

# Le « développement vocationnel adulte »

M2 Psychologie sociale, du travail et des organisations, parcours ACCF  
UCO-Angers, Faculté SHS, Cours magistral de 15h en 2021 / 2022

**Christian HESLON, PhD.**

*Maître de conférences HDR en psychologie des âges de la vie (UCO-Angers)  
Chercheur permanent INETOP-Psychologie de l'orientation (CRTD, CNAM-Paris)<sup>1</sup>*

06 11 50 52 28 / [christian.heslon@uco.fr](mailto:christian.heslon@uco.fr)

<https://recherche.uco.fr/chercheur/126/christian-heslon>

## OBJECTIFS

- 1/ Interroger carrières et vies adultes au regard des modèles du « développement vocationnel » ;
- 2/ Connaître quelques grands courants actuels de la « carriéologie » et de l'orientation tout au long de la vie.

## DÉROULEMENT ET MÉTHODE PÉDAGOGIQUE

- Cours magistral avec apports théoriques, techniques et pratiques ;
- Exposés par sous-groupes d'étudiant.e.s à partir de textes de référence

## PLAN DE COURS

### **20 septembre 2021**

Introduction : trois termes problématiques

### **21 et 22 octobre 2021**

- 1/ S'orienter dans le transitoire
  - 2/ Jacques Limoges et la « dynamique individu – études – travail »
  - 3/ Mark Savickas et le *Life-design*
  - 4/ La théorie du « chaos de carrière »
  - 5/ L'approche de la psychologie existentielle
- Conclusion : synthèse et perspectives

## MOTS-CLÉS

Adulte / Carrière / Développement / Life-designing / Vocation /

---

<sup>1</sup> Responsable orientation, santé, accessibilité, accompagnement psychologique et aide sociale à l'UCO-Angers / Membre du Comité de pilotage du Doctorat *Éducation, Carrières, Éthique* de l'UCO / Réseau UNESCO-UNITWIN *Lifelong Intervention for Decent Work and Sustainable Development* (Wroclaw, Pologne & Lausanne, Suisse) / CIRAD-IFCU (*Research and Decision Making Center - International Federation of Catholic Universities*) / Conseil scientifique du Gérontopole des Pays de la Loire.

## BIBLIOGRAPHIE

Alboher, M. (2007). *One Person / Multiple Careers. A New Model for Work / Life Success*. Business Plus Imports.

Aubret, J. ; Blanchard, S. (2006). *Pratique du bilan personnalisé*. Paris : Dunod.

Bernaud, J-L. (2021). *Traité de psychologie existentielle. Concepts, méthodes et pratiques*. Dunod.

Bernaud, J-L. (2018). *Introduction à la psychologie existentielle*. Paris : Dunod.

Bernaud, J-L. ; Lhotellier, L. et. al. (2015). *Psychologie de l'accompagnement. Concepts et outils pour développer le sens de la vie et du travail*. Paris : Dunod.

Bernaud, J.-L., Lhotellier, L., Sovet, L., Arnoux-Nicolas, C., & de Maricourt, P. (2019). *Sens de la vie, sens du travail. Pratiques et méthodes de l'accompagnement en éducation, travail et santé*. Paris : Dunod

Boutinet, J-P., Heslon, C. (2010). Le *life-designing* face aux aléas postmodernes du conseil en orientation. *L'Orientation Scolaire et Professionnelle*, 39/1. 53-71.

Boutinet, J-P. (2004). *Vers une société des agendas. Une mutation de temporalités*. Paris : PUF.

Boutinet, J-P. (1998). *L'immaturité de la vie adulte*. Paris : PUF.

Carré, P. (2020). *Pourquoi et comment les adultes apprennent. De la formation à l'apprenance*. Dunod.

Chabot, P. (2021). *Avoir le temps. Essai de chronosophie*. PUF.

Cholvy, B. et al. dir. (2021). *L'avenir : critique, résistance ou utopie ?* Peter Lang.  
Arendt, H. (1958). *The Human Condition*. Paris : Calmann-Lévy. (rééd. trad. 1983).

Garcia, H. & Miralles, F. (2017). *Ikigai. Le secret des japonais pour une vie longue et heureuse*. Fleuve Éditions.

Guichard, J. et al. (2010). Construire sa vie (*Life designing*) : un paradigme pour l'orientation au 20<sup>ème</sup> siècle. *L'Orientation Scolaire et Professionnelle*, 39/1, 5-39.

Guichard, J. ; Huteau, M. (2006). *Psychologie de l'orientation*. Paris : Dunod. (2<sup>ème</sup> édition).

Guichard, J., & Huteau, M. (2007). *Orientations et insertion professionnelle - 75 concepts clés*. Paris : Dunod.

Guichard, J. (2004). Se faire soi. *L'Orientation Scolaire et Professionnelle*. 33/4, 499-533.

- Hartog, F. (2020). *Chronos. L'Occident aux prises avec le temps*. Gallimard.
- Heslon, C. (2021). *Psychologie des âges de la vie adulte. Vie plurielle et quête de soi*. Dunod.
- Heslon, C. (2021, juillet). Valeurs et fonctions de la mémoire des plus âgés. *Soins Gériatrie*, 150, 18-20.
- Heslon, C. (2021). Les « âges critiques » de la vie des femmes. In V. Jacob-Alby (dir.). *Vulnérabilités des femmes aux différents âges de la vie*. Paris : L'Harmattan. p. 11-22.
- Heslon, C. (2019). Âges de la vie. In C. Delory-Monberger (dir.). *Vocabulaire de recherche biographique en éducation*. Toulouse : Érès.
- Heslon, C., Kerzil, J., dir. (2017). Les âges de la vie au travail. Repenser les carrières et les générations pour repenser le travail. *Carriérologie*, 13, 3/4. 299-466.
- Heslon, C. (2011). Comment (se) former à la responsabilité d'autrui, à défaut d'autorités pour en répondre ? *Éducation Permanente*, 187, 2011/2. 153-181.
- Heslon, C. (2010). Âge subjectif, anticipation et sentiment d'utilité lors du passage vers la retraite. *Le Journal des Psychologues*, 2010/9, 282, 28-32.
- Heslon, C. (2008). Anniversaires et psychologie des âges de la vie. *Le Journal des Psychologues*, 261, 45-49.
- Heslon C. (2007). *Petite psychologie de l'anniversaire*. Paris : Dunod.
- Lawrence-Lightfoot, S. (2010). *The Third Chapter. Passion, Risk and Adventure in the 25 Years after 50*. New-York : Farrar, Strauss and Giroux.
- Limoges, J. (2018). *La dynamique individu – études – travail. L'orientation et le développement de carrière*. Paris : Qui Plus Est.
- Limoges, J. ; Lahaie, R. (2008). *OPTRA. Guide de l'animateur. Programme-cadre d'insertion professionnelle*. Montréal : Septembre Éditeur.
- Olry-Louis, I. et al. dir. (2017). *Les transitions professionnelles. Nouvelles problématiques psychosociales*. Paris : Dunod.
- Olry-Louis, I. ; Guillon, V. ; Loarer, E. (2015). *Psychologie du conseil en orientation*. Louvain la Neuve : De Boeck.
- Pryor, R. & Brights, J. (2011). *The Chaos Theory of Career*. Routledge.
- Pujo-Menjouet, L. (2019). *Le jeu de l'amour sans le hasard. Mathématiques du couple*. Équateurs.

Sheehy, G. (2011). *Passages in Caregiving. Turning Chaos into Confidence*. New-York : Harper.

Wallenhorst, N. & Wulf, C., dir. (2021). *Dictionnaire de l'avenir. Contribution à une anthropologie prospective*. Vrin.

Zavalloni, M. (2007). *Égo-écologie et identité : une approche naturaliste*. Paris : PUF.

## **ÉVALUATION**

Écrit réflexif sur table.

## INTRODUCTION : TROIS TERMES PROBLÉMATIQUES

### 1. Développement

Positivité discutable à l'heure des interrogations sur la croissance et le progrès collectifs ou individuels

- maturité physiologique, sociale, cognitive, affective ?
- développement ou évolution, transformation, devenir ?

### 2. Vocationnel

Héritage religieux (comme « reconversion ») : vocare = appel extérieur

Usage anglo-saxon : désir, projet, intention interne

Impériorité discutable à l'heure du « chaos vocationnel »

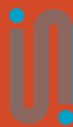
- [http://www.fse.ulaval.ca/Danielle.Riverin-Simard/pdf/IMG\\_Le\\_concept\\_du\\_Chaos\\_vocationnel.pdf](http://www.fse.ulaval.ca/Danielle.Riverin-Simard/pdf/IMG_Le_concept_du_Chaos_vocationnel.pdf)

### 3. Adulte

Adulte : achèvement de la croissance

ou maturation progressive tout au long de l'avancée en âge ?

- <https://www.cairn.info/l-immaturite-de-la-vie-adulte--9782130488668.htm>
- <https://www.20minutes.fr/sciences/2477127-20190320-maturite-cerveau-humain-atteint-age-adulte-avant-30-ans-selon-etude>
- <https://www.dunod.com/sciences-humaines-et-sociales/pourquoi-et-comment-adultes-apprennent-formation-apprenance>



UNIVERS PSY

## Psychologie des âges de la vie adulte

Du départ du nid familial jusqu'aux rivages du grand âge, cet ouvrage décrit les étapes et les crises, féminines et masculines, des vies adultes d'aujourd'hui. Désormais plus longues, plus mobiles et plus connectées qu'hier, nos vies de femme et d'homme sont devenues plurielles, tissant la variété de nos identités au fil de l'âge : multiples facettes de nos êtres, rôles successifs ou simultanés tout au long de nos vies intimes et sociales.

Cette psychologie des âges de la vie adulte explore les choix, les parcours et les orientations des adultes contemporains : amour et couple, parentalité, carrière, retraite, grand-parentalité, rapport au temps et au corps. Des rencontres aux séparations, des évolutions professionnelles aux transformations personnelles, les cinq générations adultes actuelles poursuivent quatre révolutions toujours en cours : accès des femmes au statut social d'adulte, fin de la centralité du travail, milieu de vie en clé de voûte de l'existence et quête de soi à tout âge.

CHRISTIAN HESLON

Maître de conférences HDR en psychologie des âges de la vie à l'UCO (Angers) et chercheur permanent INETOP-Psychologie de l'orientation au Centre de Recherche sur le Travail et le Développement du CNAM (Paris). Auteur chez le même éditeur d'*Accompagner le grand âge* (2015), il est membre du réseau UNESCO *Life-Designing Interventions for Decent Work* (Universités de Wrocław, Pologne et Lausanne, Suisse), du CIRAD-IFCU (Centre International de Recherche pour l'Aide au Développement) et du Gérotopole des Pays de la Loire.



9 782100 829309  
8886387  
ISBN 978-2-10-082930-9

DUNOD  
une page d'avance



Psychologie des âges de la vie adulte Christian Heslon

Christian Heslon

# Psychologie des âges de la vie adulte

Vie plurielle et quête de soi

DUNOD

9782100829309-Psychologie des âges de la vie adulte-v01.indd Toutes les pages

31/08/2021 12:16

## SOMMAIRE

### INTRODUCTION - Plusieurs vies en une

- La vie plurielle
- Les trois maturités
- De la responsabilité de soi à celle d'autrui
- Quatre révolutions en cours

### I. LES NOUVEAUX ÂGES DE LA VIE ADULTE

#### 1/ Qu'est-ce que l'âge ?

- 1.1. Anniversaires, âge subjectif et calendrier intime
- 1.2. Les sept âges de la vie au féminin et au masculin
- 1.3. L'identité au fil de l'âge
- 1.4. Pour une psychologie des âges de la vie

#### 2/ La vie adulte renouvelée par les femmes

- 2.1. Le récent et fragile accès des femmes au statut social d'adulte
- 2.2. Masculin et féminin en tension : le « complexe d'Ulysse »
- 2.3. Tous androgynes ?
- 2.4. Des adultes d'un nouveau genre

### **3/ Pages et passages d'âge**

- 3.1. Avancée en âge, grandissement, vieillissement, vieillesse
- 3.2. Des rites aux crises, des crises aux transitions
- 3.3. Le milieu de vie, seconde adolescence ou clé de voûte de l'existence ?
- 3.4. Avant le milieu de vie : quitter l'enfance, projeter sa vie
- 3.5. Après le milieu de vie : relire l'expérience, anticiper sa fin

### **4/ Générations et généalogies**

- 4.1. « Mon petit-fils vient d'être grand-père ! »
- 4.2. Générations et technologies (de l'écrit à l'écran)
- 4.3. Transformer l'hérédité et l'héritage
- 4.4. Adultes juvéniles, adultes infantiles
- 4.5. Psychologies de l'exil

## **II. UNE VIE PLURIELLE EN QUÊTE DE SOI**

### **5/ Amours et familles multiples**

- 5.1. Réinventer l'amour et le désir
- 5.2. Les âges de la vie du couple
- 5.3. Retour des amours d'avant et autres démons de midi
- 5.4. Ces métissages qui retissent le couple
- 5.5. Le poly-amour, antidote à l'infidélité ?
- 5.6. Faire famille(s) au pluriel

### **6/ Du travail à la « pluriactivité »**

- 6.1. L'éclatement de la centralité du travail
- 6.2. Des carrières protéiformes
- 6.3. Hybrider travail, formation et répit tout au long de la vie
- 6.4. L'adulte et l'argent
- 6.5. Enjeux du travail décent

### **7/ Le temps, le corps... et soi**

- 7.1. Le manque de temps des adultes
- 7.2. Trois expressions du temps
- 7.3. Métamorphoses du corps
- 7.4. Identités plurielles et quête de soi
- 7.5. Acteur ou auteur de sa vie ?

### **CONCLUSIONS – Une vie adulte entre héritages et renouvellements**

- Les seniors et leurs petits-enfants : une session de rattrapage ?
- Adolescence, milieu de vie, grand âge : les crises en miroir des âges de la vie adulte
- Les jeunes adultes, entre « égo-écologie » et repli identitaire
- Naissances voulues et mort choisie

### **ENQUÊTE SUR VOS ÂGES ADULTES**

#### **RÉFÉRENCES**

- Bibliographie
- Filmographie
- Sitographie

**INDEX**

- Figures et tableaux
- Noms propres
- Concepts et notions

**GLOSSAIRE****TABLE DES MATIÈRES****REMERCIEMENTS**



## **1 / S'ORIENTER DANS LE TRANSITOIRE**

- <https://etreprof.fr/ressources/32/nouveau-paradigme-en-education>
- <https://recherche.uco.fr/sites/default/files/fichiersbibliographiques/fichier-126-1221-1781-.pdf>

## **2 / JACQUES LIMOGES ET LA « DYNAMIQUE INDIVIDU-ETUDES-TRAVAIL »**

- <https://www.editionsquiplus.com/elaboration-conduite-de-projet/la-dynamique-individu-etude-travail-107.html>
- Texte « DIET finalisé » sur Chamilo (M2 Développement vocationnel adulte)

## **3 / MARK SAVICKAS ET LE *LIFE-DESIGNING***

- <https://www.editionsquiplus.com/home/concevoir-et-orienter-sa-vie-les-dialogues-de-conseil-en-life-design-105.html>
- <https://recherche.uco.fr/sites/default/files/fichiersbibliographiques/fichier-126-1218-1951-.pdf>
- <https://www.youtube.com/watch?v=THDaG9fsugk>
- <https://www.eoslifework.co.uk/transprac.htm>

## **4 / LA THEORIE DU « CHAOS DE CARRIÈRE »**

- <https://www.researchgate.net/publication/286544450> The Chaos Theory of Careers Theory Practice and Process
- <https://www.researchgate.net/publication/238495971> The value of failing in career development A chaos theory perspective
- <https://www.google.com/search?client=safari&rls=en&q=http://journals.openedition.org/osp/4115&ie=UTF-8&oe=UTF-8>

## **5 / L'APPROCHE DE LA PSYCHOLOGIE EXISTENTIELLE**

- <https://www.dunod.com/sciences-humaines-et-sociales/introduction-psychologie-existentielle>
- <https://www.dunod.com/sciences-humaines-et-sociales/traite-psychologie-existentielle-concepts-methodes-et-pratiques>
- Texte « Projet CNAM – Carnet de bord » sur Chamilo (M2 Développement vocationnel adulte)
- <https://www.cairn.info/introduction-a-la-psychologie-existentielle--9782100759958-page-11.htm>

## **CONCLUSION : SYNTHÈSE ET PERSPECTIVES**