culturelles à la vie publique, sur la base de valeurs communes définies comme suit : la primauté de la langue française, l'égalité entre les hommes et les femmes, la laïcité des espaces publics et le fonctionnement démocratique.*

2- ***La communication*** *qui favorise le dialogue interculturel : Une cohabitation juste et harmonieuse entre les citoyens d'ici et les nouveaux citoyens issus de l'immigration nécessite une meilleure connaissance de la culture de chacun. La communication est la clé qui permet d'ouvrir la porte de la connaissance mutuelle. Elle signifie de créer des occasions d'échange et de dialogue entre les élus municipaux, le monde des affaires, les institutions et les citoyens avec les immigrants. La fluidité des messages transmis à la population est un élément incontournable pour assurer une communication efficace.*

3- ***La contribution*** *qui favorise le partenariat interculturel : La contribution signifie bâtir un espace commun et des initiatives réciproques soutenues à travers une intervention structurée. L'engagement de tous les acteurs de la société, tant les institutions et les organismes que les citoyens, est souhaité. La concertation des actions est un élément incontournable pour une contribution réussie.»*

C'est en m'appuyant sur ces orientations politiques et citoyennes, que j'ai jugé nécessaire de m'associer à l'organisme *Accueil et Intégration Bas-Saint-Laurent* dans le souci de participer à ce projet et d'offrir ma contribution pour une réalisation pragmatique de ces énoncés d'intention. J'avais le sentiment alors que mon projet personnel commençait à me démontrer une réelle pertinence socio-politique et culturelle. Je me disais en outre que les difficultés d'intégration que rencontrent généralement les immigrants et les immigrantes dans les grandes villes du Québec doivent se vivre plus ou moins de la même manière dans les régions.

Ainsi, je trouvais pertinent de m'appuyer sur ce qui se passe ailleurs pour monter un projet d'accompagnement des processus d'immigration des femmes immigrantes et

réfugiées en région. Ainsi, le projet *Passer'Elles* élaboré à partir de 2005, trouve son espace de réalisation en même temps que je trouvais mon espace d'expression.

1.5 PROBLÈME DE RECHERCHE

Ce projet de recherche, tel que je l'ai précédemment mentionné, est né dans la foulée de la maturation de mon programme d'accompagnement et dans son inscription dans une politique globale de soutien au processus d'immigration en région. En ce qui me concerne, l'enjeu était de pouvoir transformer un projet d'intervention en projet de recherche. J'ai donc pensé en faire un projet de recherche-intervention, mais je n'ai pas su articuler de manière cohérente mon projet sous forme d'une recherche collaborative de manière à convaincre mon comité de recherche de la pertinence de cette avenue.

Lorsque je me suis réorientée pour entrer à la maîtrise en *Études des pratiques psychosociales*, où une telle recherche aurait été d'une évidente pertinence, j'avais déjà complété mon programme par deux fois et j'avais même terminé un processus d'évaluation dudit programme selon les exigences des bailleurs de fonds.

J'ai dû alors recommencer ma problématisation en vue de faire revêtir de cette recherche d'un caractère heuristique d'inspiration praxéologique afin de pouvoir analyser mon expérience d'immigration et son impact sur ma pratique d'accompagnante et de chercheure tout au long de ce processus. Je voudrais donc dans le cadre de cette recherche, revenir sur mon expérience dès l'émergence de cette idée, jusqu'à sa réalisation afin faire valoir la spécificité de ma pratique.

L'enjeu pour moi était de pouvoir identifier comment agir pour que mon expérience d'immigration, celle de ma mère et de ma famille puissent servir à améliorer la qualité de vie des femmes immigrantes et de leurs enfants. Mon expérience de vie, ma pratique d'accompagnement ou même celle de professeure de danse (baladi), m'avait préparée à intervenir auprès des femmes et m'avait profondément inscrite dans ma cohérence

vocationnelle. Je voulais donc accompagner des femmes immigrantes et réfugiées, nouvellement arrivées en région, consciente qu'elles constituent un pilier incontournable dans les processus d'intégration des familles. Je me souviens lorsque je travaillais au Centre-femmes de Rimouski, ma devise consistait à dire que : *« Soutenir le changement d'une femme c'est lui donner les moyens de changer le monde », tel que le suggère fort à propos* Vatz Laaroussi :

> Les stratégies mises en œuvre par les familles pour s'insérer dans un nouveau milieu sont très souvent portées par les femmes qui sont, selon plusieurs recherches, particulièrement compétentes dans la mise en place de réseaux informels et dans les médiations avec les institutions de la société d'accueil [Vatz Laaroussi et al., 1996, 1999, 2007; Bergeron et Potter, 2006]. Elles sont ainsi celles qui portent et développent un capital social qu'elles partagent avec les membres de leur famille et qui représente une force dont on peut tirer parti dans les politiques publiques. (Laaroussi, 2008, p. 53)

Je me suis donc engagée dans cette recherche avec le souci de centrer mon attention sur l'intégration des femmes en vue d'observer, de documenter et de réfléchir sur ma pratique et mon expérience pour mieux la comprendre, la systématiser, la renouveler et la partager.

1.6 QUESTION DE RECHERCHE

En quoi et comment une analyse réflexive de ma pratique peut me permettre de comprendre la force et les limites de ma pratique d'accompagnement des processus d'intégration des femmes immigrantes et réfugiées en région tout en m'offrant des pistes de consolidation ou de renouvèlement?

1.7 OBJECTIFS DE RECHERCHE

Identifier, à partir de ma propre histoire d'immigrante ainsi que celle de ma mère, les éléments qui pourraient faciliter le processus d'intégration socioculturelle des femmes immigrantes et réfugiées en région.

Extraire de mon parcours d'accompagnante des femmes immigrantes et réfugiées en région, rencontrées dans le cadre du programme Passer'Elles, les axes, les éléments clés et les moments signifiants susceptibles d'éclairer la spécificité de ma pratique.

Comprendre ma pratique à partir de l'expérience vécue dans l'accompagnement des femmes au sein du programme Passer'Elles, la systématiser afin de mieux l'enrichir, la renouveler et la partager.

CHAPITRE 2
ORIENTATIONS EPISTEMOLOGIQUES ET METHODOLOGIQUES

2.1 INTRODUCTION

La défaite n'est pas le pire des échecs.
Ne pas essayer est le véritable échec.

George Edward Woodberry
(critique littéraire 1855 -1930)

Débuter ce chapitre, qui donne les balises de cette recherche et explicite les orientations épistémologiques et les choix méthodologiques organisant la cohérence d'ensemble de cette recherche par cette citation, peut sembler étrange. Cependant, cela représente plein de sens pour moi. Ce n'est pas tant que j'ai peur de l'échec, car des échecs j'en ai vécus plusieurs, comme des réussites d'ailleurs. Cette citation semble exprimer plutôt mes angoisses de jeune chercheuse qui fait le choix de mettre son expérience personnelle et professionnelle au cœur de sa démarche de recherche et refléter le sentiment de se sentir en exil, de naviguer dans des eaux étrangères et de passer par des chemins de traverses. En effet, je ne choisis pas les chemins les plus fréquentés pour mener à terme ma recherche. Le défi de transformer mon expérience personnelle, familiale et professionnelle, mes défis existentiels et mes essais et erreurs dans une pratique d'accompagnement naissante, en connaissances partageables et légitimes dans une communauté de pratique et de savoir me semblait gigantesque dès le début de cette recherche. D'après Galvani :

> L'expérience et l'action doivent être réfléchies individuellement et collectivement, selon des modalités qui leur conviennent, pour que puissent se construire et s'exprimer les savoirs dont elles sont porteuses. Sans ce travail, l'expérience et l'action ne sont pas reconnues comme d'authentiques sources de connaissances. (Galvani, 2008, p.4)

Comme démontré au premier chapitre, ce projet me tenait beaucoup à cœur et me semblait vital non seulement pour moi, mais aussi pour ma mère et pour les autres femmes immigrantes et réfugiées ici et ailleurs.

Je n'aurais pas pu me permettre de ne pas essayer de le mener à terme malgré mes doutes, mes ignorances et les multiples hésitations qui ont accompagné tous mes premiers pas. Il me semblait capital de tout essayer avant de me lâcher. Je me sentais davantage praticienne que théoricienne et encore moins chercheuse. Je ne savais donc pas par quel bout me prendre pour transformer ma passion de praticienne en aventure de recherche. Nos formateurs ne finissaient pas de nous dire que la démarche réflexive sur nos pratiques allait nous permettre de transformer l'expérience en prise de conscience et l'explicitation des gestes en connaissances. Il me fallait donc m'engager dans une démarche rigoureuse de recherche, puisque je comprenais que cette voie comportait des réponses adaptées à mes questionnements, une réelle promesse de réussite au sens où l'entendait Piaget lorsqu'il affirmait que :

> **Réussir, c'est comprendre en action** une situation donnée à un degré suffisant pour atteindre les buts proposés, et **comprendre c'est réussir à dominer en pensées les mêmes situations** jusqu'à pouvoir résoudre les problèmes qu'elles posent quant au pourquoi et au comment des liaisons constatées et par ailleurs utilisées dans l'action. (Piaget, 1974, p. 190)

2.2 ORIENTATIONS ÉPISTÉMOLOGIQUES

> *L'importance d'assoir et de définir sa posture épistémologique n'apparait pas toujours, aux yeux des apprentis chercheurs, dans toute sa dimension. Pourtant, c'est la clarté des choix paradigmatiques qui permettent au chercheur de se camper, autant dans une manière de voir le monde, qu'au sein d'une communauté de recherche qui partage la même vision.*
>
> Fabien Rosenberg (2015)

2.2.1 Pour un paradigme compréhensif et interprétatif

> *La compréhension est donc avant tout, non pas une méthode utilisée par le chercheur en sciences humaines, mais la forme expérientielle particulière selon laquelle la pensée courante s'approprie le monde socioculturel par la connaissance […].*
>
> Alex Mucchielli et Pierre Paillé (2008)

D'après Claude Germain (1997, p.2), le concept de paradigme fait référence à : « un ensemble de croyances, de valeurs ou de présupposés partagés par un groupe de chercheurs œuvrant au sein d'une même communauté scientifique ».

Tout chercheur a donc besoin de clarifier son positionnement paradigmatique pour pouvoir s'inscrire de manière consciente et congruente dans une filiation qui lui permet de trouver sa place dans une communauté de chercheurs. Il devra de même se construire une démarche de recherche qui assure la cohérence entre le sujet chercheur, son objet d'étude, ses questions, ses objectifs de recherche ainsi que les méthodes susceptibles de lui permettre de cheminer vers la compréhension des phénomènes à l'étude. C'est pour cette raison qu'il s'avère essentiel de préciser dès le début de sa démarche de recherche ses orientations épistémologiques ainsi que ces choix méthodologiques.

Précisons par ailleurs, que pour pouvoir clarifier son positionnement paradigmatique, il faut encore savoir se repérer sur le territoire complexe de la recherche scientifique. Il

importe de rappeler pour ce faire que c'est seulement au cours de la première moitié du siècle dernier, que Wilhelm Dilthey (1947) a influencé l'histoire de la recherche au point d'occasionner un tournant majeur et de permettre des regards pluriels sur les manières d'envisager la recherche. En distinguant les exigences de la recherche scientifique par une spécification des critères qui sont propres aux sciences de la nature et ceux des sciences humaines et sociales, Dilthey a donné lieu aux différentes postures épistémologiques qui balisent aujourd'hui le monde de la recherche.

Nous savons donc, depuis Dilthey (1947), que les sciences de la nature cherchent à expliquer les phénomènes naturels par des relations de causalités, alors que les sciences humaines et sociales se trouvent devant la nécessité de comprendre les faits humains, sociaux et culturels. Les sciences humaines et sociales, sous l'influence des approches phénoménologiques restent en quête des manières de faire de la recherche qui permettent de mettre à jour le sens immanent des phénomènes étudiés.

Après Dilthey, l'économiste, sociologue et épistémologue allemand Max Weber (1965) a éclairé avec justesse la part d'interprétation qui reste propre au chercheur, puisqu'il est amené à assumer sa subjectivité et sa compréhension propre des dynamiques et des situations dans lesquelles sont inscrits ses objets d'étude. C'est ainsi que toute démarche compréhensive nécessite forcément de la part du chercheur un engagement dans un processus interprétatif qui lui permet de traduire son expérience en connaissances.

La clarification du positionnement théorique, épistémologique et méthodologique témoigne, somme toute, de l'intégrité du chercheur dans la mesure où : « Tout regard porte en lui des arrangements *a priori* du monde » (Mucchielli et Paillé, 2008, p.58). Il est donc essentiel de partager avec transparence nos visions du monde ainsi que les biais qui déterminent le regard que nous posons autant sur le monde, sur notre propre expérience que sur nos objets de recherche. Pour Rosenberg (2015), il est important d'assumer les présupposés implicites issus de la vision du monde du chercheur et de les consigner clairement dans ses postures épistémologiques même s'ils ne sont pas encore totalement apparents pour le chercheur qu'il devient. Il se trouve alors engagé dans une démarche

compréhensive, puisqu'il peut enfin s'apercevoir lui-même, et avoir accès à ses préconceptions et pensées implicites sur son objet d'étude et sur les phénomènes à l'étude comme l'indiquent par expérience Mucchielli et Paillé (2008, p.56).

Dans une démarche de recherche, l'étape de la saisie du sens qui émerge de la description de l'expérience est au centre du processus compréhensif et par conséquent de la production des connaissances. La question de la production de sens, celles de la construction des savoirs et du renouvèlement des pratiques, constituent les trois piliers organisateurs de ce processus de recherche-action-formation. Elles peuvent évidemment être abordées de différentes façons selon les intentions du chercheur, son objet d'étude, sa sensibilité propre ainsi que sa communauté de pratique et de savoirs.

En effet, Alex Mucchielli et Pierre Paillé affirment avec justesse que la question de la construction de sens comme celle du comprendre dans un processus de recherche renvoient au fait que :

> L'être humain se représente le monde et le rapporte à l'ensemble de son expérience, ceci au sein d'une communauté et d'une collectivité à l'intérieur desquelles se transige et se juge le sens. (Mucchielli et Paillé, 2008, p.50)

2.2.2 Pour une perspective féministe en recherche

> *La recherche féministe est une perspective plutôt qu'une méthode car, elle s'inscrit dans des univers disciplinaires qui possèdent leurs propres méthodes, elle se propose plutôt de les envisager et de les utiliser différemment, notamment en plaçant les femmes au centre de son investigation et en poursuivant un objectif de changement social.*
>
> Ollivier et Tremblay (2000)

La recherche féministe pose un regard novateur sur ses objets d'étude et s'inscrit sans aucun doute dans différents champs disciplinaires des sciences humaines et sociales. Elle favorise ainsi l'émergence et le développement de méthodes de recherche novatrices et assume sans hésiter son intention de provoquer des changements sociaux, de faire

progresser les situations de vie des femmes tout en établissant des rapports égalitaires entre la ou les chercheuses et les participantes (Ollivier et Tremblay, 2000).

Les travaux de ces deux chercheuses m'ont été d'un très grand secours lorsque je devais choisir la cohérence paradigmatique et méthodologique dans laquelle je voulais m'inscrire pour faire ma démarche de formation à la recherche et de pratique, professionnelle. La perspective féministe m'a d'autant plus intéressée qu'elle prônait un triple engagement qui me convenait très bien, à savoir « l'engagement personnel de la chercheuse envers son objet de recherche, l'engagement théorique envers une perspective féministe et l'engagement pratique pour une transformation des rapports sociaux ». (Ollivier et Tremblay, 2000, p.11)

En effet, grâce à ces travaux, j'ai compris qu'aborder un sujet d'étude dans une perspective féministe, ne fait pas de la recherche féministe une méthode à part, du moment qu'elle ne consiste pas un ensemble de procédures ou encore des façons de faire en vue de produire des connaissances. D'après Ollivier et Tremblay (2000, p.21), ce type de recherche : « propose plutôt d'aborder un objet de recherche dans un esprit autre et d'adopter une façon autre d'être avec lui ainsi qu'avec les participantes ». Dans le même ordre d'idées, Dagenais (1987, p. 21), stipule que cette perspective ouvre à une autre « façon d'être en même temps qu'une façon d'observer, caractérisée par un état d'esprit plus que par des étapes rigoureuses.»

Sur le plan éthique, effectuer de la recherche dans une perspective féministe, c'est s'engager à l'accroissement de l'autonomie de chacune des femmes y participant. L'engagement éthique en recherche féministe suppose donc :

> Une attention particulière aux conséquences de la recherche pour les personnes qui y participent, à l'utilisation et à la diffusion des résultats, aux rapports de pouvoir au sein des équipes de recherche de même qu'aux relations entre chercheuses et participantes. La recherche-action féministe va même plus loin, puisqu'elle exige non seulement que la recherche n'ait pas d'effets négatifs sur les participantes, mais qu'elle ait des effets positifs sur leur capacité de comprendre le monde et de le transformer. La recherche féministe va ainsi à l'encontre d'une certaine conception de la recherche scientifique, selon laquelle les scientifiques, dans leur quête désintéressée de la

> Vérité, ne seraient pas tenus de se préoccuper des conséquences sociales de leur recherche. (Ollivier et Tremblay, 2000, p.11)

Ce type de recherche émerge alors des situations de la vie quotidienne des femmes, qu'elles jugent elles-mêmes problématiques. Ce qui implique à veiller à la valorisation de l'expérience vécue par les femmes, voire des chercheuses au cours de leurs propres processus de recherche menés pour et avec les femmes aux fins d'améliorer leurs conditions de vie. Par ailleurs, la perspective féministe de recherche tient compte de la position minoritaire des femmes dans la société tout en mettant au jour les processus sociaux responsables de sa reproduction, en envisageant et en produisant des actions de transformation des situations qui aliènent les femmes et amoindrissent leur pouvoir d'agir (Descarries, 1998).

En effet, comme le suggère avec éloquence Beattie (1987, p.139), la recherche féministe est éminemment démocratique dans le sens où elle s'oppose avec vigueur « à une théorisation érudite ou éloignée de la réalité pour développer plutôt une nouvelle théorie à partir d'un vécu réel et concret. »

La recherche féministe s'intéresse donc à des groupes de personnes, notamment des femmes immigrantes, qui sont plus souvent qu'autrement laissées pour compte dans la société. Elle favorise ainsi des méthodes originales qui permettent d'accéder à l'expérience vécue par les femmes, comme l'histoire orale, le récit de vie, les échanges épistolaires, afin de saisir quelque chose qui participe à la saisie de la mémoire des femmes âgées, des immigrées, celles qui vivent avec des déficiences ou encore des illettrées.

2.2.3 Pour une approche de recherche qualitative de type féministe

> *La recherche féministe veut favoriser chez les femmes – non seulement chez les femmes qu'elle rejoint directement par sa démarche mais aussi chez les autres qui prendront connaissance des résultats de l'étude – une prise de conscience au fait que leurs expériences de vie sont structurées par des dynamiques où interagissent genre et pouvoir; autrement dit, ces expériences ne sont pas naturelles, mais sociales et politiques et, conséquemment, elles peuvent être changées.*
>
> Ollivier et Tremblay (2000)

Faire de la recherche en étude des pratiques psychosociales à l'UQAR, c'est s'engager sur un chemin particulier qui laisse de la place à la subjectivité du chercheur et à son implication comme personne dans sa recherche. La maîtrise en *Étude des pratiques psychosociales* stipule d'ailleurs qu'elle poursuit, en plus de la visée première – propre à toute recherche – la production de nouvelles connaissances, sans compter deux autres finalités : le renouvellement des pratiques et la transformation des praticiens.

La démarche de recherche de type qualitatif, résolument ancrée dans le paradigme interprétatif et compréhensif, permet à tout chercheur en étude des pratiques psychosociales de rester cohérent dans sa démarche de recherche. Ainsi, comme nous le dit avec justesse Jean-Marc Pilon (2004, p.75) : « Le chercheur devient son propre objet de recherche ». Dans le même ordre d'idées, Fabien Rosenberg (2015) avance que dans ce contexte, le chercheur ne peut pas faire autrement que d'être dans une forme d'inter influence avec son objet de recherche et avec son environnement de recherche. « Il est culturellement, politiquement et socio historiquement situé, tout comme ses questions sont issues de son époque et ne prennent tout leur sens qu'au sein de son contexte » (Rosenberg, 2015, p.13).

D'après le même auteur, la démarche qualitative en recherche permet l'émergence d'un sens cohérent qui prend en compte le regard du chercheur tout en évitant une fiction théorique ou une interprétation coupée du vécu de l'acteur. Une telle posture exige

cependant un esprit critique comme l'indiquent avec pertinence Deslauriers et Kérisit. Le chercheur doit ainsi pouvoir :

> Refuser de se laisser mener par le sens commun proposé par les acteurs sociaux et se garder en même temps d'en extraire une fiction théorique qui annihilerait le vécu de ses acteurs. Ce regard détaché mais tout de même engagé dans le social ne peut se faire qu'au prix d'une rupture avec ce qui va de soi et qu'à travers une construction consciente de l'objet. (Deslauriers et Kérisit, 1993, p. 96)

C'est, entre autre, par cette posture critique, prônée par Deslauriers et Kérisit, que l'on peut voir à quel point la démarche qualitative de recherche est totalement cohérente avec la recherche féministe dans ce sens qu'elle assume sans aucune ambigüité l'importance de rendre compte de la diversité de l'expérience vécue par les femmes. Elle acquiesce ainsi à la fécondité créatrice de l'implication et de la subjectivité en recherche.

> À cet égard, les expériences personnelles de la chercheuse (et ses émotions aussi) jouent un rôle fondamental dans le processus de la recherche féministe : entre autres, elles sont souvent le lieu d'où émergent les questionnements de départ et les questions de la recherche et continuent de les alimenter, elles suggèrent un regard critique sur un processus formalisé de recherche disciplinaire, elles sont des sources d'où partir pour identifier des participantes à la recherche et guident les interactions avec elles, elles inspirent un sens à l'interprétation des résultats. (Ollivier et Tremblay, 2000, p.46)

La recherche qualitative d'inspiration féministe fait ainsi voler en éclat les oppositions factices habituellement acceptées entre la vie personnelle et la vie professionnelle, entre le privé et le public, entre la recherche et la pratique et entre la théorie et l'action. Tous ces pôles cessent de s'opposer pour être perçus dans une perspective qui laisse de la place à une lecture complexe de la réalité à la manière d'Edgar Morin (2005). Ils deviennent alors non seulement complémentaires mais se potentialisent et s'interfécondent mutuellement. Ollivier et Tremblay abondent dans le même sens en affirmant que c'est bien cela qui :

> Explique que bien des chercheuses féministes débutent leurs propos en relatant des expériences personnelles (voir par exemple Andrew 1998). C'est ce qui explique aussi que bien des chercheuses féministes écrivent à la première personne du singulier, comme pour se réapproprier leurs expériences au travers du processus de la

> recherche, tout en en faisant bénéficier leur lectorat dans une perspective de changement social. C'est ce qui explique encore que la recherche-action soit si courante en recherche féministe, une démarche où l'engagement « militant » de la chercheuse se confond à sa propre expertise mise au service des préoccupations des personnes qui participent à la recherche. (Ollivier et Tremblay, 2000, p.47)

C'est pour cette raison que la recherche féministe est non seulement cohérente avec les approches de recherche inscrites dans le paradigme compréhensif et interprétatif, mais aussi avec les visées de la maîtrise en *Étude des pratiques psychosociales*. La dimension engagée de la recherche féministe résolument orientée vers le changement social, tel que présentée par Beattie (1987), concerne à la fois la chercheuse féministe et les participantes à sa recherche. Il n'est pas rare de voir dans ce type de recherche un engagement conscient de la chercheuse vis-à-vis de son objet de recherche, dont les résultats constitueront un médium de conscientisation et d'émancipation (Kirsch, 1999) qui vise sans contredit le changement socioculturel et politique (Dagenais, 1987; Descarries 1998). Ce type de démarche de recherche se fait *pour* et *avec* les personnes qui partagent leur expérience de vie et n'a aucune prétention de la faire sur elles.

2.3 POUR UNE MÉTHODOLOGIE DE TYPE HEURISTIQUE

> *L'engagement dans une démarche heuristique se fait d'abord et avant tout parce que confronté à une donnée de l'existence qui lui pose question, le chercheur n'a d'autre choix que de prendre cette question à bras le corps et de ne pas lâcher prise jusqu'à ce qu'émerge une compréhension nouvelle.*
>
> Andrée Condamin (2000)

La méthode heuristique constitue une démarche toute indiquée pour le chercheur engagé et impliqué dans sa recherche autant sur le plan existentiel et pratique qu'intellectuel. Cette méthodologie de recherche offre des voies de passages fécondes pour permettre aux chercheurs de nouer les liens entre leur expérience vécue, leurs pratiques professionnelles et leurs investigations scientifiques. D'après Peter Erik Craig (1978), la

recherche heuristique autorise le chercheur à puiser dans « […] ses ressources et ses pouvoirs d'imagination » (Craig, 1978, p.35). Tout comme la recherche féministe, la recherche heuristique prône l'engagement du chercheur tout en laissant place à sa créativité dans l'exploration de sa recherche. C'est dans ce sens que Craig (1978, p.2) insiste sur le fait que dans ce type de démarche, le chercheur devient le principal instrument de « […] description et de compréhension de l'expérience humaine ». Moustakas (1968), va encore plus loin en reconnaissant l'expérience vécue par le chercheur lui-même au cours de sa démarche comme un médium incontournable de recherche. C'est seulement à cette condition que s'anime une dynamique passionnante de découverte propre au processus heuristique. Le chercheur se vit alors comme littéralement pris par sa question.

2.3.1 La logique de la démarche de recherche heuristique

Dans une thèse de doctorat réalisée spécifiquement sur la recherche heuristique, Craig (1978) a systématisé son propre parcours de recherche et il fini par identifier quatre temps distincts et pourtant reliés qu'il a traversés tout au long de sa démarche de recherche heuristique. Ces quatre moments sont : *la question, l'exploration, la compréhension et la communication*.

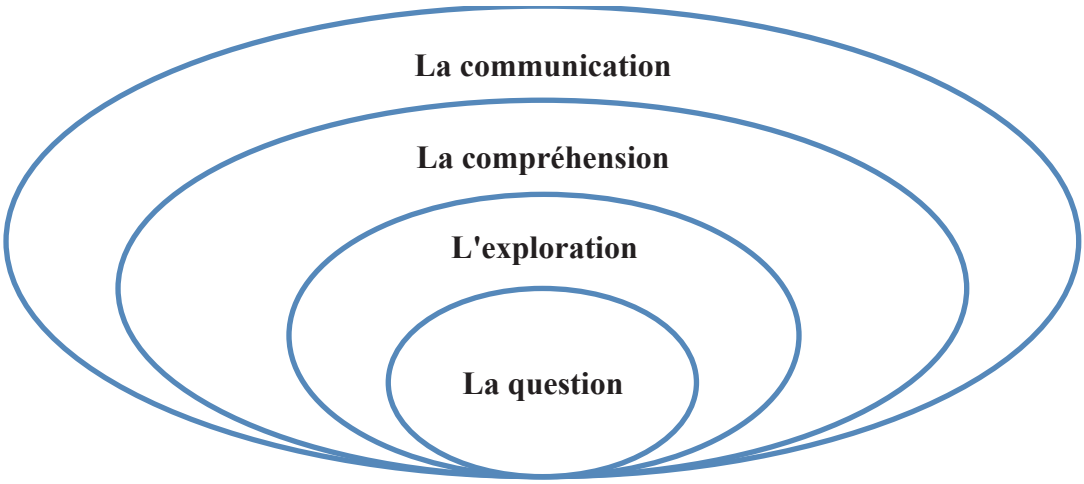

Figure 1 : Les différents moments d'une démarche de recherche heuristique selon Craig (1978)

De son côté Moustakas (1990), toujours sur la logique interne de la démarche heuristique, a proposé six phases qui s'apparentent au cycle de découverte décrit précédemment par Craig et ses prédécesseurs.

Tableau 1 Les différents moments du processus heuristique selon Craig et Moustakas

Moustakas (1990)	**Craig (1978)**
L'engagement initial	**Le questionnement**
L'immersion	**L'exploration**
L'incubation	
L'illumination	**La compréhension**
L'explication	
La synthèse créatrice	
	La communication

Le premier moment décrit par Craig (1978) est *le questionnement*. Celui-ci implique une conscience aigüe d'un problème, d'une question préoccupante profondément ressentie par le chercheur de manière intime. Ce processus contient différentes étapes commençant par cette intense préoccupation non encore nommée, n'ayant pas encore trouvé sa forme et qui se présente comme une inquiétude diffuse avant de devenir un appel et une impulsion d'action englobant l'ensemble du sujet. Ce type de questionnement habite le sujet, presque à son insu, de manière préconsciente et préverbale. Il finira par devenir progressivement, lentement mais surement un réel état de crise qui intime au sujet l'ordre de faire quelque

chose avec ce questionnement tenace. Dans une recherche heuristique la question émerge de l'intimité du sujet même si elle prend racine dans son contexte et elle devient forcément profondément significative pour le sujet chercheur. La question devient ainsi un appel, un défi personnel, comme une obsession ou du moins une injonction à répondre soi-même à cet appel. Le sujet chercheur est ainsi appelé à faire sien le territoire de son questionnement. Ici se trouve forcément ce que Craig (1978, p.23) appelle à la suite de Polanyi (1964) : « Le ressort moteur de tout pouvoir créateur » (1978, p.23). Une fois ce ressort senti, aperçu, reconnu et assumé, le chercheur devient capable de commencer son investigation de façon : « […] méthodique et réfléchie » (1978, p.22).

Le second moment présenté par Craig (1978) est celui de *l'exploration*. Il propose alors de s'impliquer totalement dans sa démarche de recherche, de s'immerger complètement dans son questionnement tel que le suggère Moustakas (1990). Le sujet chercheur s'immerge alors sans hésiter dans la situation pour mieux l'explorer afin de pouvoir apercevoir et décrire l'expérience vécue de l'intérieur du phénomène étudié. À la suite de Moustakas et de Craig, Rosenberg (2013, p.17) précise que cette immersion demande d'exercer des compétences qui nécessitent un certain nombre d'attitudes telles que : « la vigilance, l'écoute et l'observation. Il s'agit donc d'entrer de plus en plus profondément au sein de l'expérience, tout en évitant de se laisser distraire par ce qui ne la concerne pas ». L'implication tout comme l'immersion dans l'expérience exige ainsi d'oser rentrer dans son expérience, afin de ne pas se contenter de l'observer du dehors ou depuis la périphérie, en restant hors d'atteinte. Selon Craig (1978), il y a un certain nombre de critères de validité pour ce type de recherche, à savoir : l'authenticité, la proximité à son expérience, l'audace de prendre les risques, la capacité d'accorder du crédit à son expérience intime, ses intuitions, ses désirs et ses impulsions d'action.

Le troisième moment mentionné par Craig (1978) est *la compréhension*. Selon Craig (1978, p.27), à cette étape le chercheur procède par un « […] processus de clarification, de conceptualisation et d'intégration de ses découvertes ».

Rosenberg (2015, p.18) propose, quant à lui, « de rassembler tout ce qui peut documenter sa recherche, que ce soit les expériences, les souvenirs ou les écrits ». C'est à partir de ce moment que la phase d'interprétation des données produites peut commencer pour éclairer la compréhension du phénomène à l'étude.

Au bout de ce processus de compréhension, le sujet chercheur doit organiser sa pensée et ses données afin de rendre ses découvertes communicables. Craig (1978) parle alors du dernier moment de la recherche heuristique qui se caractérise par une vraie démarche de *communication* des découvertes. Ce moment constitue l'issue d'un tel cheminement sur le plan personnel, intellectuel et socioculturel.

Cette phase ultime de la recherche heuristique se caractérise par le processus de rédaction du mémoire, de la thèse ou encore du rapport de recherche. Il s'agit alors d'une parole qui dépasse l'immersion dans l'expérience intime. Le chercheur devient ainsi capable de se laisser éclairer par ses données suite à une démarche descriptive, réflexive et critique créatrice de connaissances partageables. Dans une perspective praxéologique le chercheur se découvre enfin connaissant car il a trouvé les moyens de déchiffrer les savoirs d'expériences et les savoirs pratiques qui jusque-là étaient tacites. C'est cette expérience que Claude Roy (1984, p.7) exprime si bien lorsqu'il dit : « J'écris pour pouvoir lire ce que je ne savais pas que j'allais écrire ».

À la suite de Moustakas (1990) et Craig (1978), Rosenberg (2015), rappelle que les différents moments du processus de recherche heuristique sont interreliés et sont chapeautés par le principe de continuité qu'il exprime en ses termes :

> Les prémisses *pré-exploratoires* liées à la vie même du chercheur sont déjà là, en attente d'être aperçues et mises en œuvre. Il en va de même pour la fin de la recherche car le processus heuristique ne finit pas avec la communication des découvertes et souvent le mouvement amorcé continue en s'élargissant et en s'approfondissant, bien au-delà du projet de recherche initial. (Rosenberg, 2015, p.19)

2.3.2 L'heuristique comme processus de recherche-formation de type biographique

Il semble important de revenir à ce point de recherche, sur les liens intrinsèques qui relient la méthode heuristique et les approches biographiques en recherche, en formation et en intervention. L'écriture autobiographique permet la description phénoménologique de l'expérience vécue ou agie et rend possible l'immersion du chercheur dans le phénomène qu'il cherche à comprendre et l'exploration de celui-ci tout en assumant la responsabilité de se former lui-même au contact de son objet d'étude, du déploiement de sa pensée et du développement de sa pratique. La recherche heuristique sollicite ainsi une écriture biographique qui est à la fois impliquée, formatrice et même transformatrice.

Ce type d'écriture autorise à mettre en scène et en dialogue des données qui d'habitude restent dans l'ordre de l'intime, en interrogeant l'enjeu de l'authenticité de l'écrivain chercheur. C'est cet enjeu que souligne avec justesse Pierre Dominicé (2002, p. 104) : « La rédaction du texte biographique, de façon générale, place les adultes au cœur d'un débat central pour la formation, celui qui consiste à communiquer la dimension sociale d'une expérience de vie dont la vérité tient à l'authenticité individuelle. »

Guy de Villiers (1996), cité par Rosenberg (2015, p. 20), mentionne quant à lui que dans le courant des histoires de vie en recherche-formation, le sujet chercheur, en sa qualité de narrateur, est obligé de faire une sélection rigoureuse dans la complexité des faits vécus pour que les expériences les plus marquantes et les plus significatives puissent apparaitre et ainsi livrer le sens et la connaissance qui s'y cachent.

Le lecteur remarquera, je l'espère, que le projet n'est pas uniquement pour le chercheur de raconter son histoire, mais bel et bien de s'informer et de voir plus clair à propos de cette expérience. Marie-Christine Josso précise par ailleurs que :

> La recherche n'avance que s'il y a apprentissages et formulation par chacun de son/ses intérêt(s) de connaissance. La formation a lieu lorsque la recherche enrichit le regard sur soi de découvertes, de regards nouveaux, voire de prises de conscience, de thématiques génératrices ou de dialectiques agissantes ou/et lorsque

> la recherche a permis un/des apprentissages consciemment approfondi(s). (Josso, 2011, p.132)

La dimension biographique de la recherche heuristique rencontre ainsi cette prophétie de Guy de Villers, cité par Josso en ces termes :

> La connaissance des déterminants multiples qui, dans l'histoire de sa vie, ont marqué ses motivations, ses demandes et ses modes de formation permet à l'adulte d'avoir accès aux processus cognitifs qui lui sont propres; ainsi, fort de cette connaissance, l'adulte est en position d'appropriation du réel par la connaissance et l'action. (Josso, 1991, p.138)

Il ne faut cependant pas oublier qu'au-delà de la dimension biographique, cette recherche constitue un versant praxéologique central. Le lien qui unit les deux faces de cette recherche se loge dans la dimension intermédiaire entre la connaissance et l'action qu'est la parole reliante, agissante, conscientisante et transformatrice.

D'après Freire (1974, p. 71), la parole humaine a deux dimensions, elle est à la fois action et réflexion. Ces deux faces de la parole sont tellement solidaires et se manifestent dans une interaction à ce point absolue qu'en supprimant : « l'une d'elles, ne serait-ce qu'en partie, l'autre en souffre immédiatement. Il n'y a pas de parole véritable qui ne soit praxis. Aussi, prononcer une parole authentique, c'est transformer le monde. »

Revenir à la parole comme une praxis sociale donne de la cohérence à ce projet de recherche qui vise depuis le début, comme déjà mentionné, à transformer les conditions sociales qui asservissent les femmes immigrantes et réfugiées. Encore une fois, il semble essentiel de rappeler que la quête de ma démarche ne consiste pas uniquement à vouloir endiguer les conditions socio-politiques et culturelles aliénantes, mais à agir à la suite de Paolo Freire (1974), ce maitre par excellence de toute démarche d'émancipation, sur la perception que les femmes ont, à un moment donné de leur histoire individuelle ou encore pire collective, comme un frein, quelque chose qu'elles ne peuvent dépasser.

En effet, comme le rappelle avec force Freire (1974, p.85) : « […] au moment où la perception critique apparaît, au cœur de l'action, se développe un climat d'espérance et de confiance qui incite les (femmes) à s'employer au dépassement des situations limites. »

2.4 TERRAIN DE RECHERCHE

Dans le cadre de cette recherche, afin de pouvoir produire du sens et de la connaissance à partir de mon expérience personnelle et professionnelle, je me suis concentrée sur deux terrains de recherche distincts, à savoir mon expérience personnelle d'enfant issue d'une famille immigrante et ma pratique comme accompagnatrice de groupes de femmes immigrantes et réfugiées en région.

2.4.1 Mon expérience d'enfant issue d'une famille immigrante

J'avais besoin de congruence dans ma démarche de production de savoirs et de renouvèlement de pratiques pour pouvoir atteindre mes objectifs de recherche et rester dans la cohérence d'une démarche de recherche et d'intervention féministe. La recherche féministe, rappelons-le, « sollicite l'engagement de la chercheuse, en tant que personne, dans le processus de la recherche » (Ollivier et Tremblay, 2000, p.48).

C'est dans ce sens que j'ai choisi, dans un premier temps, de revisiter mon histoire familiale d'immigration afin de m'approprier mon expérience, de prendre une juste distance par rapport à mes épreuves passées et me donner des moyens de voir autrement notre histoire. Dans cette perspective, j'ai eu l'opportunité de voir s'ouvrir un espace inédit de dialogue qui m'a permis d'entendre, d'une manière renouvelée, le point de vue de mes parents sur leur propre expérience. Celle-ci constituera un premier terrain d'exploration de cette recherche heuristique d'inspiration féministe.

C'est à partir des moments clés de cette histoire revisitée que j'ai pu me lancer dans une démarche narrative capable de saisir autrement le sens de cet itinéraire en vue d'en

faire un socle pour un engagement social, susceptible d'améliorer des conditions de vie d'autres femmes et familles immigrantes.

2.4.2 Un programme d'accompagnement de femmes immigrantes et réfugiées

Au-delà de mon expérience personnelle, j'avais besoin de me mettre en action sur le plan professionnel. Forte de mon expérience d'enfant, d'adolescente et de jeune adulte en situation d'immigration en région, je croyais avoir acquis une expérience que je pourrais transformer en compétence grâce à ma formation en intervention psychosociologique. Je souhaitais m'inventer une pratique innovante et spécialisée en accompagnement des femmes immigrantes et réfugiées ainsi que leurs enfants. En effet, j'ai constaté qu'à Rimouski quelques familles immigrantes faire face aux mêmes difficultés que celles que j'avais confrontées une vingtaine d'années plutôt de concert avec ma mère, mon frère et ma soeur. Je me suis donc engagée dans un travail long et ardu pour la conception d'un programme d'accompagnement en attendant de pouvoir le réaliser et en évaluer les impacts. J'ai fini par réaliser ce programme avec la collaboration de l'organisme AIBSL. C'est une réflexion sur cette pratique spécifique qui constituera le deuxième terrain d'exploration de ma question de recherche.

2.5 OUTILS DE RECUEIL DES DONNÉES : LES JOURNAUX DE RECHERCHE

> *Le journal est l'occasion de : […] garder une mémoire pour soi-même ou pour les autres, une pensée qui se forme au quotidien dans la succession des observations et des réflexions. […] C'est un outil efficace pour celui qui veut comprendre sa pratique, la réfléchir et l'organiser.*
>
> Rémi Hess (2006)

Tout au long de ce processus de recherche et de formation à la recherche, j'ai appris à tenir des journaux de recherche et à consigner tout ce qui me semblait important pour nourrir ma démarche connexe. Pour Fabien Rosenberg :

> Le journal du chercheur est un document écrit de façon tantôt assidue, tantôt discontinue, montrant les pensées, les évènements, les réflexions, les symbolisations ou les sentiments qui habitent l'esprit du chercheur au fur et à mesure qu'il avance dans sa démarche. (Rosenberg, 2015, p.22)

Dans le même ordre d'idée, Rémi Hess (2006) définit le journal de recherche comme un procédé simple d'accumulation de données qui permet au chercheur de rassembler des données susceptibles de lui permettre d'accéder au phénomène étudié. Cet outil de production de données de recherche m'a permis de documenter mon expérience d'enfant d'immigrants en y compilant presque systématiquement des souvenirs, des photos, des bouts de journaux anciens et des traces de conversations tenues avec les amis, la famille, les anciens enseignants ou intervenants. Au fur et à mesure que j'avançais dans cet exercice de production de données, je réalisais avec Remi Hess (2006, p.73) que le processus de rédaction permettait de déplier le sens des faits vécus et de rendre ainsi conscient ce qui était encore dans la non conscience. Je pouvais de cette manière me rendre compte des a priori qui voilaient le regard que je pose sur moi, sur le monde et par conséquent sur mon objet d'étude, tout en marquant mes prises de position, mes interactions et mes mises en action.

2.5.1 Journal d'itinérance

> *Le journal, parce qu'il est un outil qui mobilise la volonté, est aussi un instrument de responsabilité. Chacun décide de ce qui est vrai, important et sensé pour lui.*
>
> André Paré (1987)

René Barbier (1996) nous présente le journal d'itinérance comme un carnet de bord dans lequel le chercheur note ce qu'il pressent, ce qu'il ressent, ce qu'il pense, ce qu'il médite ou ce qu'il poétise. Il rappelle également que cet espace peut accueillir autant ce que le chercheur construit pour donner du sens à sa vie, que ce qu'il retient de ses lectures, de ses discussions, ou encore des théories ou concepts qu'il découvre sur le chemin de sa

recherche. Mon choix de cette méthode de production de données a principalement été guidé par l'intuition de cohérence entre mon thème de recherche, mes orientations épistémologiques et méthodologiques et cet outil.

Selon Barbier :

> Nos itinéraires sont des routes tranchantes comme des épées. Mais aussi des chemins de velours. Des brassées d'herbes odorantes, des feux de Bengale pour des attardés de la nuit. Nos itinéraires portent des fruits et des bombes, des chevaux fous et des racines terriblement enfouies dans la pierre noire de la vie. Partir en quête de nos itinéraires, avec la simple lanterne de Diogène. Les reconnaître embroussaillés dans la pénombre. Les mettre en scène, les mettre en jeu, les éclairer un petit peu avec le sourire et l'humour de celui qui voit la trame de l'itinérance. (Barbier, 1997, p. 24)

La notion d'itinérance choisie par Barbier rappelle ainsi que dans le parcours d'une vie, d'un projet de création ou encore de recherche, il y a toujours une multitude de chemins paradoxaux qui se croisent sans pour autant se distinguer avec clarté. Barbier précise que :

> Dans l'itinérance d'une vie, on trouve une multitude d'itinéraires contradictoires. L'itinérance représente le parcours structural d'une existence concrète tel qu'il se dégage, peu à peu, et d'une manière inachevée, dans l'enchevêtrement des divers itinéraires cheminés par une personne ou un groupe. (Barbier, 1996, p. 270)

Le journal d'itinérance m'a ainsi servi d'outil de production de données et soutenu avec pertinence et cohérence ce processus de recherche. Grâce à cet outil, j'ai appris à être attentive à tout ce qui se passe dans ma vie personnelle de femme immigrante, dans ma vie professionnelle d'intervenante auprès des femmes immigrées et réfugiées en région et dans mon processus de chercheuse. Cette pratique particulière de recherche qui passe par une tenue rigoureuse du journal d'itinérance a constitué pour moi, une occasion en or d'apprendre à observer mon expérience et à assumer l'intelligence, les surprises ainsi que les incohérences de mon chemin de vie personnelle, professionnelle et de recherche.

À la suite de Barbier (1996), Rugira (2004) précise qu'il est important pour le chercheur qui s'engage dans cette aventure, d'assumer sa posture dans une recherche radicalement impliquée. Elle envisage ainsi ce type de journal à la manière du carnet de

route de l'auto ethnologue qui parcourt sa vie et la vie d'autrui avec la même implication, la même curiosité heuristique que le chercheur en anthropologie visitant une société primitive en voie de disparition.

Les contours du journal d'itinérance étant posés, il me faut rappeler que ce journal se réparti en trois cycles qui se complètent sans pour autant se disjoindre de manière radicale. Il y a donc un temps pour le journal brouillon, le journal élaboré et le journal commenté.

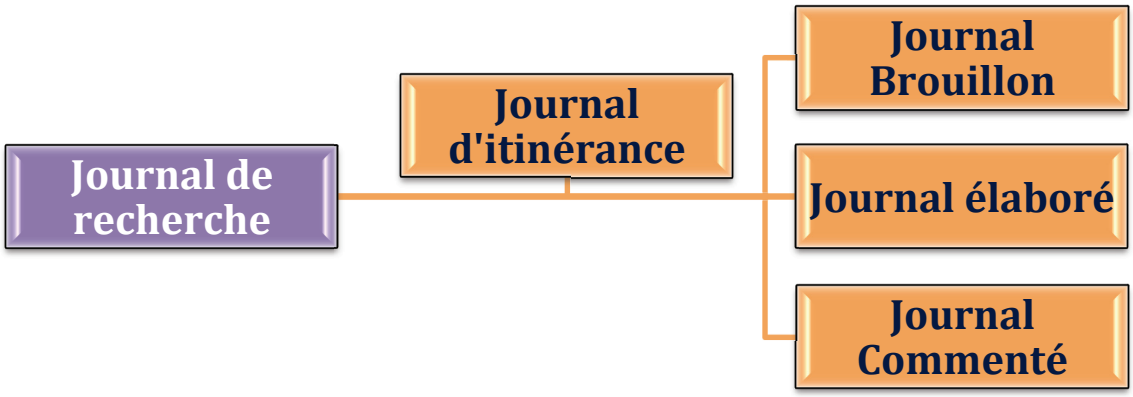

Figure 2 : Le journal d'itinérance, une méthode de production et d'interprétation de données

2.5.2 Journal brouillon

Le journal brouillon constitue un contenant tenu régulièrement. C'est comme un cordon ombilical qui tient le chercheur près de sa question de recherche en permanence. On y écrit tout ce qui nous semble important et relié à notre thème de recherche. Cette étape constitue un temps ouvert où le chercheur peut tout se permettre tant sur le plan du contenu que de la forme. Dans ce journal, on fait de la place aux expériences présentes et passées, lorsque le chercheur est interpelé au présent assez profondément pour être renvoyé dans ses expériences passées. Celles-ci se manifestent alors sous forme de remémorations éclairantes ou encore obscures, tel un rêve qui ne délivre pas encore son sens.

2.5.3 Journal élaboré

Le journal élaboré est la deuxième boucle de ce travail de production et d'interprétation de données susceptible à donner forme, à organiser et à structurer la quantité considérable d'écrits rassemblés dans le journal brouillon. Cette phase d'écriture constitue une première étape qui offre l'occasion au sujet chercheur de sortir d'une attitude intimiste, de relater sa propre expérience afin de commencer à s'ouvrir à l'idée d'un acteur social, qui d'écrit son expérience pour en faire profiter aux autres.

Successivement à Barbier (1996), Rugira (2004, p.121) avance que : « Les données consignées dans le journal-brouillon sont à réinvestir dans le quotidien du chercheur, dans sa manière de se situer aussi bien existentiellement, intellectuellement, professionnellement que relationnellement.

Ce réinvestissement des premiers éléments de compréhension dans la vie et dans la pratique du chercheur ainsi que dans sa démarche de recherche ouvre sur ce que nous avons appelé la deuxième boucle d'écriture compréhensive. Une écoute flottante des données de recherche permet au sujet chercheur de dialoguer avec ses données, de les interroger, de les faire parler et surtout de les laisser lui ouvrir de nouvelles perspectives. Dans ce dialogue, le chercheur peut appuyer son expérience sur d'autres auteurs qui apportent des commentaires scientifiques, philosophiques ou poétiques (Barbier, 1996).

2.5.4 Journal commenté

Pour René Barbier (1993), le journal commenté inaugure une étape tout à fait particulière, une phase décisive, dans ce sens que c'est ici que le chercheur sort définitivement de l'intime par cette troisième interprétation, pour ne pas dire cette démarche de relecture, réécriture et écriture interprétative et créatrice. Le journal commenté ne constitue pas la dernière écriture qui va figurer dans le mémoire car elle implique une écriture intermédiaire qui sera soumise au dialogue avec d'autres dans le processus herméneutique essentiel à ce type de démarche. Le sujet chercheur s'expose ainsi au regard

de l'autre, aux critiques et réactions de toutes sortes en vue de sortir de plus en plus des a priori qui limitent sa vision du monde et de sa recherche. Le journal commenté ouvre ainsi sur la conscience critique et permet de commencer une dernière boucle interprétative qui permet la systématisation des résultats dans une synthèse créatrice.

2.6 MÉTHODE D'ANALYSE QUALITATIVE DE DONNÉES QUALITATIVES

> *La question de base qui sous-tend ce type d'analyse : « Qu'y a-t-il à décrire, rapporter, constater, mettre de l'avant, articuler relativement au matériau à l'étude? »*
>
> Paillé et Mucchielli (2008)

Au bout de ce processus de recherche, m'attendait la phase de l'analyse, de l'écoute et de l'interprétation des données que j'avais passé des années à produire et à compiler dans mes différents journaux de recherche, au fil des observations, des discussions, des remémorations, des mises en action et des réflexions sur l'expérience et sur l'action. Il me fallait à cette étape revenir au début de ma recherche pour la revisiter à ses racines, pour retrouver l'intentionnalité de recherche qui m'animait dès le début de cette recherche. J'ai ainsi pu constater que :

> La problématique est en même temps une sorte de tension construite par le chercheur entre des pré-savoirs insuffisants et des phénomènes. Elle traduit une incompréhension et une orientation de la volonté de mieux comprendre. (Paillé et Mucchielli, 2008, p.55)

C'est dans une réelle quête de cohérence de sens et de connaissance que j'ai pu créer des conditions pour favoriser l'émergence de sens à partir de la multitude de données produites. Je me suis donc mise à lire, à relire, à partager avec des amis, des parents et ainsi qu'avec ma directrice de recherche des bouts disparates de mes données afin d'ouvrir un espace réflexif et dialogique assez fécond. J'ai ainsi pu dialoguer avec mon corpus afin de faire des liens et des mises en ordre compréhensives grâce à une pratique d'interprétation en mode d'écriture.

2.6.1 Pratique interprétative en mode écriture

> *L'analyse qualitative de données n'est pas un acte de divination. Un matériau ne parle jamais de lui-même, il doit être interrogé.*
>
> Paillé et Mucchielli (2008)

Depuis le début de cette recherche, une rigoureuse quête de cohérence a guidé tous mes pas et toutes mes décisions. Mes choix épistémologiques, paradigmatiques, éthiques, méthodologiques et d'outils de productions de données ont été faits en fonction de cet ultime souci de cohérence. Lorsqu'il m'a fallu décider des moyens les plus adaptés pour présenter et interpréter les données de cette recherche, je me suis retournée vers l'interprétation en mode d'écriture, tel que mise au point par Paillé et Mucchielli (2008).

Ce type d'interprétation permet de recourir à une écriture narrative de type biographique qui autorise non seulement la description et la compréhension de l'expérience vécue mais aussi une écriture fluide, créative d'une grande fécondité heuristique lorsqu'orientée vers le projet de réaliser une analyse réflexive de pratique. Ce type d'écriture est assez souple pour épouser la nature complexe, non linéaire et irrégulière de la réalité telle qu'elle se manifeste dans les phénomènes à l'étude. Pour Paillé et Mucchielli (2008, p.127), ce type d'écriture constitue non seulement un moyen de communication mais aussi « un acte créateur. Par elle le sens, tout à la fois se dépose et s'expose ».

Dans ce type de pratique de présentation et d'interprétation de données, l'écriture dans ses différentes séquences qui impliquent une série de lecture, de réécriture, des temps de latence et de discussion avec d'autres, constitue une véritable praxis descriptive et interprétative. Au bout du processus, le chercheur s'élève un peu au-dessus de son corpus, prend ses distances pour finir le tour dans une systématisation créatrice qui ouvre un nouveau cercle interprétatif, en prenant des formes plus conceptuelles ou encore plus symboliques comme on peut le lire chez Paillé et Mucchielli (2008, p.128).

D'après Paillé et Mucchielli (2008) ce type de pratique interprétative fonctionne en boucles à la manière des cercles herméneutiques qui se déroulent en trois temps. La première boucle interprétative procède par une production de constat, dans l'esprit d'une analyse de contenus qui part des premières compréhensions qui émergent de la lecture de l'ensemble des données. Ces premiers constats peuvent être exprimés en une série d'énoncés qui vont délivrer un autre niveau de sens, comme l'annonce Paillé et Mucchielli (2008, p.129). C'est une écriture compréhensive et interprétative qui débusque les unités de sens qui se donnent une fois que les différents niveaux de lectures ont réussi à débusquer l'implicite. Cette forme d'écriture permet « […] de donner à voir ce qui peut être vu » (Paillé et Mucchielli, 2008, p.130).

D'après Paillé et Mucchielli (2008), travailler de cette manière permet d'éviter le recours aux procédés qui morcèlent et fragmentent le réel et qui en voilent ainsi le sage. C'est en se mettant à la recherche des récurrences que le sujet chercheur peut enfin faire discuter les données issues de ses différents terrains avec des textes d'autres auteurs qui en éclairent la profondeur. Ce processus aboutit sur un texte systématisant le sens et les connaissances qui émergent de cette recherche.

CHAPITRE 3
HISTOIRE DE VIE

UNE QUÊTE IDENTITAIRE D'UNE IMMIGRANTE DE DEUXIÈME GÉNÉRATION

3.1 INTRODUCTION

> *Lorsque l'esprit des hommes te paraitra étroit, dis-toi que la terre est vaste. N'hésite jamais à t'éloigner, au-delà de toutes les mers, au-delà de toutes les frontières, de toutes les patries, de toutes les croyances.*
>
> Amin Maalouf (1986)

Ce chapitre a été rédigé suite à un élan exploratoire dont l'objectif est de revisiter mon parcours de jeune femme issue d'une famille immigrante. Même si je suis née en Égypte, et arrivée au Québec à l'âge de trois ans, j'ai de tout temps vécu comme immigrante de deuxième génération. En effet, je n'ai jamais choisi d'immigrer et, somme toute, c'est sur la terre québécoise que j'ai commencé à prendre conscience de moi. J'ai donc hérité des difficultés identitaires et d'intégration que je n'avais pas choisies. Pire encore, comme je suis arrivée à Rimouski il y a maintenant plus de 30 ans, à une époque où l'immigration en région constituait un phénomène plus que rare, personne dans la communauté locale, ni les parents, ni les enseignants, ni les intervenants psychosociaux, personne, ou autres n'étaient en mesure d'anticiper les défis qui seraient les miens et à m'aider à créer des conditions pour les traverser. Ce chapitre tente de faire l'archéologie des questions que je me suis posées toute la vie en vue d'en saisir la source, particulièrement la cohérence pour en dégager non seulement une expérience, mais aussi un bagage de connaissances partageables. Je cherchais dès le départ, à mieux comprendre mon

histoire, à en tirer du sens et de la connaissance. Ceci dans le but de prévoir un modèle d'accompagnement susceptible de permettre aux autres immigrants de mieux vivre les défis de leur situation et de moins subir passivement les enjeux auxquels ma famille et moi avons été exposées.

3.2 L'IMMIGRATION : UNE HISTOIRE FAMILIALE

Nous avons besoin les uns des autres.
L'être humain n'est pas fait pour s'isoler, mais pour partager.

Alice Parizeau (1982)

3.2.1 Mon père face au défi d'intégration

Le plus fort c'est mon père

Lynda Lemay (1996)

En 1981, j'avais trois ans lorsque mes parents égyptiens ont immigré au Canada et se sont installés à Montréal. Un an plus tard, ils migrent vers le Bas-Saint-Laurent à Rimouski. Comme la majorité des hommes immigrants, mon père, Capitaine au Long Cours, ayant voyagé à travers le monde et parlant couramment le français, a réussi à décrocher un emploi et à se créer assez rapidement un réseau social. Cet état de choses a largement contribué à faciliter son intégration et lui permettre de nommer Rimouski : *« son paradis sur terre ».*

J'ai en trois lignes démontré que mon père s'est intégré à sa nouvelle société assez rapidement et cela est vrai, mais pas sans difficultés ! Malgré sa richesse, malgré son éducation francophone, malgré ses quinze années d'expériences de travail en tant que Capitaine au long cours, c'est-à-dire *« habilité à naviguer sur toutes les mers et en particulier à faire de longues traversées »,* cela n'a pas été suffisant pour lui permettre de devenir Capitaine sur le Fleuve St-Laurent au Québec.

Cependant, un an après avoir immigré au Canada, mon père a décroché un emploi, celui d'enseignant en navigation. Depuis 30 ans, il enseigne à tous les finissants du Québec la navigation, ce qui a valu à presque tous les capitaines du Fleuve St-Laurent le privilège d'avoir été les élèves de Monsieur Atallah. Eh bien, même pour lui, compte tenu de ses qualifications, son expérience et sa personnalité sociable, il ne lui a pas été assez facile de s'y intégrer. Il en a d'ailleurs parlé lors des consultations publiques sur les accommodements raisonnables. Il a dit : *« Depuis notre arrivée au Québec, nous avons invité chez nous de nombreux québécois à maintes occasions : réceptions, soirées, soupers … mais les seuls qui nous ont reçus chez eux, étaient d'autres immigrants*. »

D'autre part, mon père s'est impliqué plus d'une fois dans différentes causes et au profit de différents organismes avec toute la bonne volonté et en donnant le meilleur de lui-même aux fins d'atteindre les objectifs qu'il s'était fixé, notamment à des niveaux d'ordre international. Il est encore aujourd'hui un grand « vendeur » de la belle région de Rimouski. Sauf que l'intégration ne peut pas s'accomplir en sens unique.

Pour s'intégrer, l'immigrant doit certes déployer des efforts, mais la communauté d'accueil doit en faire autant. Alors, malgré le fait qu'il avait un excellent emploi, qu'il était très impliqué dans la communauté rimouskoise, ce n'est qu'au moment où les québécois ont commencé à socialiser avec lui de façon plus informelle qu'il s'est senti réellement intégré et qu'il a pu déclarer Rimouski, son paradis sur terre.

> Une communauté doit se responsabiliser toute entière à l'enjeu de l'immigration, c'est-à-dire à accueillir et à intégrer les nouveaux arrivants. D'autre part, un immigrant est responsable de s'intégrer à une nouvelle communauté. Dans ce nouveau cadre de la citoyenneté responsable, les individus n'ont pas seulement des droits, mais auraient des devoirs. Il est important de noter que ce discours de la responsabilité s'est développé autour de la prémisse que les individus sont fortement invités à se prendre en main et le souhaitent également au nom de leur épanouissement. (Belkhodja, 2008, p.3)

3.2.2 Ma mère à l'épreuve de l'intégration

L'avenir d'un enfant est l'œuvre de sa mère.

Napoléon Bonaparte (1820)

Ma mère, quant à elle, bachelière en design d'intérieur, anglophone et mère de trois enfants, éprouvait de difficulté dans son intégration sociale et professionnelle. Ma mère a immigré au Canada à l'âge de 23 ans. Elle était enceinte de mon petit frère qui est né à Montréal. Elle adorait la ville, s'y sentait bien. Ne parlant pas français, elle maîtrisait parfaitement l'anglais, langue que beaucoup de montréalais connaissaient. Par ailleurs, un nombre de ses amies habitaient à Montréal, ce qui a rendu sa vie des plus agréables et facilité son intégration.

Cependant, l'annonce du déménagement à Rimouski où mon père devait amorcer son travail, a constitué pour elle un choc du fait qu'elle se sentait isolée, ne connaissant personne dans cette petite ville. Elle pense sincèrement retourner vivre à Montréal ou même au Caire, mais elle a déjà 2 enfants et ne veut pas rendre l'intégration de ses enfants plus difficile que ce ne l'est déjà. Elle a tellement de peine et de colère en elle, qu'elle ne veut pas apprendre le français, ça sert a quoi, elle est seule? À l'époque, elle ne réalisait pas que la non communication dans cette langue participerait certainement à complexifier son insertion dans un réseau social purement francophone.

Elle tente à plusieurs reprises de se trouver un emploi, mais son manque de connaissance du français, son manque d'expérience de travail et ses études universitaires (payer une bachelière, ça coute trop cher !) font qu'elle n'est jamais engagée. Elle devient plus triste, s'isole et n'espère qu'une chose : retourner au pays de ses racines. Ma mère n'a jamais eu d'emploi de longue durée, quelques contrats par-ci et par-là. Elle accouche d'un troisième enfant, ma petite sœur, devient mère à la maison et passe sa vie à nous élever et à répondre à nos besoins. Elle n'a jamais reçu d'honneur d'un travail par des collègues ou des élèves, comme mon père, mais à nos yeux, elle est une femme exceptionnelle, plus que généreuse, aimante, dévouée, sensible. Elle a sacrifié sa vie pour notre bien-être et cela mérite notre vive reconnaissance.

Extrait d'Une mère :
chanté par Lynda Lemay (2006)

Une mère ça travaille à temps plein,
ça dort un oeil ouvert, c'est d'garde comme un chien,
ça court au moindre petit bruit, ça s'lève au petit jour,
ça fait des petites nuits. C'est vrai, ça crève de fatigue,
ça danse à tout jamais, une éternelle gigue,
ça reste auprès de sa couvée
au prix de sa jeunesse,
au prix de sa beauté.

une mère, ça fait ce que ça peut,
ça ne peut pas tout faire,
mais ça fait de son mieux,
une mère, ça calme des chamailles,
ça peigne d'autres cheveux que sa propre broussaille,
une mère, c'est plus comme les autres filles,
ça oublie d'être fière, ça vit pour sa famille,
une mère ça s'confine au bercail,
c'est pris comme un noyau
dans l'fruit de ses entrailles

3.2.3 L'intégration : un enjeu de génération dans les fratries?

Si mon intégration a été difficile, mon frère et ma sœur semblent avoir acquis une expérience assez différente. Je ne sais pas si c'est le fait d'être née en Égypte et eux au Québec qui a créé cette différence, ou encore mon attachement plus grand à mon pays d'origine. Peut-être aussi le fait que j'étais l'aînée de famille me mettait une pression supplémentaire. Bref, je ne sais pas à quoi cela est dû, je constate seulement que j'ai eu à régler des questions qui ne se sont pas posées pour les autres enfants de ma fratrie.

Mon frère et ma sœur ont certainement vécu comme moi des moments difficiles, des épisodes de violence et de racisme. Pourtant, ils ont été plus forts que moi, du fait que je demeurai divisée à 50% entre mes deux cultures, alors qu'ils ont réussi à se sentir à 90% Québécois avec, disons, une touche d'exotisme. En tout état de cause, ils ont pu se trouver un équilibre qu'ils assument à merveille et que je salue.

3.2.4 L'intégration des enfants : une épreuve pour les familles immigrantes

Aujourd'hui, je suis parfaitement consciente que mes parents avaient redoublé d'efforts pour nous aider à nous intégrer au Québec. Je sais qu'ils voulaient notre bien-être, mais, cela n'a pas toujours été facile. Je comprends aussi qu'ils devaient eux aussi s'ajuster à leur nouvelle vie. Ainsi, les difficultés d'insertion socioprofessionnelle de ma mère, ainsi que l'effort de nous transmettre le plus précieux de la culture et des valeurs de sa société d'origine, bien que ce fût un précieux cadeau, ont participé grandement à complexifier mon intégration à l'école, et à rendre quasi impossible la constitution d'un réseau social sain et durable. Des problèmes d'incompréhension interculturelle vont alors me faire vivre des phénomènes de rejet, de solitude et d'exclusion autant à l'école primaire qu'à l'école secondaire et au CEGEP. Le plus difficile a été pour moi de constater plus tard que ce que j'apprenais à l'école, qui influençait ma manière d'être au monde, confrontait également mes propres parents. Ainsi, au fur et à mesure que je grandissais, j'étais de moins en moins à l'aise à la maison. Je ne parvenais toujours pas à trouver ma place et une articulation juste avec les autres autant dans le système scolaire que dans mon réseau social.

> Les enfants mêmes seront des agents de changement pour la famille. Ils reviendront à la maison avec toutes sortes d'informations, d'idées, de conceptions et de comportements qui amèneront soit des changements dans le nucleus familial, soit des conflits assez importants. Peu importe l'issue, ils seront des agents provocateurs pour la famille et, bon gré mal gré, ils forceront les parents à transformer certaines de leurs valeurs. (Teovilovici, 1994, p.436)

C'est donc sur ce terreau qu'a poussé mon désir de créer un outil, un programme, un projet susceptible de faciliter l'intégration des femmes immigrantes et réfugiées en région. Un programme qui permettrait à ces femmes de s'intégrer plus aisément et, avec un peu de chance, dans des conditions plus favorables que celles qu'a dû subir ma mère.

Je réalise, avec un peu plus de recul, que je rêvais de créer des conditions capables de faciliter les relations des enfants d'immigrants aussi bien avec leurs parents qu'avec les amis de la communauté d'accueil. Ils peuvent ainsi mieux assumer la conciliation de leur double identité. Selon par Ahmed Mohamed :

> (…) l'identité ethnique des jeunes de la « deuxième génération » est généralement conçue en termes bipolaires; on parlera de « double appartenance » ou de « pôles identitaires » (Camilleri et al., 1990) ou de « stratégie identitaire ». La « double appartenance » est souvent conçue comme une source de problèmes pour les individus concernés (Few-Lai et Vasquez, 1985; Beauchesne, 1989; Camilleri, 1990). Souvent, les jeunes de la deuxième génération sont considérés comme « déchirés entre deux cultures » ou comme « déracinés », ainsi que les titres de certains ouvrages sur la deuxième génération le laissent entendre (Chicaud, 1984). Ils seraient confrontés à une « crise d'identité » (Yahyaoui, 1988); à des « écarts d'identité » (Begag et Chaouite, 1990). (Mohamed, 2001, p.169)

3.3 MA QUÊTE IDENTITAIRE ET MON PARCOURS D'INTÉGRATION

L'identité n'est jamais donnée une fois pour toutes, elle se construit et se transforme tout au long de l'existence.

Amin Maalouf (1998)

3.3.1 De chez moi à chez moi

Toute ma vie je n'ai jamais su si j'étais chez moi en Égypte, mon pays de naissance, ou chez moi au Québec, mon pays d'adoption. Les différentes étapes de ma vie m'ont amenée à comprendre que là-bas, comme ici, c'est chez moi. Je ne peux éliminer l'un ou l'autre, je suis un et l'autre.

Je ne peux pas non plus affirmer que je me sens aussi bien là-bas qu'ici, ce serait faux. Je sais que je suis mieux ici même si, quand je suis là-bas, je me sens également chez moi. Je reconnais les odeurs, les saveurs, les sons et les sentis. Là-bas, je peux passer ma journée collée sur ma grand-mère qui me manque tant. Quand je suis là-bas, je sais profiter de tout cela, mais pour vivre ma vie au quotidien, c'est ici que j'ai mes repères. J'ai choisi le Québec comme lieu et comme terre de mes projets de vie. Je pense qu'on peut se dire réellement intégré le jour où on est capable de décider de faire du lieu où l 'on habite, un

réel chez soi. C'est le moment où l'on choisit consciemment d'adopter à son tour, de faire siens le territoire, la culture, le peuple et le pays d'accueil ainsi que les défis de celui-ci. Les femmes immigrantes tout comme les hommes qui n'arrivent pas à faire ce choix, sont à jamais déchirés et jamais complètement intégrés.

3.3.2 De l'enfance à l'adolescence : l'effort de devenir Québécoise

Les enfants de parents immigrants n'ont généralement pas l'opportunité de vivre les étapes de préparation à l'immigration. Le choix d'immigrer ne leur appartenant pas, surtout quand ils immigrent en bas âge. C'est ainsi que pour les enfants de familles immigrantes, il est possible de ne pas avoir une conscience claire de sa condition de migrant. En effet, un enfant est simplement de là où il vit. Le plus dur pour lui, c'est que les autres enfants, tout comme les adultes d'ailleurs et même les institutions ne cessent de leur renvoyer le miroir de leur étrangeté.

> *Les autres, ceux qui sont « vraiment »*[2] *d'ici, peu importe leur âge, nous rappellent constamment que nous, nous ne venons pas d'ici, et ne ratent plus souvent qu'autrement aucune occasion de nous demander quand nous allons retourner chez nous.* (Journal de recherche, Mochira, 2003)

À mon arrivée à l'école primaire, j'étais Mochira, la fille d'Égypte, l'étrangère, la différente, celle qui n'est pas comme les autres. J'étais celle qui ne parle pas, ne mange pas, ne vit pas comme les autres. Celle avec un drôle de nom, ou encore comme ne manquaient jamais de me le répéter les enseignants à chaque début d'année scolaire : « celle avec *un nom exotique »* ! Mais le pire, c'est que j'étais surtout celle avec qui personne d'autre ne voulait être. Celle avec qui on ne voulait ni jouer, ni étudier, on ni travailler en équipe. J'étais celle que personne ne voulait vraiment connaitre. Alors que moi, je n'avais besoin que d'être une parmi les autres. J'aurais tout fait pour être juste une des leurs, j'aurais payé

---

[2] *Seulement 4 % de tous les Canadiens et Canadiennes ne sont pas des personnes immigrantes ou descendants d'immigrants. En fait, les peuples autochtones sont les seuls à être nés dans ce pays où ils vivent depuis 10 000 ans.* http://www.criaw-icref.ca/sites/criaw/files/Femmes immigrantes et réfugiées.pdf; Consulté le 25 juin 2014.

tout l'or du monde, j'aurais même pris le risque de renoncer à moi-même, de devenir autre, n'importe lequel parmi eux.

Ainsi, j'ai vécu toute mon enfance en essayant d'être le plus possible comme les autres. Je détestais que l'on mentionne ma différence, mes origines ou que l'on me dise que j'avais un accent. Je ne voulais pas que mes parents me parlent en arabe devant les autres, je ne voulais pas manger devant les autres la nourriture égyptienne préparée avec amour par ma mère. J'avais peur de me faire poser des questions, de me faire dire que ce n'est pas beau, que les épices sentaient mauvais.

Malgré tous les efforts fournis pour essayer d'être comme les autres, je me sentais invisible et rejetée par le groupe, voire par moi-même aussi. Une chance que j'avais toujours une ou deux amies qui faisaient la différence. Comme mentionné précédemment, le seul moment où je me sentais exister, c'était à l'arrivée de nouveaux amis venant de l'étranger, car le personnel de l'école venait toujours me chercher pour aider ce nouvel ami à s'intégrer dans sa nouvelle école… où moi-même je peinais toujours à m'intégrer. L'étonnant c'est que ces enseignants n'arrivaient pas à percevoir mon désarroi, ni à m'aider.

3.3.3 De l'adolescente à l'adulte : l'ambivalence identitaire

> *Visiter les lieux de son enfance, c'est une pratique masochiste. On cherche à être déçu et, pas de surprise, on l'est.*
>
> Amin Maalouf (2012)

Pour terminer mes études secondaires, entre 15 et 17 ans, j'ai été admise à la polyvalente, une école qui accueillait régulièrement des étudiants internationaux. Ces étudiants différents étaient d'une popularité incroyable. Je n'y comprenais rien, pourquoi étaient-ils aimés même s'ils étaient différents? Pourquoi étaient-ils bien accueillis et non pas rejetés comme moi? Je n'y comprenais rien. Peut-être était-ce parce qu'il repartaient chez eux, et que moi je restais toujours ici? Certaines personnes avec qui j'étais dans mes

classes au primaire me pensaient étudiante internationale, alors que j'avais fréquenté les mêmes classes au primaire et qu'on avait habité les mêmes quartiers depuis au moins une dizaine d'années. Je ne pouvais plus douter que j'étais réellement invisible. Sans jamais comprendre le pourquoi.

- Comment n'ont-ils pas réalisé que j'étais là depuis des années?
- Qu'est-ce que je faisais donc de différent pour ne pas être, moi aussi, populaire et acceptée comme ces nouveaux venus?
- Peut-être était-il temps pour moi d'accepter d'embrasser ma culture, ma différence et de me départir de cette grande envie d'être Québécoise?

Alors, au grand bonheur de ma mère particulièrement, j'ai pris la décision d'assumer mon identité d'égyptienne. Mochira est alors devenue publiquement une égyptienne affichée, qui parle arabe, qui n'a pas honte de son accent, qui mange des drôles de trucs et qui danse et enseigne le *baladi*[3].

Ce changement de cap m'a beaucoup fait du bien et m'a permis de me faire des amies. J'étais enfin reconnue non seulement dans mon école mais aussi par toute la ville qui s'intéressait à cette danse exotique et élégante enseignée par une vraie égyptienne. Je voulais des amis, et désirais être vue et être reconnue. J'ai donc atteint mes objectifs et me sentaient mieux. Cependant, j'étais insatisfaite car je désirais faire partie de la communauté rimouskoise et non pas être confirmée dans ma différence.

Ces années d'adolescence ont donc été pour moi sous le signe de l'ambivalence identitaire. Tantôt je voulais être égyptienne, tantôt je voulais être québécoise mais jamais je ne parvenais à me sentir totalement égyptienne ou encore totalement québécoise, jamais je ne me sentais vraiment chez moi. Un jour, je suis allée vivre en Égypte pour quelques mois, j'avais l'espoir de m'y sentir enfin à la maison. À ma grande surprise, je m'y suis

[3] **Le Baladi** est une danse traditionnelle orientale pratiquée par les femmes. C'est un art qui honore la féminité, la vitalité et qui exprime bien les sentiments de joie, de peine, d'amour, de colère, de liberté mais surtout de fierté. Ce type de danse se caractérise par la dissociation des parties du corps (isolations) qui sont dans une dynamique à la fois autonome et solidaire. Cet art comporte autant les rythmes saccadés que lents et fluides.

sentie tellement québécoise et je peinais à trouver mes repères, à me reconnaitre dans les manières de vivre et de penser de mon peuple d'origine. Je me sentais tellement loin des miens au grand damne de ma mère et au grand soulagement de mon père qui avait peur qu'on me garde en Égypte et qu'on me marie à un fils de bonne et riche famille musulmane.

Le comble de cette histoire c'est qu'à mon retour au Québec je me sentais tellement Égyptienne. Avec un peu de recul, j'ai pris la mesure de la pression que je vivais dans ma famille, où je vivais une véritable injonction contradictoire. Mon père rêvait pour sa fille d'une vie libre à l'occidentale au point de me menacer de me renier si jamais j'osais risquer ma vie en épousant un gars du pays, alors que ma mère faisait tout pour que je n'oublie pas d'où je viens, elle souhaitait faire de moi une bonne musulmane, une bonne femme Égyptienne, elle ne pouvait pas envisager que je puisse marier un non musulman.

Pour ma part, je voulais juste finir par arriver au Québec et vivre un sentiment d'appartenance auprès des gens qui partageaient ma vie quotidienne. Le comble de cette histoire c'est que je ne me sentais appartenir à rien ni ici, ni là-bas, ni à l'école, ni dans la famille, ni ailleurs. Je me disais que mes parents ne pouvaient pas me comprendre surtout ma mère. Je croyais à l'époque qu'elle ne voulait pas être ici et que s'intégrer à la société québécoise ne l'intéressait pas. Je sentais bien pourtant qu'elle souffrait tellement dans ce contexte. J'aurais tant voulu l'aider, tant voulu que quelqu'un l'aide à s'intégrer, à se faire des amies et à les garder. Je souffrais de son mal-être et désirais tant la sentir heureuse à Rimouski. C'est dans cette ambiance de perplexité que j'ai grandi et vécu jusqu'au seuil de ma vie adulte.

C'est en arrivant au baccalauréat en psychosociologie que quelqu'un m'a dit, à propos de mes déchirements identitaires, que je n'avais peut-être pas besoin de choisir entre le Québec et l'Égypte, que je pourrais tout simplement être une métisse, avoir une identité tierce, à la fois québécoise et égyptienne. J'ai commencé alors à respirer.

3.4 FAIRE DE SA VIE UNE QUÊTE – UN PROJET DE RECHERCHE-INTERVENTION

3.4.1 À la genèse d'un projet de recherche-intervention : La soif d'aller à la rencontre de ma mère

L'idée de créer un programme d'intégration pour les femmes immigrantes est née assez tôt dans mon esprit et presque à mon insu, tel que déjà mentionné. Longtemps, je l'ai porté comme un rêve. Le rêve d'une vie autre pour les femmes immigrantes. Enfant, j'avais été fortement marquée par la difficulté d'intégration que vivait ma propre mère. Je me souviens que dans mon jeune âge, entre sept et dix ans plus précisément, je ne comprenais pas son désarroi, je lui en voulais beaucoup car je croyais qu'elle voulait simplement m'empêcher de devenir québécoise. Elle me tenait là, entre deux mondes, si près d'elle, au plus précieux d'elle, incapable de retourner en Égypte et d'arriver au Québec.

Elle se battait comme elle le pouvait, pour nous élever de la meilleure manière à sa connaissance. Elle avait une telle crainte que je me perde en oubliant mes origines. Je me demande parfois, si elle n'avait pas tout simplement peur que nous soyons aussi perdus qu'elle dans cet univers sans repères où elle avait abouti bien malgré elle. Sa condition de femme égyptienne exigeant d'elle de suivre son mari et de s'occuper du mieux qu'elle peut de sa famille, de l'éducation de ses enfants comme la culture et la religion l'exigent. N'ayant plus de support culturel pour soutenir ses efforts au quotidien elle devenait de plus en plus stricte, de plus en plus sévère. J'étais surprise de découvrir en allant en Égypte que les mères que je côtoyais là-bas lors de mes séjours étaient plus souples, plus « cool » avec leurs enfants comme on dit au Québec.

À mon avis, les jeunes filles égyptiennes me paraissaient bien plus libres que moi au Québec. J'étais habitée par un fort sentiment d'injustice et de révolte face à ce constat. Mon esprit d'enfant était assailli par une multitude de questions :

- Pourquoi donc ma mère n'arrivait-elle pas à être comme les autres mamans, les mères de mes amies d'ici ou même de là-bas?
- Pourquoi ne voulait-elle pas apprendre le français comme tout le monde?

- Pourquoi n'arrivait-elle pas s'impliquer dans cette nouvelle vie devenue la nôtre?
- Pourquoi n'a-telle pas réussi à décrocher un emploi comme les autres mamans?
- Pourquoi n'arrivait-elle pas à se faire des amies ici?

Au fur et à mesure que je grandissais, j'observais le monde autour de nous et je n'y comprenais rien. Je me sentais différente. Je nous sentais différents. Les autres mères n'étaient pas comme la mienne, les autres familles n'étaient pas comme la mienne. Ainsi, que je sois au Québec ou encore en visite en Égypte, je peinais à me sentir normale comme tous les autres enfants, les autres adolescentes, et je détestais cela. Le temps passait et je grandissais. Le temps passait et les années vécues au Québec s'accumulaient et je voulais de plus en plus avoir une appartenance. Je me sentais de cette terre, de ce pays ou du moins je le désirais intensément.

Le temps passait et la vie de ma mère ne semblait pas bouger. Elle me paraissait souvent triste, inactive, isolée et complètement désintéressée par la société québécoise. Elle semblait faire son temps ici en attendant de retourner en Égypte. Lorsqu'on allait là-bas en visite, je ne reconnaissais plus ma mère ! C'était une autre femme, joyeuse, heureuse, énergétique, dynamique, bien vivante et bien insérée dans le tissu social. Pendant longtemps, je pensais qu'elle préférait son Égypte à nous, sa famille, tellement la différence dans son attitude était énorme. Ce n'est que bien plus tard que j'ai compris à quel point elle était malheureuse à Rimouski.

En fait, je réalise que l'idée de créer un programme d'accompagnement des processus d'intégration pour les femmes immigrantes est en bonne partie venue de cette expérience vécue par moi enfant dans mon rapport à ma mère. Je me suis toujours demandé si on aurait pu lui créer des conditions pour faciliter voire permettre son atterrissage sur la terre et dans la culture Québécoise. Je ne souhaitais pas que d'autres femmes vivent encore au 21ième siècle ce calvaire que j'avais vu ma mère subir passivement, tout en faisant subir à sa famille les contrecoups de son mal-être. De plus, je constatais que les problèmes d'intégration de ma mère s'étaient organiquement prolongés en défis d'insertion sociale et scolaires pour moi d'abord, pour mon petit frère et ma petite sœur ensuite, même si nos

expériences sont différentes. J'ai découvert plus tard, que je n'ai jamais cessé de chercher un moyen de soulager ma mère pour enfin pouvoir me soulager moi-même.

Je me souciais donc des autres enfants issus des familles immigrantes et dont les mères semblaient faire face aux mêmes défis que la mienne. Je cherchais depuis longtemps un moyen pour faire de notre souffrance une expérience transformatrice et susceptible de servir d'exemple aux autres. Je faisais le pari que si moi-même et ma mère sommes capables d'apprendre quelque chose de ce parcours et d'en créer quelque chose d'utile pour le monde, je n'aurais pas souffert pour rien.

Il était donc primordial pour moi de créer un tel projet mais surtout d'y intégrer ma mère. Je ne voulais cependant pas qu'elle soit seulement une participante comme les autres. Je voulais qu'elle soit une référence pour les participantes. Je souhaitais aussi qu'elle se retrouve, qu'elle puisse s'approprier son expérience, son histoire, je rêvais qu'elle puisse en tirer des leçons et les offrir aux autres femmes. Je ne pensais pas à moi en faisant cela, je ne me doutais pas du tout que cette expérience allait nous rapprocher et m'aider à mieux la connaitre et à la comprendre autrement.

Dans cette aventure, ma mère est vite devenue une ressource essentielle pour les participantes et une aide incroyable pour moi. Les femmes, selon leur âge, étaient très intéressées à connaitre nos difficultés et facilités dans nos intégrations. Une participante pouvait demander : *« Maha, comment as-tu enseigné ta culture à ta fille? »,* puis me regarder et me demander à mon tour : *« et toi Mochira, comment as-tu vécu avec les enseignements de ta mère? ».* À chacun des ateliers offerts, les femmes nous posaient des questions qui nous forçaient, ma mère et moi, à entamer des conversations que nous n'avions jamais eues parce que nous n'y avions jamais pensé ou encore parce que nous n'osions pas nous aventurer sur un terrain qui nous avait fait souffrir. Plusieurs de ces rencontres étaient très fortes en émotions et nous ont permis à toutes les deux de toucher des points assez sensibles. La rencontre avec les autres femmes nous offrait une médiation qui nous permettait de communiquer, de nous rapprocher et de faire la paix.

Dans cet espace protégé, dans ce cercle de femmes, une douceur, une chaleur, une intimité nous permettait d'apparaitre autrement. J'ai ainsi eu l'occasion de voir dans les yeux et les propos des mères de jeunes familles, les craintes, les peurs, les angoisses et une multitude de doutes. Ceci m'a permis de comprendre que ma mère avait dû vivre avec les mêmes difficultés et les mêmes questionnements, il y a plusieurs années, mais sans aide, sans modèle, seule et très jeune.

Alors, même si mon cœur d'enfant avait souffert et souffrait parfois encore des difficultés d'intégration de ma mère, mon cœur de femme et de mère, comprenait et pardonnait. J'avais tellement de cœur pour son chemin de femme et pour l'exilée qu'elle n'a jamais cessé d'être dans ce pays qui m'a vue grandir.

Ces prises de conscience ont été salutaires, non seulement pour moi, mais aussi pour ma mère et pour notre relation. Un jour, dans le but de m'approcher de l'expérience qu'elle vivait dans cette aventure où je l'avais invitée et dans laquelle elle s'était généreusement engagée, je lui ai demandé si elle pouvait nous écrire quelques lignes sur son expérience dans ce groupe de femmes qui suivait le programme Passer'Elles.

Voici ce qu'elle avait à dire[4] :

J'ai eu l'opportunité de faire partie d'un projet intitulé : « Passer'Elles », (ce qui veut dire le petit pont) que ma fille Mochira Atallah a élaboré. Dans le cadre de ce projet, j'ai rencontré des femmes incroyables qui y étaient impliquées. Ce fut pour moi une expérience prodigieuse qui m'a donné la chance de rencontrer des femmes de partout dans le monde avec différentes histoires, différents âges et différents statuts sociaux. J'ai pu apprendre beaucoup de leurs vies et de leurs cultures. J'ai été impressionnée de voir les efforts qu'impliquent le choix de changer de vie et son pays pour s'offrir de meilleures opportunités.

Participer à ce projet m'a forcée à revisiter mon expérience de femme immigrante, de faire un retour sur ma vie, puisque j'ai passé par là il y a plusieurs années déjà. Cette expérience m'a permis de mieux comprendre les autres femmes. Je savais ce qu'elles vivaient. Je prenais une fois de plus la mesure de la difficulté que comporte l'exil, le fait de laisser derrière soi, sa famille, ses amis et ses souvenirs.

---

[4] L'extrait suivant est une traduction libre du texte qu'elle a rédigé en anglais et qui se trouve en annexe de ce mémoire

À travers ce projet, j'ai tissé des liens forts avec des femmes qui sont devenues comme des soeurs et d'autres comme mes filles. Par ailleurs, à l'occasion de ce projet, j'ai beaucoup appris à propos de ma personne. Je me suis découverte plus forte que je ne le croyais. En effet, je réalise que venir au Canada spécialement à Montréal n'était pas difficile puisque je parlais anglais et que j'y avais des amies, un réseau social et quelques membres de ma famille.

Le défi a commencé lorsque nous avons déménagé à Rimouski. J'étais jeune avec 2 enfants. Je ne parlais pas la langue et je ne connaissais personne. Maintenant, avec du recul, je trouve que j'ai tout de même bien géré ma vie, malgré toutes les difficultés rencontrées.

Grâce à ce programme, j'ai appris que je suis la personne qui peut me rendre heureuse ou malheureuse, qui peut me faire avancer ou reculer et non pas mon partenaire de vie. J'ai appris que je suis moi et que je suis entière et égale à mon partenaire. J'ai pu m'approprier mon chemin et réaliser que mon choix d'être une épouse et une mère méritait le respect. J'ai appris que nous choisissons notre chemin dans la vie, que nos erreurs, comme nos bons coups avaient été faits par nous et que nous en sommes responsables. Il est devenu évident que c'est à moi de choisir comment régler mes problèmes. Passer'Elles m'a ouvert les yeux sur ma propre vie et les choix que j'ai faits dans ma vie.

Ce projet m'a offert bien des cadeaux, dont le plus important fut d'apprendre à connaitre ma fille Mochira. Je la connaissais comme on regarde son enfant, mais la voir mener ce projet avec autant de cœur et de professionnalisme m'a coupé le souffle. J'ai découvert une enseignante incroyable dans sa capacité de toucher différentes femmes ayant des défis différents et des langues différentes. Elle rejoignait tout le monde même si certaines ne parlaient ni français ni anglais. Au-delà de percevoir ma fille, j'ai découvert une adulte capable de faire créer des merveilles autour d'elle à partir de sa propre vie.

Enfin, je dois dire que Passer'Elles nous a offert l'occasion de nous parler et de discuter ouvertement de sujets qu'on n'abordait pas souvent dans notre relation mère/fille. Cette opportunité a contribué à faire tomber les malaises sur des sujets personnels qui demeuraient gênants pour notre relation. Je dirais pour terminer que ce projet devrait être disponible dans toutes les villes puisqu'il a le potentiel de faire des merveilles dans la vie des femmes immigrantes et par conséquent des familles immigrantes.

J'observe qu'au-delà de favoriser l'intégration des immigrants, un tel projet facilite la vie relationnelle des participants à tous les égards. J'étais très chanceuse de faire partie de ce projet et je serai toujours reconnaissante pour cette opportunité qui a changé ma vie personnelle, relationnelle et familiale.

À cette étape de ma démarche, je tiens à souligner ma grande satisfaction d'avoir réussi à me laisser inspirer par notre expérience d'exil et nos difficultés d'intégration afin de créer un projet porteur de vie non seulement pour moi-même et pour ma mère, mais aussi pour notre relation et pour les autres femmes immigrantes de notre région. Je suis fière d'avoir su faire profiter de notre expérience ma terre d'accueil et mes sœurs immigrantes.

3.5 SUR LE CHEMIN DE MON PROJET : LA RENCONTRE DES FEMMES INSPIRANTES

3.5.1 Des mentors dans la vie d'une adolescente en quête de modèle

Le lecteur comprendra, suite à mon expérience avec ma mère, que c'était très facile pour moi d'avoir le sentiment qu'il n'y a pas d'avenir pour les femmes immigrantes dans ce pays. J'avais un père intellectuel, socio-professionnellement inséré et visiblement épanoui, mais ma mère me semblait dépassée, subissant son sort et j'avais le sentiment que pour être une femme immigrante convenable il me fallait prendre son modèle.

À ma grande surprise, lorsque j'étais au Cegep, j'ai rencontré une femme immigrante venant nous partager son expérience d'intégration, sa lutte pour son insertion sociale et académique, son parcours depuis son pays natal, etc. J'avais, pour la première fois, un exemple qu'une autre vie est possible pour une femme immigrante en région. J'ai eu un coup de foudre à l'occasion de cette rencontre, comme si la simple existence de cette femme m'ouvrait à mes possibles. Je voulais lui ressembler, apprendre à me dépasser, avoir sa force, sa grâce, son énergie, sa détermination, son courage, sa résilience et sa vision du monde. Je me sentais inspirée, appelée par ma propre vie à travers son témoignage. Je l'ai perdue de vue et j'ai poursuivi mon chemin sans jamais oublier cet appel. Au moment de mon arrivée au baccalauréat en Psychosociologie, je l'ai retrouvée. Je n'en revenais pas de me trouver dans sa classe. Je me disais que la vie est bien faite pour m'avoir conduite jusque dans la salle de classe de Jeanne-Marie Rugira, dont les enseignements résonnaient profondément en moi.

Dans sa classe, je me sentais intelligente, je comprenais tout. J'avais trouvé le mentor dont ma vie avait besoin. Je me suis promis de ne plus la perdre de vue. À ma grande gratitude, elle est devenue la directrice de ma recherche à la maîtrise. Cette femme pouvait réduire toutes mes craintes existentielles, mes questionnements, mon désarroi avec un simple regard ou un simple toucher. Pour moi, elle est ma grand-mère, ma mère, ma tante, ma sœur et parmi mes plus précieuses amies. Elle est devenue mon mentor depuis le premier jour où je l'ai rencontrée. D'ailleurs pour Renée Houde, la relation de mentorat est productrice de rêve et d'énergie nécessaire à sa transformation en projet de vie.

> Daniel J. Levinson a largement insisté sur la nécessité pour le mentor de se brancher sur le rêve de vie du protégé. C'est parce que le mentor anime cette part de rêve en jachère chez le protégé, qu'il l'aide à faire de la place à son rêve (transformé en projet) à l'intérieur de sa structure de vie; ainsi le mentorat permet la consolidation de l'identité du jeune (ou moins jeune) adulte. Une bonne partie des énergies déployées dans la relation de mentorat porte alors sur le projet. (Houde, 2001, p.7)

À mon entrée à l'Université, j'ai découvert un organisme en accueil des personnes immigrantes : *AIBSL.* J'y rencontre une femme, elle s'appelle Mahnaz Fozi, elle dirige cet organisme. Elle est déterminée, passionnée, dynamique de petite taille mais ô combien grande ! Je comprends que c'est le début d'une belle amitié. Une femme immigrante qui aide d'autres immigrants à se sentir chez eux ici.

Voilà ce que je veux faire, je veux faire comme elle, aider les gens d'ailleurs à se sentir bien ici. Je décide donc de m'impliquer comme je peux. Je participe à leurs activités, j'offre du temps bénévolement pour les aider… Je m'aperçois que de venir en aide à l'intégration des nouveaux arrivants me suit depuis longtemps et cela de façon très naturelle et spontanée.

Au baccalauréat en Psychosociologie, je choisis de faire mes stages en lien avec cet organisme. Quelques mois plus tard, j'obtiens un premier contrat de travail. Je suis devenue agente d'accueil ! J'accompagne hommes, femmes, familles dans leur recherche de logement, de travail, d'école, de services sociaux. J'organise des activités sociales pour les mettre en lien avec d'autres immigrants et avec les Québécois. Je remplis les tâches de mon

nouveau travail pour lequel je me suis totalement dévouée. Il n'y a aucun doute, Mahnaz fera partie de ma vie pour bien longtemps et sera une guide incroyable dans mon apprentissage de cette profession.

À l'Université, je fais une autre rencontre, une autre femme exemplaire, la présidente du Conseil d'administration de l'organisme R'kia Laroui. Il s'agit d'une femme arabo musulmane FÉMINISTE !!! Wow ! Elle se bat pour les droits des femmes, elle se permet d'être libre tout en respectant ses croyances et ses valeurs. Voilà un autre exemple d'une femme modèle pour moi. C'est avec cette femme que j'entame ma maîtrise en sciences de l'éducation, même si les objectifs de la maîtrise ne correspondaient pas vraiment à ce que je pressentais être ma vocation. Cette femme en plus de diriger ma maîtrise, m'ouvrait des portes, me permettait d'accéder à ses paires et reconnaissait mon travail. Elle m'a également permis de créer des conditions pour favoriser le partage avec d'autres gens du milieu afin que *Passer'Elles* puisse se réaliser. R'kia deviendra un mentor de grande importance dans l'apprentissage de la force que peut avoir une femme et surtout dans ma passion pour me battre pour le droit des femmes et pour l'atteinte de l'égalité des femmes partout dans le monde.

Finalement, quand AIBSL a envoyé mon programme pour avoir du financement, je ne pensais pas qu'il serait choisi puisqu'il s'agissait d'un concours. Alors, je me suis cherché du travail puisque mon contrat avec AIBSL était terminé.

Ainsi, j'ai appliqué pour un poste d'intervenante au Centre-femmes de Rimouski. Au cours de la même semaine, j'ai appris que AIBSL avait obtenu le financement pour Passer'Elles ainsi que le poste au Centre-femmes. Incapable de faire un choix, j'ai décidé de faire les deux en même temps ! Cela fut mon cadeau du ciel, car sans le Centre-femmes, je ne crois pas que je serais parvenue à atteindre mes objectifs connexes et surtout, je n'aurais pas eu le soutien inconditionnel de toute mon équipe de travail. Mais, parmi cette équipe, deux femmes ont été et sont toujours pour moi des inspirations tant par leurs expériences de vie personnelle que par leur qualité d'intervenantes… et de femmes ! Il s'agit de Louise Dionne, la coordonnatrice et Lyne Langlois une collègue intervenante.

Elles sont devenues toutes deux plus que des collègues, plus que des amies, mais des sœurs de cœur. Leur écoute, leur soutien, leurs conseils m'ont été d'une précieuse aide qui me sert et me servira encore bien longtemps. Leurs histoires de vie m'ont motivée à toujours foncer, continuer, me relever et surtout ne pas lâcher. Malgré la distance qui nous sépare aujourd'hui, des sœurs de cœur restent des sœurs de cœur, peu importe ce que la vie nous réserve.

Rien ne peut dépasser le sentiment de chance incroyable d'avoir pu rencontrer toutes ces femmes sur mon chemin. *Passer'Elles* n'aurait pas existé pas sans elles. Je ne serais pas qui je suis devenue et que je continue à devenir sans elles. C'est dans ce sens que René Houde affirme une fois de plus que :

> Si au début du mentorat, le mentor intervient délibérément dans le but d'amener le protégé à s'approcher de son projet, à l'intuitionner, à prendre du temps pour le décrire et le préciser, à mesure que la relation mentorale avance dans le temps, le mentor fera des interventions en vue de permettre au protégé de mettre à jour son projet, de l'affiner, et l'ajuster en fonction de ce qu'il découvre (auto-régulation). Cette troisième fonction conjuguée aux deux premières permet au protégé de sentir, d'éprouver, d'identifier ce qui le motive, de prendre contact avec son énergie vitale et motrice, de poursuivre l'implantation de son projet. (Houde, 2001, p.7)

CHAPITRE 4
PARCOURS FORMATEUR D'UNE PRATICIENNE EN GERME

À observer le parcours d'une vie on voit clairement que quelque chose d'intelligent se joue en amont et au-delà de la conscience du sujet.

Jean Kabuta (2015)

4.1 INTRODUCTION

Le projet Passer'Elles représente pour la majorité des personnes qui ont pu en prendre connaissance, un simple et intéressant programme d'intégration pour les femmes immigrantes et réfugiées. Alors que pour moi, il s'agit d'un projet de vie, d'une première pierre d'un chemin vocationnel qui a son ancrage dans mon expérience de vie personnelle et familiale celui qui a inauguré mon itinéraire de développement professionnel et d'engagement social et citoyen. Le présent chapitre se veut pour objectif d'exposer ce parcours vocationnel depuis son émergence jusqu'à sa réalisation dans le monde et à son évaluation.

4.2 NAISSANCE D'UNE PRATICIENNE

Le lecteur se souvient de la naissance dans ma vie de jeune adulte de ce désir brûlant d'œuvrer pour contribuer à l'intégration des femmes immigrantes et réfugiées, en particulier celles qui vivent en régions éloignées du Québec. Dans le chapitre précédent, j'ai bien documenté l'émergence et les origines de ce rêve dans mon histoire d'enfant issue de famille immigrante, dans le parcours de formation et dans les premières armes et expériences relationnelles et professionnelles qui ont contribué à construire la praticienne

que je suis devenue. C'est ce parcours de développement professionnel que je compte relater dans le présent chapitre.

4.2.1 La création d'un programme d'accompagnement: Une utopie professionnelle

Dans le cadre des cours suivis au baccalauréat en Psychosociologie à l'UQAR, l'un de nos professeurs, Monsieur Marcel Méthot, nous a dispensé un cours prévu en fin de parcours ayant comme fonction de nous faciliter le passage de la vie académique à l'intégration dans la vie professionnelle. Les formateurs qui oeuvrent dans les programmes en psychosociologie ont à cœur d'aider leurs étudiants à rêver de faire une vie professionnelle naturellement ancrée dans leurs passions. C'est ainsi qu'il nous a été demandé d'effectuer un travail de recherche sur notre utopie professionnelle. Il nous disait que « L'utopie est par essence une notion insaisissable; elle est en quelque sorte l'expression de l'imaginaire en action, irréductible à quelque conceptualisation que ce soit ». (Méthot, 2003, p.102)

À cette étape, ma réflexion n'a pas été longue puisque j'étais consciente, dès mon entrée au baccalauréat, de ma détermination à élaborer un programme d'accompagnement des processus d'intégration pour les femmes immigrantes. Ce rêve ne s'était jamais démenti depuis le début de ma formation initiale en psychosociologie.

Le cours de Marcel m'a toutefois permis d'y réfléchir plus sérieusement, de visualiser plus concrètement ce à quoi pourrait ressembler un tel projet, jusqu'à imaginer les éléments de formation et les activités qu'il pourrait comporter. Je l'imaginais d'abord comme un lieu de rencontre qui a un esprit de type milieu de vie pour faciliter les liens entre ces femmes en pertes de repères, de racines et de liens signifiants. Je commençais à envisager des objectifs à atteindre par le biais d'un tel programme. J'imaginais une formule de travail en groupe afin de faciliter un partage de connaissances et d'expériences entre les participantes, l'apprentissage de la culture québécoise, des rencontres avec différents intervenants, etc.

De plus, puisque j'enseignais depuis bien longtemps la danse orientale : *le baladi*[5], je souhaitais m'appuyer sur ma pratique de professeure de danse pour nourrir le développement de ma pratique d'accompagnante de femmes immigrantes en processus d'intégration. Mes études en psychosociologie m'avaient inculqué l'importance de pouvoir utiliser mes passions, mes talents singuliers dans mes pratiques d'intervenante.

Ce projet d'accompagnement des femmes immigrantes me paraissait tellement beau mais aussi tellement immense. Je trouvais qu'il y aurait tellement à faire. Je prenais ainsi conscience qu'avoir une utopie professionnelle n'est pas suffisant pour pouvoir la réaliser. J'ai compris qu'il me faudrait consacrer à mon rêve beaucoup d'efforts, de temps, de réflexion, de détermination et de la persévérance pour pouvoir mettre au monde mon beau projet.

Ce cours offert en fin de parcours au baccalauréat m'aura servi bien plus que je n'aurais pu l'imaginer. Il m'a certainement inspirée et profondément soutenue et motivée, ce qui m'a permis d'ouvrir une entreprise en intervention psychosociale et en enseignement de la danse orientale.

4.2.2 L'ouverture du Centre Soleil d'Orient : Naissance d'une pratique d'intervention auprès des femmes

C'est à l'âge de 17 ans que j'ai commencé à offrir des cours de baladi. Comme je l'ai mentionné dans mon chapitre *histoire de vie*, j'étais en fin d'études secondaires, lorsque j'ai décidé de me rapprocher de mes origines.

J'ai donc commencé par offrir des cours à la maison, puis je me suis trouvé un local dans ma polyvalente, ensuite un local au Cégep lorsque j'y étais et enfin un local à l'UQAR pendant mes études au baccalauréat.

---

[5] **Le Baladi** est une danse originaire du moyen orient qui est essentiellement dansée par des femmes et qui puise ses sources dans des anciens "rites de fertilités". Sollicitant beaucoup les hanches et le ventre tout en engageant l'ensemble du corps, elle est actuellement répandue un peu partout dans le monde et trouve son essor dans le Québec multiculturel contemporain.

En terminant mes études en psychosociologie, à l'été 2005, je me suis naturellement mise à la recherche d'un emploi, tout comme l'ensemble des finissants. En même temps, il me fallait trouver un nouveau local pour continuer d'offrir mes cours de *danse baladi* puisque n'étant plus étudiante et que je ne pouvais plus bénéficier du local de l'UQAR.

Sans travail, alors que ma session de baladi devait bientôt commencer, je me suis rappelée mon cours d'utopie et j'ai commencé à me mettre en marche pour réaliser concrètement mon utopie professionnelle. Je me disais qu'il y aurait moyen de réaliser mon rêve en alliant ma passion avec mes nouvelles compétences acquises à l'université et en conciliant la danse orientale et l'intervention psychosociale.

Afin de m'éclairer un peu, j'ai contacté le centre local de développement (CLD) de ma région pour me faire accompagner. Je savais que les CLD offraient un service d'aide à la création d'entreprise pour les jeunes entrepreneurs. Ils m'ont bien conseillée et m'ont donné *un document pour commencer à élaborer mon plan d'affaires*[6]. J'ai commencé aussitôt à le remplir afin de vérifier la viabilité et la rentabilité de mon projet.

Ce document comportait plusieurs sections à remplir. Il proposait de commencer à réfléchir rigoureusement son projet, de nommer sa mission, objectifs et valeurs d'entreprise, de lui trouver un nom, d'établir son budget et de commencer à chercher du financement. Il proposait ensuite de procéder à l'achat d'équipements, de publicités, à la recherche de local, etc.

Je me suis donc mise au travail et j'ai fait mes recherches afin de remplir adéquatement toutes les parties demandées. Je cherche un local qui me permettrait d'offrir mes cours de baladi et mes rencontres d'accompagnement psychosociologiques. Je fais la liste des équipements qu'il me faudrait (système de son, miroir, costumes de danse, bureau de travail, chaises, table, ordinateur, papier, crayon, etc.). J'établis mon budget, je me cherche un nom d'entreprise, etc.

---

[6] Le document à remplir est un plan d'affaires vierge qu'on peut aujourd'hui trouver sur le site du CLD http://www.cldrn.com/boite/index.php

Une fois le document achevé, je présente mon projet au CLD pour avoir une aide financière, mais malheureusement on me la refuse, me disant qu'il ne serait pas rentable. J'étais tellement motivée et tellement certaine que mon projet fonctionnerait que je suis allée me prendre un prêt personnel à la caisse. J'ai alors nommé mon entreprise le *Centre Soleil d'Orient* et j'espérais de tout cœur que le CLD se soit trompé.

La première année a effectivement été difficile. J'étais toute seule et je tentais d'offrir le plus de cours possible afin de pouvoir couvrir mes dépenses. C'était un travail difficile et qui me demandait beaucoup de temps. Je savais que je devais trouver un moyen pour être au moins rentable financièrement. La deuxième année, j'ai contacté plusieurs autres professeurs de différentes danses du monde. Des professeurs de salsa, de danse africaine, de yoga-danse, de merengue, de flamenco, etc. Ils y ont tous embarqué et mon Centre est devenu *une école de danses internationales.*

Puisque mes cours de baladi étaient de type plus traditionnel, l'ajout de tous ces professeurs m'a permis de me concentrer sur autre chose que sur le financement, en fait, cela m'a surtout permis de me focaliser sur le côté accompagnement du Centre et de mettre sur pied d'autres types de projet d'intervention psychosociologique.

4.2.3 Une pratique d'accompagnement psychosociologique par la danse (Baladi)

Les sessions de cours de danse devaient débuter en septembre, nous étions déjà en mai, je n'avais donc que trois mois pour tout préparer afin de respecter mon échéancier. Je n'avais pas beaucoup de préparation à faire pour mes cours de baladi, car j'avais déjà un plan de cours d'établi depuis des années qui me convenait parfaitement. Mais, mes cours ne sont pas offerts avec une approche psychosociologique. J'offrais toujours des sessions de dix cours d'une heure. Je décide donc de revoir le contenu de mes cours pour voir comment je pourrais les modifier afin qu'ils puissent incarner une approche d'accompagnement psychosociologique.

Le baladi est une danse très féminine qui demande une grande confiance en soi et de se sentir bien dans sa peau. Si on ne possède pas ces qualités, le résultat s'en trouve amoindri.

Au début de ma carrière de professeure de baladi, je n'avais pas une bonne estime de moi. Cependant, avec le temps, j'ai pu constater que la pratique du baladi avait sensiblement contribué à me faire sentir de mieux en mieux dans ma peau. J'avais donc expérimenté sur moi-même et sur mes autres étudiantes le pouvoir transformateur du baladi.

Lorsque je dansais je me sentais invincible et aussi belle que Cléopâtre. Les minutes avant une prestation j'angoissais terriblement, particulièrement sur mon image corporelle puisque j'étais grosse, mais dès que la musique commençait, tout d'un coup, j'étais quelqu'un d'autre, j'oubliais mes courbes ou plutôt je les utilisais pour donner de la rondeur à mes mouvements. Je ne sais pas pourquoi j'arrivais à me sentir aussi bien en dansant, peut-être parce que je me laissais emporter par la musique ou encore, parce que je voyais le sourire émerveillé de mes élèves. La danse me permettait de me sentir vivante, de me sentir exister et de transcender tous mes drames d'adolescente. J'aimais de plus en plus danser le baladi et je souhaitais de tout mon cœur que cette médecine puisse faire autant de bien à mes élèves qu'elle m'en faisait. Je désirais qu'elles se sentent aussi libres que je me sentais. Je montrais comment, grâce à mes courbes, j'arrivais à faire des mouvements beaucoup plus fluides, plus souples et moins saccadés qu'une fille toute mince. Je leur montrais ma beauté, ma confiance par mes mouvements. Alors, je me suis mise à ajouter des mots qui vont au-delà des explications des mouvements pour enseigner mes cours. J'utilisais les mots : estime, beauté, confiance, groupe, intériorité, simplicité, etc. Je leur faisais travailler leur posture, leur regard, etc.

> ***Je me souviens*** *dans mon cours avec Gabrielle Dubé en animation de groupe, elle nous avait demandé de nous mettre en équipe de deux face à face à une bonne distance. Puis, elle nous demandait de nous avancer devant notre partenaire en ne le lâchant pas du regard. Par cet exercice nous avons compris à quel point il était difficile de soutenir un regard surtout en s'approchant de l'autre puisque c'était très*

gênant. Nous avons alors constaté que le regard était très important en intervention car il nécessite une confiance en soi. Comment pouvions-nous intervenir auprès des autres si on ne démontrait pas d'abord une confiance en nous?

Cet exercice sur le regard, je l'ai repris et modifié quelque peu pour qu'il soit adapté à la danse. Le baladi est une danse de maternité, utilisé auparavant pour aider les femmes à accoucher. Elle est aussi et plus connue comme une danse de séduction. Je demandais donc à mes élèves de se promener dans mon studio tout en regardant les autres filles dans les yeux. Elles devaient regarder les autres comme si elles voulaient les séduire. Je n'aurais jamais cru que cet exercice simple aurait autant d'impact sur elles.

Certaines se mettaient à pleurer, d'autres n'arrivaient tout simplement pas à soutenir le regard et se mettaient à se regarder les pieds. Elles m'exprimaient toutes les malaises qu'elles ressentaient. Cela a évidemment engendré des discussions sur la confiance en soi, sur la relation avec les autres, sur la relation avec son corps, sur le rapport à sa propre féminité et à sa propre valeur. Je leur demandais par la suite de soutenir leur regard la prochaine fois qu'elles allaient se promener en ville.

Au cours suivant, elles me confiaient leurs découvertes et m'avouaient se tenir plus droite en se promenant, car elles se sentaient plus en confiance. C'était tout à fait épatant. Je savais que je devais poursuivre cette nouvelle approche. Certains cours de baladi avaient trouvé leur propre pertinence psychosociale et j'en avais fait un projet à part dans l'école car je gardais également des cours traditionnels à la demande de certaines femmes. Leurs objectifs étaient d'apprendre la danse et non pas de travailler leur confiance. C'est devenu un petit bonus. Ainsi, une nouvelle idée m'est venue : offrir l'inverse de ce que je faisais auparavant, c'est-à-dire des séances d'interventions psychosociales avec le baladi.

4.2.4 Une pratique d'accompagnement pour un mieux-être des femmes en surpoids

Ma quête identitaire dans ma jeunesse a eu un impact psychologique sur ma confiance en moi, mais aussi un impact physique. Je voulais tellement plaire aux autres, je

voulais tellement faire partie de la gang et pourtant je me sentais complètement invisible et l'attitude des autres me le confirmait. Il y a sans doute plusieurs raisons qui ont fait que j'ai commencé à avoir un surplus de poids mais ce besoin d'être visible a dû être important. Vous ne me voyez pas et bien, je deviendrai tellement grosse que vous ne pourrez plus me manquer ! Je ne me disais pas cela à haute voix, mais je crois que mon inconscient parlait à mon corps tout seul ! Ma relation avec mon corps était donc très difficile. Je ne m'aimais pas du tout, sauf quand je dansais.

Des années plus tard, mon image corporelle m'affecte encore, mais pas autant qu'avant grâce sans doute à la danse. J'ai donc décidé d'offrir une série de rencontres psychosociales pour les femmes vivant avec un surpoids et cette fois, j'utiliserai le baladi comme outil d'intervention. Comme dans l'exemple du regard, je me suis servie de quelques exercices appris dans mes cours en les adaptant à ma nouvelle clientèle. À chaque rencontre, je leur enseignais quelques mouvements de baladi qui aident à améliorer la confiance en soi. Par exemple, leur posture, leur démarche, leur regard. Puis, je leur faisais faire un exercice d'écriture automatique en utilisant la thématique de l'image corporelle qu'on relisait ensemble en groupe.

J'étais plutôt satisfaite de cette série de rencontres, mais je trouvais qu'elles manquaient un peu de structure et de contenu. J'ai ainsi fait plusieurs recherches pour me former davantage. J'ai fini par découvrir les formations Antidote Monde.

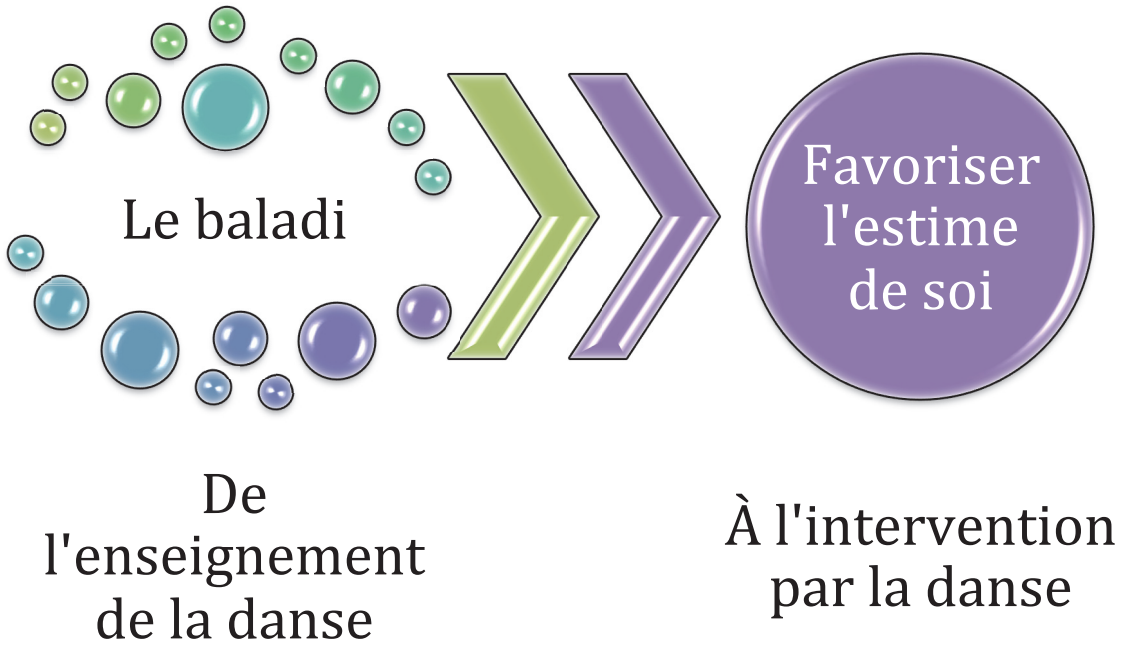

Figure 3 : Métissage professionnel

4.2.5 Une formation au programme ANTIDOTE MONDE

C'est grâce à un dépliant que j'ai découvert l'existence des formations *Antidote Monde* dont le contenu était très intéressant. J'ai alors contacté la conceptrice de ce programme Madame Nikole DuBois qui avait implanté les Formations Antidote Monde dans le Témiscouata en 1990. Son programme repose sur ce qui suit:

> […] une démarche de conscientisation qui tient compte à la fois des dimensions économique, politique, sociale, culturelle et spirituelle. Les objectifs du programme sont de briser l'isolement des femmes, diminuer leurs dépendances multiples et rehausser leur amour-propre. Durant la formation, les participantes font une analyse de leur milieu, de leurs préoccupations et de leurs problèmes, pour ensuite se fixer de nouveaux objectifs personnels et sociaux. « Nous observons alors l'impact incroyable que cette démarche a sur l'autonomie des femmes, sur leur connaissance du milieu et sur leur engagement social. Les résultats démontrent que le programme permet de combattre la détresse psychologique, d'agrandir l'autonomie et l'implication sociale des femmes », affirme Mme DuBois. (Gagnon, 2007, p.23)

Je me suis donc inscrite à sa formation intensive à Cabano. *Antidote Monde* s'offre en deux possibilités : le suivre comme participante ou comme future formatrice. Toutefois, pour avoir le droit de l'offrir soi-même dans l'avenir, il faut l'avoir suivi en tant que participante et en tant que formatrice. Une fois ces deux étapes réussies, nous devenons ce que Madame Dubois nomme une *éclaireuse*.

La première fois, je l'ai suivi en tant qu'intervenante. J'ai beaucoup appris lors de cette semaine et je savais que ça me serait utile autant dans mes interventions que pour mon propre programme d'intervention auprès des femmes immigrantes et réfugiées. Je savais aussi que pour l'offrir aux femmes immigrantes il faudrait l'adapter. J'ai donc suivi la formation en tant que participante plus tard au Centre-femmes.

Figure 4 : La transmission d'Antidote

4.3 EN QUÊTE DE VOIES DE RÉALISATION DE MON UTOPIE PROFESSIONNELLE

4.3.1 Une exploration des organismes subventionnaires pour un programme d'accompagnement en intégration des immigrés

Grâce à ma formation avec *Antidote Monde*, mon idée de programme devenait plus concrète. Alors, je me suis mise à faire des recherches afin de trouver du financement. J'ai approché différentes instances et chacune d'elle me demandait de remplir un formulaire de demande un peu comme celui que j'ai dû remplir pour le CLD. Bien que ce travail fût ardu, il me permettait de mieux définir mon programme. À chaque fois, j'avais de nouvelles idées d'activités ou de rencontres.

Malheureusement, aucun de ces organismes n'a voulu subventionner mon programme pour des raisons de non-rentabilité, malgré son caractère intéressant, innovant et original. On me disait que je devais trouver une façon différente de le financer.

J'ai alors pensé à l'ajouter comme service offert par mon Centre. Cependant cela me semblait illusoire puisque je savais bien combien la réalité financière des nouveaux arrivants est difficile. En effet, bien que l'opinion publique semble l'ignorer complètement, soutenir un projet d'immigration pour une famille qui immigre volontairement est très couteux. Car, en plus des frais reliés au voyage et à l'installation dans un nouveau pays, les frais de démarches administratives qu'exigent les différents paliers des gouvernements sont conséquents pour ne pas dire excessifs. Les coûts reliés à l'immigration sont donc très élevés. Ce qui m'empêchait de penser que cela soit possible de mettre en priorité le paiement d'un programme d'aide à l'intégration.

Il faut ajouter qu'un nouvel arrivant est loin d'avoir une idée précise de ses besoins. Il me semblait donc insensé d'envisager offrir un service payant. Je ne pouvais pas non plus demander une subvention gouvernementale puisque l'état ne finance que les organismes à but non lucratif. La réalisation de mon projet me semblait de plus en plus difficile. C'est au bout de mes efforts que je me suis dit qu'il serait peut-être plus sage de m'engager dans un

programme de maîtrise avec mon projet dans l'espoir de pouvoir mieux faire valoir mon projet auprès des organismes subventionnaires.

4.3.2 Une exploration des programmes d'étude de deuxième cycle qui pourraient soutenir mon processus d'élaboration d'un programme d'accompagnement pour femmes immigrées et réfugiées en région

Dès que j'ai eu l'idée d'un retour aux études, je me suis mise à explorer les différents programmes qui pourraient accueillir mon projet, le soutenir et valider sa pertinence. J'ai exploré du côté de la gestion des projets, du développement régional, des sciences de l'éducation tout en sachant que je serais bien dans ma propre cohérence à la maîtrise en étude des pratiques psychosociales. Je souhaitais un programme reconnu socialement qui pourrait être un atout indiscutable pour les suites de mon projet. J'ai fini par m'inscrire à la maîtrise en sciences de l'éducation encouragée par la confiance que je faisais à ma directrice de recherche, à sa compréhension de mes enjeux de déploiement des femmes en général et des femmes immigrantes en particulier. Ma vie d'étudiante a donc repris, mais cette fois, j'avais une famille et une entreprise à gérer. Je devais aussi me trouver un travail pour ramener des sous à la maison.

Mon entreprise devenait de plus en plus rentable mais me permettait seulement de m'offrir des voyages, des costumes, des équipements supplémentaires mais pas un réel salaire me permettant de partager avec mon conjoint nos obligations familiales. J'ai ainsi poursuivi mes cours de baladi, mais dû mettre fin aux rencontres psychosociales en espérant pouvoir décrocher un emploi dans mon domaine.

4.4 LE DÉFI DE L'INTÉGRATION DU MARCHÉ DU TRAVAIL

4.4.1 L'accompagnement psychosociologique en santé mentale

Après quelques semaines de recherche d'emploi, j'ai réussi à décrocher un poste en tant qu'intervenante en promotion et prévention en santé mentale à l'ACSMBF. Mon

travail consistait à offrir des ateliers en santé mentale à différents organismes du bas-du-fleuve. Je couvrais des thèmes spécifiques à la santé mentale dans des ateliers de groupe que j'animais à la demande de nos partenaires, comme la dépression, l'anxiété, l'estime de soi, le deuil, etc.

Certains ateliers existaient déjà, alors que je devais en créer d'autres à partir de l'information que l'organisme détenait. Ces ateliers étaient initialement présentés comme un cours magistral. Je ne pouvais m'empêcher de les transformer pour en faire un travail dialogique et coopératif à la manière des interventions de type psychosociologique. Je voulais partir des besoins et de l'expérience de mon auditoire. Je travaillais en groupe, en cercle, et je favorisais la participation du groupe dans la construction et l'orientation des échanges. Je souhaitais installer une culture coformatrice et collaborative tout en créant une communauté apprenante qui pourrait continuer de s'entraider après mon passage. Aussi, je faisais faire des exercices de présence à soi, des mises en situations activatrices des processus de confiance en soi ou encore des jeux de rôles. Je partais de leurs besoins et je me laissais guider par ce qui se passait dans l'ici et maintenant de nos interactions et par mon senti pour intervenir.

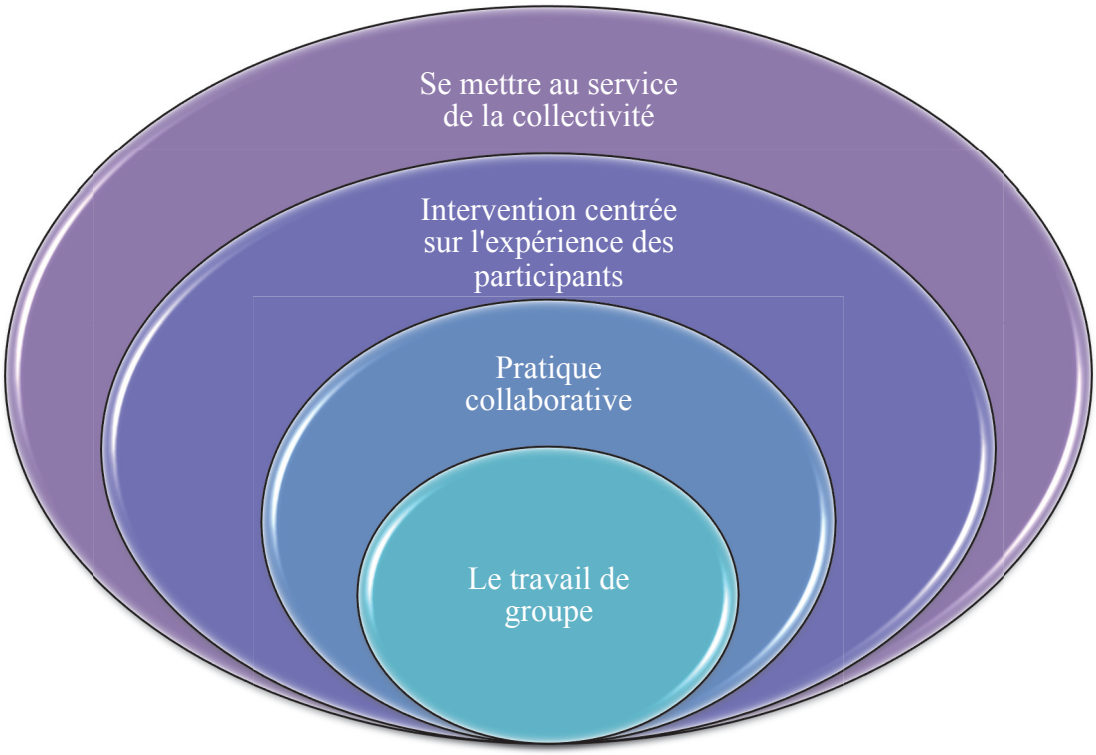

Figure 5 : Agir en promotion et en prévention

Cette expérience fut très enrichissante et m'a donné tout un bagage de nouveaux apprentissages et m'a ouvert les yeux sur le monde de la santé mentale. Ce que je retiens le plus de ce travail est le fait de détacher la maladie de l'identité de la personne. J'entendais souvent des gens dire : « Lui, c'est un schizophrène ! » comme si c'était son identité. Il n'était plus un homme, un mécanicien, un père, un étudiant, un ami, il était juste un malade. Grâce à l'ACSMBF, j'ai compris que c'est un homme, un mécanicien, un père, un étudiant, un ami, qui vit avec la schizophrénie ! J'ai compris que je devais séparer la personne de ce qu'elle vit. Je me suis promise de me rappeler de cela pour mon projet. J'allais accompagner des femmes vivant avec une difficulté d'intégration, cela ne faisait pas d'elles juste des personnes en difficulté d'intégration dans leur nouveau pays.

J'ai beaucoup apprécié cet emploi, mais je m'ennuyais des personnes immigrantes et surtout j'avais du mal à offrir sporadiquement des ateliers à des groupes que je ne pouvais

pas revoir pour faire leur suivi et évaluer l'impact de mon travail. J'avais un besoin de continuité, de créer des liens de confiance avec les groupes, alors que là, j'étais en perpétuel recommencement.

4.4.2 L'accompagnement en accueil et intégration des immigrants en région

J'étais plongée dans ce type de questionnement lorsqu'une opportunité m'a été offerte, celle de travailler pour l'organisme AIBSL où je faisais auparavant beaucoup de bénévolat, des spectacles de baladi et tous mes stages au baccalauréat. On m'offrait un contrat de remplacement de 6 mois. J'étais vraiment très contente de pouvoir y travailler comme agente d'accueil et d'intégration, un emploi qui s'inscrivait dans mon domaine d'intérêt professionnel. Mon travail consistait à accueillir les nouveaux arrivants et à les aider dans leurs démarches d'établissement. Je pouvais les accompagner pour trouver un logement, inscrire leurs enfants à l'école, remplir des demandes de résidence permanente, conseiller pour l'achat de vêtements adaptés à la température, ouvrir un compte bancaire, servir d'interprète au besoin et enfin, organiser des activités d'intégration.

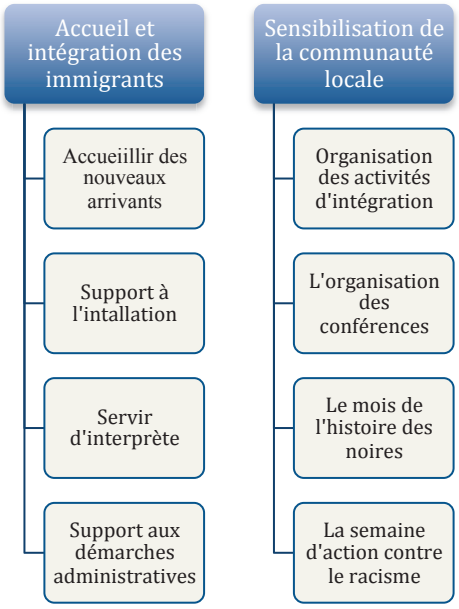

Figure 6 : Se former à intervenir dans le secteur de l'immigration

Comme cet organisme a aussi pour mission le rapprochement interculturel, nous devions coordonner des activités pour réunir les personnes immigrantes et la population locale. Je devais donc organiser des soirées dansantes, des conférences sur les différents pays d'origine des nouveaux arrivants, des soupers interculturels, le festival interculturel, les évènements autour du mois de l'histoire des noirs, ou encore de la semaine d'actions contre le racisme, pour ne citer que cela.

La liste est longue mais tellement motivante. J'avais beaucoup de plaisir et j'ai évidemment ajouté plusieurs nouveaux apprentissages et compétences qui m'aideraient éventuellement pour la réalisation de mon projet. Malheureusement, le remplacement évoqué au paragraphe précédent prit fin et je devais me trouver un autre emploi.

4.4.3 L'accompagnement féministe au Centre-femmes de Rimouski

Tel que mentionné dans mon histoire de vie, j'ai obtenu le poste d'intervenante au Centre-femmes de Rimouski en même temps que mon contrat de coordinatrice pour Passer'Elles. J'avais une décision difficile à prendre, Passer'Elles ou le Centre-femmes ?

J'avais eu beau faire des listes de ce que je préférais, je n'y parvenais pas. Comment choisir entre un emploi stable qui allait de pair avec mes intérêts et mes compétences et vivre en contrat (puisque la subvention serait uniquement pour deux groupes), mais pour un projet dont je rêvais depuis des années? Je n'arrivais pas à faire un choix. Alors, j'ai décidé de faire les deux emplois en même temps. En fait, il s'agissait réellement de trois en incluant la gestion et l'enseignement dans mon Centre !

Le Centre-femmes est un organisme à but non lucratif qui a pour mission d'offrir un lieu de rencontre pour toutes les femmes afin de favoriser l'autonomie sociale, financière et affective des femmes; d'améliorer les conditions de vie des femmes; de défendre les droits des femmes par des actions collectives et de soutenir l'implication des femmes dans la collectivité.

La mission en elle-même était suffisante pour me confirmer que j'allais être dans mon élément et me sentir chez moi ! Nul besoin d'ajouter que toute l'expérience acquise de ce travail me servirait directement dans la mise en place de mon programme. Mes responsabilités étaient très diversifiées : j'étais en charge de l'accueil des femmes à leur entrée au Centre, responsable de la promotion et des médias, j'offrais des rencontres de groupe sur différentes thématiques selon les besoins de nos participantes. De même, je prenais part à l'organisation d'actions collectives sans oublier l'intervention individuelle. On me permettait même de développer mes propres ateliers, ou encore de présenter de nouvelles idées d'activités, etc.

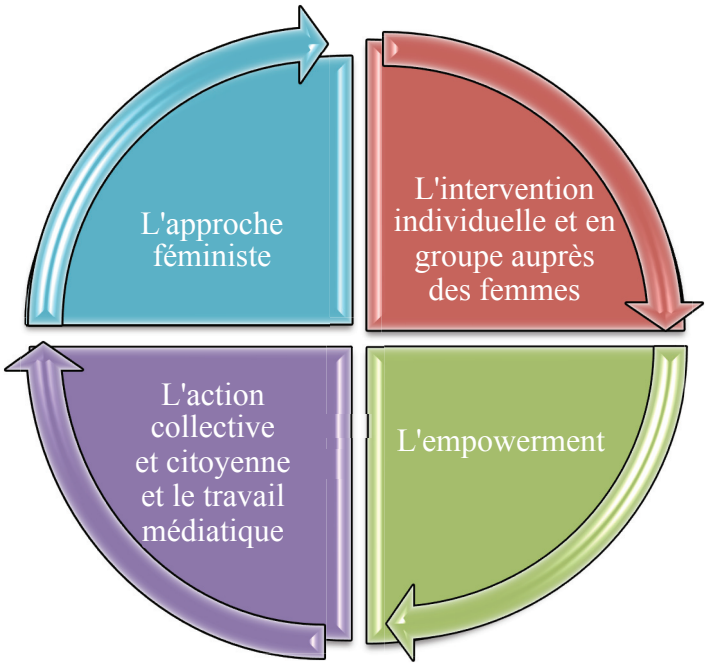

Figure 7 : L'héritage professionnel du Centre-femmes de Rimouski

C'est d'ailleurs au Centre-femmes que j'ai appris l'essentiel de ce que je connais aujourd'hui sur l'approche féministe. Que ce soit par leur modèle d'intervention avec les participantes, dans l'organisation d'activités, dans leurs actions collectives et même dans nos réunions d'équipes entre intervenantes, je réalisais que nous utilisions toujours cette approche. Nous accompagnions les femmes dans la réappropriation de leur pouvoir en

partant d'elles, avec elles et pour elles. Il nous était primordial que les solutions aux problématiques qu'elles vivaient viennent d'elles. Nous ne jugions pas leurs décisions, nous respections leurs rythmes même si des fois nous aurions voulu agir plus vite ou de façons différentes. De plus, nous invitions les femmes à participer à différentes actions collectives afin qu'elles se sentent réintégrées dans la société. Tel que le mentionne Legault :

> L'intervention, qui se fait préférablement en groupe, vise à la fois un changement personnel et un changement social des dimensions qui affectent directement la vie des femmes. Ce changement personnel vise l'acquisition par la femme d'un pouvoir sur sa vie, d'une autonomie concrète et affective bâtie sur l'estime, l'affirmation de soi et la capacité de faire ses choix. Le changement social passe par la solidarité avec d'autres femmes, l'engagement communautaire et les actions collectives. (1993, p.71)

Ainsi, le Centre-femmes étant ouvert gratuitement pour toutes les femmes me donna l'idée d'organiser des rencontres entre les participantes de Passer'Elles et les participantes au Centre-femmes. Le milieu allait vite devenir interculturel. Que ce soit lors des cafés causeries, des ateliers de développement personnel ou encore dans la participation d'actions collectives, je réalisais que j'avais bien fait de suivre mon intuition et d'accepter les deux emplois en même temps. Cette expérience fut pour moi d'une énorme richesse et sans aucun doute, pour les participantes des deux milieux.

4.5 CONCLUSION

En conclusion, bien que mon souhait initial pour mon futur professionnel soit principalement de réussir à concevoir et à offrir un programme d'accompagnement des processus d'intégration pour femmes immigrantes et réfugiées, j'ai beaucoup de gratitude face à toutes ces marches d'escaliers qui ont accompagné mon propre déploiement professionnel jusqu'à la conception, la réalisation et l'évaluation de Passer'Elles. Chacune des étapes de ce parcours de développement de la praticienne que je suis devenue a contribué de façon consciente ou inconsciente à me former pour les suites de ma vie professionnelle en général, mais notamment à soutenir celle qui devait mettre au monde son utopie professionnelle, son propre projet vocationnel.

Je dois à tous ces organismes, aux personnes avec qui j'ai eu le bonheur de travailler, tous ceux auprès de qui j'ai pu me former, aux différentes participantes à mes groupes d'accompagnement comme à mes élèves de baladi, la réalisation de mon utopie ainsi que mon déploiement professionnel à titre de praticienne-chercheure.

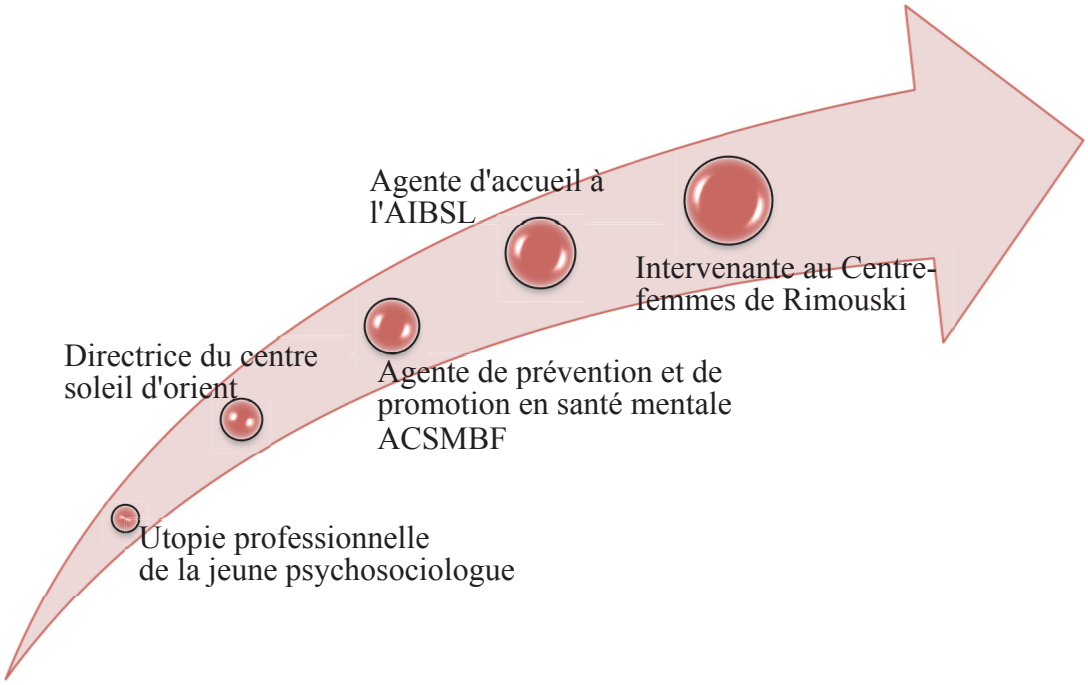

Figure 8 : Parcours professionnel préparatoire du projet Passer'Elles

Je crois sincèrement que la vie m'a fait passer par toutes ces expériences de travail avant de me permettre d'offrir Passer'Elles car sans elles mon programme n'aurait pas eu autant d'aspects, autant de profondeur et sans doute autant d'impacts sur mes participantes, ma famille et moi-même.

CHAPITRE 5
PASSER'ELLES : UNE AVENTURE D'ACCOMPAGNEMENT

Le récit n'est plus l'écriture d'une aventure, mais l'aventure d'une écriture.

Jean Ricardou (1990)

5.1 INTRODUCTION

Ce chapitre veut rendre compte du processus de compréhension et d'intervention au cœur de cette recherche heuristique de type féministe. Après avoir présenté le territoire qui a contribué à l'émergence de la question qui a occupé ma vie entière, j'ai pu baliser le parcours de formation et de développement personnel et professionnel m'ayant permis de réaliser mon utopie professionnelle et de m'engager dans ma voie vocationnelle. La dernière phase de la recherche heuristique a comme visée de me permettre de présenter l'expérience vécue et agie au cours du processus de conception du programme Passer'Elles, sa réalisation et son analyse.

Le travail de revue de la littérature a été mis au service de l'élaboration d'un programme d'accompagnement pour femmes immigrantes et réfugiées. Pour respecter la cohérence interne de mon processus de recherche et d'intervention, je n'ai pas voulu préciser plus tôt mon cadre de référence car j'ai avancé dans cette recherche par tâtonnement en veillant tout simplement à demeurer fidèle à mes intuitions. Ceci, jusqu'à ce que je fus confrontée à la nécessité de concevoir mon programme d'accompagnement, de le rédiger, de le documenter, de l'organiser et tout particulièrement de l'expliquer aux autres. Qui plus est, je devais justifier sa pertinence que j'ai dû la mettre au clair quant à l'état de cette question dans la recherche et dans le champ de l'intervention au Québec.

J'ai donc fait le choix de concentrer le processus compréhensif ayant soutenu ma démarche dans ce dernier chapitre lequel présente le cœur de cette recherche et le cœur de mon intervention.

5.2 LE PROGRAMME PASSER'ELLES : CONCEPTION - RÉALISATION ET ÉVALUATION

Transforme tes blessures en sagesse[7]

Oprah Winfrey (2014)

Le lecteur se souviendra que c'est vers la fin de mon contrat de remplacement chez AIBSL que la directrice de cet organisme, madame Mahnaz Fozi, m'a proposé de présenter mon projet par l'entremise de son organisme dans le cadre d'un programme de subvention du Le MICC. Rappelons que ce programme s'adressait uniquement aux organismes à but non lucratif. Je ne pouvais donc pas accéder à cette subvention toute seule. L'idée de pouvoir être encadrée par l'organisme constituait une réelle chance pour mon rêve de trouver des voies de passage pour sa réalisation. J'ai donc, une fois de plus, rempli un formulaire présentant mon programme, avec l'espoir que, cette fois-ci, il sera accepté.

Nous étions en décembre au moment de remplir le dossier de demande de subvention et nous attendions la réponse pour le mois de mai. J'espérais énormément, mais je savais bien que les chances étaient minimes étant donné le grand nombre de projets envoyés par la plupart des organismes qui oeuvrent en intégration des immigrants au Québec. Ainsi, AIBSL a envoyé le projet juste au moment où prenait fin mon contrat avec eux, et que j'entamais un processus intense de recherche d'un autre emploi.

Quelle fut ma surprise en apprenant début mai que la subvention nous avait été accordée. L'organisme a donc reçu une subvention permettant de réaliser ce projet sur deux années de suite auprès d'une vingtaine de femmes immigrantes et réfugiées, installées dans la région du bas-du fleuve. Une partie de cette subvention était affectée au salaire pour une

[7] « Turn your wounds into wisdom ». (Traduction libre).

coordonnatrice capable d'œuvrer à la conception du programme, à sa promotion, au recrutement des participantes et des partenaires et enfin la préparation des activités et des ateliers d'accompagnement en tant que tel.

5.2.1 Le processus de conception de Passer'Elles : Quelle inspiration?

Il semble important de rappeler une fois de plus, que si l'idée d'un tel projet a émergé sur le terrain de mon expérience d'enfant issue d'une famille immigrante, des problèmes d'intégration de ma propre mère ainsi que de ceux des autres femmes de mon entourage, lesquelles ont été pour moi d'une grande inspiration. En effet, tout de moi était mobilisé afin de trouver des voies de passage susceptibles de répondre à ce que je croyais être leurs besoins même si elles ne seraient certainement pas en mesure de les identifier par méconnaissance de leur nouvel environnement et les ressources qui y sont disponibles.

Je désirais ardemment pouvoir contribuer à faciliter leur intégration et par conséquent à pouvoir prévenir les difficultés que pourraient vivre leurs enfants suite à l'épreuve de leur mère. J'ai longtemps fouillé ma propre expérience et tenté d'expliciter le mieux que je pouvais ce que j'entendais comme plainte de ma mère depuis si longtemps. J'ai exploré également ma propre mémoire d'enfant grandie dans le sillage de cette souffrance de femme immigrante non intégrée dans son pays d'accueil.

J'ai aussi été très attentive lorsque j'écoutais les femmes immigrantes que j'accompagnais dans mes cours de danse, à AIBSL ou encore au Centre-femmes de Rimouski. Je tenais rigoureusement un journal de pratique qui me permettait de compiler des informations qui accompagnaient ma quête.

Par ailleurs, je faisais aussi beaucoup de lecture dans le domaine de l'intégration des immigrants pour tenter d'éclairer ma réflexion et ma compréhension des enjeux et des défis auxquels sont confrontées les femmes immigrantes. L'analyse des données recueillies depuis que je portais cette question, ainsi que les liens que me permettaient de faire les données récentes en matière de recherche et d'intervention dans le domaine de l'intégration

des immigrants, m'ont permis de regrouper mes observations en huit catégories spécifiques qui reflètent les manques ou les difficultés dont les femmes immigrantes me faisaient part.

Il faut rappeler aussi combien ma fréquentation et mon appropriation d'un programme d'intervention auprès des femmes québécoises - un programme conçu et donné par madame Dubois à savoir : *ANTIDOTE – Monde* - a été pour moi une grande école m'ayant permis de penser concrètement la forme à donner dans la conception et la réalisation de mon programme.

Ci-après, les résultats de cette classification :

1. Le manque de connaissance de la culture québécoise. (Conseil du patronat de Québec, 2015)
2. L'isolement ou le manque de relations sociales. (April, 2009; Rinfret-Raynor, Brodeur, Lesieux et Dugal, 2013; Brouillet, 2012)
3. Le manque d'aide psychosociologique relié aux difficultés d'intégration. (Dongier, Kiolet, Ledoux, 2006; RIFSSSO, 2014)
4. Le manque de connaissance sur les activités offertes dans la région.
5. Le manque de connaissance des services offerts par les organismes de la région. (Rinfret-Raynor, Brodeur, Lesieux et Dugal, 2013)
6. La difficulté d'entrer en lien avec les ressources disponibles. (April, 2009)
7. La difficulté de se sentir appartenir à la société d'accueil. (Girard, 2008)
8. La difficulté de faire le deuil de son pays d'origine. (Stern, 1996)

Évidemment, d'autres types de difficultés beaucoup plus documentés tels que le manque de connaissance de la langue et par conséquent de communication, la difficulté de se trouver un emploi, de se trouver un logement, et j'en passe. Je n'ai pas voulu m'attarder outre mesure à ce type de question, car ces sujets me semblaient être largement traités dans plusieurs ouvrages et les services pour y répondre plus répandus dans plusieurs organismes du Québec, voire même dans les politiques qui encadrent les questions migratoires au Québec.

À titre d'exemple, AIBSL accomplit un travail extraordinaire pour accompagner les immigrants de la région confrontés à ces genres de difficultés. Les ressources en accompagnement psychosocial tel que j'en rêvais, étaient beaucoup plus rares à ma connaissance aussi bien à Rimouski qu'ailleurs au Québec. J'ai ainsi pensé organiser mon programme d'accompagnement autour des axes qui offriraient des réponses adéquates aux besoins ci-haut mentionnés. J'ai donc identifié quatre principaux axes d'intervention que j'ai regroupés comme suit:

- **Compléter les connaissances** des participantes afin de mieux les familiariser avec la culture et l'environnement de la société québécoise.
- **Offrir un soutien psychosocial** en créant un cercle de parole et de rencontres sur différentes thématiques à partir d'un programme ayant déjà fait ses preuves auprès des femmes québécoises, mais en le modifiant pour qu'il réponde mieux aux besoins des femmes immigrantes et réfugiées.
- Permettre aux participantes de **partager leurs difficultés d'intégration, leurs ressources** ainsi que leurs souhaits d'intégration à la population de la région de Rimouski.
- Permettre aux femmes immigrantes et réfugiées de **participer activement à la société** en prenant part à des évènements de grandes envergures dans la région et en s'impliquant dans différentes organisations.

Suite à cette clarification du projet d'accompagnement, j'ai rassemblé tout le programme en trois principaux volets que présente le tableau suivant, en articulant autant les axes d'intervention que les besoins auxquels ce programme tente de répondre ainsi que les orientations générales de chaque volet.

Tableau 2: Les volets, l'orientation, les besoins et les axes du programme Passer'Elles

LES DIFFÉRENTS VOLETS DE CE PROGRAMME	**AIR** *Antidote pour Immigrantes et Réfugiées*	**PLAIR** *Programme Local d'Accompagnement pour Immigrantes et réfugiées*	**ACTIONS COLLECTIVES**
L'ORIENTATION GÉNÉRALE DE CHAQUE VOLET	**L'accompagnement psychosocial**	**La formation citoyenne**	**La participation citoyenne**
LES BESOINS AUXQUELS TENTENT DE RÉPONDRE LES DIFFÉRENTS VOLETS	- L'isolement ou le manque de relations sociales - Le manque d'aide psychosociologique relié aux difficultés d'intégration - La difficulté d'entrer en lien avec les ressources disponibles - La difficulté de se sentir appartenir à la société d'accueil - La difficulté de faire le deuil de son pays d'origine	- Le manque de connaissance de la culture québécoise - Le manque de connaissance sur les activités offertes dans la région - Le manque de connaissance sur les services offerts par les organismes de la région - La difficulté d'entrer en lien avec les ressources disponibles - La difficulté de se sentir appartenir à la société d'accueil	- L'isolement ou le manque de relations sociales - La difficulté d'entrer en lien avec les ressources disponibles - La difficulté de se sentir appartenir à la société d'accueil
LES PRINCIPAUX AXES D'INTERVENTION	- Offrir un soutien social - Partager les difficultés d'intégration et leurs ressources	- Compléter les connaissances - Offrir un soutien psychosocial	- Pouvoir participer activement aux évènements de la société civile

De plus, comme je l'ai mentionné plus haut, j'ai appris, lors de mon travail d'intervenante au Centre-femmes de Rimouski, à travailler avec une approche féministe en intervention psychosociologique auprès des femmes. Je me suis beaucoup intéressée à cette approche car elle reconnaît le potentiel que possède les femmes à se soigner elles-mêmes tout en utilisant le support dont elles ont besoin. Cette approche leur permet de se réapproprier leur pouvoir pour enfin retrouver leur dignité, conquérir leur estime et gagner sensiblement en confiance en soi et dans leurs capacités de pouvoir contribuer à produire du changement dans leur vie et dans le monde. Christine Corbeil et Isabelle Marchand (2010) nous rappellent avec pertinence les objectifs primaux de cette approche d'intervention :

> Voilà déjà plus de trente ans que l'intervention féministe a vu le jour dans le sillage des changements réclamés par les mouvements des femmes [en occident]. Prônant des rapports égalitaires dans la relation d'aide, cette approche alternative axée sur la reconnaissance du potentiel des femmes ainsi que la reprise de pouvoir sur leur vie favorise des démarches collectives et, ultimement, vise le changement social. (Corbeil et Marchand, 2010, p.26)

J'ai donc trouvé cette approche non seulement inspirante et pertinente pour mon projet mais surtout tout à fait cohérente avec l'approche psychosociologique que j'ai apprise à l'UQAR et que j'utilisais habituellement dans mes interventions comme dans mes projets de recherche-intervention. Corbeil et Marchand précise par ailleurs, que :

> Le mouvement des femmes du Québec s'ouvre progressivement aux préoccupations des femmes d'origines diverses. Sur le plan de l'intervention féministe, les questions entourant la diversité ethnoculturelle deviennent prégnantes et suscitent l'émergence de pratique que l'on désignera, a posteriori comme étant «culturellement adaptées ». L'intervention féministe s'est imposée comme un modèle de pratique alternatif, apte à élaborer de nouveaux savoirs, de nouvelles approches basées sur le respect et l'écoute des expériences vécues par les femmes, et surtout en rupture avec les discours emprunts[8] de préjugés sexistes, racistes, homophobes, etc. qui traversent le champ social. (Corbeil et Marchand, 2010, p.10)

Il me semblait donc totalement pertinent et tout à fait approprié de m'appuyer sur un tel paradigme et sur les méthodes de travail qui ont fait leurs preuves aussi bien en

[8] L'auteur veut sans doute dire empreints

intervention qu'en recherche. Le fait que je devais travailler uniquement avec les femmes d'origine diverses pour les aider à s'insérer, à se nourrir, mais aussi à oser influencer à leur tour la culture québécoise, me confirmait la justesse de ce choix théorique, méthodologique et pratique.

Ainsi, dans son ensemble, Passer'Elles permettrait de répondre au besoin de soutien, d'accompagnement et d'implication que les femmes immigrantes et réfugiées ressentent face à leur intégration en région en utilisant leur potentiel singulier et collectif grâce à une approche féministe d'intervention psychosociologique culturellement adaptée.

Au même moment que j'élaborais mon programme, je m'attelais à plusieurs lectures sur l'intervention auprès des femmes, sur l'accompagnement des processus d'intégration des immigrants et sur l'accompagnement en contexte de diversité culturelle. Ainsi j'ai décidée de chercher une orientation éthique, pratique, paradigmatique et méthodologique - en terme de méthodologie de l'intervention - qui soit non seulement porteuse mais aussi cohérente. C'est ainsi que de toutes les lectures que je faisais, j'ai opéré des choix que j'ai inclus dans le schéma ci-dessous. Ces choix théoriques, paradigmatiques et de méthodologies d'intervention m'ont permis de baliser le territoire de mon action d'accompagnement.

Je souhaitais qu'une approche d'accompagnement psychosociologique puisse servir de pilier central à toute ma démarche d'intervention. En effet, le processus d'immigration, c'est bien connu, a souvent plusieurs répercussions sur la santé mentale des individus et des familles, puisqu'il expose les personnes à un haut niveau de stress, de peur, d'isolement voire même de deuils multiples (Institut canadien de recherches sur les femmes, 2003).

Un accompagnement de type psychosociologique me paraissait donc essentiel pour la réussite de ce programme. Je savais que dans tout ce que j'aurais à faire, je ne pourrais faire fi de la nécessité de recourir à une approche d'accompagnement de type féministe susceptible de développer le pouvoir d'agir des femmes tout en les conscientisant sur leur propre potentiel et en leur permettant de se réseauter, de se reconnaître mutuellement et de

tisser des liens de solidarité entre elles et avec les populations locales. La question de l'engagement citoyen me semblait incontournable dans un projet qui vise l'intégration des femmes sur leur terre d'accueil et dans leur communauté d'adoption, tout en respectant leurs particularités culturelles et leur singularité comme personne.

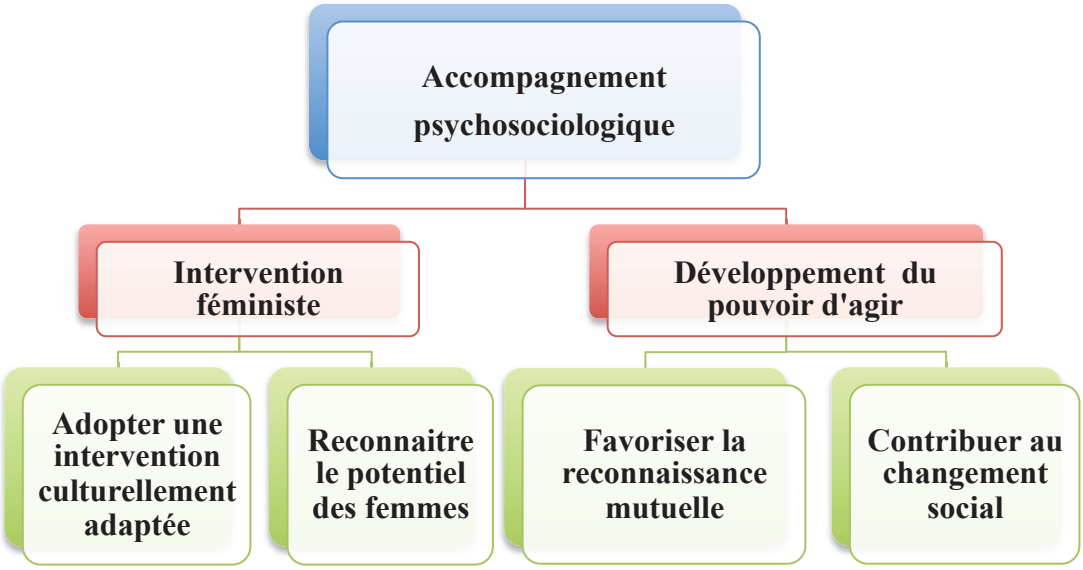

Figure 9 : Orientation paradigmatique, éthique et pratique de ce programme d'accompagnement

5.2.2 LE VOLET AIR : une adaptation du programme ANTIDOTE MONDE pour femmes immigrées et réfugiées.

> *Il est important de créer des conditions pour permettre les rencontres et les échanges entre les femmes, l'émergence des symboles et des antidotes personnels et collectifs au désespoir et aux dépendances multiples des femmes ainsi qu'à leur manque de confiance en elles.*

Nikole DuBois (2006)[9]

Tel que mentionné précédemment, le volet AIR (Antidote pour Immigrantes et Réfugiées) a été inspiré par le programme d'intervention auprès de femmes *Antidote Monde*. Comme déjà évoqué au chapitre précédent, ce programme avait pour objectif d'aider les femmes à se réapproprier leur pouvoir, à reconnaître leur plein potentiel et à sortir de l'isolement.

Lorsque je me suis formée à ce modèle d'accompagnement, conçu par une femme en région pour les femmes qui évoluent en région, j'ai tout de suite été éblouie par ce type de travail et très vite convaincue de sa pertinence et de sa force symbolique pour intervenir auprès des femmes notamment sur la question de l'estime de soi.

Dès ma première rencontre avec le programme *Antidote Monde*, j'ai bien saisi que le pouvoir de briser l'isolement des femmes était avant tout en elles-mêmes. Le programme crée par contre des conditions gagnantes pour permettre aux femmes de sortir de l'isolement qui finit par devenir un enfermement en soi. L'enjeu devient alors de permettre la rencontre, l'entraide et la solidarité en vue de favoriser la reconstruction de l'amour-propre. Il devient ainsi possible de penser, de créer et d'agir solidairement en vue de s'outiller mutuellement pour mieux comprendre son environnement et mieux percevoir ses propres défis d'insertion socioculturelle et professionnelle. Sans quoi, il serait quasiment impossible de se tailler une place valorisante dans la communauté et de trouver sa juste contribution à la vie de la cité.

Madame Dubois trouvait important de permettre aux femmes de comprendre l'environnement, la culture et le fonctionnement des institutions et des services disponibles dans leurs régions. Elle souhaitait ainsi permettre aux femmes qui évoluaient dans *Antidote Monde,* non seulement de pouvoir mieux s'orienter dans le monde, mais surtout de mieux comprendre leurs propres défis en vue de pouvoir se construire de nouveaux repères, ainsi que des projets inédits et pertinents sur le plan personnel, familial et socioprofessionnel.

[9] Nikole DuBois (notes de cours).

Une vie neuve devient alors possible et les femmes se découvrent capables d'avoir un réel pouvoir sur leur destin, capables de se réinventer personnellement et collectivement.

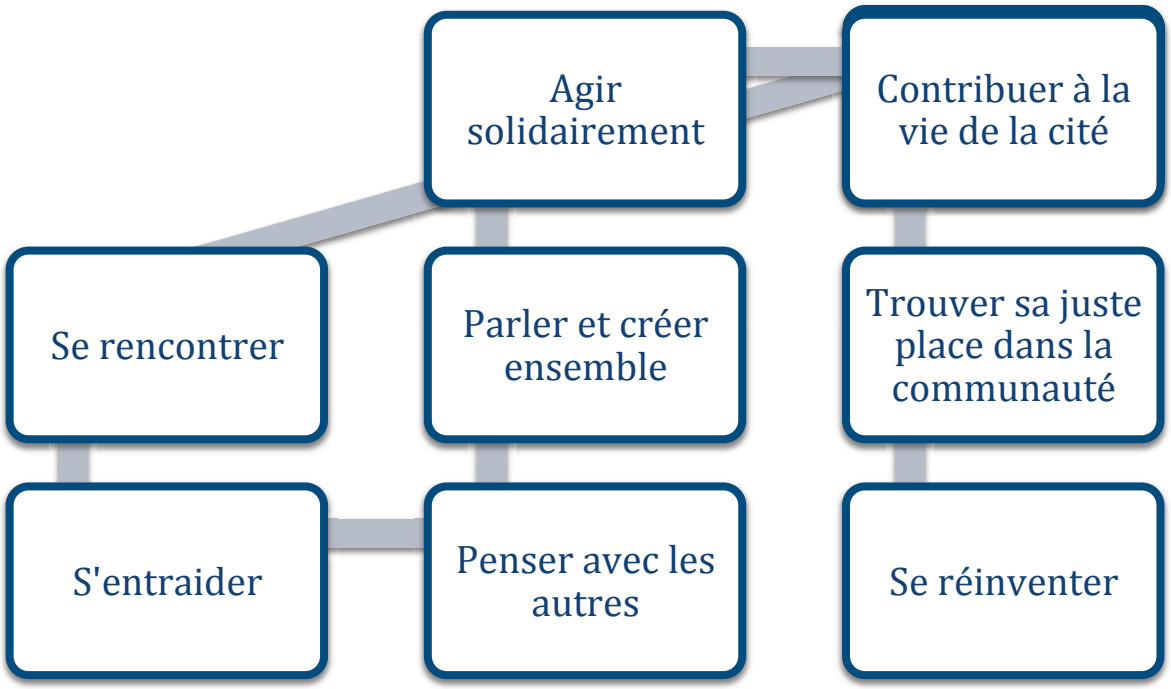

Figure 10 : Créer des conditions pour favoriser l'émancipation des femmes

J'ai été également fascinée par le fait que ce programme considérait le développement personnel et le développement social et régional comme étant totalement inséparables. Un autre héritage et non le moindre de madame Dubois, dans mon parcours de formation continue et de développement professionnel, consiste en cette autorisation de solliciter la créativité des femmes, leurs idées, leurs intuitions, les symboles qui leur parlent pour activer leur capacité de se réinventer et de donner de la cohérence et du sens à leur existence. Ce type d'accompagnement n'a aucune visée thérapeutique ou même de résolution de problème. C'est davantage une voie formatrice et conscientisante qui s'intéresse à la globalité de la personne. J'ai beaucoup été inspirée par ce programme dans la mesure où il prenait en compte la dimension intime, aussi bien affective que spirituelle, la dimension relationnelle sur le plan social et culturel, mais aussi la dimension politique et

économique. Il n'était donc pas étonnant de voir que dans ce contexte, même si ce programme d'éducation populaire à visée émancipatoire n'avait aucun but thérapeutique, il avait des impacts incontestables sur l'autonomie des femmes, leur engagement social et sur leur santé physique, psychoaffective, intellectuelle et spirituelle.

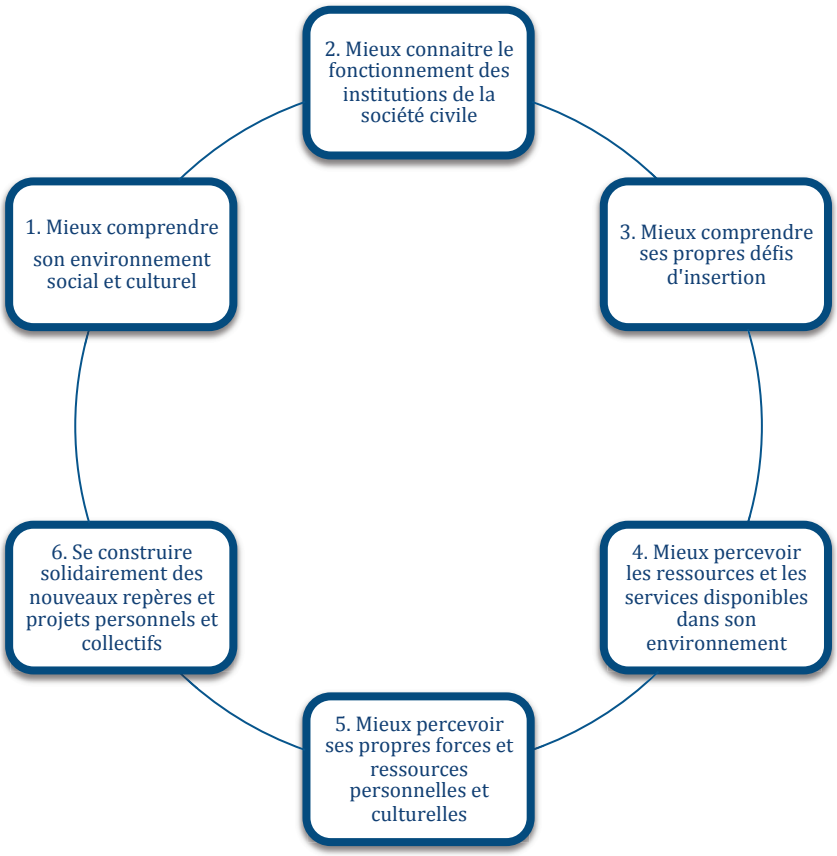

Figure 11 : Lorsque Antidote est une inspiration pour Passer'Elles

Avec madame Dubois, j'ai confirmé une manière de concevoir l'accompagnement dans la même cohérence que ma formation de base en psychosociologie. J'avais ainsi l'assurance de la nécessité de s'appuyer sur le potentiel, les forces, les ressources et la créativité des femmes plutôt que de donner toute notre attention à leurs difficultés. J'ai alors compris que c'était la meilleure manière de produire des changements susceptibles de rayonner sur tous les secteurs de vie de la personne.

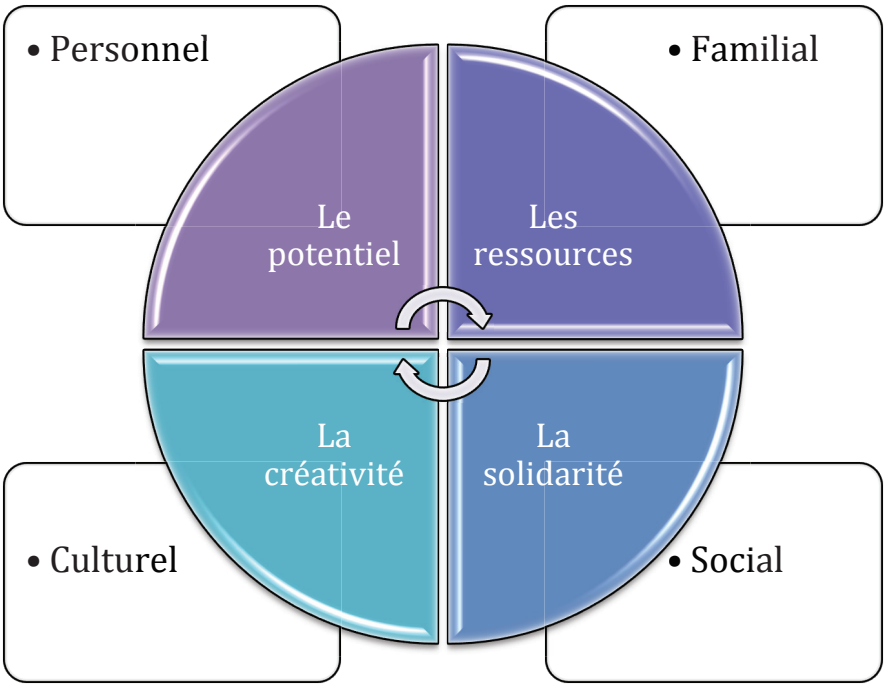

Figure 12 : Miser sur l'intériorité et la solidarité pour agir globalement

C'est ainsi qu'avec l'aide de madame Dubois, j'y ai apporté quelques ajustements afin d'adapter son programme à un public multiculturel tout en gardant sa force symbolique dans ce type de contexte. En effet, la question de l'intégration des femmes immigrantes et réfugiées porte avec elles des spécificités et des enjeux identitaires, socio-culturels et politiques qui nécessitent une attention spécifique à ce type de participantes.

J'ai pris donc le temps de vivre ce programme de l'intérieur, de me former comme formatrice pour pouvoir le donner au besoin et de discuter avec madame Dubois en vue de bien le comprendre et de m'approprier sa logique ainsi que les valeurs de base qui le sous-tendaient. J'étais face à un projet magnifique et je ne voulais surtout pas trahir son esprit. C'est pour cette raison que j'avais besoin de la collaboration de cette accompagnatrice sénior pour penser une adaptation à une population immigrante et réfugiée. Nous savions que notre enjeu majeur consistait à réussir une traduction qui ne consiste pas une trahison de l'essence même de cet outil. La part symbolique, analogique et métaphorique que

sollicite ce programme m'ouvrait une porte sur l'imaginaire et les ressources culturelles des femmes avec qui je voulais travailler. Je me sentais déjà dans mon rêve de devenir ethno-psychosociologue.

Voici à titre d'exemple, un cas d'adaptation du programme *Antidote Monde* à même de répondre aux besoins spécifiques et au contexte de mes participantes, ainsi qu'aux objectifs d'intégration d'immigrants. Dans *Antidote*, on représente le poids lourd qu'une femme doit supporter par un sac à dos dans lequel se trouvent les valeurs de sa société, les apprentissages des parents, les échecs des années passées, tous les éléments qui ont fait d'elle ce qu'elle est aujourd'hui, mais qui nuisent maintenant à la réappropriation de son pouvoir d'agir et de son estime de soi.

En ce qui concerne *Passer'Elles*, j'avais besoin de trouver un symbole propre à la situation spécifique d'immigration. J'ai donc remplacé le sac à dos par une grosse boîte brune de déménagement dans laquelle on met toutes les choses que l'on souhaite amener avec soi dans son nouveau pays, qui sont non seulement lourdes mais ne semblent pas être nécessairement utiles. C'est ce type de bagage qui rend le déplacement et l'intégration difficiles. En effet, comme le dit si bien Boucar Diouf (2013), immigrer nécessite d'apprendre à : « voyager léger comme une noix de coco ».

Dans *Antidote*, on représente la légèreté, les priorités, les valeurs qui nous tiennent à cœur par une sacoche qui contient seulement ce dont nous avons réellement besoin et qui nous permet d'avancer. Pour Passer'Elles je l'ai représenté par un bagage cabine. Ces images parlent mieux aux femmes immigrantes et représentent mieux ce qu'elles vivent. Nous avons donc examiné toutes les thématiques et les différents outils pédagogiques utilisés pour questionner leur adaptation aux participantes et à leurs contextes spécifiques. Il était important pour nous de veiller à ce que les symboles choisis parlent aux femmes et à leur imaginaire personnel, groupal et culturel. Ma collaboration avec madame Dubois a donc abouti à un nouveau programme que nous avons appelé Antidote pour Immigrantes et Réfugiées (AIR). Ce programme comprend sept thématiques et il a été articulé en huit ateliers distincts.

Il ne me restait qu'à préparer les différents ateliers pour pouvoir les animer. De même, il me fallait penser la logique pédagogique de chaque atelier, le matériel didactique nécessaire ainsi que le climat de groupe et la dynamique des échanges nécessaire à l'atteinte des objectifs poursuivis par chaque atelier. Par ailleurs, je veillais également à l'implication des participantes à toutes les étapes de la démarche en vue de faire de l'ensemble du processus, une démarche d'apprentissage expérientielle faite avec les femmes et pour elles et non à leur place.

Tableau 3 : Thème, objectifs et contenu pour le premier atelier du volet AIR

VOLET - 1	THÈME	OBJECTIFS	CONTENU
ATELIER 1 *Mon intégration mon air*	**Intégration**	Échanger sur les expériences et les perceptions de l'intégration Comprendre les étapes du processus d'intégration Se comprendre dans son propre processus d'intégration Clarifier ses souhaits en matière d'intégration	Dialoguer sur la perception des participantes de l'intégration Leurs visions, objectifs, souhaits, etc.

Le postulat à la base de la construction de cet atelier consistait à penser que parler d'intégration c'est faire référence d'emblée à l'idée de processus. Je souhaitais donc ouvrir un espace de parole pour que les participantes se sentent libres de partager autour de leurs

expériences subjectives mais aussi de leurs représentations à propos de la notion d'intégration. Je rêvais de nous voir cheminer ensemble vers une idée de plus en plus commune de ce que c'est que l'intégration, d'améliorer notre compréhension de ce phénomène, d'en saisir les balises, de se comprendre soi-même dans ses avancées et d'arriver enfin à permettre à chaque participante de se donner des objectifs réalistes en matière d'auto accompagnement dans son processus d'intégration. En effet, il me semblait que préciser ses ambitions en matière d'intégration pourrait devenir pour chacune des femmes un véritable défi à relever, un moteur d'action et de persévérance. Avant d'aller plus loin, il me semble nécessaire de préciser ce que j'entends par processus d'intégration dans le cadre de cette recherche.

❖ Clarification conceptuelle autour de la notion d'intégration

> *L'intégration est un concept polysémique qui fait l'objet de nombreuses acceptions de nature sociologique, anthropologique, psychologique et économique et politique.*
>
> Arthur Noel Match Ezéchiel (2006)

La question d'intégration dans un nouveau pays et une nouvelle culture n'est pas neutre. Ainsi, elle n'est pas sans réveiller des craintes héritées de quelques faits marquants de l'histoire de l'humanité tels que la colonisation, l'esclavage ou tous autres faits qui évoquent les rapports de domination entre les peuples, les cultures et les individus. L'intégration pour un immigré est un processus paradoxal qui est à la fois désiré et redouté. En effet, la littérature comme l'expérience quotidienne dans la vie d'exilés regorgent d'exemples qui montrent qu'on peut à la fois vouloir et refuser d'appartenir à une nouvelle culture et un nouveau pays, dans la mesure où le sujet se vit menacé de perdre son identité et sa culture. Les immigrants redoutent donc tout mouvement de ségrégation mais aussi toute tentative d'assimilation ou encore d'acculturation qui tendrait vers une forme de négation de la richesse et de la spécificité de leur propre culture ou identité. Selon Azouz Begag (2003, p.5) le concept de l'intégration désigne : « l'action d'incorporer un élément dans un ensemble ».

Arthur Noel Match Ezéchiel (2006, p.8) précise quant à lui, l'importance de distinguer l'intégration de l'assimilation et de l'acculturation. En effet, l'intégration n'est pas l'assimilation dans la mesure où l'étymologie du mot assimilation renvoie à l'idée de *« rendre semblable et qui suppose l'identification à la société d'accueil»,* alors que l'acculturation désigne : *« le processus par lequel les populations étrangères adoptent les valeurs de la culture du pays d'accueil »* Begag (2003, p. 5). Dans les deux cas, les immigrés craignent avec raison, parfois même à leur insu de perdre leurs spécificités culturelles, voire même leur singularité comme individu.

Un autre terme utilisé couramment dans le domaine de l'immigration est celui de l'insertion qui renvoie à l'idée d'introduire une personne dans un milieu nouveau, voire étranger, comme dans le cas de l'insertion professionnelle. Dans le cadre de cette étude nous employons le concept d'intégration des femmes immigrantes et réfugiées dans le sens que lui donne Dominique Schnapper (1991).

Pour cette auteure, le concept d'intégration indique : « Les processus par lesquels les immigrés comme l'ensemble de la population réunie dans une entité nationale participent à la vie sociale » (Schnapper, 1991, p.99). Le processus d'intégration nécessite donc une réinterprétation de la culture, c'est-à-dire des valeurs, des codes et des modes de fonctionnement de la communauté d'accueil par les immigrés qui finissent par les adopter partiellement, les adapter, les enrichir, voire les refuser.

Selim Abou (1977) ajoute une dimension qui m'a beaucoup intéressée dans cette recherche en précisant que l'intégration suppose, d'une part, l'accommodation des immigrants au milieu physique du pays d'accueil, mais aussi leur réelle insertion: « dans les structures sociales, économiques et politiques de la société d'accueil. » (Abou, 1977, p.36) Je conclurai cet argumentaire conceptuel avec Schnapper (1991, p. 87) en rappelant que la notion d'intégration implique « les processus par lesquels les populations immigrées ou non, acquièrent progressivement les normes de la société dans laquelle elles vivent. »

Si parler d'intégration dans le sens où ce concept est entendu ici, renvoie automatiquement à l'idée de processus, il semblait essentiel de voir avec les participantes de quoi est fait ce processus d'intégration en contexte d'immigration.

D'après la psychologue Susnjar (1992) les travaux de recherche-intervention en matière d'immigration permettent d'identifier au moins quatre étapes clés dans le processus d'intégration, à savoir : La lune de miel qui suit l'arrivée et qui précède normalement une forme de choc culturel qui se solde généralement par une perte de repères et une crise identitaire et parfois même relationnelle. Cette crise finit par céder la place à une dynamique d'adaptation et de récupération qui permet à la personne de retrouver une forme d'équilibre totalement nouvelle qui signe l'évolution d'un processus d'accommodation et de restructuration identitaire.

La même auteure précise que la durée et l'intensité de ces étapes varient selon les circonstances et la nature du désir qui ont motivé l'exil, selon le temps de préparatifs, la vision du pays d'accueil et les attentes entretenues face à celui-ci. Il arrive que la nouveauté et parfois même la réalisation d'un grand désir suscite un sentiment d'euphorie et d'exaltation, une véritable lune de miel qui peut durer quelques mois, avant que le nouvel arrivant rencontre ses réels défis. Cette période est aussi stressante, mais elle est rarement reconnue comme telle et aussi moins bien accompagnée. C'est la pointe de l'iceberg.

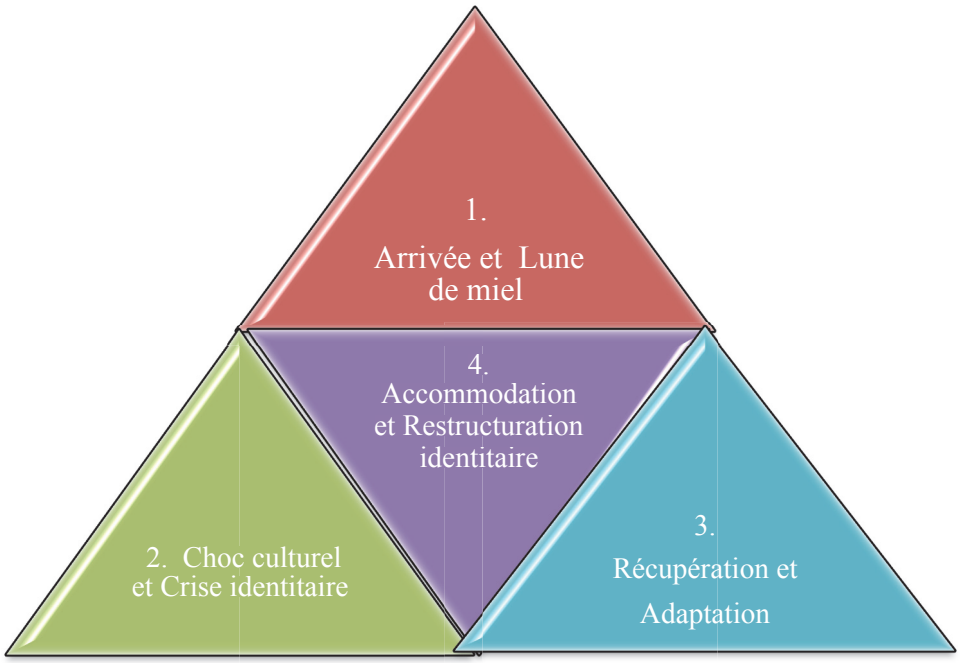

Figure 13 : Les étapes du processus d'intégration d'immigrants

Les étapes 2 et 3 forment le cœur du processus d'intégration dans la mesure où elles constituent le début de la confrontation avec les réels enjeux de l'immigration, la véritable nature de la nouvelle vie qui nous est proposée ainsi que nos propres capacité d'adaptation face aux multiples changements massifs et inattendus qui surviennent en peu de temps dans la vie de la personne immigrante.

Ici les personnes peuvent vivre une plus ou moins longue période de crise suite à la remise en questions des valeurs culturelles, des modes de vie et la perte de références, symboles et codes familiers qui régissent habituellement leurs décisions, leurs actions et leurs interactions sociales. Le repli sur soi, le refuge dans des ghettos de ceux qui partagent la même culture d'origine menace alors la personne immigrante aux prises avec un seuil d'anxiété qu'elle ne sait pas gérer autrement.

À cette étape l'expérience comme la recherche en matière d'immigration, Vatz Laaroussi M., Guilbert L., Rachédi L., Kanouté F., Anson L., Canales T., Leon A., Presseau A., Thiaw M. L. et Zivanovic Sarenac J. (2012) montrent que le temps et la

fréquentation continue de la nouvelle culture sont de meilleurs alliés. Même si ces contacts demeurent exigeants, elles permettent à la personne immigrante de se sentir progressivement en confiance et de devenir de plus en plus proactive, de moins en moins défensive et de plus en plus ouverte et curieuse face à la différence de l'autre.

Au bout de cette phase d'ajustement, les personnes immigrantes se sont construites de nouveaux repères, elles se connaissent mieux, comprennent mieux la culture et la société d'accueil, sont mieux réseautées et commencent à se sentir chez elles. Elles ont presque, à leur insu, développé un réel sentiment d'appartenance dans leur nouvelle communauté. Au-delà des idées exposées ici, il semble important de permettre au lecteur d'accéder à la manière dont cela se passait entre nous dans la pratique. À titre d'exemple je voudrais mentionner les propos d'une participante :

> *[…] pour qui être intégrée signifiait d'avoir un cercle d'amis de la communauté d'accueil et de ne plus être confinée dans le seul cercle de ses compatriotes. Elle sentait bien que n'avoir comme amis au Québec que des gens de la même nationalité qu'elle, qui parlent la même langue, mangent la même nourriture et partagent tous ses repères, était à la fois réconfortant mais à la longue, cela devenait limitant pour elle. Ainsi, pour prendre en main son processus d'intégration elle s'est donné 3 objectifs :*
>
> *1- Offrir du temps de bénévolat dans un organisme de femmes pour rencontrer d'autres femmes et se sentir utile;*
> *2- S'inscrire dans un club de marche de la ville pour rencontrer d'autres personnes tout en pratiquant un sport qu'elle aime;*
> *3- Inviter les personnes avec qui elle aurait plus d'affinités au cours de ces différentes rencontres et à une soirée chez elle et leur préparer des petits desserts de son pays d'origine.*
>
> *Cette participante avait donc ces 3 objectifs à atteindre pendant la durée de son programme. Elle avait décidé de se donner du temps, de s'armer de patience et de persévérance et de veiller sur ses avancées avec la complicité de son groupe Passer'Elles.*

Les participantes tenaient également un journal de bord où elles consignaient leurs projets, défis, difficultés, les bons coups et les stratégies nouvelles et signes d'évolution et récoltes de leurs efforts. Elles s'appuyaient sur cet auto-accompagnement pour donner des nouvelles de leurs démarches à leur groupe. Ainsi, on pouvait toutes se solidariser autour

du projet de chaque femme. Cette participante savait par exemple que si elle y arrivait, ce serait signe qu'elle est dans la bonne direction pour se créer un réseau d'amis - viable et durable - dans son nouveau pays.

Tableau 4 : Thème, objectifs et contenu des ateliers 2 et 3 du volet AIR

VOLET - 2	THÈME	OBJECTIFS	CONTENU
ATELIER 2 ET 3 *Mon ici, mon ailleurs, ma Passer'Elles*	**Vie en terre natale** **Vie en terre d'accueil**	Permettre aux femmes d'établir une comparaison et de trouver des voies de passage	Réfléchir sur la vie menée dans le pays d'origine et la vie au pays d'accueil : vie intellectuelle, sociale, affective, familiale, politique spirituelle, culturelle, économique.

Les phénomènes d'exil, tous les migrants en sont conscients, s'accompagnent souvent d'une nostalgie de la terre natale, des choses et des personnes signifiantes que la personne immigrante a laissées derrière elle. Les réfugiés économiques et politiques sont ceux qui vivent moins le phénomène d'idéalisation de ce regretté chez soi. Encore que dans des grandes périodes de désillusion sur la terre natale cela peut toujours arriver. Trouver qu'on était mieux chez soi ou pire encore se mettre à attendre le jour où on pourra y retourner pour enfin recommencer à vivre.

Cet atelier a donc comme intention de contribuer à aider les participantes à se prémunir d'un enlisement dans des phénomènes de fuite dans l'idéalisation d'un supposé paradis perdu. On cherche alors à cheminer ensemble, à rencontrer et accueillir sa vie telle qu'elle est aujourd'hui tout en reconnaissant pour soi et devant les autres, à la fois ce qui la

différencie de la vie d'avant et ce qui la rapproche de celle-ci. Pour faire ce comparatif, les participantes consentaient à s'engager dans un processus introspectif et réflexif qui leur permettait d'examiner leur vie sur les différents plans que présente la figure suivante.

❖ La biographisation des parcours migratoire : un choix méthodologique

Le postulat à l'origine de la conception de cet atelier consistait d'une part, à vouloir développer une pratique inspirée de ma formation et des travaux des chercheurs qui oeuvrent dans le domaine des histoires de vie en accompagnement (Josso, 1991, 2011; Dominicé, 2002; Pineau 1986, 1993, 1998; Rugira, 1995, 2004, 2005).

D'autre part, je me disais que mettre les participantes dans des processus de biographisation, grâce aux pratiques narratives (White, 2003, 2009; Morgan, 2010; Mori et Rouan, 2011) serait un puissant activateur de résilience et de reconfiguration d'une nouvelle cohérence et d'un nouvel équilibre psycho affectif, socioculturel et spirituel.

En effet, biographiser son parcours migratoire est non seulement un atout mais aussi une réelle nécessité, car il semble impensable de commencer une nouvelle vie comme si on n'avait jamais vécu avant. Cet atelier cherchait donc à construire de la continuité dans la vie des femmes immigrantes et réfugiées, malgré l'exil et les ruptures inhérentes à l'expérience d'immigration. L'enjeu ici consiste à « *savoir participer au processus de dissolution et recomposition de son histoire de vie* » (Lesourd F., 2009, p.37).

La figure suivante a comme fonction de présenter les différents secteurs de vie examinés par les participantes à l'occasion du deuxième et troisième atelier à l'aide du travail symbolique accompli avec les participantes.

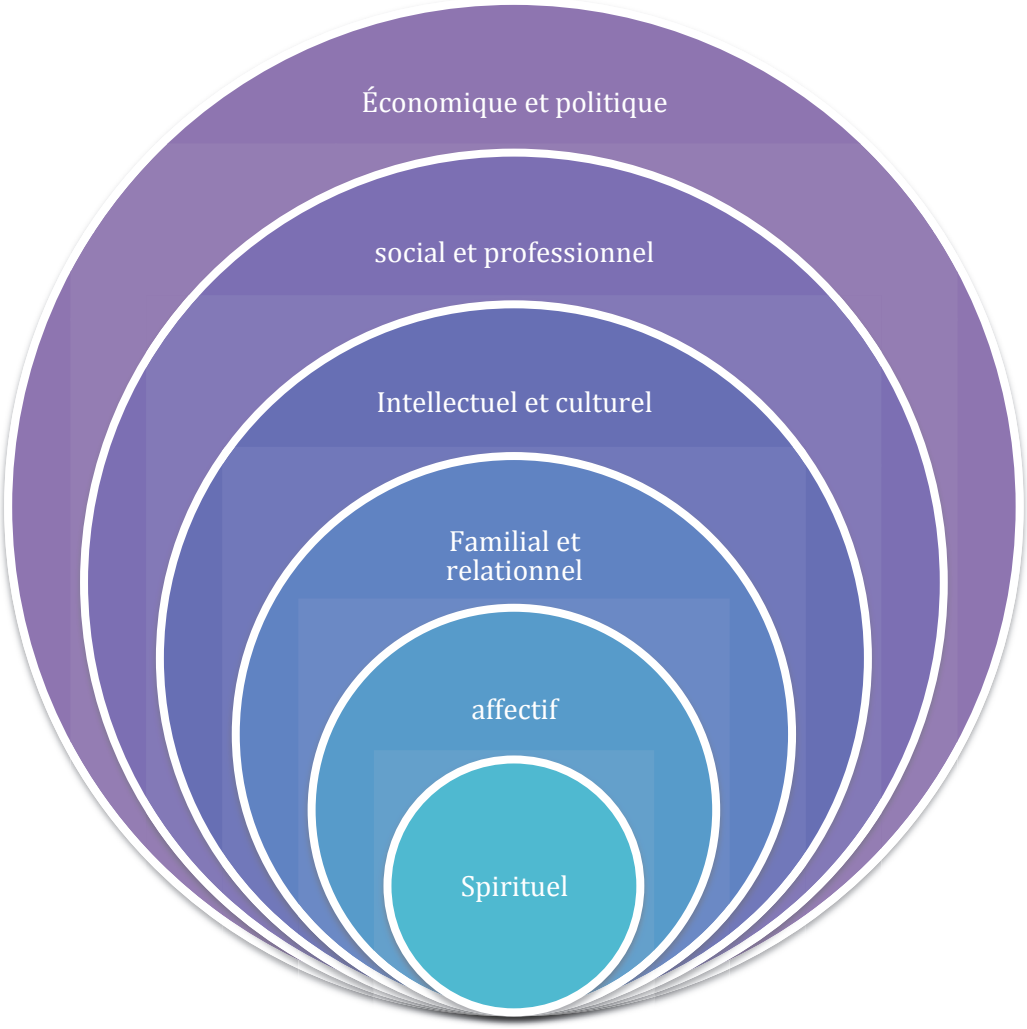

Figure 14: Les différents secteurs de la vie des participantes examinés à l'occasion de l'atelier 2 et 3

Illustration : Pour illustrer ce qui peut se passer dans ce type d'atelier je me suis souvenu d'un cas que je présenterai brièvement ici.

Au cours de cet atelier, une participante nous a raconté que dans son pays elle lisait beaucoup de poésies, de romans et des biographies des auteurs de son pays. Nous lui avons demandé si depuis son arrivée au Québec, elle avait continué de lire, ce à quoi elle avait répondu non. Elle n'avait pas encore pris conscience du fait qu'elle s'était mise à son insu dans une forme d'ascèse, voire même de désert intellectuel et culturel. Le groupe lui a alors proposé des œuvres d'auteurs Québécois. Elle s'est donc mise dans le projet d'aller à la découverte de la littérature et par conséquent de

la culture québécoise. Elle pouvait ainsi mettre sa passion pour la lecture au service de son processus d'immigration et au service de son groupe de Passer'Elles.

Tableau 5 Thème, objectifs et contenu de l'atelier 4 du volet AIR

VOLET	THÈME	OBJECTIFS	CONTENU
ATELIER 4 *Ma couleur*	**L'estime de soi**	Comprendre le processus de construction de l'estime de soi Évaluer son propre niveau d'estime Identifier ce qu'on est prêt à faire pour contribuer à l'augmentation de son estime	Le travail sur la confiance en soi et sur sa propre valeur. Partage des forces, des besoins, des talents, etc.

Il serait incohérent, me semble-t-il, de commencer la présentation de cet atelier sans préciser ce que nous entendons par estime de soi dans le cadre de ce travail de recherche-intervention.

❖ **De l'estime de soi à l'estime du Soi**

D'après Jean Monbourquette et ses collaborateurs (2013), il faut savoir que pour s'épanouir pleinement, une personne a besoin de développer l'estime d'elle-même tout en découvrant les richesses intérieures du Soi, ou encore l'« image de Dieu » en elle. Dans son livre : *De l'estime de soi à l'estime du Soi : De la psychologie à la spiritualité,* le même auteur avance à partir de sa longue expérience d'accompagnateur l'existence d'une affinité

évidente entre la psychologie et la spiritualité. Il refait ainsi les ponts naturels entre l'estime de soi et l'estime du Soi. À la suite de Jung, Monbourquette affirme que l'estime de soi est ce qui permet au sujet d'accéder à l'estime du Soi, parce qu'elle en est effectivement la fondation. Nous avons besoin d'un égo fort, rappelle le psychanalyste, pour faire face à nos défis au quotidien, surtout pour faire face aux difficultés que nous fait rencontrer l'exil.

Jean Monbourquette était alors convaincu que le déploiement du potentiel humain dépend de la maturité spirituelle tout comme cela exige un *« sujet »* fort sur le plan psychologique. Il affirmait également que l'avènement de l'être humain est empêché, son déploiement est mutilé et insuffisant s'il ne s'est pas d'abord appuyé de manière consciente et assumée sur le *soin de l'âme* ou sur les ressources intérieures et spirituelles. Cet atelier avait donc comme visée de créer avec les participantes des stratégies gagnantes pour développer autant l'estime de soi que l'estime du Soi.

En effet comme le souligne avec pertinence Cécile Rugira :

> En quittant leurs pays, ces personnes laissent derrières elles non seulement leurs familles, leurs amis et connaissances, leur travail, mais également, surtout pour les demandeurs d'asile et les réfugiés en particulier, leurs statuts sociaux et économiques. Les personnes détentrices de diplômes universitaires emportent ce bien précieux imaginant que cet atout leur permettra de s'insérer dans leur pays d'accueil. Malheureusement les diplômes obtenus à l'étranger ne sont pas toujours valables […] Tout est à refaire, à reconstruire : soi, le capital social, économique et culturel. (2014, p. 271)

Il n'est donc pas étonnant de perdre la confiance en soi dans ces conditions. En effet, lorsqu'on quitte son pays, ses repères et ses attaches pour reprendre sa vie à zéro, il faut être fort pour ne pas laisser s'effriter au passage sa propre valeur.

> ***Je me souviens*** *d'une histoire d'immigrant, dentiste d'expérience dans son pays. Arrivé ici, il n'a pas pu travailler et pire encore la seule proposition réaliste qu'on lui faisait était d'accepter la disqualification et de se faire former pour devenir hygiéniste dentaire. Non seulement ses compétences de dentiste n'étaient pas reconnues, mais on ne savait même pas s'il serait compétent pour faire le métier d'hygiéniste. Il fallait reprendre les cours et faire ses preuves. Pour lui ce n'était pas du tout évident, face à cette non reconnaissance de sa formation et de sa profession, c'est son estime personnelle qui en a pris un coup.*

On voit ici, à l'instar de ce que proposent Monbourquette, Ladouceur et D'Aspremont (2013, p.9), qu'il ne faut pas confondre « l'estime de soi pour sa personne et l'estime de soi pour son agir ». En effet, même si certaines personnes fondent leurs valeurs dans leurs qualités personnelles alors que d'autres se construisent sur la valeur qu'ils donnent à leur travail, compétence ou statut social, on voit bien que l'un influe sur l'autre et qu'une vie équilibrée nécessite de prendre soin de ces deux formes d'estime.

Tableau 6 : Thème, objectifs et contenu de l'atelier 5 du volet AIR

VOLET	THÈME	OBJECTIFS	CONTENU
ATELIER 5 *Mon ton*	**L'affirmation de soi**	Comprendre le processus de construction de l'affirmation de soi Évaluer son propre niveau d'affirmation en interaction avec les autres Identifier ce qu'on est prêt à faire pour contribuer à l'augmentation de sa capacité de s'affirmer	Sur l'affirmation : auto évaluation, exercices d'affirmation, etc.

❖ **À propos de la notion d'affirmation de soi**

Les travaux de Monbourquette, Ladouceur et D'Aspremont (2013) sur l'accompagnement des processus d'estime et d'affirmation de soin ont été non seulement éclairants mais aussi inspirants sur la nécessité d'apprendre à distinguer la question de l'estime de celle de l'affirmation en accompagnement. Le lecteur comprendra que ce type de distinction a sensiblement influencé la phase de la conception du volet Air et c'est grâce à ces travaux, aux réflexions, observations et discussions qu'ils ont occasionnées que nous avons choisi de distinguer l'affirmation de la question de l'estime de soi.

En effet, d'après ces auteurs, pour éviter toute forme de confusion, il importe de différencier explicitement la notion de l'estime de soi et celle de l'affirmation de soi.

> L'estime de soi repose sur la perception que l'on a de son monde intérieur et sur l'évaluation de soi-même à partir des images de soi, de ses dialogues intérieurs avec soi et de son ressenti. L'affirmation de soi, quant à elle, est l'expression sur le plan social de ses perceptions de soi-même. Tout un monde sépare la perception de soi et l'expression de soi. C'est pourquoi nous avons créé des stratégies différentes pour l'estime de soi et l'affirmation de soi. (Monbourquette, Ladouceur et D'Aspremont, 2013, p.9)

Il nous semblait donc que la perte de l'estime de soi a une incidence directe sur l'expression de soi dans le monde. Ce qui veut dire qu'une démarche d'accompagnement qui vise la construction de l'estime de soi trouve son apogée dans un accompagnement explicite de la dimension expressive de la personne. Il est ici question de passer du dedans au dehors, de l'intériorité à une forme d'ouverture à l'altérité et une libre expression dans le monde.

Au-delà de la nécessité de créer des conditions pour développer l'estime de soi des femmes immigrantes et réfugiées, il nous a semblé pertinent de nous appuyer sur les recherches de Jean Monbourquette et ses collaboratrices (2013), pour développer des stratégies pédagogiques d'affirmation de soi. Nous souhaitions permettre à nos participantes d'apprendre à définir leurs frontières personnelles, à respecter leur intégrité en relation avec les autres, à affirmer leurs besoins et à négocier en conséquence. Nous avons développé des outils pour apprendre ensemble à gérer des situations de conflits de valeurs, à donner et à recevoir des marques d'attention et d'affection, ainsi qu'à pouvoir refuser avec courtoisie et à parler avec aisance en public.

Il semble important de souligner à titre d'exemple les nombres de fois où j'ai entendu les participantes du programme Passer'Elles mentionner le fait qu'elles acceptent de travailler pour un salaire moins élevé que ce qu'elles auraient souhaité ou encore mérité, sans oser négocier de peur de ne pas être engagées. Elles s'empêchaient toute négociation de leurs conditions de travail et toute valorisation de leurs candidatures, parfois par timidité, par manque de savoir-faire et d'autres fois par conditionnement culturel ou tout simplement parce qu'elles n'étaient pas certaines de valoir mieux.

Cet atelier proposait une démarche introspective et réflexive, mais aussi des mises en situations pour entrainer des compétences relationnelles et communicationnelles nouvelles. On organisait des jeux de rôles, des négociations des conditions de travail et des simulations d'entrevue, etc. Les participantes s'entrainaient également à oser nommer leurs forces, à oser montrer leurs talents et leurs compétences. Le groupe servait également d'espace privilégié pour apprendre à recevoir du feed-back.

Tableau 7 : Thème, objectifs et contenu de l'atelier 6 du volet AIR

VOLET	THÈME	OBJECTIFS	CONTENU
ATELIER 6 *Métissages*	**Les relations humaines :** - sociales - amicales - amoureuses	Faire une réflexion sur le rapport à la création des liens dans le pays d'origine et dans le pays d'accueil Nommer les difficultés rencontrées dans la création des nouveaux liens en pays d'accueil Nommer les enjeux, les avantages et les inconvénients d'une relation mixte Trouver des nouvelles stratégies pour faciliter la création des nouveaux liens dans la culture d'accueil.	Sur les relations humaines et amoureuses : relation conjugale avant et après l'immigration, relation mixte, comment j'entre en relation avec les autres, etc.

❖ À propos du métissage

> *Le métissage ne serait ni un concept, ni une chose, mais une disposition à penser et à mettre en œuvre une culture faite de pièces et de morceaux empruntés à divers registres.*
>
> Alexis Nouss (2005)

Alexis Nouss (2005) défend le métissage comme une compétence, une possibilité d'un nouvel *être ensemble*. On peut lire sur la quatrième de couverture de son inspirant livre « *Plaidoyer pour un monde métissé »,* que pour lui, un métissage qui respecte les différences dans un projet collectif, doit forcément tenir compte de la multi-appartenance identitaire. Ce penseur avant-gardiste nous invite ainsi à faire face au réel, pour constater que la plupart de nos contemporains sont à la fois *d'ici et de là,* qu'ils sont autant *ceci et cela*. Il nous convie de cette manière à épouser un modèle de société qui résiste autant aux modèles fondés sur l'assimilation que ceux qui sont menacés par des dérives communautaristes et nationalistes. En collaboration avec l'ethnopsychiatre, anthropologue et chercheur François Laplantine, Nouss (2008) remarque avec pertinence que suite à la paralysie des fondements politiques actuels, la notion de métissage présente une ouverture et une richesse conceptuelles inédites qui permet d'aborder de manière novatrice plusieurs questions complexes telles que : la citoyenneté, la laïcité, le racisme, la globalisation et même le cosmopolitisme.

Rappelons avec ces deux auteurs, que si la dimension biologique constitue une des expressions les plus incontestables du métissage, elle n'est ni l'unique, ni même la plus répandue ou encore la plus pertinente. Le métissage historique, culturel, linguistique et plus récemment disciplinaire et professionnel, façonne depuis toujours l'ensemble des sociétés humaines. C'est dans ce sens qu'il semble urgent de reconnaître que parler d'intégration des populations immigrantes c'est parler de toute évidence de métissage culturel.

De Gaulejac et Léonetti (1994) soulignent dans ce sens que l'intégration des immigrants comporte une dimension symbolique importante qui permet aux personnes de vivre une expérience de reconnaissance sociale. Cette forme de reconnaissance signe

l'aboutissement de ce processus de métissage culturel et le début d'un réel sentiment d'appartenir à sa communauté d'accueil. Ainsi, les personnes immigrantes peuvent enfin assister à la reconnaissance de la place qu'elles occupent au sein des systèmes où elles évoluent, et de leurs apports à la société civile. Cette idée d'intégration symbolique exprime la possibilité pour la personne immigrante de vivre une forme adhésion à des normes collectives, à une culture autre et à un projet social partagé. Ce qui lui permet de pouvoir enfin se projeter dans un avenir autre, au sein de sa communauté d'accueil. Cet atelier qui porte spécifiquement sur les relations humaines et sur le pouvoir de se réseauter de la personne immigrante a occupé une place importante dans le projet Passer'Elles. En effet, c'est en développant sa capacité de multiplier des liens signifiants dans la communauté d'accueil qu'ils soient amicaux, professionnels ou amoureux, que la femme immigrante et réfugiée crée des conditions de son autonomie en devenir.

Tableau 8 : Thème, objectifs et contenu des ateliers 7 et 8 du volet AIR

VOLET	THÈME	OBJECTIFS	CONTENU
ATELIER 7 *Ma source*	**Ouverture à la nouveauté et consentir à quitter quelques attaches de son pays natal** **Ritualisation**	Retour sur son histoire de vie Identifier les nécessités qui m'ont conduit à m'exiler Identifier les deuils que cela implique Faire un travail d'acceptation et d'adaptation à ma nouvelle situation	Retour sur les origines, l'histoire et la culture Consentir à faire des deuils Qui et qu'est-ce que j'ai quitté? Lettre d'au revoir et de gratitude à ce qu'on quitte
ATELIER 8 *Mon passeport*	**L'inscription dans la communauté** **Entrer dans la nouvelle vie**	Retour sur le processus de formation et évaluation de ses avancées Veiller sur l'intégration des apprentissages Savoir clôturer le processus et s'ouvrir aux suites	Rêver et préparer l'après Passer'Elles : évaluation des rencontres Avec quoi je repars, symboles, etc.

Accepte ce qui est, laisse aller ce qui était et fais confiance à ce qui sera.

Bouddha

❖ **Question d'intégration et de ritualisation**

Au bout du processus du programme Passer'Elles, le travail est achevé et les participantes ont réellement évolué. Cela se voit, s'entend, se reconnait non seulement par l'accompagnatrice du groupe, mais aussi par chacune des femmes et leurs compagnes. Les apprentissages ont été riches et multiples, bien que tout ne soit pas encore intégré. Nous savons toutes que le processus d'intégration de ces apprentissages prendra beaucoup de temps. Mais il semble important de créer des conditions pour le soutenir. Les deux derniers ateliers poursuivent cet objectif.

Les femmes savent désormais que le processus d'intégration ne dépend pas uniquement des autres, de la bonne volonté ou non des populations locales, de l'ouverture des institutions, etc. Elles ont bien saisi l'importance d'assumer leur propre pouvoir d'agir et d'influencer leur propre destin.

Elles commencent à soupçonner par ailleurs, que ce n'est pas parce qu'on a eu des outils pour mieux se comprendre et comprendre le monde qui nous entoure que nous avons forcément consenti à laisser aller ce que nous avons quitté et à embrasser totalement notre nouvelle vie. Il importe alors de prendre le temps pour faire individuellement et collectivement nos deuils, pour ritualiser nos passages et pour consentir à accueillir une vie réellement nouvelle. L'atelier 7 a donc comme fonction de supporter les femmes dans leurs processus de deuil, d'expression de la gratitude et d'accueil d'une vie inédite. C'est un espace rituel et profondément transformateur. Rappelons avec Christiane Singer (1996) que même si certains rites initiatiques primitifs peuvent sembler aujourd'hui totalement violents et barbares, il n'y a pas plus barbare et plus violent que l'absence contemporaine des rites. À l'instar de Wulf (2005), Singer souligne que l'être humain a besoin de rituel pour s'accompagner dans ses processus de transformations. En effet, les rituels offrent un cadre

sécurisant et stable dans la traversée des tempêtes, qui permet d'intégrer les transitions, de comprendre et d'accueillir sa vie dans sa globalité.

L'accompagnatrice d'expérience, Paule Lebrun, abonde dans le même sens en affirmant que : « les rites de passage ont été créés pour permettre à la personne de naviguer en une relative sécurité dans ces moments d'entre-deux » (Lebrun, 2013, p.80).

Un tel cadre permet également aux personnes qui sont dans des grands passages de se comprendre, de se relier à la communauté humaine et de contenir ainsi l'intensité parfois débordante et effrayante des épreuves que nous traversons dans la complexité de nos multiples et polyformes processus de changements.

Cet atelier avait donc comme visée de permettre aux femmes immigrantes et réfugiées de s'entraider pour pouvoir rentrer dans un processus qui consiste :

> […] à ordonner et à interpréter le monde et sa situation propre, à en faire l'expérience et à la construire intellectuellement. Les actions rituelles établissent un rapport entre l'histoire, le présent et l'avenir. Elles rendent possibles à la fois la continuité et le changement, la structure et le lien social, les expériences du passage et de la transcendance. (Wulf, 2005, p.11)

Une fois ce rite de passage réalisé, chacune des participantes rentre dans sa vie avec des devoirs à faire pour préparer les suites. L'après Passer'Elles constitue l'au-delà de ce groupe de support et d'accompagnement. La préparation et la réalisation de cet atelier avaient comme finalité de rappeler que si nous avons travaillé si fort, c'était pour créer des conditions afin que chacune des femmes puisse gagner en solidité, en responsabilité et en autonomie. Le temps de clôturer notre belle aventure est arrivé. Reste à identifier ce que nous devons faire ensemble pour que chaque femme puisse continuer son processus en toute liberté et en toute sécurité.

Si le groupe avait comme mission de créer des solidarités, il n'est pas forcément là pour créer des dépendances. Il est temps de remettre au monde ce que nous avons reçu. Les liens entre les femmes devraient désormais être nourris de manière autonome sans l'intervention de l'accompagnatrice. Par ailleurs, nous exprimons l'espoir de voir ce que

nous avons appris ensemble survivre à la fin de notre groupe et porter ses fruits dans la vie future de ces femmes et dans le monde, dans les différents systèmes où elles évoluent. Une dernière étape constituera donc à évaluer l'ensemble du processus avant de déclarer terminée cette aventure collective riche et nourrissante.

Une clôture festive est alors organisée.

Au bout de ce processus, j'ai réuni les participantes des deux groupes Passer'Elles subventionnés par le MICC pour une évaluation collective post programme de leur cheminement, de la coordination, de l'animation et du programme lui-même. Pour la partie AIR, les femmes ont mentionné majoritairement la force du groupe, le climat de confiance et de sécurité et les liens d'amitiés durables qui leur ont sorti définitivement de leur isolement. Elles ont salué également les différents thèmes abordés dans les différents ateliers car ils ont été fort instructifs et supportants dans leur processus d'intégration. Une dimension étonnante, qui revenait souvent, portait sur la responsabilisation et la prise de conscience de ce qu'elles peuvent offrir à leur pays d'accueil alors qu'avant elles regardaient principalement du côté de ce que la société d'accueil pouvait faire pour elles.

Cette conception de l'immigration comme une richesse pour le pays d'accueil par les immigrants eux-mêmes, est un véritable atout de ce programme. Le programme AIR avait la force de permettre aux participantes de mieux se comprendre et de mieux saisir le phénomène d'immigration lui-même en vue de mieux s'y adapter. Les femmes témoignaient du fait qu'elles ont réalisé, grâce à ce programme, la force et le courage que ça prenait pour quitter leur pays et tout reprendre à neuf. Elles avaient découvert également qu'elles avaient déjà une bonne estime d'elles sans quoi elles n'auraient même pas pu s'aventurer dans un tel projet. L'accompagnement groupal autour des enjeux qui nous concernent toutes a été salutaire, aux dires des participantes. Être exposé à l'expérience des autres a participé à lutter contre le sentiment d'isolement et à relativiser certaines difficultés qui étaient souvent mal vécus à défaut d'être comprises comme un processus normal.

La praticienne-chercheure que je suis, espérait de tout son cœur que ce programme puisse permettre aux participantes de comprendre qu'une grande partie de la réussite de leur processus d'intégration leur revenait au premier chef. Je souhaitais qu'elles retrouvent la confiance en elles, dans leur pouvoir d'agir et de changer les choses de manière autonome, solidaire et responsable. Je comptais également sur leur capacité d'assumer leurs choix, de faire le deuil du passé pour commencer plus librement leur nouvelle vie. Les échanges tenus dans le groupe à cette occasion nous ont montré que ces objectifs ont été atteints.

5.2.3 LE VOLET PLAIR : Un programme local d'accompagnement psychosociologique pour femmes immigrées et réfugiées

Le programme Passer'Elles, au-delà de son volet Antidote pour immigrantes et réfugiées, offrait un deuxième volet appelé : *Programme local d'accompagnement des immigrantes et réfugiées (PLAIR).* Cette partie du projet Passer'Elles avait pour objectif de permettre aux participantes de s'approprier leurs ressources personnelles ainsi que les ressources disponibles dans leur environnement en vue de créer des conditions de facilitation de leur intégration. Le programme PLAIR a été alors subdivisé en quatre parties, tel que présenté dans la figure suivante :

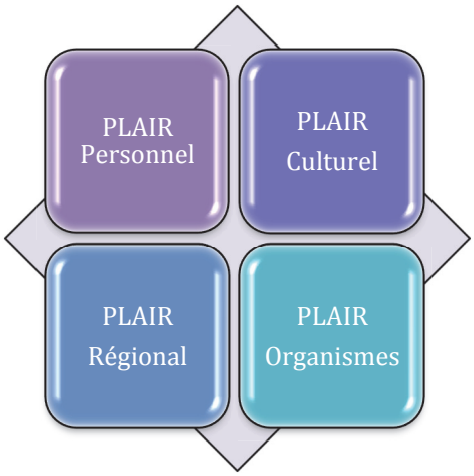

Figure 15 : Les différents volets du projet : PLAIR

- **PLAIR Personnel**

> L'intégration des expériences personnelles est un autre volet de la dimension critique de la recherche féministe. Essentiellement, les chercheuses féministes font ainsi voler en éclats la division entre la vie personnelle et la vie professionnelle, c'est-à-dire entre le privé et le public; l'une et l'autre dimension s'alimentent plutôt qu'elles ne se repoussent. (Ollivier et Tremblay, 2000, p.47)

La dimension personnelle de **PLAIR** voulait spécifiquement permettre aux femmes immigrantes et réfugiées de partager avec d'autres des expériences vécues en matière d'intégration qu'elles soient positives ou négatives. L'enjeu d'animation de ces ateliers consistait à créer un climat de confiance dans le groupe et de tenir l'espace en vue de faciliter l'échange et l'intercompréhension entre les femmes.

Ce type de rencontre se fait à partir de ce qui est là dans le groupe à chaque rencontre sans que les échanges ne soient orientés sur un thème en particulier. Le focus est mis sur l'expérience de chaque femme, sur l'échange entre les participantes, sur l'écoute empathique et sur la quête d'une certaine distance critique et d'une forme de démarche réflexive que permettent le dialogue et la rencontre réelle de l'expérience de l'autre.

J'ai vu dans le cadre de ces rencontres des échanges émouvants et constructifs, des cercles de paroles créateurs de solutions inédites à des problèmes plutôt communs et récurrents. Nous avons ainsi pu échanger sur les difficultés de l'apprentissage du français, de se trouver un emploi en région pour les immigrants, des stratégies de recherche de logement ou encore le défi de conciliation travail-famille, voire les enjeux de l'éducation des enfants en terre d'exil. En guise d'exemple, je voudrais souligner un moment où le groupe de participantes se met au service d'une problématique vécue par une participante.

> ***Je me souviens*** *d'une soirée où la rencontre se passait autour d'une participante qui nous partageait sa difficulté à l'université de se trouver un groupe avec qui faire son travail d'équipe. Elle nous racontait qu'à chaque fois qu'un professeur demandait de faire un travail d'équipe, elle finissait par se retrouver seule, parce que personne ne semblait vouloir travailler avec elle. Elle était très frustrée de cette situation et ne comprenait pas pourquoi on ne l'invitait jamais. En groupe, nous l'avons écoutée et nous avons pris la parole pour lui offrir nos résonances et quelques voies de passages. Parmi les suggestions qui ont émergées de cette réflexion collective, la*

participante en question devait choisir celles qui lui parlaient le plus, afin de les essayer lors de ses prochaines rencontres. Ainsi, le groupe lui a proposé entre autre de :

- *Prendre elle-même l'initiative de demander à un groupe de l'accueillir;*
- *Parler au professeur de son malaise;*
- *Partager à certains camarades de classe ses questionnements;*
- *Demander à d'autres étudiants étrangers leurs stratégies pour résoudre ce type de problème, etc.*

L'animation d'une telle rencontre nécessite de clarifier les codes de fonctionnement comme par exemple la nécessité d'offrir aux groupes nos questionnements en vue que les autres puissent se mettre à notre service, le partage d'expérience sans prétendre donner des conseils, la tenue d'un cercle de parole ouvert, de l'entraide, une écoute non jugeante, la confidentialité et l'engagement des participantes à mettre en action les nouvelles idées issues de nos rencontres. Nous fonctionnions dans certains cas comme groupe d'entraide, dans d'autres cas, comme un groupe de codéveloppement. Quelle que soit la méthode d'animation privilégiée ces rencontres ont comme visée principale l'entraide. Pour Jean Bédard :

> C'est une relation humaine, où des personnes s'impliquent et agissent comme des êtres humains également dignes de respect et chacun fondamentalement responsable de lui-même, en vue d'atteindre leurs buts sans qu'aucun ne soit investi d'une autorité ou d'une ascendance lui venant d'un appareil institutionnel ou organisationnel (Bédard, 1986, p. 27)

J'ai eu l'idée de créer cette partie du projet (PLAIR-Personnel) dans le souci de répondre à une demande que j'entendais trop souvent parmi les femmes immigrantes.

En effet, étant donné l'éloignement de la famille et du cercle d'amis habituel, les femmes immigrantes et réfugiées ne trouvent pas d'espace pour exprimer leurs angoisses, leurs craintes, leurs peurs voire même pour pouvoir se confier, demander de l'aide ou encore des conseils en toute sécurité, comme ce fut le cas dans leurs pays. Si dans les villes qui ont une assez grande masse de population immigrante, on assiste souvent aux *phénomènes de ghetto*, c'est pour tenter de lutter contre l'isolement et prévenir les conséquences alarmantes de celles-ci sur la vie des immigrants et leurs familles.

> Le premier mouvement de l'immigrant est d'aller vers le ghetto parce que là il retrouve des moyens de communication connus, des facilités qu'il n'a pas ailleurs et un entourage qui comprend ce dont il parle. Pour la femme immigrante, le ghetto est le premier endroit où elle aura l'occasion de parler et de ventiler ses problèmes de famille et de se faire un réseau d'amies qui la dépanneront avec les enfants à l'occasion. Elle pourra créer des liens assez forts et y demeurer longtemps. En fait, la difficulté majeure citée invariablement par les femmes immigrantes est la perte de la famille étendue, ce qui est lourd de conséquence pour elles. (Téifilovici, 1994, p.435)

Nous cherchions donc un moyen d'offrir un espace de parole qui soit également une occasion de se construire des liens de confiance. Il me semblait urgent en matière d'accompagnement des processus d'intégration des femmes immigrantes, de commencer par leur permettre de s'exprimer comme elles l'entendent, sur les sujets qui leur tiennent à cœur et qui constituent pour elles un défi réel au quotidien. Le programme Passer'Elles souhaitait donc offrir aux femmes un espace de parole, dans un climat de confiance vécue en toute sécurité. Aucune femme n'était obligée de parler si elle ne se sentait pas encore prête à partager ce qui la préoccupe. Nous étions constamment centrées sur la personne, son processus, ses besoins et sur le climat afin de nous acheminer librement vers des solutions émergentes et adaptées à chacune des situations.

Dans une recherche effectuée auprès d'intervenantes qui accompagnent des femmes immigrantes dans leur intégration dans une perspective d'intervention féministe, Gisèle Legault mentionne que la plupart de ces intervenantes :

> […] favorisent aussi les démarches de groupes, groupes de socialisation et d'entraide ou groupes éducationnels-informationnels, groupes-soutien, en somme, qui contribuent à créer des solidarités, à tisser des réseaux et à augmenter les habiletés sociales des femmes. (Legault, 1993, p.76)

Quand je fais un retour réflexif sur cette expérience, je réalise que l'une des forces de PLAIR Personnel, comme les participantes l'affirmaient lors de nos rencontres d'évaluation, consistait à créer des moments de détente, mais surtout de partage, de joie et de rires malgré la situation quotidienne pas toujours facile. Les femmes saluaient par ailleurs ce programme auquel elles devaient, en plus d'avoir construit des liens signifiants et durables, d'avoir appris à mieux se réseauter et à mieux communiquer selon les codes

culturels du Québec. Elles ont témoigné par ailleurs de leur joie d'avoir découvert la force de leur créativité dans l'accompagnement de leur propre processus d'intégration. Soulignons pour conclure que plusieurs femmes ont insisté sur l'impact positif de PLAIR personnel sur leur mieux-être voire même leur santé mentale et l'équilibre de leurs familles.

- **PLAIR Culture**

> Il y a de nombreuses façons de s'intégrer à la société canadienne et à son mode de vie. Cela peut notamment se faire en apprenant à connaître le Canada, ses gens et ses lieux, ainsi qu'en s'efforçant d'en apprendre le plus possible sur la culture de votre nouvelle collectivité. (Gouvernement du Canada)[10]

La partie PLAIR Culture visait à permettre aux femmes immigrantes et réfugiées de s'informer en vue de mieux connaitre la culture québécoise ainsi que les codes qui régissent leur société d'accueil. Dans cet ordre d'idées, soulignons que *le Conseil du patronat du Québec* suggère de s'engager dans un réel processus de formation qui mise principalement sur *le savoir-être* et *le savoir-vivre-ensemble* en vue « d'informer et de sensibiliser la personne immigrante à la culture et aux façons de faire au Québec […] » (Le Conseil du patronat du Québec, 2015, p.11). Il s'agissait donc pour nous, de miser sur cette partie du programme en vue d'organiser une série de rencontres sur différents aspects de la culture québécoise.

Citons, à titre d'exemple, des rencontres organisées autour des expressions québécoises en dialogue avec Mario Bélanger, auteur du livre *Petit guide du parler québécois.* Par ailleurs, dans cette partie du projet, il était fortement conseillé aux participantes de se familiariser avec la musique, la poésie, la littérature, le cinéma et les téléséries québécoises. On discutait également de l'importance de lire les journaux, d'écouter la télévision et les débats à l'assemblée nationale comme autant de portes qui ouvrent sur la culture québécoise. Plusieurs activités socioculturelles étaient à notre agenda. C'est dans ce cadre qu'il y a eu une présentation du système éducatif québécois, des sorties pour aller à la cabane à sucre, déguster des mets typiquement québécois au marché public,

[10] http://www.cic.gc.ca/francais/nouveaux/apres-vie-integration.asp Consulté le 12 novembre 2014.

pour voir des films québécois ou un match de hockey de l'équipe locale, ou encore des évènements artistiques, etc. Il y avait régulièrement des rencontres de discussions autour de différentes activités culturelles ce qui permettait aux femmes de mieux comprendre le contexte, les plaisanteries, les expressions locales, les symboles, etc.

Une dimension particulièrement intéressante de ce volet a été d'éveiller chez les participantes une soif de connaitre davantage le Québec. Certaines femmes se sont d'ailleurs organisées des voyages pour visiter d'autres régions de leur terre d'accueil.

Ma plus grande satisfaction comme praticienne-chercheure a été d'entendre certaines femmes dire haut et fort que s'approprier une nouvelle culture ne demande aucunement d'éliminer sa culture première. Elles comprenaient alors qu'il s'agissait plutôt de tenter de s'approprier le meilleur des deux mondes et de tisser des liens qui s'imposent pour trouver un nouvel équilibre.

- **PLAIR Région**

> *Nous sommes heureux de vous accueillir à Rimouski,* Ville du bonheur *(...). Centre urbain majeur de la région administrative du Bas-Saint-Laurent, Rimouski est sise à la naissance du plus grand estuaire du monde, en bordure du fleuve Saint-Laurent et sa population bénéficie d'une qualité de vie exceptionnelle où la mer et la forêt s'unissent en un lieu grandiose.*
>
> Eric Forest, Maire de Rimouski[11]

L'objectif de la partie PLAIR Région était de permettre aux femmes immigrantes et réfugiées de s'informer à propos des différentes activités et lieux touristiques de la région du Bas-Saint-Laurent, particulièrement dans la ville de Rimouski. Nous avons pour ce faire organisé des sorties au bureau d'information touristique, au musée, au marché, au salon des arts, etc. Nous prenions également le temps de visiter la ville à pied, de visiter les parcs, et

[11] Déclaration prise sur le site Web de la ville de Rimouski, http://www.ville.rimouski.qc.ca/fr/decouvrezRimouski/nav/mot.html?iddoc=140512 Consulté le 2 mai 2015.

autres lieux de grandes beautés dans notre ville. Les femmes découvraient ainsi leur nouveau territoire et apprenaient à l'aimer.

J'ai pensé ajouter ce volet suite aux nombreuses plaintes que j'avais personnellement reçues des immigrants et immigrantes que j'accompagnais par le passé, qui affirmaient qu'il n'y avait rien à faire ni à voir à Rimouski.

Ainsi, m'est venue une idée, celle d'amener mes participantes à visiter le Salon des loisirs afin qu'elles puissent voir la quantité, la qualité et la diversité des activités à faire en région et souvent à prix modique. Elles ont pu en profiter pour s'inscrire elles-mêmes ou pour inscrire les membres de leurs familles aux différentes options offertes.

PLAIR Région était donc la portion touristique du programme. Nous avons réalisé cette partie du programme que changer de pays, c'est avant tout changer de territoire. Réussir son intégration ne peut pas faire l'économie d'apprivoiser son nouveau territoire, d'apprendre à apprécier des nouveaux paysages et à découvrir l'histoire de sa nouvelle région, dans la mesure où celle-ci est porteuse de sens et de mythes qui mobilisent l'inconscient collectif des populations locales. Nous avons donc besoin de marcher sur le territoire, d'écouter ses histoires, de pénétrer ses mythes, de sentir son odeur, pour commencer à comprendre sa population. Ce volet du programme a été particulièrement apprécié dans la mesure où il a permis aux femmes d'apprendre à voir la beauté de leur région, de découvrir la richesse des lieux, et les multiples talents des gens du coin. Au bout du programme, toutes les femmes étaient convaincues des multiples possibilités qu'offre cette ville.

Je suis particulièrement fière d'avoir su miser sur cet aspect du programme, dans la mesure où les femmes immigrantes et réfugiées sont confrontées à plusieurs problèmes qui les maintiennent dans la survie. La plupart du temps faire du tourisme, se détendre, prendre soin de soi, etc. ne font pas partie de leurs priorités voire de leur culture. J'ai pu remarquer au cours de cette aventure que la méconnaissance empêche les femmes de déployer leur créativité pour améliorer leur vie et celle de leurs familles. Je constatais également que, à

l'instar de mère, la plupart des mères de familles étaient seules et occupées à la maison, privées de réseau social, de possibilités de s'informer et d'élargir leurs horizons. Cela me confirmait une fois de plus la pertinence d'un tel programme d'accompagnement pour femmes immigrantes et réfugiées.

- **PLAIR Organismes**

> *Le Canada possède depuis longtemps un secteur à but non lucratif dynamique qui offre des services importants en vue d'aider à combler les besoins de ses citoyens.*[12]

La partie PLAIR Organismes avait comme visée centrale de faire connaitre les organismes de la région aux femmes immigrantes et réfugiées. En effet, comme le soulignent à juste titre Rinfret-Raynor, Brodeur, Lesieux et Dugal, (2013, p.14), les immigrants : « ont parfois peu de connaissances sur les services offerts (par les organismes) ou sur leur fonctionnement ».

Comme nous l'avons précédemment mentionné, la plupart des organismes disponibles dans nos régions, sont des ressources essentielles pour quiconque souhaite s'intégrer dans un nouvel environnement, se trouver un emploi, un logement ou tout simplement des services de santé. C'est dans ce sens qu'il me semblait essentiel de faire connaitre et visiter certains de ces organismes, entre autres ceux qui sont en lien avec l'employabilité comme le *Carrefour jeunesse emploi.* Les femmes avaient ainsi l'occasion d'apprendre à rédiger une lettre de présentation, un curriculum vitae à la manière du Québec. Nous avons pu faire connaissance également avec la directrice de FEMMESSOR, venue nous présenter les services que cet organisme rend aux femmes d'affaires et aux travailleuses automnes. J'ai tenu aussi à leur faire visiter *Accueil maternité* pour permettre aux mamans de connaitre les services offerts comme support aux nouvelles mamans. Toutes ces rencontres ont permis aux participantes d'avoir un premier contact dans ces

---

[12] Réseaux canadiens de recherche en politiques publiques
http://www.cprn.org/doc.cfm?doc=2061etl=fr Consulté le 3 septembre 2014

différents milieux et ainsi faciliter des suites appropriées aux besoins spécifiques de chaque femme dans les milieux qui l'intéressait le plus.

L'un des commentaires qui avait été le plus souvent nommé était celui de la quantité des services qui offerts pour les femmes. Les participantes étaient particulièrement contentes de pouvoir référer ces organismes à leurs amies. Plusieurs m'ont fait savoir qu'elles avaient parlé des organismes à des Québécoises, et que ces dernières n'en connaissaient même pas l'existence. Quelques-unes des participantes sont allées pour une première fois profiter des services offerts suite au programme.

Puisque le premier pas avait déjà été entamé, y aller soi-même devenait plus facile. Enfin, certaines participantes ont offert du temps pour faire du bénévolat après leur passage dans Passer'Elles. En effet, comme le propose Louise Forestier (2012)[13], le bénévolat est pratiquement une obligation pour l'intégration des immigrants et leurs processus de recherche d'emploi. Aussi, le bénévolat permet de pouvoir faire des échanges de compétences et facilite la connaissance du fonctionnement de la société d'accueil ainsi que ses valeurs. Notons également qu'il constitue une voie royale pour l'amélioration de la pratique linguistique. Le bénévolat favorise sans aucun doute un enrichissement réciproque, l'apprentissage de la tolérance ainsi que la création de lien social. Les participantes de Passer'Elles ont bien saisi que le bénévolat constituait une expérience professionnelle admissible lors des processus de recherche d'emploi.

[13] Pris sur le Blog d'Espace Bénévolat. Ce blog s'adresse à tous, associations, bénévoles, tous publics intéressés par l'action bénévole et l'engagement citoyen. Le bénévolat est devenu un enjeu de société et matière à débats ! En ligne. http://placedubenevolat.blogspot.ca/search/label/Migrants Consulté le 30 mai 2015.

5.2.4 LE VOLET ACTION – COLLECTIVE : Pour une éducation à la participation citoyenne

> *La participation citoyenne peut se définir comme un processus d'engagement obligatoire ou volontaire de personnes ordinaires, agissant seules ou au sein d'une organisation, en vue d'influer sur une décision portant sur des choix significatifs qui toucheront leur communauté. Cette participation peut avoir lieu ou non dans un cadre institutionnalisé et être organisée sous l'initiative des membres de la société civile (recours collectif, manifestation, comités de citoyens) ou des décideurs (référendum, commission parlementaire, médiation). »*
>
> Pierre André (2012)

Ce volet a été créé avec un grand désir de permettre aux femmes immigrantes et réfugiées de s'impliquer collectivement dans leur région afin de développer leur sentiment d'appartenance envers leur société d'accueil. Selon Mucchielli (1972) cité par Boucher et Morose (1990) :

> Le sentiment d'appartenance, c'est ce que ressent un individu concernant son appartenance à un groupe, à une organisation ou à une institution. Le fait de se sentir bien ou chez soi à l'école, le fait de se sentir utile au groupe et solidaire des autres constitue des indicateurs du sentiment d'appartenance d'une personne. Plus un individu a un fort sentiment d'appartenance à un groupe, plus il a tendance à adopter les valeurs, les normes et les règles de conduite de ce groupe. (Boucher, Morose, 1990, p.417)

Cette implication permettra aux participantes de reprendre confiance en leurs compétences et de se faire connaître dans le milieu. Elle leur permettra également de se sensibiliser à l'importance de l'implication citoyenne et sa pour la population d'accueil. Enfin, ce volet permettra à la participante d'avoir un sentiment d'appartenance sociale puisqu'elle « lui procure un effet de reconnaissance et constitue un élément de son identité. L'appartenance est le signe d'un lien humain et d'une place parmi les autres […]. » (Devillard, 2000, p.40)

Les groupes de Passer'Elles participaient donc aux actions collectives autant dans l'organisation que dans la présence sur le terrain lors des différentes actions collectives tels

que la Marche mondiale des femmes, la Journée internationale des femmes, le colloque sur la participation en politique des femmes, etc.

Cette partie du programme Passer'Elles est la seule qui m'a été inspirée par le MICC qui avait placé cette dimension dans les exigences de base nécessaires à l'obtention de la subvention. D'après le Ministère, il est évident que la participation aux actions collectives constitue un accélérateur des processus d'intégration des personnes immigrantes (MIDI, 2015). Aussi, ce volet me semblait essentiel à ce programme d'accompagnement, dans la mesure où « l'engagement communautaire, les actions collectives et sociales [font nécessairement partie des objectifs essentiellement] visés par l'intervention féministe » (Legault, 1993, p.47).

Cette dimension du programme Passer'Elles, a été une grande école pour les participantes. Elles ont pu mieux apercevoir l'importance des droits des femmes dans la culture québécoise, sur leurs rôles et places en politique municipale, provinciale et fédérale. Ce fut aussi une occasion de s'enquérir sur les luttes qui restent encore à mener ici comme ailleurs. Les participantes ont d'ailleurs fait une présentation au Centre-femmes de Rimouski, le 8 mars, afin d'informer l'assistance de la manière dont elles célèbrent cette journée dans leur pays d'origine. Puis, le public échangeait avec elles sur les façons de célébrer le 8 mars ici. Les participantes ont toutes mentionné à quel point les femmes s'étaient battues pour leurs droits au Québec et comprenaient un peu mieux pourquoi leurs propres libertés étaient aussi importantes.

Avant d'aborder la conclusion générale, je voudrais préciser que je n'ai pas voulu évoquer dans le cadre de cette étude les différentes données concernant la coordination globale du programme Passer'Elles. En effet, la pratique que je souhaitais réfléchir dans le cadre de cette recherche concernait davantage le domaine de l'accompagnement que celui des relations publiques ou de la gestion de projet. C'est donc pour cette raison que j'ai décidé de ne pas tourner mon attention sur cet aspect de mon expérience Passer'Elles.

CONCLUSION GENERALE

Ce que nous appelons commencement est souvent la fin.
La fin, c'est l'endroit d'où nous partons.»

Thomas Stearns Eliot (1964)

Me voici au bout de ce long processus de formation à l'accompagnement et à la recherche : au bout d'un défi fou que je me suis lancé il y a quelques années déjà. Je voulais faire de mon expérience d'enfant issue de famille immigrante un socle pour une nouvelle vie, une nouvelle identité, une identité d'accompagnatrice et un peu plus tard de praticienne-chercheure. Je voulais devenir chercheure pour transformer les maux de mon histoire en mots qui guident. Je voulais muter les maux de ma mère en remèdes pour d'autres femmes immigrantes. Je voulais faire de notre exil une voie pour entrer chez soi. Je souhaitais par-dessus tout apprendre à faire de mon expérience une voie de production de sens, de connaissance et de développement de pratique.

J'ai parcouru ce chemin, soutenue par de multiples solidarités. Je l'ai marché avec ma mère sur le fil de notre expérience, je l'ai marché avec mon compagnon et nos quatre enfants nés sur notre terre d'accueil dans notre longue aventure de parents immigrants, d'étudiants adultes et de professionnels en germe. Mais je l'ai surtout partagé avec d'autres femmes immigrantes et réfugiées dans ma région d'adoption.

Bien que mon objectif de départ, en m'inscrivant à la maîtrise en Études des pratiques psychosociales, était d'analyser ma pratique, je vois maintenant que mes apprentissages sont au-delà de tout ce que j'avais pu envisager. Ce travail m'a surtout permis de me rapprocher de l'expérience de ma mère, de mieux comprendre ses difficultés d'intégration et de mieux saisir les motivations profondes de mon père dans ce que je vivais jeune comme pression incessante pour compléter mes études universitaires. Tous les deux ont

simplement fait tout ce qu'ils pouvaient pour s'articuler avec les paradoxes de leurs conditions d'immigrants devant élever leurs enfants en terre d'exil. Chacun à sa manière, voulait offrir à ses enfants ce qui lui semblait être le plus précieux de ses héritages non négociables. Ils me voulaient du bien au risque d'en souffrir. Mon expérience de maternité, doublée d'une expérience d'accompagnement des processus d'intégration des femmes immigrées, m'ont servi de four alchimique et j'en sors littéralement transformée. Je comprends aujourd'hui ma directrice qui tentait, comme elle le pouvait, de me sécuriser sur ma capacité d'élever mes enfants en me disant :

> Mochira, quand ton enfant atteint l'âge d'un an, tu as seulement une année d'expérience en tant que mère et pour l'enfant suivant qui aura un an, tu auras toujours seulement un an d'expérience en tant que sa mère aussi. Alors, donne-toi une petite chance d'apprendre cette nouvelle vie, comme lui apprend la sienne, un jour à la fois en faisant parfois des erreurs mais souvent des réussites. (Rugira, 2003)[14]

Cette intervention m'avait fait le plus grand bien, mais je ne l'avais compris que pour ma situation. Aujourd'hui, je saisis l'ampleur de ce message. Quand mes parents sont arrivés au pays, ils n'avaient pas plus d'expériences que moi dans la façon de s'intégrer à une nouvelle société. Je ne peux donc pas leur en vouloir, ils l'ont appris un jour à la fois en ayant fait parfois des erreurs, mais souvent des réussites !

Des limites de cette recherche et perspectives d'avenir

Ma démarche de recherche m'a permis d'explorer mon expérience d'immigration en vue de concevoir un projet de développement professionnel en matière d'accompagnement des femmes immigrantes et réfugiées en région. Un projet qui a abouti sur la conception, la réalisation et l'évaluation du programme d'accompagnement Passer'Elles. Dans le cadre de ce mémoire, j'ai choisi de faire une recherche exploratoire à la première personne. Une recherche qui me permettait de mettre en place des conditions susceptibles de m'aider à

[14] Conversation en privé qui a eu lieu quelques mois après la naissance de mon premier fils où j'angoissais terriblement d'être une mauvaise mère ou de ne pas être à la hauteur de la mienne.

entrer en toute sécurité sur mon chemin de transformation identitaire, de développement de pratique et de production de connaissances.

Le choix de mener cette recherche à la première personne m'a permis de répondre à mes objectifs de recherche, mais je ne sais pas encore de manière claire et surtout au bout de quelques années ce que les participantes de Passer'Elles, ainsi que les partenaires pourraient penser de ce programme et de ma pratique qui me permettrait d'aller encore plus loin dans la bonification du programme et dans le renouvellement de cette même pratique. J'aimerais pouvoir, dans les suites de ce chemin de recherche qui vient de s'ouvrir à moi, continuer mes investigations dans ce sens.

À quelles conditions ce programme que j'ai mis au monde et dont j'ai testé la pertinence pourrait vivre de manière autonome et surtout servir un plus grand nombre d'immigrants?

La praticienne-chercheure que je suis saura-t-elle mettre ses connaissances et ses compétences renouvelées au service des exilés qui peuplent de plus en plus notre monde? Si oui, par quelle voie?

La chercheure que je deviens saura-t-elle se mettre à l'école des sciences anthropologiques pour mieux comprendre le phénomène d'intégration et d'accompagnement des femmes immigrantes et réfugiées afin de continuer à marcher avec elles le chemin de la récupération de leur pouvoir d'agir, de leur autonomie et de leur responsabilité?

La néo-Québécoise que je suis devenue saura-t-elle assumer son exil, habiter ses terres intérieures en vue de nourrir sa terre d'accueil des trésors de sa terre d'origine?

Voici les questions avec lesquelles je sors de cette démarche de recherche-formation-intervention. Je ne clos rien, je délace. Je n'achève rien, car tout ne fait que commencer.

Nouveau départ

En effet c'est avec la réalisation de ce magnifique rêve, qui m'a conduite à la conception, la réalisation, l'évaluation et le retour réflexif sur le programme Passer'Elles qu'une nouvelle porte s'ouvre pour moi. La rédaction de ce mémoire de maîtrise constitue ainsi la première marche à partir de laquelle tout recommence. Étonnamment, c'est juste au moment où j'achevais mon processus d'accompagnement des femmes immigrantes et réfugiées que mon époux a décroché le poste de ses rêves nous entrainant ainsi dans un déménagement qui me fera quitter la ville qui m'a vue grandir depuis plus d'une trentaine d'années; la terre de tous mes repères, de toutes mes attaches et mes sécurités.

Me voici à mon tour obligée de quitter mes projets, mon travail, ma famille, mes amis, pour suivre mon mari, de la même manière que ma mère m'avait installée dans le lieu de ses projets. On aurait dit que la vie me testait, qu'elle attendait de voir si je pourrais me soumettre à ma propre médecine et m'appuyer sur les deux ans que j'avais enseigner à d'autres femmes immigrées.

> ***Je me souviens*** *encore de cette journée où le camion de déménagement venait tout juste d'être rempli de tous les souvenirs de ma vie dans ma belle ville. Je le vois quitter ma maison rimouskoise avec nos biens. Mon mari le suivant derrière, en route vers les portes de notre nouvelle vie. Assise seule dans mon auto, je suis immobile. Je regarde ma maison, mon voisinage et je pleure sans arrêt. Je pense à tout ce que j'ai vécu dans cette merveilleuse ville. Je me rappelle les bons moments comme les mauvais qui m'ont aidée à forger ma personnalité. Je pense à ma famille et mes amis que je quitte.*
>
> *Je pleure tellement que je n'ai même pas le courage d'aller saluer mes parents et les remercier pour cette superbe vie que j'ai eue ici. Je me demande pourquoi la vie me fait subir ce changement après tant d'efforts pour m'adapter ici. Puis, je me rappelle mes parents qui ont subi ce même changement, bien plus grand que le mien d'ailleurs… je pense aussi à ma famille égyptienne que nous avons quittée et qui n'a pu nous voir évoluer pendant plusieurs années. J'ai tout d'un coup un grand sentiment de reconnaissance envers ma famille, mes oncles, tantes, cousins et cousines encore en Égypte qui nous ont laissé partir sachant que c'était pour le mieux, pendant qu'ils étaient eux dans un si grand deuil. Et finalement, tout ce que je souhaite, c'est que comme pour mes parents, notre vie et surtout, celle de nos enfants en sera meilleure dans notre nouvelle ville. Je démarre ma voiture et je quitte le bas*

du fleuve en priant que tout se passe bien pour nous, mais surtout que je trouve la force de m'accoter sur mon expérience avec les femmes de Passer'Elles pour m'orienter dans cette transition et dans mes efforts d'intégration sur la terre de ma destination.

En effet, c'était mon tour, je devais me trouver un nouvel emploi, une autre maison, une école pour mes enfants, je devais me créer un nouveau réseau d'amis, m'intégrer dans une nouvelle vie. Tout d'un coup, ce que j'ai enseigné à d'autres femmes immigrantes devra me servir à moi aussi. Le test ultime, est-ce que Passer'Elles m'aidera dans ma propre intégration?

Eh bien, oui, disons à 90%.

Le fait de connaître le système social ici est évidemment un gros avantage pour moi. En arrivant dans ma nouvelle ville, je me suis tout de suite inscrite dans un groupe de recherche d'emploi. Je suis arrivée à Québec le 1er août 2013 et le 15 octobre j'ai réussi à décrocher un emploi. Quelques semaines plus tard, on m'offrait un autre poste, à de meilleures conditions, que j'ai accepté. D'autre part, j'ai rapidement trouvé une école et une garderie pour mes enfants. Ils sont déjà bien intégrés même s'ils s'ennuient souvent de Rimouski. J'ai suivi à la lettre les enseignements de Passer'Elles et ils me servent encore tous les jours.

Alors, pourquoi je ne me sens intégrée qu'à 90% et non pas à 100%? Parce que, tout comme pour mes participantes, mon cœur est resté à Rimouski et j'ai encore du mal à déclarer que Québec est ma nouvelle ville, ma nouvelle vie. Je n'ai pas encore fait ce choix dont je parlais au tout début de ce travail, celui de décider que ma vie serait désormais là où je suis maintenant. Je crois que malgré toute l'aide du monde, tant que ce choix ne sera pas fait, je sentirai cette tristesse en moi, celle d'avoir quitté les miens. Je pense que pour atteindre ce 100%, ça prendra juste un peu de patience, un peu de temps tout comme pour mes participantes, tout comme pour ma mère. Mais 90% c'est déjà très bien !

Me voici à la fin de ce processus de recherche et de rédaction de ce mémoire et de nouvelles questions m'habitent. Quel est l'impact de l'immigration sur les gens qui disent au revoir? Ceux qui restent dans leur pays et doivent vivre avec le départ de leurs familles, amis, en recherche d'une nouvelle vie? Comment ces personnes vivent-elles avec ce changement? Y a-t-il des effets sur leur santé mentale?

> ***Je me souviens,*** *mon jeune oncle qui s'ennuyait tellement de moi qu'il dormait avec une de mes robes que ma mère avait laissée dans ma maison égyptienne. Ou encore ma grand-mère qui avait tant de mal avec notre départ et qui n'a pu résister à venir s'installer avec nous de longs moments pendant plusieurs années.*

Mon autre questionnement se situe plutôt vers l'impact des réseaux sociaux sur l'intégration des personnes immigrantes. Depuis quelques années, grâce à Facebook, Skype, Messenger et autres sites de communication internet, nous pouvons être en contact direct et quotidien avec nos proches, où qu'ils soient. Nous pouvons leur parler, les voir, leurs envoyer des photos et des vidéos instantanément et à très peu de frais.

Est-ce que cette nouvelle technologie facilite l'intégration des personnes immigrantes? La possibilité d'écouter la télévision de chez soi, de clavarder toutes les heures avec ceux qu'on a laissés derrière soi, tout en allégeant le poids de la distance me semble nuire à l'arrivée dans le nouveau pays et même à l'intérêt de se forger de nouveaux repères et liens. Je voudrais dans mes prochaines recherches explorer ces aspects.

Pour ma part, je sais que je dois m'intégrer dans ma nouvelle ville et grâce à de précieux et précieuses amies déjà établies à Québec, mon adaptation a été plus facile. De plus, l'accès aux réseaux sociaux me permet de voir et de parler avec ma famille aussi souvent que voulu. La proximité entre mes deux villes est évidemment un autre avantage qui me permet de visiter Rimouski quand j'en ressens le besoin. Alors, je n'ai pas trop d'inquiétude même si la simple odeur du Fleuve Saint-Laurent me manque tous les jours. Parfois, je me demande si tout ce processus, tout ce chemin parcouru a été réalisé aussi pour me préparer à vivre cette nouvelle vie. Ce nouveau départ !

J'arrive au bout de ce mémoire avec la conviction que ce processus de recherche a largement contribué à une réelle transformation identitaire, un réel renouvellement de pratique et un apprentissage percutant du métier de chercheur, de constructeur de connaissances et de sens. Me voici donc au bout d'une véritable démarche de reconfiguration identitaire à la rencontre de l'autre.

Je voudrais symboliser cet avènement par le texte poétique suivant.

Kasàlà de l'intégration

Québécoise je suis Égyptienne
Fille du Saint-Laurent
Je m'appelle Mochira
Fille de Medhat Atallah le Capitaine au Long Cours
Et de Maha Aziz l'Artiste Éclectique
Nobles habitants de Rimouski

Si tu me demandes :
Es-tu Égyptienne?
Vais-je te répondre?

Oui, je te répondrai
À voix haute et claire

Je te dirai :
Je suis Égyptienne
Fille d'Égypte

Je le dirai à haute voix
Et je lèverai ma tête bien haut :

Je suis Égyptienne
Et ma famille est égyptienne
Regarde mon teint et ma couleur
Mon feu de joie débordant
Tu verras l'Égyptienne

Observe le pas de ma danse
Le mouvement de mon ventre

Et tu me découvriras Égyptienne

Je suis fille de Cléopâtre
Je proviens d'êtres de Bravoure
D'êtres d'Amour et de Bonté
Je suis Reine Aimante
Mère Bienveillante

Je suis Mochira et je suis Mère
Je suis Celle qui accueille la vie
Celle qui la porte et la veille
Je suis la Mère-Veilleuse

Reine de Frédéric le Français
Roi qui amène la paix
Je suis Française par alliance
Originaire de l'Océan pacifique
Frédéric est le Savant qui maîtrise
Les mystères de la Mer
Celui qui transmet et protège la vie

Ensemble nous avons donné la vie
À Adam le Premier et Alexandre le Grand
Ainsi qu'à Amir le Prince et Akim le Sage
Tous fils admirables et de grande intelligence

Nos fils sont du pays des vignes enivrantes
Et du pays des pyramides inspirantes
Tous nés à Rimouski, la ville du bonheur
Là où le Fleuve se donne des airs d'océan

Je m'appelle
Mochira Atallah
Déesse du soleil

Je suis fille d'Egypte
Berceau de la civilisation
Source de la culture humaine
J'ai bu de son Nil doux
Et j'y retourne toujours

Je suis sœur du roi Magd fils de Ramsès
Et de la reine Miranda fille de Néfertiti

Je suis née à l'orée du désert
Dans la vallée fertile du Nil
Là où se rencontrent l'Orient et l'Occident
Je suis Métissage et Fille du monde

De cœur et de chants
De danse et de langue
Je suis métisse culturelle
Je suis fille de ma terre

Bistre de couleur et bronzée de peau,
Sirène dansante je suis fille de Pharaon
Femme dansante et riante
Je suis d'Egypte ma terre natale

Je suis fille d'Égypte
Et c'est depuis le Québec
Que je lui offre une action de grâce
Une danse de reconnaissance et d'amour

Dieu protège l'Égypte
et les Égyptiens
et les citoyens du Monde

Égyptienne je suis Québécoise
Si tu me demandes :
Es-tu Québécoise?
Vais-je te répondre?

Oui, je te répondrai
À voix haute et claire

Je te dirai :
Je suis Québécoise
Fille du Québec

Je suis du Québec la terre de mes amours
Je suis du Québec la terre natale de mes enfants
Ma terre d'accueil et de croissance
Ma terre d'air et de liberté

Je suis Mochira Fille du Québec
Je bois de son Fleuve
Et j'y retourne toujours

Je mange de son Érable
Et glisse sur son tapis blanc

Fille du Québec et de sa culture
Sœur de Gaston Miron et de Gilles Vigneault
Je danse sa gigue et sa claquette
Avec Louis Jean Cormier
Je chante Félix Leclerc

Fille du Québec et de son histoire
Je chante sa liberté et sa gloire
Je marche dans ses rues
Et lutte pour la sauvegarde
De ses forêts et de ses sources
De ses droits et de ses langues

Mochira fille de Rimouski la Bienheureuse
Fille du Saint-Laurent et du Bic
J'ai accueilli ses passants et ses nouveaux arrivants
Je chéris ses sœurs ses frères ses amours

Dieu protège le Québec
Les Québécois et les Rimouskois
Et les citoyens du Monde !

Qu'ils demeurent inspirés et inspirants
Comble-les de ferveur et d'enthousiasme
Bénis-les élève-les et protège-les

Je suis Mochira
Québécoise-Égyptienne
Égyptienne-Québécoise
Fille de la Psychosociologie
Et de l'intervention féministe

Et je suis
Venue danser
Pour vous aujourd'hui
Le baladi

ANNEXE I
TEMOIGNAGE DE MA MERE

I had the opportunity to be part of a project my daughter Mochira Atallah started and invented called Passer'Elles ...meaning the small bridge. Through that project I met wonderful women who were implicated in this project and that was one great experience, for it gave me the chance to meet women from all over the world with different back grounds, age, education, status and learn a lot about their lives and cultures as well as their hardship for the life change they chose by moving to a new country for a better life opportunities. It was for me a memory lane for I went through the same thing years before and I knew how they are feeling and how hard is it to leave behind your family and friends and your memories.

Through that project it wasn't only about the women who some became like sisters and others like my kids… I learned a lot about myself and how strong as a person I am. Coming to Canada specially moving to Montreal wasn't that hard for I spoke the English and had few friends and a couple of family members. Moving to Rimouski was when the challenge started...in a young age with 2 children don't speak the language and knows no one and now as I look back I did handle my life pretty well with all the challenges I was faced with. I didn't know then I was actually a strong person but through that project I learned a lot about me.

I learned that I am the one to make myself happy or sad, go forward or backwards, and not by a partner. I learned I am me and I am a whole and I am equal to my partner and I deserve respect for being just a wife and mother. I learned that we choose our path in life, mistakes are done by us and we are responsible for it and we chose how to deal with it. Passer'Elles was an eye opening to my own life and my choices I made in my life.

The most important getting to know Mochira my own daughter...mothers usually see their kids as hers a kid but that project and how she handled the group and the professionalism was breath taking. I learned that she is a great and capable teacher for she has the capability to reach all different women with different challenges and languages for a few didn't speak any English or French. I knew then Mochira is my child but an adult who can do wonders with her life. Passer'Elles gave us the opportunity to open up and speak and discuss any subject between mother and daughter it broke the wall of awkwardness that might arise when speaking of personal matters.

I think that project should be available in every city and can do wonders between family members as well not only for the integration of immigrants. I was really lucky to be part of it and I will always be grateful for that opportunity that changed my own personal life.

RÉFÉRENCES BIBLIOGRAPHIQUES

ABOU, Selim. (1977) *Contribution à l'étude de la nouvelle immigration libanaise au Québec : adaptation, intégration, acculturation*. Québec: Centre international de recherche sur le bilinguisme. 41 p.

ARGYRIS, Chris, et Donald A. SCHÖN. (1996) *Organizational learning II : theory, method and practice* (Reprinted with corrections éd.). Reading, Ma: Addison-Wesley. xxiv, 305 p.

BARBIER, René. (1997) *L'approche transversale : l'écoute sensible en sciences humaines*. Paris: Anthropos. 357 p.

BARBIER, René. (1996) *La recherche-action*. Paris: Anthropos. 112 p.

BARBIER, René. (1993) *Le journal d'itinérance en formation de formateur*, communication au congrès de l'AECSE, Paris, CNAM, publié dans les actes en 1994.

BARROUX, Rémi. (2014) en citant Guy Ryder (2013) Consulté le 22 juin 2015. http://www.lemonde.fr/planete/article/2014/05/29/230-millions-de-migrants-dans-le-monde-des-flux-qui-ne-cessent-d-augmenter_4428870_3244.html

BEATTIE, Melody. (1987) « Recherche féministe : recherche novatrice », dans J.P. Deslauriers (dir.), *Les méthodes de la recherche qualitative,* Sainte-Foy, Presses de l'Université du Québec, p. 133-142.

BÉDARD, Jean. (1986) La relation d'entraide. Une relation naturelle, positive et créative. Québec: Éditions de Montagne.

BEGAG, Azouz. (2003) L'intégration: idées reçues. Paris: Éditions Le cavalier bleu, 122 p.

BELABDI, Mustapha, et Danielle MAISONNEUVE. (2010) *Communication interculturelle et processus d'intégration des nouveaux immigrants marocains au Québec Thèse de doctorat en communication D1883*. Université du Québec à Montréal,. Repéré à Disponible par Archipel http://www.archipel.uqam.ca/2654/1/D1883.pdf Consulté le 23 juin 2015

BELKHODJA, Chedly. (2008) « *Vers une communauté plus accueillante? Quelques observations dans la région de Moncton* » http://canada.metropolis.net/pdfs/welcoming_moncton_f.pdf Consulté le 15 mai 2015

BERGERON, Jean et Stéphanie POTTER. (2006) « Family members and relatives. An important resource for newcomer's settlement », Canadian Issues- Thèmes canadiens, printemps. En ligne. http://canada.metropolis.net/pdfs/CITC_Spring06_Families_FINAL-FullVersion.pdf Consulté le 22 juillet 2015

BISSONNETTE, Lise. (2000) « Politique d'immigration et traitement de la diversité au Québec » *in* Bagola, Béatrice *et al., Le Québec et ses minorités.* Actes du colloque de Trèves du 16 au 21 juin 1997 en l'honneur de Hans-Josef Niedereh. Éditions Max Niemeyer Verlag Tubingen. http://www.lemonde.fr/planete/article/2014/05/29/230-millions-de-migrants-dans-le-monde-des-flux-qui-ne-cessent-d-augmenter_4428870_3244.html Consulté le 17 juin 2015

BONAPARTE, Napoleon I, E. of the French. (1820) *Maximes et pensées du prisonnier de Sainte-Hélène.* Paris: Chez L'Huillier.

BOUCHER, Louis-Philippe, Morose, Joseph. (1990) Responsabilisation et appartenance : la dynamique d'un projet éducatif. Revue des sciences de l'éducation, vol.16, no.3, pp.415-431. http://www.erudit.org/revue/rse/1990/v16/n3/900677ar.pdf consulté le 15 mai 2015.

BOUDARBAT, Brahim. (2011) « Les défis de l'intégration des immigrants dans le marché du travail au Québec: enseignements tirés d'une comparaison avec l'Ontario et la Colombie-Britannique » En ligne : http://www.cirano.qc.ca/pdf/publication/2011RP-07.pdf Consulté le 5 février 2015

BROUILLET, Élise. (2012) «*La langue, le transport et l'isolement freinent l'intégration des immigrants lanaudois*.» *L'action.com* En ligne http://www.laction.com/Actualites/2012-01-14/article-2862024/La-langue,-le transport-et-letrsquoisolement-freinent-letrsquointegration-des-immigrants-lanaudois/1 Consulté le 20 juin 2015

CANE, Lilian. (1988) *Minorités ethniques et psychothérapie,* Atelier donné dans le cadre du Congrès de la Corporation professionnelle des psychologues du Québec

CHEVRIER, Jacques. (1994) « *La spécification de la problématique* », dans GAUTHIER Benoît.1997, *Recherche sociale : de la problématique à la collecte de données*. Ste Foy : PUQ, chap.3 : pp. 51-81.

CHUI, Tina. (2011) *« Femmes au Canada : Rapport fondé sur le sexe : Les femmes immigrantes* ». Composante du produit n° 89-503-X au catalogue de Statistique Canada

CONDAMIN, Andrée. (2000) *La recherche heuristique ou le désir de chercher comme désir d'exister*. Québec : Presses de l'université Laval, 42 p.

LE CONSEIL DU PATRONAT DU QUÉBEC (2015) Commentaires du Conseil du patronat du Québec sur la nouvelle politique québécoise en matière d'immigration, de diversité et d'inclusion, Montréal. En ligne. https://www.cpq.qc.ca/wpcontent/uploads/2015/01/memoire290115b.pdf Consulté le 13 juillet 2015

GUILBAULT, Diane, Mariangela DI DOMENICO, et QUÉBEC (PROVINCE). CONSEIL DU STATUT DE LA FEMME. (2005) *Des nouvelles d'elles les femmes immigrées du Québec* En ligne. http://collections.banq.qc.ca/ark:/52327/bs57103 Consulté le 22 avril 2015

CORBEIL, Christine, Isabelle MARCHAND, et Odile BOISCLAIR. (2010) *L'intervention féministe d'hier à aujourd'hui : portrait d'une pratique sociale diversifiée*. Montréal: Éditions du Remue-ménage. 253 p. En ligne http://www.editionsrm.ca/admin/sites/default/files/interv_fem_revue_agenda_interc.pdf Consulté le 21 juin 2015

CRAIG, Peter Erik. (1988) *La méthode heuristique : une approche passionnée de la recherche en science humaine*. Traduction du chapitre consacré à la méthodologie tiré de la thèse doctorale de l'auteur intitulé « *The heart of the teacher : a heuristic study of the inner world of teaching* » Boston University Graduate school of Education, 1978, pp. 157-218.

DAGENAIS, Huguette. (1987) « Méthodologie féministe et anthropologie: une alliance possible », Anthropologie et sociétés, Il, 1: 19-44.

DAHOUN, Zerdalia K. S. (1995) *Les couleurs du silence : le mutisme des enfants de migrants*. Paris: Calmann-Lévy. 258 p.

DE BIGNICOURT, Simon. (1775) *Pensées diverses et réflexions philosophiques propres a former l'esprit et le coeur, par m. B*. Éditeur : Saugrain, 208 p.

DE LA FONTAINE, Jean. *(1678) Fables* Livre huitième, XVI, l'Horoscope

DESCARRIES, Francine. (2004) *Le projet féministe à l'aube du XIe siècle un projet de libération et de solidarité qui fait toujours sens Classiques des sciences sociales Les sciences sociales contemporaines*. J.-M. Tremblay,. Repéré à Accès au texte intégral/Full text access http://dx.doi.org/doi:10.1522/cla.def.pro Consulté le 2 mai

2014

DELORY-MOMBERGER, Christine. (2005) *Histoire de vie et recherche biographique en éducation*. Paris: Economica : Anthropos. xii, 177 p.

DESLAURIER, Jean-Pierre, Michelle KÉRISIT. (1993) « La question de recherche en recherche qualitative », dans : *les méthodes qualitatives en recherche sociale : problématiques et enjeux*. Actes du colloque du Conseil Québécois de la recherche sociale (Rimouski, 17 mai 1993), pp.89-99.

DEVILLARD, Olivier. (2000) *La dynamique des équipes*. Paris: Éditions d'Organisation. xix, 261 p.

DE VILLIERS, Guy. (1996) « L'approche biographique au carrefour de la formation des adultes, de la recherche et de l'intervention. Le récit de vie comme approche de recherche-formation ». Dans D. Desmarais et J.-M. Pilon, Pratiques des histoires de vie : au carrefour de la formation, de la recherche et de l'intervention. Paris/ Montréal : L'Harmattan. 204 p

DILTHEY, Wilhelm. (1947) *Le monde de l'esprit*, tome 1. Paris. Édition : Aubier/Montaigne, 322 p.

DIOUF, Boucar (2013) https://www.youtube.com/watch?v=yQtyT3HIW4Y Consulté le 18 Mai 2014.

DIOUF, Boucar. (2012) « *Bonne Année, Pierre-Jean-Jacques*! » *La Presse.* En Ligne. http://www.lapresse.ca/debats/votre-opinion/201212/28/01-4607247-bonne-annee-pierre-jean-jacques.php. Consulté le 15 Mai 2014.

DOMINICÉ, Pierre. (2002) *L'histoire de vie comme processus de formation* (Nouv. éd. rev. et augm. éd.). Paris Budapest: L'Harmattan; L'Harmattan Hongrie. 255 p.

DONGIER Pierre, Manon KIOLET, Isabelle LEDOUX, (2007) Article, La santé mentale des immigrants, Le Médecin du Québec, volume 42, numéro 3. http://www.fmoq.org/Lists/FMOQDocumentLibrary/fr/Le%20M%C3%A9decin%20du%20Qu%C3%A9bec/Archives/2000%20-%202009/033-039DrDongier0307.pdf Consulté le 20 mai 2015

DUMAS, Silvio. (1972) *Les Filles du roi en Nouvelle-France.* Étude historique avec répertoire biographique. Québec, Société historique de Québec

ELIOT, Thomas Stearns. (1964) *De la poésie et de quelques poètes : essais critiques*. Paris: Seuil. 250p.

EZÉCHIEL, Arthur Noel Match. (2006) *Les stratégies individuelles d'intégration des immigrants guinéens, maliens et sénégalais au Québec.* Mémoire présenté comme exigence partielle de la maîtrise en communication : Université du Québec à Montréal. 137 p.

FOUCAULT, Michel. (2001) *L'herméneutique du sujet. Cours au Collège de France. 1981-1982*. Paris : Édition Seuil/Gallimard, 540 p.

FREIRE, Paulo. (1974) *Pédagogie des opprimés suivi de : conscientisation et révolution*. Paris: Francois Maspero. 205 p.

FURNHAM Adrian et Stephen BOCHNER. (1986) *Culture Shock Psychological Reactions to Unfamiliar Environments*, Londres et New York. Methuen

GAGNON, Alphie. (2007) Revue *Femmes d'Ici Volume 41 no.2* En ligne http://www.afeas.qc.ca/wpcontent/uploads/2007/01/Femmes%20dici%20Hiver07.pdf Consulté le 10 juin 2015

GALVANI, Pascal. (2008) *Étudier sa pratique : une autoformation existentielle par la recherche.* Dans Présences. En ligne. Volume 1. *http://www.uqar.ca/files/psychosociologie/n1galvani.pdf* Consulté le 28 juin 2015.

GALVANI, Pascal. (2004) « L'.exploration de moments intenses et du sens personnel des pratiques professionnelles ». Dans *Interactions.* En ligne. Volume 8. http://www.usherbrooke.ca/psychologie/fileadmin/sites/psychologie/espace-etudiant/Revue_Interactions/Volume_8_no_2/V8N2_GALVANI_Pascal_p95-122.pdf. Consulté le 3 juin 2013.

GAUTHIER, Jean-Philippe. (2007) « De l'interdit de dire au droit d'être : chemin de Trans-Formation. Vers une mise en forme de soi, de son expression et de sa pratique d'accompagnement à médiation du corps en mouvement ». Mémoire présenté comme exigence partielle de la maîtrise en étude des pratiques psychosociales, Rimouski : Université du Québec à Rimouski, 317 p.

GERMAIN, Claude. (1997) « Les paradigmes de recherche en éducation : remarques d'ordre épistémologique », dans DUQUETTE.L, JEZAC. M, RENIÉ.D, et COURCHËNE.R, *méthodologies de recherches empiriques en langues secondes et étrangères : nouvelles perspectives,* pp. 2-7. Ottawa : Centre de recherche en enseignement et en apprentissage des langues, université d'Ottawa.

GIRARD, Magalie. (2008) Résumé de résultats de sondages portant sur la perception des québécois relativement aux accommodements raisonnables, à l'immigration, aux communautés culturelles et à l'identité canadienne-française, Présenté à : La Commission de consultation sur les pratiques d'accommodement reliées aux

différences culturelles par Mme Magali Girard Candidate au doctorat en sociologie, Université McGill

GUYON, Sylvie. (2003) Les femmes immigrantes au Québec: Une population défavorisée sur le marché de l'emploi. Dans Actes du colloque de la Table des groupes de femmes de Montréal «Femmes des communautés culturelles et nouvelles réalités de l'emploi» (p.1-5) Montréal

HESS, Rémi. (2006) « La pratique du journal, comme construction du moment interculturel ». *Revue paidagogika renmata sto aigaio*, numéro 2, novembre, pp. 68-82.

HOUDE, Renée. (2001) «Le mentorat : un outil de développement de la relève» Lausanne : Association suisse de psychologie du travail de langue française (APTLF-CH) 17 p.

INSTITUT CANADIEN DE RECHERCHES SUR LES FEMMES (2003) *Les femmes immigrantes et réfugiées*. Feuillet d'information, 5, 12.

JOSSO, Marie-Christine. (1991) *Cheminer vers soi*. Lausanne : Édition L'âge d'homme, 447 p.

JOSSO, Marie-Christine. (2011) *Expérience de vie et formation*. Paris : Édition L'Harmattan, 304 p.

JULIEN, François. (2012) « L'écart et l'entre. Ou comment penser l'altérité », FMSH-WP-2012-03. En ligne : http://halshs.archives-ouvertes.fr/docs/00/67/72/32/PDF/WP-2012-03_Jullien.pdf. Consulté le 17 Avril 2013.

KIRSCH, Gesa E. (1999) Ethical Dilemmas in Feminist Research. The Politics of Location, Interpretation, and Publication. Albany : State University of New York Press.

LABELLE, Micheline. (2005) Contestation et territoires multiples de la citoyenneté: les femmes immigrantes et issues des minorités ethniques et racisées. Dans M. Labelle, Actes du forum de Mouvements sociaux et mécanismes de participation des femmes immigrantes au Québec: Vers l'identification des bonnes pratiques (p.10-14) Montréal

LAPERRIÈRE, Anne. (1987) « Les méthodes qualitatives de la théorie à la pratique », *Cahiers de recherche sociologique*, vol.5, no 2, pp. 31-41.

LAPLANTINE François et Nouss, ALEXIS. (2008) Un exposé pour comprendre, un essai pour réfléchir. Paris. Tetraèdre. (réédition)

LEBRUN, Paule. (2013) *Quête de vision, quête de sens,* Paris : Éd. Véga.

LEGAULT, Gisèle. (1993) « Femmes immigrant : problématiques et intervention féministe » Service social, vol. 42, n° 1, p. 63-80.

LEMAY, Linda. (1994) *Le plus fort c'est mon père,* Album Y En ligne *https://www.youtube.com/watch?v=zrXsHDO2DOE* Consulté le 2 avril 2012

LEMAY, Linda. (2006) *Une mère, Album Ma Signature,* En ligne https://youtu.be/LOd_8Tt8FCg Consulté le 5 avril 2012

LESOURD, Francis. (2009) *L'homme en transition. Éducation et tournants de vie,* Paris, Economica/Anthropos, coll. Éducation

MAALOUF, Amin. (2012) *Les désorientés : roman*. Paris: Bernard Grasset.

MAALOUF, Amin. (1998) *Les identités meurtrières*. Paris: B. Grasset.

MAALOUF, Amin. (1986) « *Léon l'Africain »* Paris. Éditions du Relié.

MINISTÈRE DE LA CULTURE, DES COMMUNICATIONS ET DE LA CONDITION FÉMININE. (2000) Documents électronique En ligne. Accès : http://www.scf.gouv.qc.ca/index.php?id=18 Consulté le 20 avril 2015

MINISTÈRE DE L'IMMIGRATION ET COMMUNAUTÉS CULTURELLES (2001) Portrait sociodémographique des femmes immigrées recensées au Québec en 2001. Documents électronique. En ligne. Accès : http://www.midi.gouv.qc.ca/publications/fr/recherchesstatistiques/Recensement2001-PortraitSociodemo-FemmesImmigrees.pdf Consulté le 10 novembre 2014

MOHAMED, Ahmed. (2001) « *Vivre Son Adolescence À La Croisée De Deux Cultures Entre crise identitaire, rupture, délinquance et galère? »* VEI Enjeux, n° 126, En ligne http://www2.cndp.fr/archivage/valid/17303/17303-4191-3998.pdf Consulté le 12 mai 2015.

MONBOURQUETTE, Jean; M. LADOUCEUR, M. et I. D'ASPREMONT. (2013) *Stratégie pour développer l'estime de soi et l'estime du Soi.* Montréal, Éditions Novalis, P.

MONBOURQUETTE, Jean. (2003) De l'estime de soi à l'estime du Soi : De la psychologie à la spiritualité. Québec, Éditions Novalis. p.213.

MORGAN, Alice. (2010) *Qu'est-ce que l'approche narrative?* Editeur : Hermann

MORI, Serge et Georges ROUAN. (2011) *Les thérapies narratives* Editeur : de Boeck

MORIN, Edgar. (2005) *Introduction à la pensée complexe*, Points Essais, 158 pages

MOUSTAKAS, Clark. (1990) *Heuristic Research, Design, Methodology and Application*. Newbury Park : Sage Publication, 130 p.

MOUSTAKAS, Clark. (1974) *Portraits of loneliness and love*. Englewood Cliffs N.J : Éditions Prentice Hall, 95 p.

MUCCHIELI, Alex. (1991) *Les méthodes qualitatives*. Paris : Édition Presse Universitaire de France. Collection que sais-je, 126 p.

MUCCHIELLI, Roger. (1972) Opinions et changement d'opinion, Paris : ESF.

NATHAN, Tobie. (2015) Dans *Wikipédia, l'encyclopédie libre*. Repéré le 17 juillet 2015 à *http://fr.wikipedia.org/wiki/Tobie_Nathan*

NOUSS, Alexis. (2005) Plaidoyer pour un monde métissé. Paris. Éditions Textuel. Collection La discorde. 141 Pages.

MRC DE RIMOUSKI-NEIGETTE ET ACCUEIL ET INTEGRATION BSL, (2008) « La diversité culturelle, une richesse à partager » En ligne http://www.mrcrimouskineigette.qc.ca/service/culture/immigration/politique_accueil.pdf Consulté le 3 juillet 2013

OBERG, Kalervo. (1960) *Cultural shock : adjustment to new cultural environments, Practical Anthropology*, 7, 177-82.

ORGANISATION INTERNATIONALE POUR LES MIGRATIONS (OIM) (1999) Migration and Development. International Migration, Quarterly review, Vol. 37 No. 1, Special Issue. Blackwell Publishing Ltd, Oxford/Malden, MA.

OLLIVIER, MICHÈLE ET TREMBLAY. (2000) *« Questionnements féministes et méthodologie de la recherche » Paris, L'harmattan. P.256*

PAILLÉ Pierre, MUCCHIELLI, Alex. (2008) *L'analyse qualitative en sciences humaines et sociales*. Paris : Édition Armand Colin, 318 p.

PARÉ, André. (1987) *Le journal : instrument d'intégrité personnelle et professionnelle.* Ste-Foy, Centre d'intégration de la personne.

PARIZEAU, Alice. (1982) *La charge des sangliers*. Roman. Ottawa : Le Cercle du livre de France, ltée; Montréal : Les Éditions Pierre Tisseyre, 384 pp.

PIAGET, Jean. (1974) Réussir et comprendre. Paris: PUF, 256 p.

PINEAU, Gaston. (ed.). (1998) Accompagnements et histoire de vie. L'Harmattan, Paris, 303 p.

PINEAU, Gaston et Jean-Louis LEGRAND. (1993) *Les histoires de vie. Que sais-je?,* Presses Universitaires de France, Paris, 128 p.

PILON, Jean-Marc. (2004) « Une formation universitaire d'orientation praxéologique : démarche de développement professionnel et de transformation personnelle ». *Revue interactions*, vol. 8, no2, pp.73-93.

POIRIER GRENIER, Geneviève. (2007) *Les politiques de régionalisation de l'immigration au Québec et leurs effets sur le système urbain*. 2007, mémoire de maîtrise de maîtrise en géographie humaine, UQAM

POLANYI, Michael. (1964) *Personal knowledge : Toward a post-critical philosophy*. New York. Édition : Harper Torchbooks, 428 p.

RICARDOU, Jean. (1990) *Le nouveau roman*. Paris: Seuil.

RINFRET-RAYNOR, BRODEUR Maryse, Normand LESIEUX, Natasha, DUGAL. (2013) Centre de recherche interdisciplinaire sur la violence familiale et la violence faite aux femmes. *Adaptation des interventions aux besoins des immigrants-es en situation de violence conjugale. État des pratiques dans les milieux d'intervention*. Collection études et analyses no 45 199 P. En ligne, Https://Www.Criviff.Qc.Ca/Upload/Publications/Pub_245.Pdf Consulté le 8 mars 2013

REGROUPEMENT DES INTERVENANTES ET INTERVENANTS FRANCOPHONES EN SANTÉ ET EN SERVICES SOCIAUX DE L'ONTARIO (RIFSSSO) (2014) Santé mentale des immigrants - Revue littéraire En ligne http://www.refletsalveo.ca/sante/images/2014/Sant%C3%A9%20mentale%20des%20immigrants%20-%20Revue%20litteraire%2022%20juin%202014.pdf Consulté le 9 juillet 2015

ROSENBERG, Fabien. (2015) *« Sujet sensible et relations vivantes : Une quête de dépassement du mutisme. Un itinéraire de transformation ».* Mémoire présenté comme exigence partielle de la maîtrise en étude des pratiques psychosociales, Rimouski : Université du Québec à Rimouski, 213 p.

ROY, Claude. (1984) *Temps variable avec éclaircies*. Paris, Gallimard,

RUGIRA, Cécile. (2014) Un travail qui fait mal : un terrain auprès des réfugiés rwandais et burundais détenteurs de diplômes universitaires en contrat de travail article 60 § 7. Dans Mazzocchetti, J. (dir) : Migration subsahariennes et conditions noire en Belgique : À la croisée des regards. pp.271-296

RUGIRA, Jeanne-Marie. (2005) « Se former à l'espérance », dans *Educational Insights,* Volume 9,

http://www.ccfi.educ.ubc.ca/publication/insights/v09n02/articles/rugira.html Consulté le 8 avril 2013

RUGIRA, Jeanne-Marie. (2004) *La souffrance comme expérience trans-formatrice. Récit autobiographique d'inspiration phénoménologico-herméneutique*. Thèse présentée à l'Université du Québec à Rimouski comme exigence partielle du doctorat en Éducation.Rimouski : faculté des sciences de l'éducation, Université de Rimouski.

RUGIRA, Jeanne-Marie. (1995) « Le pouvoir structurant du récit de vie », dans Le pouvoir transformateur du récit de vie, L'Harmattan, Paris, 201 pages.

SANTIAGO, Marie. (2006) « La tension entre théorie et terrain ». dans *La méthodologie qualitative : Postures de recherche et travail de terrain*, sous la dir. de Pierre PAILLÉ, pp 201-222. « Collection U ». Paris : Édition Armand Colin

SCHNAPPER, Dominique. (1991) *La France de l'intégration: sociologie de la nation en 1991*. Paris: Gallimard, 374 p.

SIMARD, Myriam. (1996) « La politique québécoise de régionalisation de l'immigration : enjeux et paradoxes ». *Recherches sociographiques,* vol. 37, no 3: 439-469.

SINGER, Christiane. (1996) *Du bon usage des crises*, Paris : Éd. Albin Michel.

SONJA, Susnajar. (1992) *Du choc culturel à l'intégration*. Dans le Bulettin Vies-à-vies, un bulletin d'orientation et de consultation psychologique, vol.4, N°5, Avril.

SOULET, Marc-Henry. (1987) *La recherche sociale en miettes. Analyse des espaces de discrimination des pratiques de recherche.* Paris : Édition Presses universitaires de France, 236 p.

STERN, Judith. (1996) Filigrane, numéro 5, pages 15 à 25, En ligne http://benhur.teluq.uquebec.ca/SPIP/filigrane/squelettes/docs/no5_automne/dStern.pdf consulté le 10 juillet 2015.

TCHORYK-PELLETIER Peggy. (1989) *L'adaptation des minorités ethniques : une étude réalisée au cégep Saint-Laurent*, Ville Saint-Laurent : cégep de Saint-Laurent, document #1532-0236.

TÉOFILOVICI, Élaine. (1994) « Un regard inorthodoxe sur la problématique des femmes immigrantes » *in* Comprendre la famille: actes du 2e Symposium québécois de recherche sur la famille, Pronovost G. (ed), Presses de l'Université du Québec, Québec.

VATZ LAAROUSSI, Michèle. (2015) Dans le cadre de la consultation publique : Vers une nouvelle politique québécoise en matière d'immigration, de diversité et d'inclusion.

Sensibiliser, accompagner et lutter contre le racisme pour mieux vivre ensemble. Mémoire présenté au Ministère de l'Immigration, de la Diversité et de l'Inclusion

VATZ LAAROUSSI, Michèle. (2015) Mémoire présenté au Ministère de l'Immigration, de la Diversité et de l'Inclusion « *Sensibiliser, accompagner et lutter contre le racisme pour mieux vivre ensemble »* 2015, p.13

VATZ LAAROUSSI Michèle, Lucille GUILBERT, Lilyane RACHEDI, Fasal KANOUTE, Laura ANSON, Tania CANALES, Amelia LEON CORREAL, Ariane PRESSEAU, Marie Louise THIAW et Javorka ZIVANOVIC SARENAC. (2012) « De la transmission à la construction des savoirs et des pratiques dans les relations intergénérationnelles de femmes réfugiées au Québec », *Nouvelles pratiques sociales* 25 (1): 136-156 DOI: 10.7202/1017387ar (RAC).

VATZ LAAROUSSI, Michèle. (2008) « *Du Maghreb au Québec : accommodements et stratégies. », Travail, genre et sociétés* 2/2008 (Nº 20) , p. 47-65 www.cairn.info/revue-travail-genre-et-societes-2008-2-page-47.htm. Consulté le 12 juillet 2015

VATZ LAAROUSSI, Michèle, LESSARD Diane, MONTEJO Maria ELISA et Viana MONICA. (1996) Femmes immigrantes à Sherbrooke: modes de vie et reconstruction identitaire, Rapport de recherche présenté au CQRS (Conseil québécois de la recherche sociale), Université de Sherbrooke.

WEBER, Max. (1965) *Essais sur la théorie de la science*. Paris : Plon, 235 p.

WHITE, Michael, David EPSTON. (2003) *Les moyens narratifs au service de la thérapie, Éditeur : Satas*

WHITE, Michael. (2009) *Cartes des pratiques narratives.* Traduction Isabelle Laplante et Nicolas de Beer, Édition Satas

WINFREY, Oprah. (2014) « *What I know for sure »* New York : Flatiron Books, First Edition. 228 p.

WULF, Christoph. (2005) « Rituels. Performativité et dynamique des pratiques sociales », Université libre de Berlin, Revue Hermès 4.