

# La passion dans tous ses états

Claude Gauvreau

**A**h, la passion! Les philosophes, psychologues, écrivains ont noirci des milliers de pages sur cet état qui continue de susciter de vives... passions!

Le Laboratoire de recherche sur le comportement social (LRCS), dirigé par Robert Vallerand du Département de psychologie, mène plusieurs études sur ses manifestations dans le monde du travail, au sein des organisations, et à travers une kyrielle d'activités à caractère social, sportif et culturel. Selon M. Vallerand, la passion que l'on éprouve pour son travail ou pour une activité donnée se mesure, entre autres, au temps et à l'énergie que l'on y investit volontairement.

Fondé en 1987, le LRCS effectue des recherches dans le domaine de la psychologie sociale et expérimentale : «Notre mission consiste à faire progresser les connaissances relativement aux concepts de motivation sociale et de passion dans le but de contribuer à une meilleure compréhension de phénomènes sociaux tels que le décrochage scolaire, le *gambling* ou l'engouement pour le sport», d'expliquer M. Vallerand.

## De la valorisation à l'obsession

À travers ses recherches et en s'inspirant d'autres chercheurs, Robert Vallerand en est arrivé à distinguer deux grands types de passion. D'abord, celle dite «harmonieuse» qui, comme son nom l'indique, permet aux individus de vivre une variété d'expériences satisfaisantes et valorisantes. «Plusieurs personnes peuvent être passionnées par leur travail ou par une activité donnée sans que cela les empêche de développer dans leur vie d'autres champs d'intérêt», précise M. Vallerand.

Mais il existe aussi une autre passion, l'«obsessive», qui envahit tout et provoque la dépendance. Elle domine en quelque sorte les gens qui éprouvent un tel sentiment, comme si l'identité personnelle et l'estime de soi se définissaient et s'exprimaient uniquement à travers une passion dévouée pour le travail, un sport donné ou le jeu, pour ne citer que ces quelques exemples. «Ces personnes



Photo : Michel Giroux

**Robert Vallerand, professeur au Département de psychologie.**

souffrent et se retrouvent en état de manque s'ils perdent leur travail ou s'ils doivent cesser de pratiquer leur activité préférée. Ils n'arrivent pas à investir leurs énergies ailleurs parce qu'ils n'ont pas développé d'autres champs d'intérêt. C'est la raison pour laquelle certains individus vivent la retraite de façon dramatique, comme c'est le cas, par exemple, pour des athlètes professionnels qui, ne pouvant se résigner à abandonner leur sport, tentent un retour avec plus ou moins de succès.»

## L'exemple d'Internet

Depuis un peu plus d'un an, une équipe de recherche du laboratoire a amorcé une étude sur l'utilisation d'Internet à domicile et son impact sur les relations de couple et des autres membres de la famille. Le Web peut-il entraîner des problèmes de communication au sein de la famille ou au contraire la faciliter? Tout dépend du type de passion que l'on développe à son égard, affirme M. Vallerand.

«Selon diverses recherches, le temps d'utilisation d'Internet à la maison, tant chez les hommes que chez les femmes, oscille entre 6 et 40 heures par semaine. Les femmes, en particulier, aiment participer à des groupes de discussion sur différents thèmes. Quant aux hommes, ils affectionnent les sites consacrés aux sports, aux affaires et aux transactions en ligne. L'engouement pour Internet semble même constituer un phénomène transculturel qui traverse les frontières», soutient M. Vallerand.

Si l'on constate un emballement pour l'efficacité d'Internet et pour les découvertes que l'on peut y faire, on observe également un problème de dépendance chez 2% à 10 % des utilisateurs. «Certains sont même forcés de suivre une thérapie», souligne M. Vallerand. Enfin, la passion obsessionnelle pour Internet nuirait aux relations entre conjoints ou autres membres de la famille.

## Satisfaire des besoins

Au fil des ans, le laboratoire de recherche sur le comportement social a publié près de 150 articles dans les meilleures revues, obtenu plus de 3 millions \$ en subventions de recherche et a supervisé les travaux de plusieurs étudiants des cycles supérieurs dont une douzaine ont obtenu un poste de professeur dans différentes universités. Dans ses travaux, le laboratoire accorde en effet une grande importance à l'implication des étudiants. «Avec Pierre Provencher (professionnel de recherche) et Claudette Leblanc (secrétaire de direction) nous voulons les motiver et satisfaire leur besoin d'autonomie dans leurs propres recherches. Enfin, nous mettons l'accent sur le sentiment d'appartenance à l'équipe, à travers notamment des activités sociales ou sportives qui favorisent les liens.» Robert Vallerand applique donc ce qu'il prêche dans la formation même des étudiants, en favorisant la passion harmonieuse pour la recherche. Après tout, comme il le dit lui-même, «rien de plus pratique qu'une bonne théorie.» ●