

ÉDIQSCOPE
2020, No 13

**Myriam
Chapdelaine-Daoust**

**Femmes immigrantes à Québec :
pratiques de bénévolat et intégration**



L'ÉDIQ

L'équipe de recherche en partenariat sur la diversité culturelle et l'immigration dans la région de Québec est subventionnée par le Fonds de recherche du Québec - Société et culture (FRQSC). Cette équipe interdisciplinaire et intersectorielle regroupe des établissements universitaires, des institutions de gouvernance, des organismes et des services de première ligne. Elle s'intéresse de façon spécifique aux interactions complexes qui se tissent entre les institutions, en tant que systèmes d'organisation ayant des valeurs, des règles et des pratiques, et la population de la région de Québec caractérisée par une diversité culturelle croissante. Elle examine ces interactions dans une perspective multidimensionnelle qui prend en compte : les ancrages historiques des dynamiques locales; les stratégies, les projets et les réalisations des nouveaux arrivants; les stratégies des institutions face aux changements; ainsi que l'influence des représentations de Soi et de l'Autre sur les interactions entre les personnes, les groupes, les institutions. Responsable scientifique : Stéphanie Arsenault, Université Laval
Co-responsable partenaire : Richard Walling, Les Partenaires communautaires Jeffery Hale
Site Internet : www.ediq.ulaval.ca

ÉDIQSCOPE

L'ÉDIQ édite la série scientifique « Édiqscope » destinée à la publication de travaux issus de mémoires de maîtrise, de thèses de doctorat, essais et autres travaux de recherche.
<http://www.ediq.ulaval.ca/publications/ediqscope/>

Direction

Stéphanie Arsenault, directrice
Richard Walling, co-directeur

Comité scientifique

Stéphanie Arsenault, PhD, travail social, Université Laval
Nicole Gallant, PhD, INRS – Société et culture
Lucille Guilbert, PhD, professeure retraitée, ethnologie, Université Laval
Aline Lechaume, PhD, relations industrielles Université Laval
Michel Racine, PhD, relations industrielles, Université Laval
Le comité scientifique s'adjoit d'autres membres *ad hoc*

Coordination et édition

Justine Laloux, étudiante à la maîtrise, auxiliaire de recherche

Édiqscope, 2020, numéro 13

Myriam Chapdelaine-Daoust, *Femmes immigrantes à Québec : pratiques de bénévolat et intégration*

ÉDIQ

Université Laval
Pavillon Charles-De Koninck, local 6475
1030, av. des Sciences-Humaines, Québec
Québec, Canada, G1V 0A6

Cette recherche est issue d'un mémoire de maîtrise réalisé sous la direction de Stéphanie Arsenault, professeure à l'École de travail social, dans le cadre du programme de maîtrise en service social à l'École de travail social et de criminologie, Faculté des sciences sociales, Université Laval. L'excellence de ce mémoire a valu à son auteure d'être inscrite au tableau d'honneur de la Faculté des études supérieures et postdoctorales.

2020 ÉDIQ

Dépôt légal – Bibliothèque et Archives nationales du Québec, 2020

Dépôt légal – Bibliothèque nationale du Canada, 2020

ISSN 1927-4475

ISBN 978-2-924062-19-7

PRÉFACE

Le contexte international est marqué depuis plusieurs décennies par une augmentation constante des mouvements migratoires. Plusieurs études récentes ont porté sur la féminisation de la mobilité humaine et de la migration, et ce, depuis une analyse genrée. Les changements dans les dynamiques migratoires elles-mêmes et dans les raisons et les façons dont migrent les femmes ont entraîné un changement conceptuel. Plusieurs recherches soutiennent qu'afin de comprendre la complexité des déplacements humains, et particulièrement ceux des femmes, il est nécessaire d'articuler une réflexion socioéconomique et macro-structurelle à une analyse du contexte microsocial et culturel dans lequel elles évoluent. Pour ce faire, il est recommandé d'aborder les questions liées à la féminisation de la migration et à la migration féminine depuis une approche qui questionne notamment les relations de genre, mais également les autres rapports sociaux qui favorisent et facilitent la mobilité et l'intégration des personnes qui appartiennent aux groupes dominants ou en situation de privilège tout en limitant ou rendant plus complexe celle des groupes sociaux historiquement marginalisés, notamment les femmes.

Si les mouvements migratoires sont multiples, les réalités et les expériences de chacune des personnes entreprenant ce type de trajectoire le sont tout autant. En effet, qu'elles amorcent un processus de migration pour des raisons de regroupement familial, pour étudier ou travailler ou qu'elles se soient vues forcées de chercher asile ou refuge; les immigrantes ont des parcours qui ne se terminent pas alors qu'elles arrivent dans le pays d'accueil. Cette étape de leur trajectoire est marquée, comme les précédentes, par des enjeux et des défis qui seront modulés selon différents facteurs, mais face auxquels elles développent différentes stratégies.

Dans ce contexte, la recherche de Myriam Chapdelaine-Daoust pose un regard particulièrement pertinent sur les enjeux que vivent les immigrantes dans la ville de Québec à l'aune des stratégies qu'elles mettent de l'avant pour s'intégrer. Une de ces stratégies déployées par les personnes qui sont au cœur du mémoire de Myriam Chapdelaine-Daoust est le bénévolat. Secteur féminisé et souvent associé à des activités qui s'inscrivent dans la continuité du travail de soin que les femmes ont historiquement réalisé gratuitement, le bénévolat est ici abordé comme un levier d'implication sociale dans le contexte post-migratoire. Les motivations à s'engager dans ce type de pratique, les circonstances, les particularités de ces engagements et les impacts sur les parcours migratoires et d'intégration diffèrent d'une participante à l'autre. Toutefois, l'analyse des récits partagés met en exergue comment le bénévolat est mobilisé pour faciliter le processus qualifié d'intégration.

À ce sujet, je tiens à souligner la méthodologie employée qui s'appuie sur la participation des femmes immigrantes dans la définition même de ce qu'est l'intégration. Ce choix méthodologique permet de lever le voile sur un concept qui peut paraître simple, mais dont la complexité est marquée par les nuances des vécus distincts. Trop souvent, des recherches sont menées « sur » les enjeux migratoires ou « sur » les personnes en situation de migration plutôt « qu'avec » ces personnes. Ici, le choix est fait non seulement de donner une voix, mais également d'impliquer

les participantes dans la démarche. Le traitement des données (très riches d'ailleurs) et l'analyse qui en découle démontrent la rigueur de Myriam Chapdelaine-Daoust et son souci de respecter les propos des participantes. À cet effet, la reconnaissance de sa propre position située en tant que chercheuse est appréciée.

Le choix de permettre aux participantes de définir elles-mêmes leur conceptualisation de l'intégration et de poser un regard critique sur leur parcours et leur situation actuelle est un des éléments très positifs de cet ouvrage. L'extrait suivant des propos d'une des participantes à la recherche est révélateur de toutes les nuances nécessaires dans les définitions et l'analyse des processus d'intégration :

Quand on veut se départir de nos préjugés et ne pas forcément vouloir recréer un (pays d'origine) au Canada, sans forcément vouloir devenir totalement Canadien, on peut. Donc, je crois que c'est vraiment un équilibre que chacun trouve. On est tous immigrants et personne n'est venu de la même façon, pour la même raison, ne s'attendait à la même chose. Donc, je crois que c'est vraiment un équilibre que chacun doit pouvoir trouver par rapport à c'est quoi pour lui l'intégration.
(Angélique)

Ces propos, et les autres recueillis dans ce projet de recherche, mettent de l'avant les défis et les enjeux qui sont vécus. Bien qu'ils soient distincts pour chacune, des éléments se recoupent et laissent percevoir qu'une des nuances à mettre de l'avant dans la conception de l'intégration est liée à la reconnaissance de l'agencité des personnes et leur capacité à définir elles-mêmes leur réalité, mais également de remettre en question l'idée selon laquelle elles sont les seules responsables de leur processus d'intégration. C'est-à-dire qu'il est important de ne pas faire reposer la responsabilité de cette intégration uniquement sur les épaules des femmes immigrantes, mais d'assurer que le contexte d'accueil en soit un qui met en place des mesures d'inclusion. En ce sens, élargir la conceptualisation dans une perspective inclusive et de responsabilité sociale de tous et toutes.

Ce que l'approche et la méthodologie employées par Myriam Chapdelaine-Daoust permettent est non seulement que les personnes au cœur de la recherche participent à la définition des concepts, mais également qu'elles participent au processus d'analyse et donc des recommandations qui en découlent. Il s'agit d'une démarche qui peut comporter ses défis, mais qui s'inscrit dans des valeurs d'inclusion qui sont en cohérence avec le sujet de la recherche, faisant de cet ouvrage un apport aux recherches et aux réflexions sur les processus migratoires contemporains.

Isabelle Auclair

Professeure agrégée,

Département de management, Université Laval

REMERCIEMENTS

La réalisation de ce mémoire de maîtrise n'aurait pas été possible sans l'aide et le soutien de plusieurs personnes que je tiens ici à remercier chaleureusement.

Tout d'abord, je tiens à remercier de tout mon cœur les femmes qui ont accepté de participer à ma recherche, qui m'ont donné de leur temps et partagé avec moi leurs histoires et leurs expériences avec ouverture et générosité. Ce mémoire n'existerait pas sans leur participation et je leur en suis infiniment reconnaissante.

Je veux aussi souligner ma gratitude envers les intervenants de plusieurs organismes qui ont accepté de transmettre mon annonce de recrutement ou de me référer des participantes potentielles. Cette collaboration a été précieuse et a contribué à la diversité et la richesse des rencontres faites dans le cadre de ma recherche.

Je tiens également à remercier ma directrice de recherche, Stéphanie Arsenault pour son soutien, sa patience et ses commentaires constructifs tout au long de ce processus parfois difficile que constitue la réalisation d'un mémoire de maîtrise. Je remercie également Lucille Guilbert pour sa collaboration au projet. Ses suggestions intéressantes et pertinentes ont beaucoup contribué à ma réflexion et au développement de mon projet de recherche.

Sur un plan plus personnel, je veux remercier mes proches pour leurs encouragements et leur soutien. Je remercie tout spécialement mon père dont l'appui constant pendant mes études a été d'une aide plus que précieuse. Un grand merci aussi à Lucette pour ses encouragements et son empathie ainsi qu'à Cindy pour avoir été une compagne de maîtrise avec qui je pouvais partager les difficultés de ce processus. Un merci aussi à mes collègues du bureau de l'ÉDIQ avec qui le partage quotidien de l'expérience des études supérieures a été très enrichissant et m'a aidé dans la réalisation de mon projet.

En terminant, je veux dire un merci tout spécial à mon amie Khedidja avec qui une discussion portant sur son bénévolat au Québec a fait germer dans mon esprit l'idée de ce projet de recherche.

Merci à tous!

RÉSUMÉ

Dans les dernières années, la ville de Québec a accueilli un nombre de plus en plus important d'immigrants auxquels vient également s'ajouter un nombre significatif de résidents non permanents, notamment un nombre grandissant d'étudiants étrangers, ce qui amène une diversification croissante du tissu urbain. La moitié des nouveaux arrivants sont des femmes et, si la réalité de celles-ci présente en partie les mêmes enjeux que pour l'ensemble des immigrants, elles vivent souvent des obstacles encore plus importants, du fait d'être à la fois femmes et immigrantes. Toutefois, elles ont également une capacité d'agir et de mettre en œuvre des stratégies afin de faire face aux difficultés vécues et certaines choisissent par exemple d'avoir des formes d'implication sociale au sein de la société d'accueil. Cette recherche exploratoire s'intéresse ainsi à l'une de ces stratégies, celle du bénévolat, par le biais de la réalisation d'entrevues auprès de femmes immigrantes ayant eu des pratiques de bénévolat dans les premières années de leur vie au Québec. L'objectif principal de la recherche est de comprendre la perception des femmes concernées quant au rôle qu'ont eu leurs pratiques de bénévolat dans leur parcours d'intégration. Certains constats peuvent être faits à cet égard à partir des résultats. Pour la majorité d'entre elles, le bénévolat s'inscrivait dans la continuité de leur parcours d'engagement antérieur, mais les circonstances spécifiques au contexte post-migratoire pouvaient amener des changements dans le type de bénévolats réalisés, la façon de s'engager ainsi que les motivations derrière cet engagement. Les femmes interrogées s'impliquaient en effet en fonction de principes et de valeurs ainsi que de leurs intérêts personnels, mais leur situation d'immigrante amenait aussi des motivations supplémentaires liées notamment à la volonté de créer des liens sociaux et de trouver des repères dans la société d'accueil. Les participantes constatent des effets très positifs du bénévolat sur leur intégration et sur leur parcours de vie en contexte post-migratoire. Ces impacts peuvent toucher plusieurs sphères de leur vie et influencent particulièrement leur intégration sociale, culturelle et professionnelle dans une moindre mesure, contribuant significativement à leur développement humain dans le contexte de leur parcours post-migratoire.

Mots-clés : étude qualitative, immigration, femmes immigrantes, intégration, bénévolat, parcours de vie, développement humain.

ABSTRACT

In recent years, Quebec City has welcomed an increasing number of immigrants and a significant number of non-permanent residents, including more and more international students. This has given way to an even more diverse urban fabric. Half of the newcomers are women who, while experiencing most of the challenges shared by all immigrants, often face greater barriers due to a dual woman/immigrant status. On the other hand, immigrant women also have a capacity to act upon their lives and implement strategies to cope with their difficulties, including getting socially involved in the host society. This exploratory research focuses on one of these strategies – volunteering – through interviews with immigrant women who have volunteered in the early years of their lives in Quebec. The main objective of the research is to understand the role of volunteering with regard to the integration process. Some observations came out of our results. For the majority of participants, volunteering came in line with previous commitments while circumstances specific to post-migration could lead to changes in the types of volunteering they chose, the way they committed themselves and the motivations behind their choices. Interviewees have gotten involved according to their principles, values and interests, but their immigrant status also carried additional motivations including the wish to create social links and find some grounding in the new society. Participants reported that volunteering has had highly positive impacts on their integration and life course in a post-migration context. Such impacts can influence several spheres of their lives, particularly their social and cultural integration as well as their professional integration, though to a lesser extent. In this way, volunteering significantly contributed to the human development of the participants in their post-migratory experience.

Keywords: qualitative research, immigration, immigrant women, integration, volunteering, life course, human development

TABLE DES MATIÈRES

PRÉFACE	IV
REMERCIEMENTS	VI
RÉSUMÉ.....	VII
ABSTRACT	VIII
TABLE DES MATIÈRES	IX
LISTE DES TABLEAUX	12
INTRODUCTION	13
CHAPITRE 1 — PROBLÉMATIQUE	15
1.1. Mise en contexte.....	15
1.1.1 L’immigration au Canada : évolution et politiques	15
1.1.2 L’immigration au Québec : de la méfiance envers l’autre à la volonté d’intégration	18
1.1.3 Les étudiants étrangers : entre mobilité internationale et voie d’immigration	23
1.2 Objet d’étude :	27
1.2.1 L’immigration dans la région de Québec	27
1.2.2 L’immigration des femmes.....	28
1.2.3 Réalité des femmes immigrantes.....	29
1.2.4 Femmes immigrantes et bénévolat	30
1.3 Recension des écrits	31
1.3.1 Démarche documentaire	31
1.3.2 Recension des écrits	32
1.3.3 Limites des études.....	43
1.3.4 Pertinence sociale et scientifique de la recherche	43
CHAPITRE 2 — CADRE CONCEPTUEL ET THÉORIQUE	44
2.1 Principaux concepts.....	44
2.1.1 Immigrants	44
2.1.2 Intégration.....	45
2.1.3 Bénévolat	47
2.2 Modèle écologique de développement humain	49
2.3 Théorie du parcours de vie.....	52
CHAPITRE 3 — MÉTHODOLOGIE	54
3.1 Question et objectifs de recherche.....	54
3.2 L’approche et le type de recherche privilégiés	54

3.3 Population et échantillonnage	55
3.4 Mode de collecte des données	57
3.5 Analyse des données	59
3.6 Considérations éthiques	60
CHAPITRE 4 — RÉSULTATS DE L'ÉTUDE	62
4.1 Présentation de l'échantillon	62
4.1.1 Présentations individuelles des participantes	62
4.1.2 Données socio-économiques des participantes	65
4.1.3 Présentation globale de l'échantillon	66
4.1.4 Les circonstances et motivations du projet migratoire	69
4.2 L'intégration : un concept flou, une réalité complexe	70
4.2.1 Visions de l'intégration.....	71
4.2.2 Perception du sentiment d'intégration personnelle	73
4.2.3 Facteurs d'intégration : des difficultés et des éléments facilitateurs.....	74
4.3 Le bénévolat : un parcours d'engagement.....	85
4.3.1 Parcours de bénévolat prémigratoire : un engagement de longue date	85
4.3.2 Bénévolats pré et post-migratoires : entre continuité et nouvelles avenues	86
4.3.3 Évolution de la perception du bénévolat en contexte d'immigration.....	88
4.4 Le bénévolat en contexte migratoire : des motivations morales et circonstancielle.....	89
4.4.1 Aider les autres et s'aider soi-même	89
4.4.2 Connaître la langue, comprendre la culture	91
4.4.3 Une question de principe, un mode de vie	92
4.4.4 Acquérir de l'expérience, développer ses compétences	94
4.5 Des impacts sur les différentes sphères de la vie	95
4.5.1 Vie sociale.....	95
4.5.2 Intégration culturelle	98
4.5.3 Vie professionnelle.....	100
4.5.4 Impacts émotionnels et intellectuels.....	102
CHAPITRE 5 — DISCUSSION	106
5.1 La problématique des femmes immigrantes et les participantes de l'étude	106
5.2 Concept d'intégration : entre la théorie et les définitions personnelles	108
5.3 Les femmes immigrantes face au concept de bénévolat.....	110
5.4 L'engagement bénévole des participantes : entre situations personnelles et statistiques.....	113

5.5 Le bénévolat comme élément du parcours migratoire	114
5.6 Le potentiel de développement humain du bénévolat en contexte post-migratoire	116
5.7 Limites de l'étude.....	120
CONCLUSION	122
BIBLIOGRAPHIE.....	126
ANNEXE 1 — TABLEAU D'OPERATIONNALISATION DES CONCEPTS.....	132
ANNEXE 2 — ANNONCE DE RECRUTEMENT.....	133
ANNEXE 3 — COURRIEL DE RECRUTEMENT	134
ANNEXE 4 — GUIDE D'ENTREVUE	135
ANNEXE 5 — FORMULAIRE DE CONSENTEMENT	137

LISTE DES TABLEAUX

Tableau 1 : Données socio-économiques des participantes.....	65
Tableau 2 : Parcours de bénévolat des participantes	86
Tableau 3 Opérationnalisation des concepts.....	132

INTRODUCTION

Dans de nombreux pays occidentaux, l'immigration est devenue une réalité très présente amenant une diversité culturelle croissante qui change le tissu social de façon importante, particulièrement dans les régions urbaines. C'est également le cas dans la société québécoise actuelle et, si l'immigration est encore largement concentrée dans la région de Montréal, on remarque depuis le début de la décennie une augmentation significative de l'immigration dans la région de Québec (Statistique Canada, 2018). La réalité sociale de la ville est donc en constante évolution à cet égard et l'immigration est ici comme ailleurs un enjeu de société important sur lequel il est pertinent de se pencher. L'immigration est par ailleurs une période de transition importante dans le parcours des personnes concernées et s'accompagne d'un bouleversement dans l'ensemble des sphères de la vie. Les immigrants doivent ainsi composer avec le nouvel environnement que représente la société d'accueil, avec une nouvelle culture et de nouveaux milieux de vie. Cette situation s'accompagne d'une série de difficultés et d'obstacles et de nombreux facteurs influencent la façon dont l'intégration sera vécue dans la société d'accueil. Ces facteurs peuvent être associés à des éléments extérieurs, mais peuvent aussi concerner la personne elle-même et il ne faut donc pas sous-estimer la capacité d'agir des individus.

Les femmes immigrantes représentent aujourd'hui la moitié de l'ensemble des immigrants et, si leur réalité présente des enjeux similaires, elles peuvent aussi vivre un cumul de difficultés du fait qu'elles sont à la fois femmes et immigrantes (Pierre, 2005). Si elles peuvent donc rencontrer des obstacles importants durant leur parcours post-migratoire, les immigrantes peuvent néanmoins faire preuve d'agentivité et mettre en œuvre des stratégies d'action face aux difficultés rencontrées, notamment afin de favoriser leur intégration. Ces stratégies peuvent être liées à l'intégration professionnelle, mais peuvent également être d'une autre nature, notamment liées à la création de réseaux sociaux et à l'implication sociale (León Correal, 2015; Vatz Laaroussi, 2008). Le bénévolat constitue un exemple de stratégie d'implication sociale que choisissent certaines femmes au cours de leur processus d'intégration.

Cette recherche s'intéressera donc aux femmes immigrantes de la région de Québec qui ont choisi de s'engager dans des pratiques de bénévolat dans les premières années de leur parcours post-migratoire. L'objectif général de la recherche sera de comprendre la perception des femmes rencontrées quant au rôle qu'ont joué leurs pratiques de bénévolat dans leur parcours d'intégration. À cette fin seront abordés leur vision et leur expérience de l'intégration, leur parcours d'engagement bénévole, leurs motivations pour faire du bénévolat et les impacts que celui-ci a eu sur les différentes sphères de leur vie en contexte post-migratoire.

Ce mémoire sera divisé en cinq principaux chapitres. Le premier chapitre présentera la problématique de recherche. Une mise en contexte sera faite de l'histoire et des politiques d'immigration au Québec et au Canada. Seront ensuite développés plusieurs éléments concernant l'objet d'étude de la recherche, soit l'immigration propre à la ville de Québec, les femmes immigrantes et quelques données concernant leur implication bénévole. Sera ensuite présentée une recension des écrits portant sur les facteurs influençant l'intégration des femmes

immigrantes et les différentes stratégies utilisées par celles-ci durant leurs parcours. Le deuxième chapitre comportera le cadre conceptuel de la recherche et les principaux concepts qui ont été utilisés, soit les immigrants, l'intégration et le bénévolat, ainsi que le cadre théorique de la recherche qui se base sur le modèle écologique de développement humain et la théorie du parcours de vie. Le troisième chapitre présentera la méthodologie utilisée. Il s'agit d'une recherche exploratoire de nature qualitative qui a été réalisée à partir d'entrevues individuelles semi-dirigées avec une dizaine de femmes récemment immigrées au Québec qui ont fait du bénévolat de façon significative depuis leur arrivée. Le quatrième chapitre exposera les résultats issus de ces entrevues et y sera ainsi présentée une description de l'échantillon de la recherche ainsi que les réponses des participantes concernant les sujets abordés en entrevue en lien avec les objectifs de la recherche. Finalement, le dernier chapitre présentera une discussion des résultats de l'étude, en mettant ceux-ci en lien avec les éléments ressortis de la recension des écrits ainsi qu'avec le cadre conceptuel et théorique de la recherche.

CHAPITRE 1 — PROBLÉMATIQUE

Dans ce premier chapitre, on retrouvera en premier lieu une mise en contexte de la recherche, avec un historique des flux migratoires au Canada et au Québec ainsi que des politiques d'immigration développées par les deux paliers de gouvernement, puis un portrait actuel de l'immigration au Québec. Une section sera également consacrée à la question des étudiants étrangers qui occuperont une place importante dans cette étude. Sera ensuite présenté l'objet de cette étude avec un portrait de l'immigration dans la région de Québec ainsi que de l'immigration des femmes. Seront ensuite exposés certains éléments concernant le bénévolat chez les femmes immigrantes. Finalement, on retrouvera une recension des écrits portant sur des travaux concernant la question des femmes immigrantes, plus spécifiquement les facteurs influençant l'intégration et les stratégies déployées par les immigrantes durant leur parcours.

1.1. Mise en contexte

1.1.1 L'immigration au Canada : évolution et politiques

- **Les flux migratoires dans l'histoire de l'immigration canadienne**

Le Canada a toujours été un pays d'immigration et ses différentes vagues ont fortement modelé la composition de la société canadienne telle qu'elle est aujourd'hui. Le Canada étant une ancienne colonie, l'immigration y a d'abord eu des visées de peuplement, un moyen pour les autorités d'assurer l'occupation du territoire (Termote, 2013). Ça a été notamment le cas lors des régimes français puis britannique, avec des migrations en provenance de leurs territoires respectifs. Les loyalistes au 18^e siècle au moment de la révolution américaine, puis des Irlandais fuyant la famine au 19^e siècle, ont ensuite constitué des vagues de migration importantes ayant contribué à la composition de la population de l'époque (Cousineau et Boudarbat, 2009).

À partir de la Confédération en 1867, les flux migratoires ont beaucoup varié, que ce soit en fonction d'événements extérieurs, des fluctuations économiques ou des politiques d'immigration en vigueur dans le pays. Le début du 20^e siècle a marqué un boom migratoire très important, alors que le nombre d'immigrants au Canada n'a cessé d'augmenter jusqu'au début de la Première Guerre mondiale. L'aspect du peuplement était à cette époque encore important, avec la colonisation des provinces de l'Ouest. Une partie significative de l'immigration était donc destinée à l'occupation terrienne et à l'agriculture. Toutefois, la construction du chemin de fer transcanadien et le développement du secteur industriel ont également attiré de plus en plus d'ouvriers et de travailleurs de la construction. C'est ainsi que plus de 2,9 millions d'immigrants sont venus au Canada entre 1900 et 1914, contribuant significativement à la croissance de la population canadienne, particulièrement dans les Prairies où vivait alors 41% de la population d'origine immigrante (Boyd et Vickers, 2000). Au moment de la Première Guerre mondiale, l'immigration a chuté dramatiquement, pour remonter ensuite au cours des années 1920 qui représentaient une période de développement économique. Durant les années 1930, la crise économique a non seulement provoqué une nouvelle chute de l'immigration, mais le bilan migratoire du Canada est même devenu négatif, avec plus de gens qui quittaient le pays que de

gens qui venaient s'y établir (Boyd et Vickers, 2000). Cette baisse de l'immigration était due bien sûr au manque de perspectives économiques, mais également à des mesures restrictives mises en place par le gouvernement canadien durant cette période marquée par la montée d'un sentiment anti-immigration partout dans le pays (Behiels, 1991; Gastaut, 2009). L'immigration n'a vraiment repris qu'après la Deuxième Guerre mondiale, avec une croissance très importante s'expliquant à la fois par le boom économique qu'a vécu l'Amérique d'après-guerre que par les conditions politiques, sociales et économiques difficiles en Europe poussant les gens à émigrer.

L'immigration a continué d'augmenter durant les années 1950 et 1960. Ces nouveaux arrivants s'installaient de moins en moins dans les régions des Prairies, se tournant en majorité vers les grands centres urbains, avec une concentration particulière en Ontario. Cette tendance suivait le développement croissant d'une économie de production et de services, à laquelle contribuaient ces nouveaux immigrants dont le profil était de plus en plus celui de professionnels et travailleurs qualifiés. Malgré certaines fluctuations, les dernières décennies du 20^e siècle ont vu une augmentation générale de l'immigration, qui contribuait de plus en plus à la croissance générale de la population, atteignant près de 50% de celle-ci entre 1986 et 1996 (Boyd et Vickers, 2000).

- **Les politiques d'immigration au Canada : de la discrimination à la diversité**

Au début du siècle, la grande majorité des immigrants provenaient du Royaume-Uni et des États-Unis. À partir des années 1910 et 1920, l'immigration s'est diversifiée avec une augmentation significative de la venue d'immigrants d'autres régions d'Europe telles que l'Europe du Sud, l'Europe de l'Est et la Russie. Avec la diversification de l'immigration ont surgi des débats publics sur les flux migratoires vers le pays et l'origine de ces immigrants. Le gouvernement a alors mis en place des politiques favorisant la venue d'immigrants de certains pays et restreignant significativement (voire excluant) l'immigration venant d'autres pays, constituant ainsi une forme de discrimination contre les personnes appartenant à des minorités visibles. Alors que les travailleurs chinois avaient joué un rôle important dans la construction du chemin de fer, des mesures de plus en plus restrictives ont été mises en place pour limiter leur venue à partir de la fin du 19^e siècle, notamment par l'imposition d'une taxe d'entrée au Canada en constante augmentation. Dans le même esprit, des ententes ont été prises avec le gouvernement japonais pour limiter l'immigration en provenance de ce pays, tandis que des restrictions liées au transit par d'autres pays avant l'arrivée au Canada avaient pour effet d'exclure l'immigration en provenance de l'Inde (Boyd et Vickers, 2000; Legault et Raché, 2008). Ce type de mesures limitant l'immigration en provenance de certains pays et particulièrement des pays d'Asie a perduré au cours de la première moitié du 20^e siècle et s'est étendu à l'exclusion de l'immigration en provenance de pays ennemis durant la Deuxième Guerre mondiale. En l'absence de politique sur les réfugiés, cette exclusion se faisait sans distinction et empêchait ainsi largement l'accueil des gens fuyant la guerre, incluant les immigrants juifs fuyant les persécutions nazies.

Après la Deuxième Guerre mondiale, la tendance vers une diversification de l'immigration s'est accélérée, alors que la proportion de l'immigration traditionnelle en provenance du Royaume-Uni diminuait, mais cette diversification se limitait encore majoritairement aux pays européens, en accord avec les politiques canadiennes en vigueur. Cette situation a finalement commencé à

changer avec l'abandon de la nationalité d'origine comme critère d'admissibilité en 1962, cette politique étant officielle remplacée en 1967 par le système de points actuel. Ce système établit un certain nombre de critères tels que l'âge, le niveau d'éducation, la connaissance des langues officielles et les caractéristiques économiques auxquels sont attribués des points, les candidats devant atteindre un certain nombre de points pour être admissibles à l'immigration. Le droit des immigrants établis au Canada de parrainer un membre de leur famille a également été officialisé dans le cadre de cette politique, mais c'est seulement en 1978 qu'a été établie une politique officielle pour l'accueil de réfugiés, ce que le Canada ne faisait auparavant que dans des circonstances très spécifiques (Termote, 2013).

À partir de la fin des années 1960, le nombre d'immigrants en provenance de l'Europe, du Royaume-Uni et des États-Unis a progressivement diminué au profit d'autres régions du monde et particulièrement de l'Asie. Dans les années 1990, les immigrants venant des cinq pays les plus représentés, soit la Chine, Hong Kong, l'Inde, les Philippines et le Sri Lanka, représentaient à eux seuls plus du tiers des immigrants (Boyd et Vickers, 2000). S'y est ajouté également une croissance de l'immigration en provenance d'Afrique, d'Amérique latine et des Antilles (Legault et Raché, 2008). Cette ouverture de l'immigration à d'autres régions du monde a eu pour effet d'augmenter significativement la proportion de la population appartenant à des minorités visibles. La proportion de gens s'identifiant comme tels est ainsi passée de 5% de la population canadienne en 1981 à 11,2% en 1996 (Boyd et Vickers, 2000). Le gouvernement canadien reconnaît par ailleurs l'importance de la place des différentes communautés culturelles au pays en adoptant en 1971 la politique du multiculturalisme, qui deviendra une loi en 1988. Celle-ci vise à reconnaître l'existence des différents groupes culturels présents au Canada et leur garantir le droit de protéger leur culture d'origine, tout en facilitant leur adaptation à la société canadienne en favorisant l'acquisition de la connaissance de l'une des deux langues officielles (Gastaut, 2009). L'évolution des politiques gouvernementales a ainsi largement contribué non seulement à la croissance de l'immigration, mais également à la diversification de celle-ci tant en ce qui concerne le profil des immigrants que leurs origines.

- **Les catégories d'immigration**

L'immigration telle qu'elle est officiellement entendue au Canada implique une immigration pour installation permanente et celle-ci se divise en trois catégories, soit l'immigration économique (ou indépendante), l'immigration pour motifs humanitaire (réfugiés, demandeurs d'asile) et le regroupement familial (Gouvernement du Québec, 2007). L'immigration économique implique plusieurs catégories d'immigrants dits « indépendants », soit les entrepreneurs, les investisseurs, les travailleurs autonomes et les travailleurs qualifiés, ces derniers représentant la majorité des immigrants actuels (Bégin, 2009). Ces immigrants sont sélectionnés en fonction d'une grille de points établissant des critères déterminés, en lien avec leur capacité anticipée de s'intégrer dans le cadre d'une activité économique, en particulier sur le marché de l'emploi. Les réfugiés (ou autres personnes venant pour des motifs humanitaires) sont des personnes que le gouvernement canadien détermine comme ayant besoin de sa protection, en vertu des critères établis par la Convention de Genève qui définit le statut de réfugié ou en fonction de critères définis par le

gouvernement canadien. La dernière catégorie d'immigration, soit le regroupement familial, concerne des immigrants qui sont parrainés par un proche parent habitant déjà au Canada (Bégin, 2009; Gouvernement du Québec, 2007).

Une autre catégorie importante de migration est celle des résidents non permanents. Bien que n'étant pas incluse dans les données officielles concernant l'immigration, la présence de ceux-ci contribue néanmoins à la diversification du tissu social au Canada et certains d'entre eux peuvent éventuellement devenir des immigrants permanents. Les résidents non permanents appartiennent à plusieurs groupes tels que les travailleurs saisonniers (dans le domaine de l'agriculture par exemple), les étudiants étrangers et les travailleurs qualifiés temporaires, à qui l'on octroie un permis de travail et de séjour afin d'occuper un emploi au Canada qui requiert leurs compétences. Cette catégorie de travailleurs est en expansion depuis les années 1980 (Boyd et Vickers, 2000). Le Canada facilite depuis quelques années l'obtention d'un statut de résident permanent pour les travailleurs qualifiés temporaires et pour les anciens étudiants étrangers à l'issue de leurs études, ces deux statuts ouvrant donc désormais la voie vers l'immigration (Sweetman et Warman, 2014).

1.1.2 L'immigration au Québec : de la méfiance envers l'autre à la volonté d'intégration

- **Le Québec d'avant 1960**

En raison de son caractère distinctif, le Québec a une histoire et un rapport à l'immigration qui se distinguent du reste du Canada. Pendant la période du régime français, une première vague d'immigration importante en provenance de la France a été encouragée par Louis XIV afin d'assurer un peuplement du territoire (Cousineau et Bourdabat, 2009). Ensuite, sous le régime britannique, le Québec a vu plusieurs vagues d'immigration anglo-saxonnes. À la fin du 18^e siècle, une partie des loyalistes ayant fui la révolution américaine s'est installée au Québec, notamment dans la région des Cantons-de-l'Est. Au 19^e siècle, la majorité des immigrants provenaient de l'Empire britannique, avec notamment un nombre très important d'immigrants irlandais dans les années 1840 et 1850 (Cousineau et Bourdabat, 2009; Behiels, 1991). La deuxième moitié du 19^e siècle a toutefois vu une forte diminution de l'immigration. Le Québec est plutôt devenu une terre d'émigration, alors que plus de 400 000 Canadiens français quittaient la province, notamment pour aller travailler dans les usines de textile de la Nouvelle-Angleterre (Behiels, 1991). Par ailleurs, au moment de la Confédération en 1867, l'immigration est établie comme domaine de compétence partagé entre le gouvernement fédéral et les provinces. Dans les faits, c'est toutefois le gouvernement fédéral qui exercera seul le contrôle de l'immigration sur l'ensemble du territoire jusque dans les années 1960 (Gastaut, 2009).

Au début du 20^e siècle, seul un petit nombre d'immigrants arrivant au Canada choisissait de venir s'établir au Québec (Boyd et Vickers, 2000). L'immigration se concentrait principalement à Montréal et, si la plus grande part de la province restait peuplée d'une majorité francophone relativement homogène, la ville de Montréal devenait quant à elle de plus en plus diversifiée, non

seulement avec la présence d'une population d'origine britannique, mais également avec de nouvelles vagues d'immigration en provenance d'Europe. Les premières décennies du 20^e siècle ont ainsi été marquées par l'arrivée de nombreux immigrants juifs en provenance d'Europe de l'Est, ainsi que d'immigrants italiens dont la venue s'est accélérée encore davantage après la Deuxième Guerre mondiale. Ces nouvelles populations se sont formées en véritables communautés au sein de la métropole, marquant fortement le tissu social de la ville (Behiels, 1991; Gastaut, 2009). Une communauté d'immigrants d'origine chinoise s'est également établie à Montréal à la même époque, alors qu'un certain nombre des travailleurs chinois ayant contribué à la construction du chemin de fer transcanadien ont ensuite choisi de s'établir dans la métropole québécoise (Gastaut, 2009). Durant les années 1930 et la Deuxième Guerre mondiale, la tendance migratoire était similaire à celle de l'ensemble du Canada avec une baisse drastique de celle-ci. En plus du manque de perspectives d'emploi, la crise économique a provoqué une montée de la xénophobie et de la méfiance envers l'immigration (Gastaut, 2009). De plus, les élites canadiennes-françaises de l'époque étaient souvent hostiles à l'immigration, voyant dans la diversification culturelle croissante du Canada une menace à l'idée des deux langues et peuples fondateurs (Behiels, 1991). Le climat d'accueil défavorable et l'isolement des communautés linguistiques à Montréal ont contribué à faire en sorte que l'intégration des immigrants se soit faite majoritairement dans la minorité anglophone du Québec (Gastaut, 2009). Malgré tout, certaines initiatives ont été prises pour tenter de changer les mentalités et d'encourager une plus grande intégration des immigrants, particulièrement des immigrants catholiques. Conscients de la baisse du poids démographique des francophones au Canada, une partie de l'élite francophone militait en faveur d'un changement d'attitude de la société québécoise envers les immigrants et d'une intégration de ceux-ci dans la majorité francophone (Behiels, 1991; Gastaut, 2009). Toutefois, cette ouverture est restée très limitée et n'a pas créé un véritable changement en profondeur dans le rapport de la société québécoise à l'immigration.

- **L'État moderne québécois et la prise en charge de l'immigration**

Il a ainsi fallu attendre la Révolution tranquille dans les années 1960 pour que change finalement de façon significative le rapport du Québec à l'immigration, alors que le gouvernement de Jean Lesage débutait la mise en œuvre d'un État québécois moderne intervenant maintenant dans l'ensemble des sphères de la vie publique (Behiels, 1991). On assistait également à une ouverture de la société québécoise et à un changement de mentalité, notamment sous l'influence de l'Exposition universelle de 1967. Le rapport des Québécois à leur identité est passé d'une identité canadienne-française essentiellement ethnique à une identité nationale, ce qui a contribué à transformer progressivement leur rapport avec l'immigration. Celle-ci était ainsi vue de façon beaucoup plus positive qu'auparavant, avec le développement d'une nouvelle volonté d'intégrer les nouveaux arrivants à la société québécoise. (Gastaut, 2009). De plus, la baisse du taux de natalité et l'intégration massive des nouveaux arrivants à la communauté anglophone sont devenues des préoccupations importantes et la question de l'intégration des immigrants est ainsi apparue comme un enjeu pour assurer la pérennité de la langue française et de l'identité québécoise (Behiels, 1991; Gastaut, 2009). Dans ce contexte, l'État québécois a décidé de se

prévaloir des compétences partielles en immigration que lui assurait la constitution canadienne, ce qui a mené à la création d'un ministère de l'Immigration en 1968 avec comme objectif principal la francisation des immigrants et de leurs enfants (Behiels, 1991; Gastaut, 2009). Par le biais de ce ministère, le gouvernement québécois a obtenu progressivement davantage de contrôle concernant l'immigration sur son territoire. Au cours des années 1970, les négociations entre le gouvernement québécois et le gouvernement fédéral ont donné au Québec un pouvoir de représentation à l'étranger et de sélection des immigrants économiques selon ses propres critères (Behiels, 1991; Termote, 2013). Bien que le gouvernement fédéral ait gardé la responsabilité de certaines catégories d'immigration quant à leur venue au Canada, le Québec a obtenu la responsabilité de gérer l'accueil et l'intégration de l'ensemble des immigrants s'établissant sur son territoire (Termote, 2013). À l'instar du reste du Canada, cette époque marquait le début d'une diversification encore plus grande de l'immigration, provenant moins de l'Europe et davantage d'autres régions du monde, le Québec connaissant toutefois des vagues de migrations qui lui étaient spécifiques. Durant les années 1970 et 1980, le pays de provenance le plus important était Haïti, suivi de plusieurs pays d'Amérique latine. À la même époque, le Québec a également accueilli des réfugiés, dits *boat-people*, en provenance du Vietnam ainsi que des Libanais fuyant la guerre (Gastaut, 2009; Legault et Rachédi, 2008). La fin des années 1980 et les années 1990 ont été marquées par l'arrivée d'immigrants en provenance d'Europe de l'Est et de Russie ainsi que de réfugiés venant d'ex-Yougoslavie. De même, cette époque a vu une croissance importante du nombre d'immigrants originaires de l'Algérie, qui vivait une période marquée par la montée du terrorisme (Legault et Rachédi, 2008).

Le Québec exerce donc maintenant un contrôle sur l'entrée des immigrants économiques sur son territoire, tandis que le gouvernement canadien conserve pleine juridiction concernant l'acceptation des réfugiés et le regroupement familial. Les immigrants indépendants étant les plus nombreux en proportion, représentant entre 50% et 60% du nombre annuel total de nouveaux arrivants, le Québec a donc le contrôle sur une partie significative de son immigration (Gohard-Radenkovic, 2013; Termote, 2013). La grille de sélection du Québec concernant les immigrants économiques fonctionne selon le même système de points que celle du gouvernement fédéral, mais avec ses propres spécificités, notamment un nombre de points plus élevé octroyé à la connaissance et la maîtrise du français. L'autre critère le plus important concerne le niveau de scolarité et le domaine de formation des candidats à l'immigration. Viennent ensuite d'autres critères tels que l'âge, les conjoints et enfants, l'expérience professionnelle, les liens préalables avec le Québec (y avoir déjà séjourné ou y avoir de la famille), l'autonomie financière et l'employabilité. Selon ce système, les candidats doivent obtenir un score minimum afin d'être éligibles à l'immigration (Cousineau et Boudarbat, 2009).

Par ailleurs, le gouvernement québécois étant responsable de l'accueil et de l'intégration de l'ensemble des immigrants sur son territoire, il a mis en place au fil du temps plusieurs politiques et moyens d'action à cet effet, autant au niveau linguistique et éducatif que socio-économique (Behiels, 1991). On a notamment assisté à la création des Centres d'orientation et de formation des immigrants (COFI) qui offraient différents services incluant des cours de francisation aux nouveaux arrivants. La loi 101 votée en 1977 rendait par ailleurs obligatoire l'enseignement en

français pour l'ensemble des enfants d'immigrants. Bien que le fait d'imposer ce type de mesures coercitives ait rencontré à l'époque une vive résistance, l'objectif d'assurer la connaissance de la langue française chez les descendants d'immigrants par une scolarisation en français a été en bonne partie atteint, 80% d'entre eux fréquentant les écoles francophones au début des années 2000, alors qu'ils n'étaient que 18% au moment de l'adoption de la loi (Behiels, 1991; Gastaut, 2009). Cette prise en charge par l'État des questions liées à l'immigration et à la diversité culturelle s'est incarnée à travers différentes politiques gouvernementales. En 1975, le gouvernement québécois adoptait la *Charte des droits et libertés*, qui interdisait toute forme de discrimination basée sur la « race », la couleur, l'origine ethnique ou nationale et la religion. Celle-ci a ensuite mené à la création de la Commission des droits de la personne et de la jeunesse, puis du Tribunal des droits de la personne en 1990, chargé de s'assurer du respect des dispositions de la Charte (Gouvernement du Québec, 2008). En 1986, la *Déclaration du gouvernement du Québec sur les relations interethniques et interraciales* constituait un premier pas vers une politique québécoise concernant la diversité culturelle et l'intégration, mais ce n'est qu'en 1990 qu'a été adoptée la première politique explicite abordant le sujet, avec l'Énoncé de politique en matière d'immigration et d'intégration *Au Québec, pour bâtir ensemble*.

La politique actuelle en matière d'intégration des immigrants et des minorités visibles, *La diversité : une valeur ajoutée*, a été adoptée en 2008. Ayant pour objectif de lutter contre le racisme et la discrimination et de favoriser les rapprochements interculturels, cette politique établit également un certain nombre de mesures afin de favoriser l'égalité des chances, que ce soit concernant l'accès au marché du travail, l'accès aux services publics ou l'exercice des droits (Gouvernement du Québec, 2008). Par ailleurs, en réaction au concept du multiculturalisme canadien, souvent vu comme une négation du caractère national du Québec, le gouvernement québécois oppose le concept d'interculturalisme qui reconnaît la présence d'une culture majoritaire et envisage l'intégration des immigrants sur la base d'un tronc commun de culture et de langue française. La question de l'intégration et de la façon dont celle-ci doit s'incarner ne se fait toutefois pas toujours sans débats, qui peuvent parfois devenir houleux. Au milieu des années 2000 a ainsi eu lieu ce qu'on a appelé la « crise des accommodements raisonnables » révélant une difficulté de la société québécoise à gérer les différences culturelles et particulièrement religieuses. Ce débat a débouché sur la tenue d'une commission de consultation, la « Commission Bouchard-Taylor » qui s'est penchée sur la place de la laïcité et des signes religieux dans la société québécoise et particulièrement dans les institutions publiques (Gastaut, 2009). Ce sujet a continué de susciter de nombreux débats depuis, notamment avec le projet de la « Charte des valeurs québécoises » du gouvernement de Pauline Marois en 2013 qui visait à encadrer le port de signes religieux par les employés de l'État. Bien qu'abandonné à la suite de la défaite du gouvernement péquiste, les débats qui ont accompagné ce projet de loi ont beaucoup marqué les relations interculturelles au Québec, exacerbant les tensions sociales autour des différentes visions de la place des minorités et de l'intégration des immigrants dans la société québécoise (Johnson-Lafleur et al., 2016). Le débat s'est poursuivi dans les années suivantes avec plusieurs projets de loi qui tentaient de légiférer sur la question, ce qui a mené en 2019 à l'adoption de la Loi sur la laïcité de l'État qui interdisait dorénavant le port de signes religieux par certains

employés de l'État en position d'autorité, en incluant notamment les enseignants et directeurs d'école du secteur public (Bordeleau, 2019). Cette loi fait l'objet de contestations de la part de plusieurs groupes et de chercheurs qui jugent qu'elle est discriminatoire et a pour effet de stigmatiser les personnes appartenant à des minorités religieuses (Texte collectif, 2019). Plus d'une décennie après la Commission Bouchard-Taylor, le débat sur la forme que doit prendre la laïcité de l'État et la présence des signes religieux au sein des institutions publiques crée donc encore beaucoup de dissensions au sein de la société québécoise.

Par ailleurs, plusieurs initiatives gouvernementales ont visé le sujet spécifique de l'intégration économique. Ainsi, la Charte des droits et libertés a été amendée en 1985 afin d'y ajouter une section concernant l'implantation de programmes d'accès à l'égalité en emploi (PAE) visant l'égalisation des chances sur le marché du travail de certains groupes-cibles, dont celui des minorités visibles. Cet amendement prévoit l'obligation par le gouvernement d'implanter de tels programmes dans le secteur public et le pouvoir par la Commission des droits de la personne d'en recommander l'implantation dans le secteur privé quand une situation de discrimination est constatée au sein d'une organisation, voire d'en référer au Tribunal des droits de la personne pour qu'ils soient imposés. Il faut toutefois mentionner que cette démarche reste assez peu utilisée et que les PAE existants n'ont souvent pas l'efficacité désirée, les inégalités sur le marché du travail restant très importantes (Chicha et Charest, 2013). En 2001 était également adoptée la *Loi sur l'égalité en emploi dans des organismes publics*. Celle-ci oblige tout organisme employant plus de 100 personnes, dans l'ensemble du secteur public et parapublic, à mettre en place un programme d'accès à l'égalité en emploi. Les organismes concernés doivent donc s'assurer que leurs mesures de recrutement facilitent l'embauche de personnes correspondant aux groupes-cibles concernés (femmes, minorités ethniques, minorités visibles, autochtones, personnes handicapées) afin de contrer la discrimination en milieu de travail. (CDPDJ, 2018; Gouvernement du Québec, 2008).

- **Un portrait de l'immigration actuelle au Québec**

L'immigration est devenue dans les dernières décennies un phénomène social important au Québec comme dans beaucoup de pays occidentaux. En effet, plus de 200 000 nouveaux immigrants sont venus s'établir au Québec entre 2008 et 2012 (Institut de la statistique du Québec, 2014) et le dernier recensement montre des chiffres similaires pour la période entre 2011 et 2016 (Statistique Canada, 2018). Selon Termote (2013), le taux d'immigration au Québec, soit le nombre annuel d'immigrants par rapport à l'ensemble de la population était d'environ 0,6% pour la période entre 2006 et 2010, ce qui est moins que pour le reste du Canada qui était de 0,8%, mais constitue malgré tout l'un des taux les plus élevés au monde. Il faut par ailleurs nuancer ces chiffres, dans la mesure où la rétention des immigrants représente un enjeu, un certain pourcentage des personnes qui immigreront au Québec choisissant éventuellement de repartir, vers une autre province canadienne, un autre pays ou vers leur pays d'origine. Ainsi, les données pour la période de 1999 à 2010 indiquent un taux de départ de 19% des immigrants après deux ans de séjour au Québec, qui monte jusqu'à 25% après 10 ans. Les flux migratoires ne se limitent donc pas à l'entrée des immigrants sur le territoire québécois.

Pour la période de 2006-2010, la catégorie d'immigration qui était de loin la plus représentée parmi les nouveaux arrivants s'installant au Québec était celle des immigrants économiques et plus spécifiquement les travailleurs qualifiés qui représentaient 59% de l'ensemble des immigrants. Cependant, cette dénomination est à prendre avec précaution puisque les membres de la famille, non seulement le conjoint, mais aussi leurs enfants se voient attribuer le même statut que celui du demandeur principal. La deuxième catégorie en importance était celle du regroupement familial avec 22%, suivie de celle des réfugiés qui représentaient 11% de l'immigration durant cette période.

Pour cette même période entre 2006 et 2010, Termote (2013) constate que la proportion hommes-femmes parmi les immigrants était environ à parité, ce qui correspond à celle de l'ensemble de la population québécoise. Par contre, la population des nouveaux immigrants différait grandement de celle de la société d'accueil en ce qui a trait à l'âge, avec une moyenne d'âge beaucoup plus basse, soit une moyenne de 30 ans pour les immigrants, contre 40 ans pour l'ensemble de la population québécoise. La proportion de jeunes de moins de 15 ans était de 20%, comparativement à celle du Québec qui était de 16%, et celle des personnes de plus de 45 ans de seulement 10%, alors que cette tranche d'âge atteignait 41% dans l'ensemble du Québec. Les jeunes adultes de 15 à 44 représentaient 70% des immigrants, alors que ce groupe d'âge ne représentait que 43% pour la société d'accueil. Ces données concordent avec le fait que les immigrants économiques sont sélectionnés en fonction des défis liés au renouvellement démographique et aux besoins du marché du travail, favorisant largement ce groupe d'âge. De même, les critères de sélection contribuent au niveau de scolarité très élevé des immigrants, dont près des deux tiers possédaient un diplôme universitaire. La tendance vers l'urbanisation de l'immigration observée au 20^e siècle s'est poursuivie, alors que la région de Montréal accueillait 85% des nouveaux arrivants. Les immigrants ayant le français comme langue maternelle ne représentaient que 15%, mais le nombre augmente à 62% si l'on considère l'ensemble des gens ayant déclaré avoir une connaissance du français. Pour ce qui est de l'origine des immigrants, la tendance à la baisse de l'immigration européenne a continué et représentait maintenant moins de 20% de l'immigration, dont la moitié provenant de France qui restait donc quand même un pays de provenance significatif. La région du monde la plus représentée était l'Afrique, particulièrement l'Afrique du Nord, suivie de l'Asie qui représentait plus du quart des nouveaux arrivants (Termote, 2013). Il est intéressant de noter qu'à partir de la fin des années 1990 le Québec a vu une augmentation marquée de la proportion d'immigrants provenant d'Afrique, tandis que la croissance du nombre d'immigrants venant d'Asie était beaucoup plus marquée ailleurs au Canada, probablement en raison de la priorisation par le Québec d'immigrants maîtrisant le français (Cousineau et Boudarbat, 2009). Une part significative des immigrants venait également d'Haïti et d'Amérique latine (Termote, 2013).

1.1.3 Les étudiants étrangers : entre mobilité internationale et voie d'immigration

Les étudiants étrangers représentent, au Québec et au Canada comme dans plusieurs autres pays, une forme de migration en forte croissance et leur présence ainsi que les politiques favorisant leur installation permanente constituent un phénomène important dans l'immigration actuelle.

On assiste depuis les dernières décennies à une internationalisation de plus en plus importante de l'éducation supérieure à l'échelle mondiale (Knight, 2012). Celle-ci prend diverses formes, mais l'une des plus importantes est associée à la mobilité des étudiants, c'est-à-dire des étudiants qui choisissent d'aller faire une partie ou l'entièreté de leur formation à l'étranger (Knight, 2012). L'augmentation du nombre d'étudiants étrangers dans les dernières décennies a été exponentielle, passant d'un nombre approximatif de 238 000 dans les années 1960 (Chen et Barnett (2000), cités par Knight (2012)) à cinq millions en 2016 (OCDE, 2018), tendance qui s'est particulièrement accélérée depuis le début des années 2000 (Bernard, 2014). Les étudiants en mobilité internationale représentent aujourd'hui 6% de l'effectif étudiant total des pays de l'OCDE, proportion qui augmente toutefois significativement avec les cycles d'études, atteignant 26% parmi les étudiants au doctorat (OCDE, 2018).

Cette nouvelle réalité de l'internationalisation croissante de l'éducation s'inscrit dans le développement d'une économie mondialisée qui inclut la dimension de l'économie du savoir et le développement technologique. Il s'est donc développé dans les dernières décennies un véritable marché compétitif de recrutement des étudiants internationaux, qui fait maintenant partie intégrante du système d'éducation ainsi que du système économique. Ainsi, les principaux pays hôtes, et en particulier les pays occidentaux, voient maintenant l'accueil des étudiants étrangers comme un moteur de développement économique (Knight, 2012; Tremblay, 2005). Les étudiants étrangers peuvent contribuer à répondre aux besoins du marché du travail, auquel les pays hôtes leur donnent souvent accès dans une certaine mesure. Cette contribution peut se faire par le biais d'emplois non qualifiés, par exemple dans le cadre d'emplois saisonniers, mais peut également répondre au besoin de main-d'œuvre qualifiée, par exemple lors de stages effectués durant la scolarité ou d'emplois à temps partiel en parallèle des études. Ensuite, les étudiants étrangers peuvent apporter une contribution importante à la recherche et au développement dans le cadre de leur carrière universitaire (Knight, 2012; Tremblay, 2005). Pour cette raison, les étudiants les plus recherchés par les pays hôtes sont les étudiants aux cycles supérieurs (maîtrise, doctorat, postdoctorat) qui ont le plus de potentiel à cet égard. Des mesures incitatives particulières peuvent donc être établies pour ceux-ci, par exemple l'exemption des droits de scolarité excédentaires normalement payés par les étudiants étrangers (Garneau et Bouchard, 2013). Considéré comme un aspect important du système universitaire, le recrutement d'étudiants étrangers fait donc maintenant l'objet de politiques actives de recrutement à la fois de la part des gouvernements que des universités. Pour les universités, le recrutement d'étudiants internationaux représente à la fois un mode de financement supplémentaire, notamment par le biais des frais de scolarité plus élevés payés par les étudiants étrangers (Tremblay, 2005), et une façon d'accroître la réputation et le prestige de l'institution (Knight, 2012). On remarque par ailleurs chez les étudiants et anciens étudiants internationaux un niveau de mobilité important non seulement au cours de leurs études, mais également au cours de leur vie, que ce soit entre leur pays d'origine et leur pays d'accueil ou dans le cadre de déplacements ultérieurs, participant ainsi à une réalité croissante de « circulation des cerveaux » à l'échelle mondiale (Knight, 2012).

Le Québec, comme le Canada de façon générale, s'inscrit dans cette tendance en accueillant un nombre de plus en plus important d'étudiants étrangers. Selon l'OCDE (2018), la proportion

d'étudiants internationaux au Canada représente 12% de l'ensemble des étudiants universitaires. Ces chiffres sont significativement supérieurs à la moyenne des pays de l'OCDE qui n'est que de 6%, et ce même s'ils paient des frais de scolarité beaucoup plus élevés que les résidents canadiens (ce qui n'est pas forcément le cas dans tous les pays) (OECD, 2018). Le Canada a donc un fort pouvoir d'attraction à cet égard, se classant notamment au 4^e rang des pays d'accueil des étudiants internationaux au sein de l'OCDE (OCDE, 2018). Il est aussi pertinent de mentionner que la proportion d'étudiants étrangers augmente avec le cycle d'étude, représentant 10% au baccalauréat et 18% à la maîtrise, puis augmentant jusqu'à 32% au doctorat (OECD, 2018). Selon Gouvernement du Canada (2016), le nombre total d'étudiants internationaux ayant un permis d'études valide au Canada en date du 31 décembre 2015 était de 353 262 et, parmi ceux-ci, 50 140 avaient comme lieu de destination le Québec, ce qui représente une proportion d'environ 14,2%. Tout comme ailleurs au Canada, le nombre d'étudiants internationaux au Québec est en constante progression. Entre 2007 et 2010, cette augmentation a été de 16,1% pour les étudiants de premier cycle et de 11,4% pour les étudiants de maîtrise, tandis que l'augmentation pour les étudiants au doctorat a atteint 41,4% (Garneau et Bouchard, 2013). De par le caractère francophone du Québec, le profil des étudiants étrangers diffère de celui que l'on voit au Canada anglais où la moitié des étudiants étrangers proviennent d'Asie (Bernard, 2014). Bien que le nombre d'étudiants d'origine chinoise soit en constante progression, la majorité des étudiants étrangers présents au Québec viennent de pays francophones. La France, qui constitue un bassin traditionnel et avec qui le Québec a des ententes qui octroient des frais de scolarité préférentiels, est largement en tête à cet égard, avec une part de 47,5% des effectifs en 2010. Un nombre important d'étudiants proviennent également de pays francophones d'Afrique et particulièrement du Maghreb, ces étudiants représentant 12,3% des effectifs en 2010 (Garneau et Bouchard, 2013). Outre les étudiants français, d'autres étudiants peuvent également bénéficier de tarifs réduits en vertu d'ententes entre leur pays et le Québec ou en raison de politiques privilégiant les étudiants aux cycles supérieurs, notamment les étudiants au doctorat (Université Laval, 2019).

Le Québec et le Canada favorisent non seulement l'accueil, mais également la rétention de ces étudiants, pour qui les études au Canada deviennent donc une voie de plus en plus importante vers l'immigration (Gohard-Radenkovic, 2013; Tremblay, 2005). Cette idée peut être mise en lien avec la constatation de la part des gouvernements de la difficulté que vivent de nombreux immigrants à transférer leur capital humain acquis à l'étranger vers le marché du travail canadien, que ce soit la reconnaissance de leurs diplômes ou de leur expérience de travail avant leur arrivée au Canada. L'idée est donc que les étudiants étrangers ayant obtenu un diplôme d'une université canadienne et acquis une certaine expérience de travail pendant leurs études, en plus d'avoir déjà acquis un certain niveau d'intégration à la société au cours de celles-ci, ne devraient pas vivre ces difficultés au même titre que les immigrants économiques (Sweetman et Warman, 2014). L'accueil d'étudiants étrangers peut donc être une stratégie employée par le Canada pour constituer un bassin potentiel d'immigrants perçus comme étant « idéals » puisqu'ils ont déjà une connaissance du pays d'accueil et un certain ancrage dans celui-ci, ainsi qu'un diplôme reconnu au Canada et pourraient donc intégrer rapidement le marché du travail dans des emplois qualifiés

où les besoins sont importants. Le Québec et le Canada ont donc instauré progressivement, à partir des années 2000, des politiques facilitant l'accueil et la rétention des étudiants étrangers. Au Québec, cette nouvelle politique a été officialisée en 2008 dans le *Plan stratégique 2008-2012* du ministère de l'Immigration et des Communautés culturelles qui annonçait clairement l'intention du gouvernement québécois d'accueillir davantage d'étudiants étrangers et de faciliter leurs démarches d'obtention du statut de résident permanent (Garneau et Bouchard, 2013). Les étudiants étrangers qui complètent un diplôme d'études au Québec (ou ailleurs au Canada) ont ainsi la possibilité de demander la résidence permanente à l'issue de leurs études, s'ils répondent à certains critères tels que la maîtrise de la langue et une expérience sur le marché du travail canadien par exemple. Plus qu'une simple possibilité, les étudiants étrangers qui sont dans cette situation sont même encouragés à faire cette demande, notamment à travers des activités d'information dans les universités leur expliquant la procédure à suivre (Gohard-Radenkovic, 2013). Tout à fait conscients de cette réalité, les étudiants peuvent donc utiliser les études à l'étranger comme une stratégie d'immigration qui peut présenter plusieurs avantages en simplifiant les démarches d'immigration et l'intégration (Tremblay, 2005).

Les étudiants étrangers peuvent cependant faire face à de nombreux défis et difficultés au cours de leur parcours, tant au niveau académique que dans leur parcours d'intégration en général. Selon Bernard (2014), une partie de ces difficultés peuvent être comparables à celles vécues par beaucoup d'étudiants au cours de leur première année universitaire, telles que la découverte d'un nouveau milieu institutionnel, une nouvelle façon d'approcher les études avec des apprentissages liés aux exigences académiques propres au milieu et à la gestion du temps ainsi que l'établissement de relations sociales dans un milieu non familier. En plus de ces difficultés courantes, les étudiants étrangers doivent s'adapter aux attentes du système d'enseignement nord-américain québécois, qui peut différer grandement de celui auquel ils ont été habitués, particulièrement par rapport à d'autres systèmes universitaires francophones d'où proviennent bon nombre d'entre eux. (Bernard, 2014). À cet égard, Gohard-Radenkovic (2013) souligne l'écart qui existe entre les attentes envers les étudiants étrangers sur le plan de l'adaptation et de l'intégration et la réalité souvent vécue par ceux-ci, les défis auxquels ils font face ayant tendance à être sous-estimés.

Comme toute expérience migratoire, les études à l'étranger peuvent impliquer un choc culturel et une période de transition qui peuvent amener plusieurs difficultés (Gagnon, 2018). En plus de l'adaptation à une autre culture académique, les étudiants étrangers doivent composer avec des valeurs, relations sociales et codes culturels différents. Ils doivent aussi s'adapter au climat et vivre loin de leurs famille et amis, avec la solitude qui peut en résulter. Selon Gagnon (2018), plusieurs facteurs influencent la façon dont ces étudiants vivent cette réalité ainsi que le niveau de réussite de leur projet académique. Le bagage antérieur des étudiants, notamment en ce qui concerne leurs expériences de mobilité, peut ainsi influencer la facilité avec laquelle ils s'adapteront à leur nouvel environnement. Les motivations derrière le projet d'études ainsi que le niveau de planification de celui-ci influencent également la persévérance des étudiants devant les obstacles rencontrés. Ce sont toutefois les relations sociales qui semblent constituer le facteur le plus important, tant pour la réussite du projet d'études que pour le sentiment de bien-être et

d'intégration des étudiants. La qualité des relations développées dans le milieu d'accueil a ainsi un impact significatif non seulement sur la façon dont les étudiants vivront la période d'adaptation au début de leurs études, mais également sur le sentiment d'appartenance qu'ils développeront (ou non) envers ce milieu et la société d'accueil en général et donc leur désir d'y demeurer après leurs études. Par ailleurs, les études à l'étranger représentent très souvent un investissement financier important pour l'étudiant et sa famille, ce qui ajoute une pression et des difficultés supplémentaires dans la vie quotidienne de plusieurs étudiants. Ce coût peut être augmenté encore par les problèmes de reconnaissance des acquis qui obligent souvent les étudiants arrivés au cours de leurs études à recommencer une bonne partie de leur scolarité s'ils veulent ultimement obtenir un diplôme canadien. De plus, dans le cas de ceux pour qui les études à l'étranger s'inscrivent dans un projet d'immigration à long terme, la transition vers celle-ci ne se fait pas forcément sans heurts, alors que les perspectives professionnelles à l'issue des études ne sont pas toujours à la hauteur des attentes et de l'investissement (Gohard-Radenkovic, 2013; Sweetman et Warman, 2014).

1.2 Objet d'étude :

1.2.1 L'immigration dans la région de Québec

Bien que l'immigration au Québec se concentre encore très majoritairement à Montréal, ce phénomène social ne concerne plus uniquement les grands centres urbains, mais aussi des villes où l'immigration était auparavant plus marginale et qui reçoivent aujourd'hui un nombre croissant d'immigrants. C'est ainsi le cas de la ville de Québec qui voit depuis quelques années augmenter significativement le nombre de nouveaux arrivants choisissant de s'y établir. Entre 1991 et 2000, seulement 6 440 personnes avaient choisi de venir s'installer dans cette région. Pour une période comparable dans la décennie suivante, plus précisément entre 2001 et 2010, c'est près de 15 850 immigrants qui ont choisi de faire de Québec leur terre d'accueil. Cette tendance continue à s'accroître, alors qu'entre 2011 et 2016, soit pour une période de seulement cinq ans, ce sont 13 445 immigrants qui sont venus s'installer dans la région (Statistique Canada, 2018). Ainsi, selon le recensement de 2016, 44 555 résidents de Québec étaient des immigrants, ce qui représente environ 5,7% de l'ensemble de la population. S'y ajoutent également 5 380 résidents non permanents, donc des personnes titulaires d'un permis d'études, des travailleurs temporaires ou des personnes en attente d'un statut de réfugié. En accord avec la tendance observée pour l'ensemble du Québec, la majorité des nouveaux immigrants dans la région de Québec sont de jeunes adultes âgés entre 25 et 44 ans et un peu plus de la moitié appartiennent à la catégorie des immigrants économiques, la deuxième catégorie en importance étant celle du regroupement familial, suivie de très près par celle des réfugiés dont la proportion est supérieure à celle de l'ensemble du Québec. Si l'on considère le lieu de naissance des personnes établies à Québec qui sont nées à l'extérieur du Canada, on constate que la région d'origine la plus importante est l'Europe et particulièrement la France. En effet, sur les 19 020 résidents de Québec nés en Europe, 10 685 étaient d'origine française, ce qui fait de ceux-ci une présence importante dans la ville de Québec. La deuxième région en importance est l'Afrique, avec 14 640 personnes, dont 6 435 viennent plus spécifiquement d'Afrique du Nord. Viennent ensuite l'Asie avec 7 300 personnes et

l'Amérique du Sud avec 5 800 personnes. Malgré une certaine prépondérance de l'Europe, l'immigration à Québec est donc maintenant assez diversifiée.

Bien qu'ils n'entrent pas à proprement parler dans les données d'immigration, les étudiants étrangers représentent une présence significative qui contribue à la diversification du tissu social de la région de Québec. En effet, à l'automne 2017, l'Université Laval, qui est la principale institution universitaire de la région de Québec, comptait environ 7 000 étudiants étrangers ou résidents permanents, ce qui constituait environ 14% de l'effectif étudiant total (Université Laval, 2018). Cela représente une augmentation importante, confirmant une tendance ayant débuté dans les années 1990 et qui s'est accélérée depuis le tournant du siècle, alors que l'on y dénombrait 1 968 étudiants étrangers à l'automne 2000. En accord avec les tendances observées dans d'autres institutions universitaires francophones du Québec, les étudiants étrangers présents à l'Université Laval proviennent majoritairement d'Europe et d'Afrique. Pour l'année scolaire 2013-2014, ceux-ci représentaient en effet plus de 80% de l'ensemble des étudiants étrangers. Si l'on considère les dix pays les plus représentés, la France vient largement en tête avec 60% des étudiants, tandis que six autres sont des pays d'Afrique francophone (le Maroc, la Tunisie, la Côte-d'Ivoire, le Sénégal, le Cameroun et le Bénin), dont le nombre cumulé d'étudiants représente 52% de la totalité. Par ailleurs, pour la même période (année 2013-2014), la proportion des étudiants étrangers en fonction du cycle d'études était de 27% pour le premier cycle, de 28% pour la maîtrise et de 45% pour le doctorat (Bernard, 2014).

1.2.2 L'immigration des femmes

- **Bref historique : du déséquilibre à la parité**

Au début du 20^e siècle, la proportion de femmes dans les flux d'immigrants venant au Canada était beaucoup moins importante que celle des hommes. Le recensement de 1911 indiquait ainsi 158 hommes immigrants pour 100 femmes. Ce déséquilibre pouvait s'expliquer à la fois par les politiques du gouvernement canadien qui se concentraient sur le recrutement de travailleurs masculins et par les décisions des immigrants eux-mêmes. Il était en effet fréquent pour les hommes de venir seuls pour travailler si cette migration était vue comme étant temporaire ou de précéder leur famille dans le but de s'établir économiquement avant de les faire venir. Ce déséquilibre hommes-femmes a progressivement diminué au cours du 20^e siècle, dû à plusieurs facteurs. Dans la première moitié du 20^e siècle, une part significative de l'immigration des femmes était en lien avec la demande de travailleuses domestiques, qui venaient majoritairement du Royaume-Uni. À cette époque, les politiques gouvernementales restreignant l'immigration en provenance de certains pays avaient un effet particulièrement marqué sur l'immigration des femmes. Le fait, par exemple, d'imposer une taxe d'entrée très importante pour les immigrants chinois venant travailler au Canada constituait un frein important, limitant leurs chances de s'établir à long terme et de faire venir leurs familles. Ainsi, le recensement de 1911 indiquait un ratio de 2 790 hommes pour 100 femmes chez les immigrants d'origine chinoise (Boyd et Vickers, 2000). Dans les années 1930 et 1940, alors que le niveau général de l'immigration avait significativement diminué, la proportion de femmes immigrantes avait quant à elle augmenté, les

femmes représentant 60% de l'ensemble des immigrants dans les années 1930 et jusqu'à 66% pendant les années de la Deuxième Guerre mondiale.

En 1967, l'instauration d'une politique officielle de réunification familiale et du système de points favorisant l'immigration de familles a contribué à établir de plus en plus de parité entre les hommes et les femmes immigrants (Boyd et Vickers, 2000). Toutefois, bien que le système actuel favorise l'immigration familiale, il faut noter que le système de sélection des immigrants économiques fonctionne avec l'évaluation d'un demandeur principal dont le dossier est largement prédominant dans le processus, alors que le dossier du conjoint qui est demandeur secondaire n'est pris en compte que de façon mineure. Or, dans le cas des familles postulant dans cette catégorie d'immigration, c'est généralement l'homme qui est le demandeur principal, ce qui fait en sorte que le dossier d'immigration des femmes n'est pas considéré au même titre que celui de leur conjoint (Termote, 2013).

- **Portrait actuel de l'immigration des femmes à Québec**

Si l'on considère les données du dernier recensement concernant l'immigration des femmes dans la région de Québec (Statistique Canada, 2018), on peut constater que, conformément à la tendance au plan national, il y a une parité entre les hommes et les femmes. Sur les 44 555 personnes immigrantes vivant à Québec, on compte donc 22 110 femmes. L'origine des femmes immigrantes de Québec est diversifiée, mais les continents les plus représentés sont l'Europe de l'Ouest, particulièrement la France, et l'Afrique, l'Asie représentant le troisième continent en importance, suivi de l'Amérique du Sud, ce qui correspond aux tendances générales dans la région. De même, la majorité des femmes immigrant au Québec à l'âge adulte ont entre 25 et 44 ans au moment de leur arrivée. C'est en regardant les catégories d'immigration qu'on peut remarquer une différence par rapport aux données concernant l'ensemble des immigrants. Si l'on compare les données entre les hommes immigrants et femmes immigrants, on en arrive en effet à un portrait un peu différent. Alors que près de 60% des hommes immigrants sont venus en tant qu'immigrants économiques, cette proportion n'est que de 50% pour les femmes. La différence se retrouve dans la catégorie du regroupement familial, où la proportion des immigrantes parrainées par un membre de la famille correspond à près de 30%, contre 20% pour les hommes. Par ailleurs, sur le nombre de femmes arrivées comme immigrantes économiques, 63% étaient considérées comme demandeur secondaire, leur conjoint étant le demandeur principal (Statistique Canada, 2018).

1.2.3 Réalité des femmes immigrantes

La question de l'intégration des nouveaux arrivants se pose, dans la mesure où plusieurs études démontrent que ceux-ci sont confrontés à de nombreux obstacles au cours de ce processus, tels que la barrière de la langue et les difficultés d'accès au marché du travail par exemple (Cardu et Sanschagrin, 2002; Pierre, 2005). À cet égard, les femmes immigrantes constituent un groupe qui peut être confronté aux mêmes difficultés que l'ensemble des immigrants, mais aussi à plusieurs qui leurs sont plus spécifiques, à la fois en tant qu'immigrantes et en tant que femmes (Pierre, 2005). Certaines études tendent par exemple à démontrer que les déqualifications

professionnelles subies par les femmes immigrantes sont plus importantes (Vatz Laaroussi, 2008). Celles-ci peuvent également être confrontées à des préjugés et stéréotypes, liés à la fois à l'origine ethnique et au genre, de même qu'à des pressions liées à un écart entre les attentes qu'ont envers elles la société d'accueil et leur famille ou leur communauté d'origine (Drolet et Mohamoud, 2010).

Bien que les obstacles à l'intégration des femmes immigrantes puissent être importants, celles-ci peuvent adopter des stratégies d'adaptation afin d'y faire face et de les surmonter. Ainsi, plusieurs stratégies sont documentées, particulièrement concernant les difficultés d'intégration au marché du travail dans le but d'accéder avec leur famille à un meilleur statut économique (Vatz Laaroussi, 2008). Mais si la question de l'insertion socioprofessionnelle est centrale dans le processus d'intégration des femmes immigrantes, d'autres stratégies peuvent aussi être utilisées par celles-ci au cours de leur processus d'intégration. Certaines peuvent ainsi adopter des stratégies liées à la création de nouveaux réseaux sociaux dans la société d'accueil ou à l'implication sociale (Vatz Laaroussi, 2008; Chamberland et Le Bossé, 2014; León Correal, 2015).

1.2.4 Femmes immigrantes et bénévolat

L'une de ces stratégies, qui fera l'objet de cette recherche, est l'implication bénévole. Un portrait des bénévoles québécois établi par l'Institut de la statistique du Québec révèle que les femmes sont plus nombreuses que les hommes à faire du bénévolat, avec une proportion de 39%, comparativement à 34% pour les hommes. Elles y consacrent aussi plus de temps, alors que 52% des femmes bénévoles avaient affirmé consacrer du temps à cette activité au moins une fois par mois, comparativement à 45% des bénévoles masculins. Les statistiques concernant les immigrants de longue date faisant du bénévolat ne se distinguent pas significativement des Canadiens de naissance, mais les immigrants récents, soit ceux arrivés au Canada depuis moins de dix ans, sont moins nombreux à s'impliquer dans des activités bénévoles, avec une proportion de 28% (Nanhou et al., 2017). Concernant les femmes immigrantes (autant immigrantes récentes que de longue date) qui font du bénévolat, l'Enquête sociale générale de Statistique Canada (2013) permet par ailleurs d'en savoir plus sur les motifs qui les poussent à s'impliquer dans ce type d'activités. Les données présentées ici exposent plus précisément les raisons qu'ont les personnes de s'engager dans des activités bénévoles, en établissant une comparaison basée sur le genre et sur le fait d'être né ou non au Canada, et ce pour les bénévoles résidant au Québec.

La raison la plus fréquemment évoquée par les femmes immigrantes pour expliquer leur engagement comme bénévole est la volonté d'apporter leur contribution à la communauté (91,9% des femmes interrogées). Il s'agit par ailleurs de la raison la plus forte pour la majorité des bénévoles, ces chiffres ne différant donc pas significativement de ceux de l'ensemble de la population. La deuxième raison la plus évoquée est le désir de mettre à profit ses compétences, évoquée par 74,2% des bénévoles immigrantes, ce qui est légèrement supérieur aux autres catégories de la population. Par contre, seuls 17,7% des bénévoles immigrantes ont dit avoir fait ce choix en espérant que cela les mène vers de meilleures perspectives d'emploi. Ce chiffre est légèrement inférieur à celui des hommes immigrants, mais très supérieur à celui des femmes nées au Canada qui ne donnent cette raison qu'à 9,8%. Des raisons liées aux liens sociaux peuvent

également jouer un rôle dans le choix de faire du bénévolat. En effet, 38,7% des immigrantes bénévoles évoquent comme motif la volonté de se créer un réseau social, ce qui est par ailleurs comparable aux bénévoles nés au Canada, mais inférieur aux chiffres pour les hommes immigrants. De façon intéressante, si l'on considère les immigrantes bénévoles pour l'ensemble du Canada, c'est plus de la moitié (52,5%) d'entre elles qui évoquent cette raison. Facteur moins important, le réseau social préexistant peut néanmoins jouer un rôle pour plusieurs d'entre elles, alors que 27,4% des femmes immigrantes disent s'être engagées dans le bénévolat parce qu'elles avaient des amis qui en faisaient. Une autre raison importante est celle de se sentir personnellement touchée par une situation, cette raison étant donnée par 59,7% des immigrantes, ce qui est par ailleurs inférieur aux autres catégories de la population et particulièrement aux femmes nées au Canada (68,9%). Par contre, les femmes immigrantes sont les plus nombreuses à affirmer faire du bénévolat pour appuyer une cause (52,5%), comparativement à 40,3% pour les hommes immigrants et 41,9% pour les femmes non immigrantes. Bien qu'une minorité d'entre elles ne l'ait évoqué, les femmes immigrantes représentent aussi la catégorie de la population la plus susceptible de faire du bénévolat pour des motifs religieux, avec 27,4% comparativement à 22,6% pour les hommes immigrants, ce qui est largement supérieur aux chiffres pour les bénévoles non immigrants qui ne sont qu'environ 8% à évoquer ce motif. Des raisons personnelles sont aussi fréquemment évoquées. En effet, 43,5% des bénévoles immigrantes disent que le fait que s'engager dans des activités de bénévolat améliore leur santé ou leur sentiment de bien-être, chiffres qui sont par ailleurs comparables à ceux de l'ensemble des bénévoles.

Certaines statistiques permettent par ailleurs de penser que le bénévolat est utilisé par certaines femmes immigrantes au moins en partie comme stratégie compensatoire face aux différents obstacles qu'elles rencontrent dans leur insertion professionnelle. En effet, si l'on considère les raisons de faire du bénévolat en fonction du statut d'emploi, on constate un portrait un peu différent pour certaines données. Ainsi, parmi les femmes immigrantes québécoises n'occupant pas d'emploi, 83,3% citent parmi leurs raisons de faire du bénévolat le désir de mettre à profit leurs compétences et 66,7% disent le faire entre autres pour se constituer un réseau, ce qui représente des chiffres largement supérieurs à l'ensemble de la population bénévole et supérieurs également à ceux des femmes québécoises nées au Canada qui sont sans emploi (Statistique Canada, 2013).

1.3 Recension des écrits

1.3.1 Démarche documentaire

Afin d'explorer la documentation disponible sur ce sujet, une recension des écrits a été effectuée concernant la situation des femmes immigrantes, les différents obstacles auxquels elles sont confrontées dans leur processus d'intégration sociale et les stratégies utilisées pour surmonter ces obstacles. Les concepts à la base de la recherche étaient : femmes immigrantes, intégration, obstacles et stratégies et les principaux mots-clés utilisés étaient : femmes ou *women* (autre : *females*), immigrant(e)s (autres : émigrant(e)s, *emigrants*, migrant(e)s, *migrants*, réfugié(e)s ou

refugees), intégration ou *integration* (autres : participation sociale, *social participation*, implication sociale, bénévolat, *volunteering*). Plusieurs bases de données ont été consultées, soit *Érudit* afin de vérifier les principales références disponibles en français et particulièrement les références québécoises ainsi que plusieurs bases de données anglophones liées au service social et à la sociologie : *Social Services Abstracts*, *Social Work Abstracts*, *SocIndex* et *Sociological Abstracts*. Des recherches ont également été faites dans le catalogue *Ariane* et dans la section Corpus^{UL} de la bibliothèque de l'Université Laval.

1.3.2 Recension des écrits

À la lumière de la recherche documentaire effectuée, la recension des écrits abordera le sujet des femmes immigrantes en fonction de deux thèmes principaux, soit les facteurs influençant leur processus d'intégration et les stratégies qu'elles peuvent adopter au cours de celui-ci. Certains éléments seront ensuite apportés quant aux limites des études présentées, puis finalement une réflexion sur la pertinence sociale et scientifique de cette recherche.

1.3.2.1 Facteurs influençant l'intégration

Plusieurs obstacles fréquemment rencontrés par les femmes immigrantes concernant leur intégration dans la société d'accueil sont examinés dans les écrits scientifiques. Évidemment, plusieurs de ces obstacles ne sont pas spécifiques à ce groupe et peuvent toucher l'ensemble des immigrants, mais cette recension s'intéresse plus spécifiquement à des études portant sur les femmes et la façon dont elles vivent ces obstacles. Par ailleurs, si les difficultés vécues par les femmes immigrantes sont importantes, certains éléments peuvent également entrer en jeu en facilitant la façon dont elles vivront leur parcours d'intégration.

- **Langue : maîtriser le français**

Un premier facteur très important est celui de la maîtrise de la langue de la société d'accueil, soit le français dans le cas de l'immigration au Québec. Dans une étude portant sur le vécu des femmes immigrantes à Québec, Cardu et Sanschagrin (2002) affirment que les difficultés de maîtrise de la langue du pays d'accueil représentent un obstacle majeur à leur participation sociale en général et à leur intégration au marché du travail en particulier. Dans le contexte de la ville de Québec, la nécessité de maîtriser le français est incontournable et, pour les femmes qui doivent l'apprendre, cela implique un processus parfois difficile ainsi qu'une disponibilité importante qu'implique le fait de devoir suivre des cours. Au Québec, le français, parlé moins largement que l'anglais sur le plan international, représente une barrière importante pour plusieurs immigrants. Toutefois, les politiques d'immigration québécoises ont mis particulièrement l'accent sur la venue d'immigrants ayant déjà une bonne maîtrise du français. On remarque ainsi la venue depuis la fin des années 1990 d'un nombre important d'immigrants en provenance du Maghreb, particulièrement de l'Algérie et du Maroc (Vatz Laaroussi, 2008). Pourtant, même dans les cas où les femmes immigrantes parlent couramment le français, le fait d'avoir un accent étranger peut quand même constituer un obstacle à l'intégration et un frein non négligeable dans l'accession à un emploi, particulièrement à un emploi qualifié (Drolet et Mohamoud, 2010; Cardu et Sanschagrin, 2002). De plus, si la connaissance du français peut constituer un élément facilitateur pour les immigrants

maghrébins concernant l'intégration à la société québécoise, le fait qu'ils présentent souvent des difficultés à s'exprimer couramment en anglais représente un obstacle dans l'obtention d'un emploi qualifié pour lequel cette habileté est fréquemment requise (Vatz Laaroussi, 2008).

- **Les défis de l'insertion professionnelle et les risques de la précarité économique**

Selon Pierre (2005), les difficultés quant à l'insertion professionnelle des femmes immigrantes sont particulièrement centrales étant donné le lien direct entre les conditions économiques d'une personne et ses conditions de vie en général. Or, celles-ci vivent une série d'obstacles significatifs dans leur accession au marché du travail, ce qui présente pour beaucoup d'entre elles un risque de précarité économique.

Un enjeu majeur en matière d'intégration est celui de la non-reconnaissance des diplômes et des expériences de travail à l'étranger (Pierre, 2005). Selon Cardu et Sanschagrin (2002), bien que les immigrants soient recrutés selon des politiques volontaristes et en bonne partie sur la base de leur niveau de scolarité et de leurs qualifications professionnelles, ils se retrouvent fréquemment à leur arrivée devant une situation où ils ne peuvent exercer leur métier, par exemple parce que leur diplôme n'est pas reconnu au Québec, notamment par les ordres professionnels. À cet obstacle officiel peut s'ajouter un défaut de reconnaissance des employeurs par rapport à l'expérience acquise à l'étranger et une méfiance par rapport à sa transférabilité sur le marché du travail québécois. Même lorsqu'ils sont en mesure de reconnaître cette expérience, les employeurs peuvent entretenir des préjugés sur les capacités des femmes immigrantes, particulièrement celles issues de minorités visibles, quant à leurs aptitudes, habitudes de travail ou capacité d'intégration dans le milieu professionnel, surtout dans le cas d'emplois qualifiés (Pierre, 2005). L'âge au moment de l'immigration est également un facteur qui peut venir s'ajouter aux éléments précédents, une personne arrivée à un âge plus avancé pouvant avoir encore plus de difficultés à s'insérer sur le marché du travail et choisir conséquemment de ne pas tenter de se lancer dans un processus de requalification (Giroux, 2011). La conséquence concrète de ces barrières à l'emploi est la déqualification professionnelle que subissent de nombreux immigrants qui se retrouvent devant la nécessité d'occuper des emplois en dessous de ceux auxquels leur formation pourrait leur faire aspirer ou même dans plusieurs cas des emplois de subsistance, peu payés, précaires et sans aucun lien avec leur formation professionnelle (Cardu et Sanschagrin, 2002; Vatz Laaroussi, 2008). Les études tendent par ailleurs à démontrer que la déqualification subie par les femmes immigrantes est encore plus importante que celle qui touche les hommes, celles-ci étant davantage susceptibles d'occuper des emplois précaires à temps partiel et à bas salaires, alors que les emplois qualifiés offrant des conditions de travail avantageuses leur sont plus difficilement accessibles. C'est notamment le cas de la fonction publique où les personnes issues de minorités visibles, et en particulier les femmes, sont encore très peu représentées, et ce malgré la présence de programmes d'accès à l'égalité (Chicha et Charest, 2013; Pierre, 2005; Vatz Laaroussi, 2008).

Les femmes sont également les plus touchées par la nécessité de la conciliation travail-famille, ce qui implique une contrainte supplémentaire dans leur insertion socioprofessionnelle (Cardu et

Sanschagrin, 2002; Pierre, 2005). C'est particulièrement vrai chez les femmes arrivées à l'âge adulte, qui se retrouvent fréquemment devant la nécessité de cumuler plusieurs rôles, soit les rôles traditionnels tels que ceux de mère de famille et responsable du foyer et un rôle éventuel comme travailleuse, auxquels peuvent venir encore s'ajouter une série d'autres rôles, par exemple celui d'étudiante (apprentissage du français, retour aux études) (Vatz Laaroussi, 2015). À cet égard, la perte du réseau de soutien présent dans le pays d'origine vient encore compliquer l'insertion des femmes immigrantes sur le marché du travail. En effet, l'isolement dans lequel elles se retrouvent après l'immigration rend plus difficile le fait d'accéder au marché du travail et de concilier celui-ci avec leurs responsabilités familiales, étant donné qu'elles ne peuvent plus compter sur la famille élargie et le réseau d'entraide informelle qu'elles avaient dans leur pays d'origine. Ces réseaux sont en partie remplacés dans la société québécoise par les services de garde, mais ceux-ci impliquent des démarches, des frais et souvent de l'attente pour les garderies publiques, constituant un obstacle de taille dans les cas où les familles n'ont pas les moyens de se tourner vers des garderies privées, ce qui peut retarder l'entrée des femmes sur le marché du travail. En plus des considérations financières, le fait de devoir attendre pour intégrer le marché du travail peut être difficile sur le plan personnel, et faire vivre aux femmes un sentiment d'isolement, particulièrement pour celles qui avaient une activité professionnelle avant l'immigration. L'insertion professionnelle est compliquée encore davantage par le manque de connaissances concernant le marché du travail québécois et le fait que les femmes immigrantes n'aient pas toujours un accès facile à l'information et à la connaissance des ressources qui pourraient les aider, notamment en raison du manque de réseau social qui peut souvent être un facteur aidant (Cardu et Sanschagrin, 2002).

Ces obstacles à l'insertion socioprofessionnelle peuvent engendrer des situations économiques difficiles en faisant entrer les familles dans une dynamique où des emplois précaires avec un bas salaire ne leur permettent pas un niveau de vie au-dessus du seuil de pauvreté et où les conditions pour atteindre des emplois mieux rémunérés sont difficiles à remplir (Pierre, 2005). Cette situation peut mener ensuite à un ensemble de problèmes plus larges liés au fait de vivre dans une situation de précarité économique. Lessa et Rocha (2012) notent par exemple les difficultés au niveau de la sécurité alimentaire, qui font partie de la réalité de 15% des familles immigrantes vivant au Canada, en comparaison avec 9% dans la population en général. Dans une étude réalisée grâce à des entrevues avec 40 femmes immigrantes dans la région de Toronto, les auteures notent le lien direct entre l'accession à un emploi bien rémunéré et la possibilité d'accéder à la sécurité alimentaire. Elles font valoir la difficulté que représente à cet égard la nécessité pour les femmes d'accepter des emplois sous-qualifiés pour pouvoir subvenir aux besoins urgents de leur famille, mais qui ne leur permet pas d'accéder à une véritable sécurité alimentaire, élément particulièrement symptomatique d'une situation de pauvreté. De façon plus large, Spitzer (2007) souligne que les femmes immigrantes, particulièrement non européennes, connaissent après une dizaine d'années de vie au Canada une détérioration de leur état de santé supérieure tant à celle des personnes nées au Canada qu'à celle des hommes immigrants, alors qu'elles ont pourtant moins de comportements à risque, par exemple de mauvaises habitudes de vie (ex. alcool, cigarettes, obésité), que la moyenne canadienne. L'auteure établit un lien entre cette situation et

certain déterminants sociaux de la santé, tels qu'une situation socio-économique défavorable, un faible réseau social, un accès difficile aux services et le fait d'occuper un emploi peu rémunéré et avec peu d'avantages sociaux.

- **Faire face aux préjugés**

Les femmes immigrantes peuvent aussi faire face à une série de préjugés et de stéréotypes de la part de la société d'accueil. L'étude de Drolet et Mohamoud (2010) montre par exemple que les jeunes femmes d'origine somalienne font partie d'une communauté qui, dans la ville d'Ottawa, doit composer avec un discours souvent très négatif des médias et de la population. Les jeunes filles interrogées notent à cet égard que leurs compétences sont fréquemment sous-estimées et qu'elles peuvent ainsi voir leurs efforts invalidés et leurs perspectives réduites. Dans son étude sur les femmes d'origine maghrébine au Québec, Vatz Laaroussi (2008) note aussi le fait que celles-ci sont fréquemment aux prises avec des préjugés liés à une vision négative de la culture arabe et musulmane. Les femmes immigrantes doivent régulièrement faire face à une vision victimisante qui reconnaît peu leurs capacités et compétences. Elles doivent composer avec des stéréotypes qui les présupposent souvent comme étant essentiellement dans une dynamique de rôles traditionnels (Vatz Laaroussi, 2003), ce qui ne favorise pas leur insertion sur le marché du travail, particulièrement dans des emplois qualifiés (Kirk et Suvarierol, 2014; Vatz Laaroussi 2008). Les contacts avec les institutions peuvent aussi être liés à des difficultés issues de malentendus liés, par exemple, à une méconnaissance mutuelle ou une tendance des milieux à « culturaliser » les problèmes rencontrés, alors que ceux-ci peuvent être dus à un ensemble de facteurs qui ne sont pas spécifiquement culturels (Vatz Laaroussi, 2003). Ces obstacles concernent l'ensemble des femmes immigrantes, mais semblent être particulièrement marqués pour les femmes issues de minorités visibles (Pierre, 2005) et celles portant des signes religieux, en particulier le voile, qui peuvent de plus faire face à une certaine méfiance ou même hostilité (Cardu et Sanschagrin, 2002; Vatz Laaroussi, 2008). Dans l'étude de Cardu et Sanschagrin (2002), les femmes originaires du Moyen-Orient et d'Afrique étaient ainsi les plus susceptibles de vivre de la discrimination, que ce soit dans l'accès au marché du travail ou de manière plus générale dans la société, sous la forme de remarques désobligeantes par exemple, et encore davantage pour les femmes musulmanes portant le voile. Lessa et Rocha (2012) amènent l'idée que même les habitudes alimentaires des familles immigrantes peuvent être perçues négativement et être l'objet de préjugés, qui sont ainsi lourds à porter même dans les gestes les plus quotidiens. Un fait par ailleurs intéressant est apporté par Drolet et Mohamoud (2010), qui notent que l'ensemble des immigrants des communautés interrogées dans leur recherche rejettent l'appellation de « minorité visible » dans laquelle ils ne se reconnaissent pas et qu'ils vivent comme un obstacle à l'intégration sociale, puisque ce terme implique qu'ils sont hors de la norme et donc d'office marginalisés.

Les femmes immigrantes risquent également de subir ce que Drolet et Mohamoud (2010) appellent une double invalidation, à la fois celle de la société d'accueil et de la part de leur famille. Dans une étude réalisée à partir d'entrevues de groupe faites avec 64 jeunes femmes d'origine somalienne, chinoise et libanaise vivant à Ottawa, les auteurs amènent l'idée que celles-ci peuvent se retrouver dans une situation où elles risquent de vivre des difficultés liées à un clivage

entre ce que la société d'accueil leur demande dans le cadre de leur intégration et les attentes qu'ont envers elles leurs familles. Celles-ci expriment que leur famille et leur communauté s'attendent souvent à ce qu'elles respectent et perpétuent les valeurs traditionnelles de leur pays d'origine, alors qu'elles vivent par ailleurs une pression de la société canadienne qui s'attend à ce qu'elles intègrent ses valeurs dominantes, ce qui peut créer des tensions constantes de part et d'autre.

- **L'importance de la famille**

Il faut toutefois noter que si les responsabilités et relations familiales peuvent impliquer certaines difficultés dans la situation des immigrantes, en ce qui concerne l'insertion professionnelle ou l'intégration sociale par exemple, il n'en reste pas moins que la famille joue un rôle très important dans le processus d'immigration et d'intégration, particulièrement lorsque les femmes immigreront avec leur conjoint et/ou leurs enfants. En effet, l'immigration créant une rupture avec le réseau social que la personne possédait dans son pays d'origine, l'unité familiale devient alors la base de son nouveau réseau social et constitue un facteur de protection contre l'isolement (Côté-Giguère, 2015; Giroux, 2011; Ralalaitiana et Vatz-Laaroussi, 2015). Pour les nouveaux arrivants, la famille est donc la première source de soutien psychologique et émotionnel et constitue une zone de confort dans un environnement encore étranger (Giroux, 2011). Il s'agit du premier milieu de vie des femmes, au sein duquel se recrée une nouvelle routine et qui permet également de préserver une part de la culture d'origine, que ce soit par la langue ou les habitudes quotidiennes (Côté-Giguère, 2015). Dans son étude réalisée auprès de douze immigrantes qualifiées installées dans la région de Québec, Giroux (2011) constate ainsi de façon générale un niveau de satisfaction plus élevé face à la vie en contexte post-migratoire chez les femmes venues avec leur famille que chez celles qui ont immigré seules et qui évoquent elles-mêmes la difficulté de ne pas pouvoir bénéficier d'un soutien familial au quotidien. Les femmes qui sont venues au Québec avec leur famille évoquent au contraire que la présence de celle-ci a été un élément facilitateur dans leur processus d'intégration.

De même, dans une étude réalisée auprès d'une douzaine d'immigrantes de Québec, Côté-Giguère (2015) constate l'impact positif de la cellule familiale, tant au niveau émotionnel que pour la recherche d'informations. Elle souligne également que le fait d'être mères représente souvent pour les femmes immigrantes un facteur facilitant pour l'intégration. En effet, les enfants donnent aux parents et en particulier aux mères de nombreuses occasions d'interactions sociales, par exemple avec les professeurs et éducateurs ou avec d'autres parents, que ce soit dans le milieu scolaire ou lors d'activités familiales. Par contre, l'auteure mentionne que, si la famille est un élément positif dans le parcours de la majorité des répondantes de son étude, des tensions peuvent survenir lorsque ses différents membres ne perçoivent pas leurs parcours migratoires de la même façon et ne s'entendent pas sur les objectifs à court ou à long terme.

1.3.2.2 Stratégies d'intégration

Les immigrantes se retrouvent donc, comme on a pu le constater dans les recherches précédemment mentionnées, devant une série d'obstacles par rapport à leur intégration. Mais,

si ceux-ci sont bien réels, il est aussi vrai qu'elles peuvent faire preuve d'agentivité et mettre en œuvre de nombreuses stratégies afin de surmonter ces obstacles. À cet égard, plusieurs éléments peuvent être ressortis des études consultées, particulièrement en ce qui a trait aux stratégies d'insertion professionnelle qui semblent être les plus documentées. D'autres stratégies sont également abordées dans les études consultées telles que la francisation, différentes stratégies d'adaptation culturelle et la recreation de réseaux sociaux. Finalement, sera abordée la stratégie de l'implication sociale qui fait l'objet de cette recherche.

- **L'insertion professionnelle : différents choix pour différentes situations**

Concernant les difficultés d'accès à l'emploi, les femmes interrogées ont apporté différents types de réponses afin de composer avec cette situation. Cardu et Sanschagrin (2002) soulignent par exemple que plusieurs des immigrantes de Québec se tourneront à un moment ou un autre de leur parcours d'insertion professionnelle vers les réseaux officiels d'aide de recherche et de placement à l'emploi, particulièrement les organismes s'adressant spécifiquement aux femmes ou aux immigrants. Toutefois, Giroux (2011) constate que ces ressources ne favorisent généralement pas l'obtention d'un emploi à la hauteur des qualifications des femmes concernées. Cette stratégie permet donc généralement l'accès au marché du travail, mais plutôt dans des emplois déqualifiés.

Une autre stratégie fréquemment adoptée est de retourner aux études afin d'améliorer les perspectives d'accéder à un emploi d'un niveau correspondant à leur formation initiale ou tout au moins d'atténuer les effets de la déqualification. Toutefois, le retour aux études peut être un processus long et coûteux qui demande aux femmes désirant s'y engager beaucoup de persévérance et de motivation, ainsi que de bénéficier de circonstances favorables leur permettant de s'engager dans cette démarche. Ce choix n'est donc pas toujours possible ou souhaitable, tout au moins à court terme (Cardu et Sanschagrin, 2002; Giroux, 2011). L'immigration est souvent un projet familial et les stratégies mises en place pour l'insertion socioprofessionnelle font ainsi fréquemment l'objet d'une négociation au sein du couple et pourront évoluer avec le temps en fonction de l'ensemble de la situation familiale (par exemple la présence d'enfants en bas âge). L'insertion socioprofessionnelle des femmes se fait ainsi souvent en fonction de celle du conjoint, qui sera généralement priorisée, bien que plusieurs modèles soient possibles à cet égard (Vatz Laaroussi, 2008; Cardu et Sanschagrin, 2002; Côté-Giguère, 2015). Dans une étude portant sur la communauté maghrébine, Vatz Laaroussi (2008) fait ressortir trois profils principaux de stratégies d'organisation familiale quant à l'insertion professionnelle. Un premier profil est celui de femmes ayant un niveau de scolarité moins élevé, qui ont souvent été amenées à rejoindre leur mari ayant émigré avant elles et qui s'est lui-même heurté à des difficultés d'insertion socioprofessionnelle. Celles-ci sont généralement amenées à occuper rapidement un emploi peu rémunéré pour compléter le revenu familial ou faire une formation professionnelle de niveau secondaire. À plus long terme et devant les difficultés du marché du travail, ces couples décident parfois d'ouvrir ensemble un commerce, souvent lié à la culture maghrébine. Les deux autres profils concernent des femmes ayant un niveau de scolarité élevé, ce qui représente une partie importante des femmes de cette communauté. Devant la

difficulté pour les deux membres du couple d'accéder à des emplois qualifiés, les femmes peuvent prendre la décision d'accepter un emploi déqualifié pour subvenir aux besoins de la famille pendant que leur conjoint reprend des études afin de pouvoir ensuite occuper un emploi mieux rémunéré et améliorer à plus long terme la situation économique de la famille. Une autre solution pour certaines femmes scolarisées, devant la difficulté d'obtenir un emploi qualifié, peut être de rester à la maison afin de faciliter l'organisation de la vie familiale et l'insertion rapide du conjoint sur le marché du travail. Dans les deux cas, elles feront parfois le choix de reprendre des études plus tard, lorsque la situation familiale sera stabilisée, mais fréquemment en allant chercher une formation moins élevée que leur formation initiale.

Faisant le même constat chez les répondantes de son étude, Giroux (2011) souligne également que ce ne sont pas toutes les femmes qui font le choix de s'engager dans un processus de requalification. Elle constate par ailleurs chez plusieurs répondantes une acceptation face à la déqualification professionnelle vécue dans le contexte post-migratoire et une reconfiguration de leur identité à cet égard. Si elles espéraient au départ pouvoir reprendre une activité professionnelle comparable à celle qu'elles occupaient dans leur pays d'origine, plusieurs ont réévalué ces attentes après leur arrivée au Québec et ont choisi d'emprunter une autre voie vers l'intégration qui fera moins de place à leur identité professionnelle, soit en modifiant celle-ci en fonction de la révision de leurs objectifs, soit en privilégiant d'autres aspects de leur vie, par exemple leur rôle de mère ou leurs activités sociales. Malgré la déception vécue par rapport aux attentes qu'elles entretenaient initialement envers leur vie professionnelle post-migratoire, les femmes interrogées dans cette étude démontraient beaucoup de résilience et exprimaient tout de même un niveau élevé de satisfaction concernant leur vie au Québec. Elles ont ainsi pu trouver une gratification dans les stratégies utilisées pour faire face à l'adversité rencontrée dans leur parcours professionnel et la redéfinition de leur projet migratoire est finalement perçue de façon positive par une majorité d'entre elles.

- **S'adapter à la langue et à la culture : entre praticité et identité**

Un des facteurs les plus importants concernant l'intégration autant sociale qu'économique étant la maîtrise de la langue de la société d'accueil, le fait de s'inscrire à des cours de francisation devient donc une stratégie utilisée par plusieurs immigrantes. Dans une étude sur le parcours de francisation de neuf femmes immigrantes dans la région de Montréal, Ralatlana et Vatz-Laaroussi (2015) constatent que l'inscription à des cours de francisation représente pour les répondantes la première étape d'un projet plus large au centre de leur parcours migratoire. L'apprentissage du français devient ainsi un outil pour réaliser celui-ci, que ce soit l'accès au marché du travail ou un retour aux études. Étant toutes venues en tant qu'immigrantes économiques, leur projet d'immigration au Québec avait été élaboré d'avance et elles avaient suivi des cours de français dans leur pays d'origine avant de venir, notamment en préparation de l'entrevue de sélection, puis dans plusieurs cas avaient continué à suivre des cours en ligne offerts par le gouvernement du Québec. L'apprentissage du français faisait donc partie à la base de leur stratégie d'intégration au Québec, ce qui a influencé leur motivation à poursuivre ce processus après leur arrivée, les poussant à s'inscrire à temps plein à des cours de francisation. Les femmes

interrogées adoptent aussi dans leur quotidien plusieurs stratégies pour favoriser leur apprentissage, telles que s'asseoir en classe avec des personnes de nationalités différentes afin de ne pas être tentées de parler dans leur langue d'origine, avoir un contact avec les médias francophones ou fréquenter des lieux publics francophones tels que les lieux de culte ou la bibliothèque. Par ailleurs, plusieurs répondantes avaient un conjoint qui suivait également des cours de francisation, ce qui leur permettait de s'entraider en étudiant ensemble et en se motivant mutuellement. Les stratégies adoptées quant à l'utilisation du français avec leurs compatriotes, notamment dans l'espace public, varient d'une personne à l'autre, certaines choisissant de parler français autant que possible tandis que d'autres préfèrent parler leur langue maternelle et plusieurs disent alterner entre les deux. Toutes souhaiteraient par ailleurs avoir davantage d'amis francophones pour pouvoir pratiquer leur français en dehors du contexte scolaire. Peu d'entre elles avaient en effet eu l'occasion de former ce genre de relations, possiblement en raison de leur arrivée récente et du manque de temps à consacrer à des activités sociales.

Dans une étude portant sur les trios de femmes réfugiées filles/mères/grands-mères, Vatz Laaroussi et al. (2012) abordent également l'entraide familiale dans l'apprentissage du français. Les auteures soulignent ainsi que lorsque les mères et les filles arrivent ensemble au Québec, elles se retrouvent souvent respectivement en classe d'accueil et en cours de francisation au même moment et sont donc à même de s'entraider dans leurs apprentissages. Les grands-mères, lorsqu'elles les rejoignent plus tard, peuvent donc profiter des connaissances linguistiques de leurs filles et petites-filles pour acquérir à leur tour une certaine connaissance du français. Ce soutien est d'autant plus précieux que celles-ci se retrouvent fréquemment isolées, les membres de leur cellule familiale devenant ainsi leurs seules relations proches en l'absence de réseau social. Cette entraide se manifeste aussi pour l'adaptation à la société d'accueil de façon plus générale, les femmes pouvant apprendre les unes des autres à partir de leurs expériences, que ce soit dans les apprentissages de la vie quotidienne, par exemple une grand-mère qui apprend de sa petite-fille comment fonctionne le système d'autobus, ou dans les apprentissages majeurs du processus d'intégration, par exemple une mère informant sa fille sur le fonctionnement du marché du travail québécois (ou vice-versa).

En ce qui a trait aux tensions familiales qui peuvent résulter du clivage entre la culture du pays d'accueil et celle du pays d'origine, Drolet et Mohamoud (2010), dans leur étude portant sur les jeunes femmes immigrantes d'Ottawa, font ressortir plusieurs stratégies adoptées par celles-ci pour faire face à cette situation, avec toutefois plus ou moins de succès selon les cas. Ces stratégies peuvent inclure par exemple le fait de se rebeller contre les contraintes imposées par leur famille, l'adoption d'une double vie à l'intérieur et à l'extérieur de leur famille ou alors une tentative de se modeler aux normes de la société canadienne, au risque de créer des tensions avec leur communauté. Cardu et Sanschagrin (2002) notent également le fait que certaines femmes vont faire le choix d'éviter de porter des signes religieux apparents afin de faciliter leur intégration et celle de leurs enfants, devant les difficultés d'acceptation de ces signes, le port du voile en étant l'exemple le plus évident.

- **Les réseaux sociaux dans le contexte post-migratoire : une clé pour l'intégration**

Un autre élément très important concernant les stratégies d'intégration est le fait de recréer des réseaux sociaux au sein de la société d'accueil. En effet, une difficulté importante dans le processus d'immigration étant le fait de se retrouver coupé du réseau social et familial du pays d'origine, différentes stratégies peuvent être utilisées par les immigrantes pour se reconstituer un réseau. Vatz Laaroussi (2008) note qu'à cet égard, la recréation de réseaux informels et les liens avec les institutions de la société d'accueil, l'école par exemple, passent le plus souvent par les femmes. Les femmes interrogées dans son étude insistent également sur leur identité multidimensionnelle (ex. sexe, origine, statut d'immigrante, religion, mère, travailleuse) qui donne lieu à la création de réseaux multiples. Selon l'auteure, les réseaux sociaux des immigrantes sont la clé de stratégies d'insertion puisqu'ils leur permettent d'atteindre des fonctions sociales et une reconnaissance qu'elles ne sont pas en mesure d'atteindre pleinement sur le marché du travail. Ces réseaux leur permettent ainsi de tisser des liens d'appartenance et représentent un nouvel espace public, sorti de la sphère familiale, où les femmes vont être amenées à intervenir. Cardu et Sanschagrin (2002) soulignent que la recréation d'un réseau social au sein de la société d'accueil peut se faire par le biais d'organismes d'accueil officiels ou par des organismes ou associations de personnes de la même origine ou religion. Par ce biais, les nouveaux arrivants peuvent avoir accès aux réseaux informels formés dans leur communauté d'origine, souvent plusieurs familles renouant des réseaux d'entraide, ainsi qu'accéder plus facilement à une première connaissance des codes et institutions de la société d'accueil. Les auteurs soulignent également que la création de réseaux peut être un facteur facilitant ensuite l'accès au marché du travail, notamment par le développement de relations sociales qui seront utiles lors d'une première recherche d'emploi. En plus d'un soutien face aux difficultés qui peuvent être vécues par les nouveaux arrivants, les réseaux basés sur la communauté d'origine peuvent également leur donner un sentiment de familiarité dans un moment de leur vie qui peut être très déstabilisant (Pierre 2005).

Dans son étude portant sur les réseaux sociaux de immigrantes à Québec, Côté-Giguère (2015) constate la difficulté que représente la recréation de liens sociaux significatifs, menant par exemple vers de vraies amitiés. Elle constate, par exemple, qu'après deux ans de vie au Québec, la majorité des répondantes n'avaient encore que très peu de relations de cette nature. Cette difficulté est encore plus marquée lorsqu'il s'agit de tisser des liens d'amitié avec des Québécois, les occasions de contacts et les différences culturelles représentant un certain frein à cet égard. Les relations avec des gens de la communauté d'origine peuvent donc se faire de façon plus naturelle, particulièrement à l'arrivée. L'auteure souligne toutefois que le fait de partager une langue ou une origine commune ne suffit pas à créer des relations solides et durables et que, au fil du temps, le réseau des immigrantes se fera davantage sur la base d'activités et d'intérêts communs.

Côté-Giguère (2015) observe par ailleurs deux motivations principales qu'ont les immigrantes pour la création de liens sociaux, soit la recherche de soutien émotionnel, par le biais d'amitiés

par exemple, et le besoin de sources d'information. Elle souligne que, dans un premier temps, les relations se forment en effet beaucoup sur la base d'une recherche d'informations et de soutien concernant différents aspects de la société d'accueil afin de faciliter l'adaptation. Cette recherche d'information peut se faire dans les réseaux informels, particulièrement dans ceux de la communauté d'origine ou par le biais d'organismes officiels ou d'associations. Toutefois, l'auteure constate dans le parcours de la majorité des répondantes la présence d'une personne-ressource qui a été clé dans ce processus et agit comme facilitateur pour mieux connaître et comprendre la société d'accueil. L'auteure constate également que, après avoir tissé des liens leur permettant d'accéder à certaines informations sur la société d'accueil, les immigrantes tendent à devenir ensuite des personnes-ressources pour les autres afin de transmettre ces savoirs.

Les réseaux sociaux recréés par ces femmes peuvent aussi être transnationaux, impliquant par exemple les membres de leur réseau social antérieur restés à l'étranger et ceux qui vivent en diaspora dans d'autres pays d'immigration (Côté-Giguère, 2015; Vatz Laaroussi, 2008). Les contacts avec ceux-ci sont grandement facilités aujourd'hui par la présence des technologies de communication qui permettent dans une certaine mesure de réduire l'impact de la distance géographique. Côté-Giguère (2015) constate la prépondérance de la famille dans les liens transnationaux. Alors que les contacts avec les amis et anciens collègues tendent à diminuer avec le temps et la distance, les liens avec la famille restent généralement très forts, parfois même avec la présence de contacts quotidiens.

- **L'implication sociale : une stratégie porteuse**

L'implication sociale peut aussi constituer une stratégie qui contribue à surmonter, au moins en partie, plusieurs difficultés liées au processus d'intégration. Certaines femmes immigrantes choisissent ainsi de s'investir dans la vie communautaire, dans des activités sociales ou à l'école de leurs enfants. En plus de se créer un réseau social permettant de briser leur isolement, cette stratégie est vue par plusieurs d'entre elles comme un moyen de contribuer à la construction du futur de leurs familles dans leur pays d'accueil (León Correal, 2015). Cette stratégie est notamment abordée par Côté-Giguère (2015) qui constate que plusieurs des répondantes de son étude ont une forme ou une autre d'implication sociale, que ce soit à travers un bénévolat formel ou par la participation à des activités sociales et communautaires dans leur quartier. Pour certaines d'entre elles, l'implication sociale au sein de la société d'accueil se situait en continuité avec celle qu'elles avaient dans leur pays d'origine, qu'elle ait été sous cette même forme ou encore sous une forme plus politique. Les femmes interrogées disent ressentir un lien significatif entre leurs activités d'implication sociale et leur intégration, celles-ci leur ayant permis de développer un plus grand sentiment d'appartenance à la communauté.

Selon Chamberland et Le Bossé (2014), l'engagement des femmes dans des organismes communautaires de leur quartier peut en effet leur permettre à la fois de rencontrer d'autres femmes vivant des situations similaires à la leur et de créer avec elles des liens de solidarité qui deviennent source d'appartenance à la communauté. Ce type d'implication peut également, selon les auteurs, permettre d'aller chercher une reconnaissance sociale. De même, dans son étude portant sur l'implication d'immigrantes dans un organisme communautaire d'Ottawa, Andrew

(2010) note que celle-ci permet aux femmes le passage de plusieurs frontières importantes soit le celui d'un engagement dans leur communauté d'origine à la participation à une association « mixte » (où se côtoient des femmes immigrantes et non immigrantes) ainsi que le passage de la sphère privée à celle de la société civile et même à la sphère politique, passant ainsi d'une situation de marginalisation à celle d'une certaine reconnaissance publique. Différents facteurs peuvent influencer le choix d'une implication sociale chez les immigrantes, notamment en termes d'opportunités, par exemple à travers leur rôle de mère. En effet, selon Gaudet et Turcotte (2013), le fait d'être un parent peut souvent constituer un élément déclencheur dans le choix de s'insérer dans ce type de participation sociale. À travers les institutions que les personnes sont amenées à fréquenter dans le cadre de ce rôle, celles-ci ont en effet davantage l'occasion d'être sollicitées. D'ailleurs, la sollicitation par une personne de l'entourage immédiat (ou plus éloigné) étant une des raisons fréquentes pour le choix d'une implication sociale, le réseau social devient ainsi un facteur très important à cet égard (Gaudet et Turcotte, 2013). Dans leur étude sur les trios filles/mères/grands-mères de femmes réfugiées, Vatz Laaroussi et al. (2012) constatent aussi que plusieurs d'entre elles ont une forme d'implication sociale ou de participation à des activités communautaires et que, dans plusieurs cas, cette implication se situe en continuité avec celle qu'elles avaient dans leur pays d'origine, constituant donc une façon de poursuivre celle-ci ainsi que de la transmettre à la prochaine génération.

Par ailleurs, des pratiques d'intervention se développent dans le milieu communautaire afin de favoriser l'implication sociale des femmes immigrantes. Ainsi, Chamberland et Le Bossé (2014) examinent les pratiques d'intervention de ce milieu à travers une étude portant sur cinq organismes communautaires œuvrant auprès des femmes immigrantes (deux au Québec, deux en Belgique et un en France), dans laquelle des entrevues ont été réalisées auprès d'intervenantes et de femmes fréquentant ces organismes. Les auteures ont dégagé plusieurs principes sous-tendant l'intervention, notamment la valorisation de l'expérience des femmes immigrantes et la création de liens de solidarité basés sur une représentation égalitaire entre les femmes fréquentant l'organisme et les intervenantes. Se basant sur l'idée de développer le pouvoir d'agir de ces femmes (*empowerment*), les intervenantes voient dans leur pratique l'occasion de mettre en commun les expériences individuelles des femmes afin d'en faire des enjeux collectifs qui permettent d'entrer dans une démarche d'action, source de réflexion et de changement social. Le développement de projets mettant en pratique les compétences des femmes et apportant des retombées concrètes au niveau local donnera à celles-ci une visibilité et une reconnaissance ainsi qu'un sentiment de prise de contrôle sur leur vie. Andrew (2010) note également la richesse qu'apporte l'interaction entre femmes immigrantes et non immigrantes (qu'elles soient intervenantes ou participantes), dans le cadre de projets d'organisation communautaire, ce qui pourrait constituer un facilitateur important pour l'intégration sociale des immigrantes. L'auteure note toutefois certaines difficultés qui peuvent être rencontrées dans ce contexte, notamment la difficulté de sortir d'une relation d'inégalité de pouvoir ainsi que les tensions et incompréhensions mutuelles qui peuvent résulter de différentes visions du monde liées aux valeurs culturelles. La vision qu'ont certaines institutions de l'implication des personnes ne correspondra ainsi pas forcément à la conception qu'en ont certains immigrants. Par exemple, ceux-ci peuvent désirer

une collaboration égalitaire d'une institution avec l'ensemble de la famille, ce qui ne correspond pas nécessairement au modèle privilégié (Vatz-Laaroussi, 2003).

1.3.3 Limites des études

Une limite inhérente aux études sur le parcours d'intégration des femmes immigrantes est le fait que celles-ci représentent un groupe très large (Pierre, 2005). Selon les études, les auteurs peuvent se pencher plus spécifiquement sur un ou plusieurs groupes en particulier, choisis sur la base de l'origine ethnique ou par rapport à un contexte particulier, afin d'arriver à un résultat plus précis. Les échantillons sont fréquemment assez petits ou constitués dans un lieu ou un contexte précis. Ces différents éléments rendent impossible une généralisation à l'ensemble des femmes immigrantes ou même dans certains cas la transférabilité des données par rapport à d'autres groupes spécifiques. Les résultats doivent dans ce cas être traités avec une certaine prudence. Par ailleurs, il est important de noter que certains articles privilégient le fait de donner les résultats des recherches, mais en laissant de côté des éléments importants pour le lecteur. Certains par exemple détaillent peu leur méthodologie tandis que d'autres explicitent peu leur cadre théorique et définissent peu les concepts utilisés, ce qui peut rendre moins précise l'analyse des résultats et leur lien avec les éléments théoriques, en plus de complexifier la comparaison entre différentes études portant sur des sujets similaires. Il est également fréquent que les articles n'abordent pas ou très peu les limites des études qu'ils présentent.

1.3.4 Pertinence sociale et scientifique de la recherche

La recension des écrits sur le sujet des femmes immigrantes tend à démontrer que, si les obstacles à leur intégration sont assez bien documentés, les stratégies adoptées pour y faire face le sont beaucoup moins, particulièrement les stratégies autres que celles concernant l'insertion professionnelle. D'ailleurs, selon Gaudet et Turcotte (2013), les recherches abordant ces formes de participation sociale sont assez rares de façon générale. Si l'on précise davantage en s'intéressant spécifiquement à l'implication sociale des femmes immigrantes sous forme de bénévolat, il s'agit certainement d'un phénomène social peu documenté. Il est donc intéressant, en ce qui concerne la pertinence scientifique, de se pencher sur ce sujet méconnu qui concerne pourtant un groupe social qui prend une importance croissante. En termes de pertinence sociale, alors que plusieurs intervenants tentent de mettre en place sur le terrain des pratiques novatrices favorisant la participation sociale des femmes immigrantes, notamment dans le milieu communautaire (Andrew, 2010; Chamberland et Le Bossé, 2014), il importe d'en savoir plus sur les formes que prend actuellement cette participation et les motifs de celle-ci afin que les programmes mis en place fassent sens par rapport à la réalité des immigrantes et mènent à un véritable progrès dans leur intégration. De plus, la mise en place de pratiques favorisant l'investissement de l'espace public par ces femmes est d'autant plus importante afin que la question de l'intégration ne repose pas uniquement sur elles, mais s'inscrive dans une perspective de responsabilité partagée et de réciprocité entre elles et la société d'accueil, condition pour une véritable intégration (Vatz Laaroussi, 2003).

CHAPITRE 2 — CADRE CONCEPTUEL ET THÉORIQUE

Ce chapitre abordera tout d’abord la définition des principaux concepts utilisés dans le cadre de cette recherche, soit les concepts d’immigrants, d’intégration et de bénévolat, avec une emphase particulière sur le bénévolat qui constitue le concept central de la recherche. Sera ensuite abordée la perspective théorique choisie, soit le modèle écologique de développement humain et la théorie du parcours de vie ainsi que la façon dont ces théories seront utilisées dans le cadre de la présente recherche.

2.1 Principaux concepts

2.1.1 Immigrants

La définition du concept d’immigrant, tout comme la terminologie utilisée, peut varier significativement selon les pays et les différents contextes (Termote, 2013). Au Québec, on utilise généralement les termes « immigrés » et « immigrants » de façon synonyme, le deuxième étant toutefois utilisé de façon plus commune (Pierre, 2005), c’est donc le terme qui sera retenu dans le cadre de cette recherche. Le gouvernement canadien définit un immigrant comme étant « une personne qui est, ou qui a déjà été, un immigrant reçu ou résident permanent », c’est-à-dire « une personne à qui les autorités de l’immigration ont accordé le droit de résider au Canada en permanence » (Statistique Canada, 2017). Le Canada reconnaît à cet égard trois principaux statuts d’immigrants : l’immigration économique ou « indépendante » (soit les entrepreneurs, les investisseurs, les travailleurs autonomes et les travailleurs qualifiés), les réfugiés (ou les personnes en situation semblable) qui sont des personnes que le gouvernement canadien détermine comme ayant besoin de sa protection en vertu des critères établis par la Convention de Genève ou en fonction de critères définis par le gouvernement canadien, et finalement le regroupement familial qui concerne des immigrants qui sont parrainés par un proche parent habitant déjà au Canada (Bégin, 2009; Gouvernement du Québec, 2007).

Toutefois, des personnes peuvent également résider sur le territoire canadien avec un permis de résidence temporaire valide pour une certaine période, qui peut dans plusieurs cas être prolongée (Gouvernement du Québec, 2016). C’est le cas des travailleurs temporaires et de leurs familles ainsi que des étudiants étrangers, qui peuvent résider au Canada pendant plusieurs années avec ce statut. De plus, en vertu de politiques facilitant l’obtention de la résidence permanente pour ces catégories de résidents temporaires, certains deviendront éventuellement des immigrants officiels (Sweetman et Warman, 2014). Dans ce contexte, les personnes avec un statut temporaire peuvent avoir une expérience similaire à celle des immigrants ayant un statut permanent et ils ne seront donc pas écartés de cette étude. Le concept d’immigrants sera donc entendu dans un sens plus large que la définition qu’en ont les gouvernements québécois et canadien afin d’inclure les personnes ayant un statut temporaire, mais qui résident au Québec durant une période étendue, sans avoir de prévision déterminée quant au moment où ils le quitteront. La définition retenue pour cette recherche sera donc qu’un immigrant est une personne née dans un autre pays (avec une nationalité étrangère) et qui a quitté ce pays pour venir s’installer au Canada (Bellego et al, 2005).

2.1.2 Intégration

Tout d'abord, il est important de noter qu'il est difficile de donner une définition précise de la notion d'intégration puisque ce concept présente un « flou théorique » et ne fait pas l'unanimité auprès des différents auteurs (Castles et al., 2002; Gauthier et al., 2010; Legault et Frontoau, 2008). Les discours publics sur l'immigration tendent à utiliser largement ce terme, mais sans prendre la peine de bien le définir. Sa signification est donc bien souvent tenue pour acquise, alors qu'il s'agit pourtant d'un concept complexe et qui peut avoir une signification différente selon les auteurs et les contextes (Fortin, 2000).

Selon Gauthier et al. (2010), on peut toutefois remarquer certaines similarités entre les différentes définitions de l'intégration. Tout d'abord, l'intégration doit être vue comme un processus. En effet, le terme est souvent utilisé indifféremment dans les discours publics pour décrire un processus ou un état, ce qui peut porter à confusion (De Rudder, 1994, cité par Fortin, 2000). Il est donc important de ne pas réduire la notion d'intégration à un état à atteindre pouvant être mesuré par des indicateurs, mais plutôt d'en comprendre l'aspect dynamique et complexe, qui s'établit dans le cadre d'un processus non linéaire et à long terme (Fortin, 2000; Legault et Frontoau, 2008). Un autre aspect à considérer concernant le processus d'intégration est que celui-ci implique un phénomène de réciprocité entre les personnes immigrantes et la société d'accueil. La responsabilité quant à l'intégration ne doit ainsi pas reposer uniquement sur les épaules des nouveaux arrivants, mais demande plutôt une adaptation de part et d'autre, la société d'accueil se devant de créer les conditions favorisant l'intégration (Castles et al., 2002; Gauthier et al., 2010). Cet aspect est essentiel puisque, malgré le fait que la réciprocité soit généralement abordée de façon explicite dans les politiques gouvernementales (Legault et Frontoau, 2008), l'intégration est souvent vue comme étant avant tout la responsabilité des personnes immigrantes, qui devraient donc être les seules à devoir faire des changements. Dans ce contexte, la notion d'échange ainsi que la responsabilité de la société d'accueil sont évacuées et peu prises en considération dans beaucoup d'études sur l'intégration (Castles et al., 2002; Li, 2003). Par ailleurs, l'intégration ne se fait pas dans l'abstrait, mais s'inscrit toujours dans un moment spécifique et un contexte social donné. Le contexte dans lequel les nouveaux arrivants devront s'intégrer implique ainsi un ensemble de rapports de force et de pouvoir. Il est aussi « tributaire des enjeux sociaux, politiques et économiques, tant sur le plan local qu'international » (Gauthier et al., 2010, p.17).

Le processus d'intégration revêt de plus un caractère multidimensionnel, c'est-à-dire qu'il s'opère dans différentes sphères de la société, à la fois au niveau social, économique, politique, culturel et géographique. Ces différentes dimensions de l'intégration sont bien sûr liées entre elles, mais sans être forcément interdépendantes (Gauthier et al., 2010). Cette multidimensionnalité de l'intégration est soulignée par Legault et Frontoau (2008) qui évoquent le fait que celle-ci est vécue à la fois dans des dimensions de la vie individuelle et de la vie collective. Le processus d'intégration se fait donc non seulement au niveau personnel et familial, mais aussi au niveau linguistique, socio-économique, institutionnel, politique et communautaire (Gauthier et al., 2010). Chacune des sphères de l'intégration possède des processus, modes et significations qui

leur sont propres et de nombreux facteurs peuvent influencer la façon dont les immigrants vivront l'intégration au sein de celles-ci. La vitesse, la trajectoire et le résultat de l'intégration peuvent varier d'une sphère à l'autre, le processus d'intégration pouvant par exemple y être vécu à un rythme différent ou avec des résultats différents. Les facteurs qui influencent ce processus peuvent être liés à différents éléments tels que les caractéristiques démographiques des personnes, leur statut légal, leur formation professionnelle et statut social d'origine, de même que leur culture ou leur religion. Des facteurs sociaux peuvent aussi entrer en ligne de compte, tels que les relations de genre, les conditions sociales du pays d'origine, les conditions du processus d'immigration ou les réseaux transnationaux (Castles et al., 2002).

Définir l'intégration est toujours un défi et les définitions doivent être traitées avec prudence. Selon Li (2003), les discours autour de l'intégration, que ce soit ceux des politiques publiques, des critiques de l'immigration ou même ceux des universitaires tendent souvent à converger vers une même conception normative qui établit une vision assez réduite et rigide de ce que devrait être une intégration idéale. Même dans des discours valorisant a priori la diversité, on peut en effet souvent remarquer des attentes envers les immigrants pour qu'ils se conforment à ce qui est perçu comme étant la norme dans la société d'accueil afin de pouvoir être considérés comme ayant atteint une intégration réussie. La question de l'intégration s'inscrit donc toujours dans un rapport de pouvoir, dans la mesure où les normes et conditions de celle-ci sont déterminées par la société d'accueil. Li considère ainsi qu'une véritable intégration impliquerait une pleine participation à la vie démocratique, incluant le droit à la dissidence par lequel les immigrants (au même titre que tout autre membre de la société) peuvent remettre en question le statu quo. Dans le même ordre d'idées, le concept d'intégration doit prendre en considération les facteurs et mécanismes d'exclusion qui sont propres aux rapports majoritaires-minoritaires présents dans la société d'accueil et qui peuvent prendre plusieurs formes. Certains mécanismes d'exclusion sont de nature légale, les États déterminant par exemple les gens qui peuvent entrer et rester sur leur territoire et ceux qui en sont exclus. Des facteurs d'exclusion peuvent exister dans différentes sphères de la société. Les difficultés associées à la reconnaissance des diplômes et acquis professionnels, par exemple, peuvent compter parmi les facteurs d'exclusion sur le plan économique. La plupart des mécanismes d'exclusion s'inscrivent par ailleurs dans des pratiques informelles. Autant des pratiques concrètes que des attitudes sociales basées sur l'ethnocentrisme, les préjugés ou la discrimination, ceux-ci contribuent à créer des conditions défavorables à l'intégration (Fortin, 2000; Legault et Fronteau, 2008).

La question de l'intégration est donc complexe et ne peut être réduite à un état de fait selon lequel un immigrant est dans une situation d'intégration réussie ou non, vision que l'on retrouve pourtant fréquemment dans le discours public (Castle et al., 2002). L'intégration n'est pas un processus linéaire avec des étapes vécues dans un ordre déterminé. Gauthier et al. (2010) soulignent ainsi que, si l'on peut bien sûr dégager des éléments communs, il y a autant de façons de vivre l'intégration qu'il y a d'immigrants. La notion d'intégration peut donc prendre différentes significations en fonction des personnes, celles-ci influençant la façon dont elles vont la vivre et la ressentir. Selon les auteurs, il est donc pertinent de s'intéresser à la perception que les personnes immigrantes elles-mêmes ont de l'intégration, plutôt que d'imposer à ce sujet les

discours souvent normatifs établis par les institutions. Cette démarche, qui place les immigrants comme acteurs sociaux de premier plan dans leur processus d'intégration et met l'accent sur leur agentivité, sera celle adoptée dans ce projet de recherche.

2.1.3 Bénévolat

- **Perspectives théoriques générales**

Selon Robichaud (2003), le bénévolat est une action qui implique au moins deux acteurs agissant au sein d'un groupe et dont le lien social implique une division entre un aidant et un aidé, dans le cadre d'une intervention qui se fait sans contrepartie financière et sans que le geste soit contraint. Si le bénévolat est fréquemment défini comme un travail non rémunéré, plusieurs auteurs (Godbout, 2002, Gagnon et Sévigny, 2000) soulignent la nécessité d'élaborer une définition qui ne soit pas négative et qui reflète davantage le sens que les bénévoles donnent à leur action. Selon Godbout (2002), une définition du bénévolat doit s'inscrire dans d'autres postulats et catégories que celles liées au marché et à l'emploi, en fonction de valeurs qui lui sont propres et dans lesquelles le don est un élément central. Le bénévolat peut ainsi être considéré comme une forme de don. Celui-ci représente une façon particulière de faire circuler les choses et les services, un contre-modèle par rapport au modèle marchand, dans la mesure où le donateur se prive librement du droit de recevoir quelque chose en retour de ce qu'il donne, tout en libérant également le receveur de l'obligation de rendre (Bourdon et al., 1999, cités par Godbout, 2002). Le bénévolat est plus spécifiquement un don de temps, qui s'inscrit dans la catégorie du don aux étrangers (Godbout, 2002). Il se distingue de l'aide apportée au sein des liens primaires puisqu'il se fait dans le cadre d'une relation déliée, dans laquelle les bénévoles apportent leur aide à des personnes en fonction de leur situation plutôt qu'en fonction de liens personnels (Gagnon et Sévigny, 2000; Godbout, 2000b), en vertu d'un sentiment de responsabilité sociale (Gaudet et Reed, 2004).

Les auteurs consultés permettent de dégager trois dimensions importantes pour comprendre le concept de bénévolat, soit la liberté d'engagement, l'importance du lien social et les significations et motivations associées à l'action bénévole. D'abord, la liberté est une valeur essentielle dans l'engagement bénévole. Pour les bénévoles actuels, c'est même celle-ci qui donne sa signification au geste, dans la mesure où la valeur du geste réside dans le fait que rien n'oblige le bénévole à le poser. La liberté est ainsi considérée aujourd'hui comme étant essentielle au don véritable (Godbout, 2000b). Le bénévolat est un choix qui est donc fait librement, sans que le service que rend le bénévole puisse être considéré comme une obligation de la part du receveur. Son geste est gratuit, non seulement au sens où le bénévole n'est pas rémunéré, mais également dans un sens plus large, en fonction du caractère non contraint de l'action (Gagnon et Sévigny, 2000). Le bénévolat n'échappe bien sûr pas forcément à toute norme ou pression sociale, mais relève néanmoins d'une logique d'autodétermination de soi. Ensuite, le bénévolat s'inscrit dans une logique de réseau qui donne autant d'importance aux liens créés dans le contexte de l'action qu'aux services rendus (Robichaud, 2003). Les liens sociaux sont donc au centre de l'action bénévole, d'où l'importance que l'on doit accorder à la perspective relationnelle dans l'analyse

de celle-ci (Godbout, 2002). Gagnon et Sévigny (2000) soulignent aussi l'importance des liens interpersonnels créés dans ce cadre, qui sont basés à la fois sur l'expression de soi, de ses valeurs et de son identité et sur la reconnaissance de l'autre. Le choix de leur engagement est en effet une façon pour les bénévoles de donner une importance, une valeur, à une population ou une situation donnée. Il est important de bien comprendre les liens qui se créent dans le contexte des pratiques bénévoles puisque la nature et les caractéristiques de ces liens contribuent à donner son sens au geste (Godbout, 2000a).

Finalement, pour bien comprendre les pratiques de bénévolat, il importe de prendre en considération non seulement les questions organisationnelles, mais également les significations que les bénévoles donnent à leur geste et les raisons qui le motivent. Selon Gagnon et Sévigny (2000), on risque de mal comprendre l'engagement bénévole si on le considère simplement comme un don purement désintéressé. Si le bénévolat ne demande pas de réciprocité directe, il s'inscrit néanmoins dans une perspective de réciprocité généralisée qui va au-delà de la relation entre le bénévole et la personne aidée et concerne plutôt la société en général (Gaudet et Reed, 2004). Au-delà des liens interpersonnels entre les individus, les personnes engagées dans le bénévolat donnent généralement une grande importance à la question de la solidarité, à la construction et la préservation du lien communautaire (Gagnon et Sévigny, 2000; Godbout, 2000b). Selon Godbout (2000a), le don s'inscrit ainsi dans une dynamique de circulation correspondant à une séquence de dons selon un cycle « Donner, recevoir, rendre » (p. 39). Une motivation importante pour les bénévoles est qu'ils considèrent comme un devoir de rendre parce qu'ils ont beaucoup reçu, cette obligation pouvant être ressentie envers un groupe ou un organisme en particulier, envers la société ou même envers la vie en général (Gaudet et Reed, 2004; Godbout, 2000a). La notion de plaisir est également importante comme moteur d'action, les bénévoles ayant tendance à affirmer recevoir plus qu'ils ne donnent de la part des personnes qu'ils aident (Godbout, 2000a). Le bénévolat est une activité qui favorise l'expression des valeurs et des champs d'intérêt des personnes qui s'y engagent (Gagnon et Sévigny, 2000). Il peut permettre également d'atteindre certains objectifs personnels, par exemple le développement ou l'utilisation de compétences (Robichaud, 2003).

- **Le bénévolat dans le contexte québécois**

Il importe en terminant de bien situer le bénévolat dans le contexte social québécois. En effet, la notion de bénévolat peut différer de ce qu'elle a pu représenter à d'autres époques et peut également être différente, voire être totalement absente, dans d'autres pays. Les participantes de la recherche pourraient donc n'avoir pas eu de contact avec la réalité du bénévolat dans leur pays d'origine, tout au moins dans la forme institutionnalisée sous laquelle elle existe présentement au Québec.

L'institutionnalisation du bénévolat au Québec n'est pas nouvelle, si l'on pense par exemple au bénévolat dans les hôpitaux avant la Révolution tranquille. Cependant, celui-ci était organisé par les communautés religieuses, paroisses ou mouvements catholiques laïcs alors en charge d'une bonne partie des services de santé et de services sociaux et relevait d'une logique de charité, d'aide aux pauvres et aux malades (Gagnon et Sévigny, 2000; Martin, 2002; Mercier, 2008). Dans

les années 1960, le réseau public de santé et de services sociaux s'est largement développé et l'ensemble de ces services relevait désormais de l'État québécois. Dans ce contexte, le bénévolat est resté une réalité présente, mais qui se faisait plus discrète, perdant en partie de son importance sociale puisqu'une bonne partie des services rendus auparavant par des bénévoles l'étaient dorénavant par des professionnels. On a par ailleurs assisté à cette époque au développement de pratiques citoyennes d'action sociale qui représentaient une forme de bénévolat engagé visant l'amélioration de différents problèmes sociaux (Martin, 2002). Toutefois, la crise de l'État-providence, à partir des années 1980, a provoqué une nouvelle transformation du monde bénévole (Mercier, 2008). Le bénévolat actuel relève en effet largement d'une nouvelle logique, en lien avec le développement de politiques gouvernementales partenariales avec le milieu communautaire, particulièrement à partir des années 1990. Dans le cadre de ces politiques, l'État délègue une partie des services offerts à la population à des organismes communautaires et une partie de ces services peuvent alors être donnés par des bénévoles (Gagnon et Sévigny, 2000; Favreau, 2012; Robichaud, 2003). Cette évolution des politiques sociales amène donc des changements importants dans la réalité bénévole. Le rôle des bénévoles est revalorisé et une nouvelle reconnaissance est donnée au milieu communautaire en tant que porteur d'innovations sociales (Martin, 2002; Mercier, 2008). Il y a toutefois un revers à la médaille et ces rapports entre gouvernement et organismes communautaires provoquent plusieurs malaises dans le monde bénévole. Ces rapports relèvent souvent plus de la sous-traitance que du partenariat et une pression importante est mise sur les organismes, ce qui peut les obliger à changer leurs pratiques, parfois même en désaccord avec leur mission. Soumis à des exigences de performance, ceux-ci peuvent être amenés vers une professionnalisation qui risque dans certains cas de transformer le bénévolat d'un geste libre et gratuit à un travail non rémunéré, allant ainsi à l'encontre de son esprit (Gagnon et Sévigny, 2000; Favreau, 2012; Robichaud, 2003).

2.2 Modèle écologique de développement humain

Le modèle écologique de développement humain a été développé initialement par Urie Bronfenbrenner, notamment dans son ouvrage *The Ecology of Human Development, Experiments by Nature and Design*, publié en 1979 puis bonifié plusieurs fois par la suite. Ce modèle offre une conception du développement de la personne en interaction avec son environnement et les différents systèmes qui le composent. Selon cette perspective, le développement d'une personne est influencé par les différents niveaux de systèmes avec lesquels elle est en contact, mais qu'elle peut également influencer à son tour (Bronfenbrenner, 1979). Ainsi, « le comportement humain résulte d'une adaptation progressive et mutuelle entre la personne et son environnement » (Drapeau, 2008, p.11).

Le premier élément à considérer dans le modèle de développement humain est l'ontosystème, c'est-à-dire la personne elle-même. Celle-ci étant située au centre de ce modèle, ses caractéristiques personnelles sont très importantes. En effet, chaque personne est appelée à réagir différemment à son environnement et l'influence d'une manière qui lui est unique et personnelle (Gabarino, 1992, cité par Drapeau, 2008). Trois types de caractéristiques personnelles peuvent ainsi entrer en jeu dans le développement de la personne. Le premier concerne certaines

caractéristiques qui agissent comme stimuli sociaux, autrement dit qui influencent les réactions de l'environnement envers la personne. Viennent ensuite les dispositions personnelles qui concernent davantage la personnalité de chaque individu et la façon dont il entre en contact avec son environnement. Finalement, les ressources individuelles que la personne est amenée à développer au cours de sa vie, telles que ses habiletés, connaissances et expériences, jouent également un rôle important dans ses interactions avec son environnement (Bronfenbrenner et Morris, 2006, cités par Drapeau, 2008).

Le premier niveau de système avec lequel une personne est en contact est le microsystème. Celui-ci concerne son environnement immédiat, c'est-à-dire les milieux avec lesquels elle est directement en contact et l'ensemble de ses activités, rôles et relations interpersonnelles au sein de ces milieux (Bronfenbrenner, 1979). Le développement de la personne s'effectue notamment grâce aux interactions avec des personnes, objets et symboles présents dans son environnement immédiat. Pour être significatives, ces interactions doivent avoir lieu régulièrement pendant une certaine période. Il s'agit des processus proximaux. La façon dont les processus proximaux affectent son développement dépend de différents facteurs tels que les caractéristiques de la personne et leur évolution, l'environnement où ils se déroulent et le contexte social (continuité et changements sociaux). Les processus proximaux impliquent que la personne s'engage dans une activité qui doit avoir lieu sur une base régulière pendant une période assez longue pour pouvoir être significative et devenir plus complexe. Ces processus ne doivent pas être unidirectionnels et doivent donc impliquer un certain niveau de réciprocité (Bronfenbrenner, 1999). Le concept de rôle est central pour comprendre le microsystème. Celui-ci consiste en un ensemble d'activités et de relations que l'on attend de la part d'une personne occupant une position spécifique dans une société (Bronfenbrenner, 1979). Les attentes envers une personne quant au(x) rôle(s) qu'elle occupe sont définies en fonction de la culture de la société dans laquelle elle s'insère (Bronfenbrenner, 1979 ; Bronfenbrenner, 1999) et un changement dans ces attentes correspond généralement à un changement de comportement qui, s'il persiste dans le temps, devient un changement dans son développement (Bronfenbrenner, 1999). Le développement humain est facilité par le fait d'occuper une variété de rôles et par l'appartenance à différents milieux, chacun caractérisé par un ensemble d'activités, relations et rôles spécifiques (Bronfenbrenner, 1979).

Le modèle de développement humain ne s'intéresse pas seulement séparément aux différents milieux avec lesquels les personnes sont en contact, mais également à l'interaction de ces milieux entre eux, ce que Bronfenbrenner nomme le mésosystème. Ainsi, les processus qui s'opèrent dans les différents milieux ne sont pas indépendants et peuvent s'influencer entre eux (Bronfenbrenner, 1986). Ainsi, la participation d'une personne à plus d'un milieu crée un lien primaire auquel peuvent s'ajouter des liens secondaires. Le changement amené par son entrée dans un nouveau milieu ou dans un nouveau rôle, nommée « transition écologique », revêt par ailleurs une importance significative dans son développement. Le potentiel de développement du mésosystème dépend de plusieurs facteurs tels que le nombre et la qualité des liens créés à l'intérieur des milieux et le fait que certains de ces liens se retrouvent dans plus d'un des milieux de contact de la personne. Ensuite, la variété des activités réalisées dans les différents milieux vient également influencer le potentiel de développement du mésosystème, de même que la

variété des cultures et sous-cultures avec lesquelles la personne est en contact. Un facteur essentiel est aussi la compatibilité des rôles occupés par la personne dans les différents milieux qu'elle fréquente, certains rôles étant plus facilement conciliables que d'autres, ce qui favorise positivement le développement, alors que c'est moins le cas pour des rôles qui entreraient plutôt en conflit (Bronfenbrenner, 1979).

Finalement, afin de bien comprendre le développement humain en lien avec les systèmes dans lequel se situe une personne, il importe de tenir compte également de l'influence des systèmes plus larges, soit l'exosystème et le macrosystème. L'exosystème réfère aux milieux dans lesquels elle n'est pas partie prenante, mais qui peuvent avoir une influence sur les milieux auxquels elle participe ou être influencés par ceux-ci (Bronfenbrenner, 1979; 1986). Par exemple, les institutions du système de santé et de services sociaux, l'organisation du système éducatif ou les bureaux de l'immigration sont tous des éléments d'exosystème susceptibles d'influencer de façon importante la vie des nouveaux arrivants au Québec. Le macrosystème réfère quant à lui au contexte plus global dans lequel s'inscrivent les autres niveaux de systèmes, c'est-à-dire le niveau sociétal tel que les structures sociales, la culture, les croyances et idéologies de la société au sein de laquelle la personne évolue (Bronfenbrenner, 1979). Finalement, le chronosystème, ajouté par Bronfenbrenner lors d'une révision du modèle écologique, permet de tenir compte du passage du temps, plus spécifiquement les changements que celui-ci peut produire dans le développement de la personne et dans son environnement (Bronfenbrenner, 1986). Ainsi, le modèle écologique se conçoit comme ensemble de systèmes imbriqués les uns dans les autres, du microsystème au macrosystème et la force des facteurs contribuant au développement dans un système dépend des structures de celui-ci ainsi que de celles des niveaux supérieurs. Ce modèle conserve toutefois en son centre les caractéristiques spécifiques de la personne et son pouvoir d'action sur sa vie et sur son environnement (Bronfenbrenner, 1999).

Dans le cadre de ce projet, le concept de microsystème permettra d'analyser l'interaction des répondantes avec le milieu dans lequel elles pratiquent leur bénévolat, et à travers différents aspects, soit les activités qu'elles y pratiquent, les rôles qu'elles y tiennent et les relations interpersonnelles qu'elles y ont formées. Ensuite, le concept de mésosystème permettra d'analyser la façon dont leur participation au milieu de bénévolat s'articule avec les autres sphères de leur vie (ex. familiale, professionnelle, religieuse, etc.), notamment les liens secondaires, la variété des activités réalisées par les répondantes dans les différentes sphères de leur vie et la variété des cultures (entendues au sens large) avec lesquelles elles sont en contact. Pourront aussi être examinés les rôles qu'elles tiennent dans les différentes sphères de leur vie, leur niveau de compatibilité et la façon dont ceux-ci influencent leur développement. Les concepts d'exosystème et de macrosystème ne seront pas utilisés de façon centrale, mais ils seront pris en considération puisque les conditions de vie des répondantes et les difficultés (ou les éléments facilitateurs) qu'elles rencontrent dans leurs parcours migratoires feront partie de l'analyse. Par ailleurs, le concept d'ontosystème permettra de placer la personne et ses caractéristiques individuelles au centre de l'analyse, chaque parcours étant unique et singulier.

2.3 Théorie du parcours de vie

La perspective du parcours de vie est complémentaire avec le modèle écologique de Bronfenbrenner dans la mesure où elle permet de pousser plus loin la compréhension du développement humain dans temps (Bronfenbrenner, 1999). Le concept central de cette perspective, le parcours de vie, peut être défini comme « une séquence d'événements qui se déroule en fonction des groupes d'âge et qui est socialement définie et ordonnée dans le temps et le contexte historique » (Gherghel et Saint-Jacques, 2013, p.14). Cette perspective a ainsi comme objet non seulement le parcours individuel des personnes, mais aussi les liens de celui-ci avec le contexte social dans lequel il s'inscrit (Elder, 1998). Le concept de trajectoire sociale concerne l'aspect généralisable des trajectoires individuelles, c'est-à-dire leurs composantes institutionnelles et normatives qui définissent l'ensemble des trajectoires suivies par les individus et les groupes dans une société donnée (Gherghel et Saint-Jacques, 2013). Le lien entre les temps historique et individuel peut être exprimé par le concept de cohorte désignant un « groupe de personnes qui ont en commun le fait de vivre une expérience importante pendant le même intervalle ou la même année » (Gherghel et Saint-Jacques, 2013, p.30). Les trajectoires individuelles sont délimitées par deux types principaux de périodes, soit les stades ou étapes de vie et les transitions. Les stades de vie sont des périodes caractérisées par la stabilité des comportements, des rôles et des statuts dans les différentes sphères de vie de la personne. Les périodes de transition correspondent plutôt à des moments impliquant des changements significatifs dans sa vie et dans son développement (Gherghel et Saint-Jacques, 2013; Elder, 1998). Ces changements peuvent concerner autant son statut que son identité, ses comportements ou ses pratiques quotidiennes. Les trajectoires individuelles peuvent aussi comporter des points tournants, soit des événements, des périodes de transition ou des contextes qui entraînent un véritable changement de direction dans la trajectoire de la personne. L'aspect subjectif est ici important puisqu'il est nécessaire pour parler de point tournant que ce changement soit considéré par la personne comme étant significatif dans son parcours de vie (Gherghel et Saint-Jacques, 2013).

Cinq principes de base sous-tendent la théorie du parcours de vie. Le premier concerne le fait que le développement humain est un processus qui, d'une part, se déroule tout au long de la vie des individus et, d'autre part, concerne les différentes dimensions et sphères de la vie de la personne. Le deuxième principe concerne la capacité d'agir ou l'intentionnalité des individus, c'est-à-dire la capacité de ceux-ci de construire consciemment leur propre parcours de vie par leurs choix et actions, tout en tenant compte à la fois des contraintes et opportunités auxquelles ils sont confrontés (Bronfenbrenner, 1999; Gherghel et Saint-Jacques, 2013; Elder 1998). Le troisième principe est le fait que le parcours de vie s'inscrit dans un contexte social et historique qui a une influence importante sur le développement des personnes qui y vivent (Bronfenbrenner, 1999; Elder, 1998). Le quatrième principe concerne la temporalité des événements de la vie, la personne pouvant vivre les événements différemment selon le moment de sa vie où ils surviennent, par exemple en fonction de son âge, des attentes de rôles ou des opportunités qui surviennent dans son parcours (Gherghel et Saint-Jacques, 2013; Bronfenbrenner, 1999). Finalement, le dernier principe souligne l'interconnexion entre les vies des individus qui sont en relation. La façon dont

une personne vivra une transition ou un événement influencera ainsi le développement des autres membres de son réseau et celle-ci sera à son tour influencée par eux (Bronfenbrenner, 1999; Gherghel et Saint-Jacques, 2013; Elder, 1998).

La théorie du parcours de vie permettra de situer les pratiques de bénévolat des femmes immigrantes dans l'ensemble de leur parcours individuel et d'explorer la signification qu'elles leur donnent, ainsi que de situer celles-ci dans une perspective plus large par rapport au contexte social. En effet, le principe de l'intentionnalité des personnes dans la construction de leur vie permettra de voir les motifs qui ont poussé les répondantes à s'engager dans des activités de bénévolat ainsi que la façon dont cette décision s'inscrit dans un moment de leur vie et de leur parcours migratoire. L'analyse permettra, par exemple, de voir si leurs pratiques de bénévolat s'inscrivent dans la continuité de leur parcours ou si elles représentent plutôt une transition (ou même un point tournant). La théorie du parcours de vie permettra aussi d'analyser la perception des répondantes quant au processus d'intégration dans lequel elles sont engagées au sein de la société québécoise et la place qu'occupent leurs pratiques de bénévolat au sein de celui-ci.

CHAPITRE 3 — MÉTHODOLOGIE

Dans cette section seront abordés les différents aspects méthodologiques de ce projet de recherche. Tout d'abord seront présentés la question et les objectifs de recherche. Puis seront détaillés l'approche privilégiée, le type de recherche, la population à l'étude ainsi que les techniques d'échantillonnage utilisées. Ensuite seront présentées la méthode de collecte de données qui a été privilégiée et la façon dont les données recueillies ont été analysées. Finalement seront abordées les considérations éthiques ayant guidé les relations avec les participantes de la recherche et le traitement des données recueillies.

3.1 Question et objectifs de recherche

Tout d'abord, la question de recherche à la base de ce projet est la suivante : « Quelle est la perception des femmes immigrantes quant au rôle que jouent leurs pratiques de bénévolat dans leur parcours d'intégration à Québec? ». Les objectifs plus spécifiques de la recherche sont : 1) d'explorer la vision et l'expérience d'intégration des participantes, 2) de comprendre leur parcours d'implication bénévole; 3) de comprendre leurs motivations pour faire du bénévolat et les significations qu'elles donnent à leur implication; 4) d'explorer leur perception quant à l'impact du bénévolat dans leur parcours post-migratoire et leur intégration.

3.2 L'approche et le type de recherche privilégiés

La perspective de ce projet de recherche est influencée par le paradigme constructiviste selon lequel les problèmes sociaux sont conçus comme des constructions sociales, le chercheur s'intéressant aux processus menant à cette construction (Mayer et al., 2000), aux pratiques sociales et logiques d'action des acteurs sociaux ainsi qu'aux significations qu'ils leur donnent (Mucchielli, 2004). Bien qu'il soit difficile de réaliser une recherche purement constructiviste dans le cadre d'un projet de maîtrise, puisque ce paradigme implique un processus de type inductif qui peut être long et complexe, celui-ci guide néanmoins la perspective de la recherche et la façon dont elle est orientée. Ce projet s'intéresse ainsi avant tout à la perception des participantes de la recherche, qui sont considérées comme des expertes de leur propre situation. En accord avec le paradigme constructiviste, la recherche s'intéresse ainsi à la construction subjective qu'elles font de leur réalité et au sens qu'elles lui donnent (Morris, 2006). Toutefois, malgré la dominance de cette perspective, l'étudiante-chercheuse tiendra compte des conditions objectives de l'expérience migratoire des participantes, telles que les obstacles et éléments facilitateurs rencontrés au cours de celle-ci.

Dans la logique de cette perspective, l'approche choisie pour cette recherche est la méthode qualitative. Cette approche est la plus pertinente pour le sujet choisi puisqu'il s'agit d'approfondir la compréhension d'un processus, soit celui lié à l'implication bénévole des femmes immigrantes, dans le cadre d'un phénomène complexe qui est celui de l'immigration et du processus d'intégration dans la société d'accueil. C'est aussi une approche qui est appropriée lorsque l'on s'intéresse aux expériences de vie des personnes à partir de leur perspective et au sens qu'elles donnent à ces expériences (Padgett, 1998). De plus, cette approche met l'accent sur le contact

entre le chercheur et les acteurs sociaux concernés par le sujet de recherche (Deslauriers et Kérisit, 1997; Mucchielli, 2004). L'utilisation de l'approche qualitative dans une perspective constructiviste favorise aussi l'implication active du chercheur comme partie intégrante de ses instruments de recherche (Mucchielli, 2004). Le choix de cette méthode favorise donc la création avec les répondantes de la relation de confiance nécessaire pour pouvoir approfondir avec elles des questions personnelles, permettant ainsi d'aller chercher une richesse dans les données.

Par ailleurs, cette recherche est de nature exploratoire puisque le sujet de l'implication bénévole des femmes immigrantes a été peu étudié, particulièrement dans le contexte d'une ville régionale tel que celui de la ville de Québec. Il ne s'agit donc pas de créer ou de tester une théorie, mais plutôt de poser une question de recherche et des objectifs généraux qui permettront de faire émerger des connaissances sur le sujet choisi à partir des données recueillies (Yegidis et Weinback, 2006). Ce type de recherche est également appropriée lorsqu'on souhaite se familiariser avec un sujet d'étude et comprendre le point de vue et les préoccupations des personnes concernées en explorant une certaine réalité sociale de façon circonscrite (Deslauriers et Kérisit, 1997).

3.3 Population et échantillonnage

La population à l'étude déterminée pour cette recherche, c'est-à-dire l'ensemble spécifique d'individus sur lesquels porte l'analyse (Beaud, 2003), était celle des femmes immigrantes de la région de Québec qui font du bénévolat. À partir de cette population générale, des critères d'inclusion ont été établis au départ, mais une certaine souplesse a ensuite été appliquée par rapport à ceux-ci en raison de difficultés de recrutement. Il avait été initialement déterminé que les participantes de l'étude devaient avoir 18 ans et plus et faire actuellement du bénévolat dans un organisme de la région, et ce depuis au moins un an sur une base constante, soit au moins une fois par mois. Ce critère de durée visait à s'assurer que le bénévolat représentait pour les participantes une expérience suffisamment significative pour amener une richesse dans les données, tel que le suggère Bronfenbrenner (1999). Ce critère initial a été élargi pour inclure des femmes qui avaient une expérience de bénévolat moins longue, mais qu'elles jugeaient comme étant significative dans leur parcours ainsi que des femmes ayant eu ce type d'expérience, mais qui n'avaient pas d'activité de bénévolat au moment de l'entrevue. Le deuxième critère d'inclusion concernait le temps écoulé depuis le moment de l'immigration des répondantes, qui devaient être arrivées au Québec depuis un maximum de cinq ans et être donc au cœur de leur processus d'intégration à la société québécoise. Ce critère a également été assoupli et des participantes vivant au Québec depuis sept ou huit ans ont également été acceptées. Le fait d'établir un critère lié à une période déterminée d'arrivée au Québec peut renvoyer à la notion de cohorte établie par la théorie du parcours de vie (Gherghel et Saint-Jacques, 2013). Si ce concept est lié de prime abord à celui de génération, les cohortes étant considérées en termes d'âge de leurs membres, il peut être pertinent d'appliquer celui-ci à ce qu'on pourrait nommer des cohortes d'immigration, soit des personnes ayant immigré dans un pays donné à une même époque. Tout comme celles appartenant à une génération, une cohorte de ce type regroupe des personnes qui s'inscrivent dans un même contexte historique et ont dans une certaine mesure

une histoire commune, dans la mesure où elles vivent en même temps les changements, contextes et événements de la société d'accueil à des moments comparables de leur parcours migratoire.

L'échantillonnage a été fait selon une méthode non probabiliste. Il n'aurait en effet pas été possible de sélectionner au hasard des participantes puisqu'il n'y a évidemment pas de liste exhaustive regroupant toutes les femmes immigrantes de la région de Québec faisant du bénévolat (Ouellet et Saint-Jacques, 2000). Ce type d'échantillon constitué non par le hasard, mais en fonction de caractéristiques particulières correspondant à ce que l'étudiante-chercheuse souhaite étudier est par ailleurs ici le plus pertinent afin d'accéder à une connaissance détaillée et approfondie d'une réalité circonscrite, dans un contexte précis (Deslauriers et Kérisit, 1997). Deux techniques d'échantillonnage avaient été prévues au départ, soit l'échantillonnage volontaire et l'échantillon par « effet boule de neige ». Selon Beaud (2003), la technique d'échantillonnage impliquant de faire appel à des volontaires ne fait pas l'unanimité puisqu'elle peut impliquer certains enjeux de diversité posant problème pour la généralisation des données. Toutefois, cette étude ne visant pas à une généralisation, cette technique, souvent privilégiée dans les études en sciences sociales, a pu être choisie à la fois pour des raisons pratiques et éthiques, les participantes étant amenées à aborder en profondeur des sujets relativement personnels lors des entrevues. Par ailleurs, il est possible de procéder à certains choix parmi les personnes se portant volontaires afin d'assurer une diversification de l'échantillon, ce qui a pu être fait dans le cas des dernières participantes. Afin de trouver des volontaires pour la participation à la recherche, la méthode de recrutement prévue consistait, dans un premier temps, à diffuser l'annonce (Annexe 2) au sein d'organismes de la région de Québec, notamment par le biais d'affiches sur les babillards publics ou par diffusion interne au sein de ceux-ci. Le fait de recruter dans plusieurs organismes visait ainsi à favoriser une diversité dans les profils des participantes (Ouellet et Saint-Jacques, 2000). Cette méthode n'ayant pas donné les résultats escomptés, deux méthodes de recrutement supplémentaires ont été ajoutées par la suite, soit l'utilisation des réseaux sociaux et la diffusion de l'annonce par le biais de la liste d'envoi par courriel de l'Université Laval (Annexe 3).

Dans un deuxième temps, il était prévu d'utiliser la technique d'échantillonnage dite « boule de neige » qui implique de « recourir à des personnes qui peuvent suggérer le nom d'autres personnes susceptibles de participer à l'étude, qui, à leur tour, feront la même chose, etc. » (Ouellet et Saint-Jacques, 2000, p.83). Ainsi, des personnes clés au sein d'organismes impliquant des bénévoles pouvaient recommander des participantes potentielles et les répondantes de l'étude étaient aussi invitées à suggérer le nom d'une personne de leur connaissance qui serait susceptible de participer à la recherche. Ces dernières seraient ensuite libres de se mettre en rapport avec l'étudiante-chercheuse si elles souhaitaient participer au projet.

Par ailleurs, il est important de noter que la saturation des données n'était pas visée dans la constitution de l'échantillon de cette étude. En effet, celle-ci impose généralement un échantillon d'un plus grand nombre de répondants, ce qui est au-delà des exigences requises dans le cas d'un projet de maîtrise. Ce qui était visé était plutôt la diversification de l'échantillon afin d'être en

mesure d'examiner une diversité de profils et de trajectoires de femmes immigrantes bénévoles. Cette diversification a permis à l'étudiante-chercheuse d'appréhender à la fois les différents facteurs intervenant dans leur choix de faire du bénévolat et les différentes expériences liées à celui-ci (Ouellet et Saint-Jacques, 2000).

Les techniques d'échantillonnage et méthodes de recrutement choisies pour la réalisation de cette recherche ont permis de recruter un total de onze participantes, dont une a toutefois été écartée puisqu'elle ne correspondait finalement pas aux critères de la recherche. L'échantillon final sur lequel a porté l'analyse était donc composé de dix participantes. La grande majorité d'entre elles ont été recrutées par la technique d'échantillonnage volontaire, alors que seules deux participantes ont pu être recrutées par la technique « boule de neige », ayant été référées par une personne clé au sein d'un organisme. Aucune participante n'a pu être recrutée par une référence faite par une autre répondante de l'étude. Cet échantillon, qui sera décrit plus en détail dans le chapitre suivant, est relativement diversifié, notamment au regard des origines des participantes et des types de bénévolats pratiqués. Par contre, les participantes avaient toutes un profil impliquant un niveau d'études postsecondaire. Ceci peut être expliqué en partie par le fait que la majorité des participantes ont été recrutées grâce à une annonce diffusée par le biais liste de courriels de l'Université Laval, ce qui concerne en effet six des participantes de l'étude. Les quatre autres participantes, dont les deux répondantes recommandées par un organisme et deux autres recrutées par le biais de la diffusion interne de l'annonce au sein d'organismes avaient par ailleurs elles aussi un diplôme d'études postsecondaire, ce qui présente donc une limite dans la diversification de l'échantillon.

3.4 Mode de collecte des données

Deux modes de collecte de données étaient prévus dans le cadre de cette recherche, soit l'entrevue individuelle semi-dirigée comme mode de collecte principal et l'entrevue de groupe (*focus group*) comme mode de collecte complémentaire. Toutefois, pour des raisons liées aux difficultés de recrutement, seul le premier moyen a finalement été utilisé.

Étant donné la nature des données recherchées dans cette étude, c'est-à-dire le parcours de vie de même que les perceptions des répondantes, l'entrevue individuelle est la méthode qui a été privilégiée afin d'aller chercher auprès des répondantes recrutées des données plus détaillées sur le sujet de recherche (Mayer et Saint-Jacques, 2000). Le type d'entrevue spécifique choisi était l'entrevue semi-dirigée. Cette technique de collecte de données établit des thèmes généraux sur lesquels se concentre l'entrevue, qui peut inclure un certain nombre de questions plus spécifiques, mais laisse également la place à une souplesse lors des échanges entre l'intervieweur et l'interviewé. Ces échanges prennent la forme d'une conversation fluide au cours de laquelle l'intervieweur se consacre à favoriser l'expression du point de vue de l'interviewé, tout en s'assurant de ne pas s'écarter trop des thèmes choisis (Mayer et Saint-Jacques, 2000, Savoie-Zajc, 2003). L'entrevue individuelle semi-dirigée a donc été jugée comme étant la technique la plus pertinente dans le cadre de cette recherche puisqu'elle permettait d'aller chercher une profondeur dans les données en laissant une liberté d'expression aux participantes, tout en orientant l'entrevue de façon à s'assurer d'aborder avec elles l'ensemble des thèmes établis par

rapport aux objectifs de recherche (Mayer et Saint-Jacques, 2000). Il s'agit d'une technique de collecte de données qui s'inscrit également très bien dans la logique du paradigme constructiviste puisqu'elle permet d'approfondir la compréhension d'un phénomène, notamment en s'intéressant au sens donné par les personnes à leur réalité dans le cadre d'une interaction entre l'intervieweur et l'interviewé qui mène à la construction commune d'un savoir sur un sujet donné (Savoie-Zajc, 2003).

L'outil de collecte de données qui a été utilisé pour la réalisation des entretiens individuels est un guide d'entrevue s'articulant autour des thèmes et sous-thèmes centraux de la recherche. Les thèmes généraux à aborder sont déterminés en fonction de la question et des objectifs de la recherche, tandis que les questions plus spécifiques sont construites à partir du cadre conceptuel de celle-ci (Mayer et Saint-Jacques, 2000, Savoie-Zajc, 2003). Un tableau d'opérationnalisation des concepts (Annexe 1) a été ainsi réalisé afin de déterminer les questions qu'il était nécessaire de développer lors des entretiens afin d'explorer les différents thèmes en profondeur. Par ailleurs, ce type de recherche qualitative d'inspiration constructiviste requiert une souplesse dans les techniques de collecte de données. Le chercheur doit donc moduler sa grille d'entrevue au contact de la personne interviewée lors de l'entretien afin de s'adapter au contexte de celui-ci et de répondre aux objectifs fixés en s'assurant de bien saisir le point de vue de la personne sur les différents thèmes de la recherche (Mucchielli, 2004; Savoie-Zajc, 2003). Le chercheur est donc directement impliqué dans l'utilisation de sa technique de collecte qui est en quelque sorte un prolongement de lui-même et est en construction constante dans un contexte d'interaction sociale avec les sujets de recherche (Mucchielli, 2004). Le canevas d'entrevue (Annexe 4) se concentre donc sur les grands thèmes de la recherche et des questions générales, afin que des questions plus précises puissent se dégager au fur et à mesure des entrevues. Concernant les conditions de réalisation des entrevues, le lieu et le moment de chaque entretien étaient déterminés individuellement avec chacune des participantes. Le moment de l'entrevue était donc choisi en fonction de leurs disponibilités et le lieu de l'entrevue était déterminé en fonction de ce qui leur convenait le mieux, que ce soit à l'Université, dans un lieu public de leur choix ou à leur domicile. De plus, les entrevues ont fait l'objet d'enregistrements audio afin, d'une part, de laisser toute la place aux interactions avec les répondantes en limitant la prise de notes et, d'autre part, de pouvoir avoir accès aux données exhaustives afin de pouvoir procéder par la suite à une analyse de contenu à partir de ce matériel (Padgett, 1998).

Dans la conception initiale du projet, l'échantillon visé par les entrevues individuelles était d'environ six à huit répondantes et une entrevue de groupe avec cinq ou six participantes (différentes des participantes initiales) devait être réalisée comme moyen de collecte de données complémentaire, à la suite des entrevues individuelles. Toutefois, les difficultés concernant le recrutement des participantes n'ont pas permis de réaliser cette dernière activité puisqu'il n'a pas été possible de recruter suffisamment de participantes ayant des disponibilités compatibles. Dans ce contexte, deux participantes ayant exprimé l'intérêt de participer à une entrevue de groupe ont plutôt été rencontrées dans le cadre d'entrevues individuelles afin, d'une part, de compléter l'échantillon de la recherche et, d'autre part, de contribuer à sa diversification puisqu'elles avaient des profils différents des participantes qui avaient déjà été rencontrées.

3.5 Analyse des données

À la suite de la collecte de données, les dix entrevues constituant le corpus de recherche ont été traitées à l'aide de la méthode de l'analyse de contenu afin d'en dégager des résultats correspondant aux objectifs de la recherche. La première étape impliquait la préparation du matériel. Les enregistrements audio des entrevues constituaient en effet des données brutes qui devaient être transférées sous une forme les rendant accessibles à l'analyse. Les entrevues ont donc été transcrites sous forme de verbatims, en rapportant les propos des participantes de façon exhaustive et en mentionnant également des éléments liés à l'aspect non verbal (pauses, hésitations, réactions émotives, etc.) afin que la transcription reflète le mieux possible la nature et le déroulement de chaque entrevue (Mayer et Deslauriers, 2000; Padgett, 1998). Ensuite, une lecture flottante a été faite pour l'ensemble des entrevues (ou plus précisément des huit premières entrevues retenues pour l'échantillon puisque les deux dernières entrevues ont été réalisées plus tard, après l'analyse des autres entrevues et l'abandon du projet d'entrevue de groupe). Cette lecture visait à avoir une vue d'ensemble du matériel afin de se familiariser avec celui-ci et de préparer l'analyse (Mayer et Deslauriers, 2000).

L'étape suivante du processus d'analyse impliquait de procéder à la codification et la catégorisation du matériel obtenu. La codification en recherche qualitative implique, de la part du chercheur, d'extraire des segments de texte qui sont jugés comme étant significatifs et porteurs d'un sens distinctif au regard de l'objet de recherche (Sabourin, 2003). Ces « unités de sens » sont ensuite reliées à des thèmes et concepts en lien avec la question de recherche. Le chercheur crée ainsi des catégories et sous-catégories, afin de mettre les éléments en relation et de faire émerger un sens à partir des données (Padgett, 1998, Sabourin, 2003). Les catégories d'analyse peuvent être créées de manière inductive à partir des données elles-mêmes, de manière déductive selon une théorie existante ou être créées à l'aide d'une formule mixte. C'est cette dernière option qui a été choisie ici. Les catégories principales ont ainsi été créées à partir des principaux thèmes abordés dans le guide d'entrevue (eux-mêmes dérivés de l'opérationnalisation des principaux concepts de la recherche). Par la suite, les codes eux-mêmes et une partie des sous-catégories ont été créés de façon inductive selon ce qui émergeait des données (Mayer, et Deslauriers, 2000). Cette phase de l'analyse a été réalisée avec l'aide du logiciel d'analyse de contenu QDA Miner qui permet de procéder au codage du texte et de situer des codes dans des catégories et sous-catégories pouvant être hiérarchisées sous forme d'arborescence.

L'analyse qualitative réalisée s'est donc faite dans le cadre d'un processus itératif de construction des codes et des catégories. Selon Sabourin (2003), celle-ci « se développe grâce à une rétroaction constante entre le document, les extraits, les définitions des catégories dans lesquelles les extraits sont rassemblés et les relations entre les catégories qui constituent la classification en arbre ou en réseaux des catégories » (p. 374). C'est donc à l'aide des relations créées de façon interne à ces catégories ainsi qu'entre celles-ci que le chercheur peut faire émerger un sens à partir des données et en faire une interprétation. On recherche ainsi des similarités et des distinctions dans le discours des différentes participantes, tout en tenant compte du contexte dans lequel ceux-ci

sont abordés pour chacune d'entre elles. Sabourin (2003) souligne, par exemple, que si la fréquence d'un thème peut constituer une indication de son importance au sein des discours analysés, sa faible apparition au sein d'un discours en particulier ne signifie pas qu'il n'est pas important. Il est en effet possible qu'une personne ait abordé un thème une seule fois lors d'une entrevue et que celui-ci soit néanmoins très significatif, tout dépendant du contexte. De même, la présence d'un cas négatif peut être tout aussi importante. Il appartient donc au chercheur de procéder à cette interprétation des données en faisant émerger des significations à partir de celles-ci tout en tenant compte de leur contextualisation. Il s'agit d'un processus de construction du sens, tenant compte de multiples dimensions, qui s'insère dans un univers interprétatif pouvant impliquer des référents théoriques et conceptuels tels que ceux présentés au chapitre précédent et dont le chercheur tient compte lors de l'analyse, tout en faisant preuve de souplesse par rapport à ceux-ci. Le cadre conceptuel et théorique ne doit donc pas dicter les résultats à atteindre, mais plutôt constituer une boîte à outils permettant de donner une cohérence à l'interprétation des données (Mucchielli, 2004).

3.6 Considérations éthiques

Toute recherche impliquant des sujets humains doit tenir compte d'un certain nombre de considérations éthiques, qui doivent être encadrées par l'institution à laquelle appartient le chercheur (ou par celle où se déroule la recherche dans certains cas). De plus, la recherche qualitative présente des enjeux éthiques spécifiques, notamment en raison de la nature des rapports qu'elle implique entre le chercheur et les participants de son étude (Padgett, 1998). Ce projet de recherche a ainsi été soumis à l'approbation du Comité plurifacultaire d'éthique de la recherche avec des êtres humains de l'Université Laval. Il répond aux critères de *l'Énoncé de politique des trois Conseils : Éthique de la recherche avec des êtres humains* et a ainsi été réalisé dans le cadre d'une préoccupation pour la dignité de la personne et respecte les trois principes directeurs de l'Énoncé, soit le respect des personnes, la préoccupation du bien-être et la justice (Gouvernement du Canada, 2014) et s'inscrit dans une perspective générale de responsabilité sociale (Padgett, 1998).

Le recrutement des participantes a été fait dans une perspective de non-discrimination, en considérant bien sûr le respect des critères de sélection établis pour les besoins de la recherche. La participation se faisait sur une base volontaire et certaines précautions étaient prises afin d'éviter que les répondantes potentielles ressentent une pression de participer à la recherche. Ce projet ne bénéficiant pas d'un budget dédié, aucun montant compensatoire n'était proposé aux répondantes en échange de leur participation. Le contact avec l'étudiante-chercheuse devait être initié par les participantes intéressées, même dans les cas où elles étaient référées par une autre personne. Les thèmes généraux abordés lors de l'entrevue ainsi que son déroulement et les conditions de réalisation de celle-ci étaient expliqués aux participantes potentielles lors du contact initial, afin de s'assurer qu'elles comprennent bien ce qu'une participation à la recherche leur demandait, et elles étaient invitées à poser des questions afin de clarifier toute incertitude ou inquiétude qu'elles pourraient avoir à ce sujet. De plus, un délai de quelques jours de réflexion était généralement accordé aux participantes avant la confirmation des rencontres afin de leur

laisser la possibilité de se désister si elles le souhaitaient, à moins que celles-ci aient préféré une rencontre dans des délais plus rapides. Le moment et le lieu de la rencontre étaient déterminés individuellement avec chacune des participantes en fonction de leurs disponibilités et de ce qui leur convenait le mieux. Le projet était donc conçu afin de minimiser le plus possible les inconvénients potentiels quant à la participation à la recherche. Toutefois, le fait d'aborder certains sujets liés à leur vie personnelle et à leur histoire étant susceptible de provoquer des émotions vives ou même désagréables, les participantes étaient informées qu'elles pouvaient à tout moment refuser de répondre à une question ou mettre fin à l'entrevue si elles le souhaitaient. Une liste de références des ressources d'aide disponibles dans la région de Québec leur était également remise afin qu'elles puissent en bénéficier à la suite de l'entrevue si elles en ressentaient le besoin. Elles étaient informées des risques possibles liés à leur participation et de la possibilité de faire appel à l'Ombudsman de l'Université Laval pour tout problème rencontré dans le cadre de leur participation ainsi que de leur droit de se retirer du projet à tout moment durant le processus, y compris après que la collecte des données ait été complétée. Les participantes devaient ainsi signer un formulaire de consentement (Annexe 5) contenant ces informations, qui était lu au début de l'entrevue en présence de l'étudiante-chercheuse avec des explications au besoin, afin de s'assurer qu'elles soient en mesure de fournir un consentement éclairé (Gouvernement du Canada, 2014; Padgett, 1998).

Cette recherche impliquant des rencontres en face à face entre l'étudiante-chercheuse et les répondantes, la participation de celles-ci ne se faisait pas de façon anonyme (Padgett, 1998). Par contre, des mesures ont été prises afin de s'assurer que la confidentialité des données soit respectée et que l'identité des participantes soit protégée (Gouvernement du Canada, 2014). Les documents inclus dans le projet de recherche ont été anonymisés et toute autre information permettant de les identifier était également retirée. Un souci de respect de la confidentialité a donc été observé lors de la rédaction de ce mémoire afin que la description des participantes soit faite de façon à ce que celles-ci ne puissent pas être reconnues, la nature de ce type de recherche qualitative pouvant rendre cet aspect problématique (Padgett, 1998). Les documents contenant des éléments permettant d'identifier les participantes ont été conservés sous clé au domicile de l'étudiante-chercheuse, dans un endroit où elle seule avait accès. Les enregistrements et transcriptions des entrevues étaient quant à elles conservés dans des fichiers informatiques protégés par un mot de passe, à l'usage exclusif de l'étudiante-chercheuse. Ceux-ci seront détruits après une période de deux ans suivant la fin de la recherche. Le fait que les entrevues faisaient l'objet d'un enregistrement audio ainsi que les mesures prises pour assurer la confidentialité étaient également expliquées aux participantes et étaient incluses dans le formulaire de consentement. Par ailleurs, celles qui le souhaitaient pouvaient autoriser l'étudiante-chercheuse à conserver leurs coordonnées afin que leur soit transmis un résumé de la recherche à la fin du projet.

CHAPITRE 4 — RÉSULTATS DE L'ÉTUDE

Cette section présentera les résultats obtenus par la collecte de données auprès des participantes de l'étude rencontrées dans le cadre d'entrevues individuelles et rendra ainsi compte des propos que celles-ci ont tenus lors de ces rencontres. La première section de ce chapitre inclura la présentation de l'échantillon de la recherche ainsi que certains éléments pertinents du parcours migratoire des participantes. Quatre sujets principaux seront ensuite abordés de façon à répondre aux objectifs de la recherche précédemment mentionnés, soit la perception et le vécu des participantes quant à leur processus d'intégration, leurs parcours de bénévolat en contexte post-migratoire, leurs motivations à faire du bénévolat et finalement les impacts que celui-ci a eus sur leur processus d'intégration et leur vie en contexte post-migratoire.

4.1 Présentation de l'échantillon

4.1.1 Présentations individuelles des participantes¹

Mei

Mei est une femme dans la trentaine d'origine est-asiatique. Elle a suivi son conjoint qui a eu un contrat de travail à Québec. Ils ont un fils d'âge scolaire. La famille avait deux expériences de migration antérieures en Amérique du Nord avant leur venue au Québec. Mei occupait un emploi qualifié dans son pays d'origine, mais n'a pas tenté d'occuper un travail similaire au Québec à cause des contraintes de langue et de reconnaissance des acquis. Elle n'avait aucune maîtrise du français à son arrivée et a suivi des cours de francisation, qu'elle suivait encore au moment de l'entrevue. Elle désire ensuite entreprendre des études. Elle a fait du bénévolat pour la première fois au moment de sa première migration, puis en a fait dans chacun des endroits où elle a habité. Elle fait présentement du bénévolat dans un service de garde d'enfants à Québec.

Aminata

Aminata est une femme dans la trentaine originaire d'Afrique subsaharienne. Elle est venue au Québec en tant qu'immigrante économique, comme travailleuse qualifiée. Elle est venue ici seule et n'a pas de famille au Canada. C'était sa première expérience de migration. Elle occupait un emploi qualifié dans son pays d'origine et a repris ses études afin de faire une requalification professionnelle au Canada. Elle occupe maintenant un emploi en lien avec sa formation. Elle n'avait pas fait de bénévolat formel avant sa venue au Québec, ce concept n'étant selon elle pas connu sous cette forme dans son pays d'origine, mais elle s'est toujours impliquée dans sa famille et dans sa communauté. Depuis son arrivée au Québec, elle a fait des bénévolats très diversifiés, dont un en lien avec ses compétences professionnelles.

¹ Les prénoms utilisés dans ce document sont des pseudonymes afin de préserver l'anonymat des participantes.

Camille

Camille est une femme dans la trentaine d'origine européenne. Elle est venue au Québec comme étudiante étrangère pour un an, puis a décidé de rester à plus long terme pour faire des études supérieures au Québec. Elle est d'abord venue seule, mais son conjoint l'a rejointe au bout d'un an et le couple est maintenant installé au Québec. C'était leur première expérience de migration, mais Camille avait eu quelques expériences d'emplois temporaires à l'étranger et ils s'étaient aussi beaucoup déplacés à l'intérieur de leur pays d'origine. Elle a occupé différents emplois en parallèle de ses études depuis son arrivée au Québec. Camille avait l'habitude de faire du bénévolat depuis longtemps, notamment plusieurs bénévolats de type culturel et social dans son pays d'origine. Au Québec, elle a d'abord fait un bénévolat culturel en lien avec les intérêts qu'elle avait auparavant, avant de se concentrer davantage sur un bénévolat en lien avec les étudiants étrangers.

Bianca

Bianca est une femme dans la trentaine originaire d'Europe. Elle est venue ici seule en tant qu'étudiante étrangère pour une session seulement, puis a eu des possibilités de stage qui l'ont amenée à prolonger son séjour. Elle a ensuite pris la décision de s'établir ici de façon permanente. C'est sa première expérience d'immigration, mais elle avait eu une expérience antérieure d'études à l'étranger. Elle a terminé ses études ici, puis a cherché un emploi. Elle a eu des difficultés dans son processus de recherche d'emploi et a dû occuper un emploi de subsistance dans l'intervalle. Elle a finalement obtenu un emploi dans son domaine, mais qui était temporaire et son avenir professionnel était incertain au moment de l'entrevue. Elle a eu plusieurs implications bénévoles culturelles et sociales depuis le début de l'âge adulte et, après s'être établie au Québec, elle a fait du bénévolat dans des organismes liés à l'environnement et à la consommation responsable.

Caroline

Caroline est une femme dans la trentaine d'origine européenne. Elle a fait un premier séjour au Québec comme étudiante étrangère avant de repartir terminer ses études dans un autre pays. Quelques années plus tard, elle est revenue au Québec pour s'y établir, ayant déjà obtenu un emploi qualifié dans son domaine. Elle est venue ici seule, mais a un conjoint qui vit à l'étranger. Caroline n'avait pas d'expérience antérieure de bénévolat avant son immigration au Québec, mais s'est impliquée activement dans un organisme d'aide à des personnes en difficulté depuis sa deuxième installation au Québec.

Noëlle

Noëlle est une femme dans la vingtaine d'origine européenne. Elle est venue au Québec comme étudiante étrangère pour un an, puis a décidé de rester à plus long terme pour faire des études supérieures. Elle est venue ici seule. Elle occupe présentement un emploi qualifié dans son domaine en parallèle de ses études. Noëlle a constamment fait du bénévolat depuis son entrée dans l'âge adulte. Elle a fait des bénévolats très divers dans son pays et à l'étranger. Depuis son arrivée au Québec, elle a fait principalement du bénévolat dans une coopérative de services dont

elle fait partie. Elle a également fait des bénévolats ponctuels à différents endroits du Québec pendant l'été.

Mary

Mary est une femme dans la quarantaine d'origine nord-américaine. Elle est venue au Canada après ses études avec un permis de travail et un emploi qualifié qui l'attendait déjà. Elle était accompagnée de son mari qui de son côté possédait une double citoyenneté incluant la citoyenneté canadienne et pouvait ainsi facilement obtenir le statut de résident. Le couple a fait une première migration dans une autre province canadienne avant de venir s'établir au Québec. Leur déménagement au Québec était motivé par une occasion d'emploi pour Mary. Le couple a maintenant deux enfants nés au Québec. Mary vient d'une famille où le bénévolat était très valorisé et cela a donc toujours fait partie de sa vie. Elle a fait plusieurs activités bénévoles au moment de sa première immigration au Canada, puis de nouveau lorsqu'elle s'est établie à Québec. Elle fait deux types de bénévolat, soit un auprès de son église et un bénévolat lié à son activité professionnelle par lequel elle donne des services à des personnes défavorisées.

Angélique

Angélique est une femme dans la trentaine originaire d'Afrique subsaharienne. Elle est venue au Québec comme étudiante étrangère et s'est établie ici pour faire des études supérieures. Elle avait une première expérience de migration en Europe, pour les études également. Elle est venue ici seule, puis a été ensuite rejointe par son mari, mais ils ont divorcé depuis. Angélique occupe un emploi de recherche en parallèle de ses études. Elle a toujours eu différents types d'engagements dans la communauté depuis sa jeunesse. Elle a aussi fait un peu de bénévolat pendant sa première expérience de migration. Au Québec, elle s'implique comme bénévole auprès de son église.

Nora

Nora est une femme dans la cinquantaine originaire d'Afrique du Nord. Elle a fait une première immigration au Québec à 20 ans dans le cadre de ses études. Elle est restée plusieurs années et a obtenu la citoyenneté canadienne, puisqu'elle comptait s'établir ici de manière permanente. Des difficultés à trouver un emploi dans son domaine et une offre d'emploi intéressante dans son pays d'origine l'ont toutefois amenée à retourner y vivre à cette époque. Plusieurs circonstances de vie (séparation, enfant étudiant au Québec), ainsi que le rêve de revenir vivre au Québec qu'elle avait toujours gardé l'ont amenée à y faire une nouvelle immigration il y a un an. C'est cette deuxième immigration, plus de 25 ans après la première, qui sera prise en compte dans ce travail. Depuis son arrivée au Québec, elle a fait plusieurs formations et a occupé un travail de type emploi de subsistance. Elle débutait un emploi plus près de son domaine (mais déqualifié) au moment de l'entrevue. Nora faisait régulièrement du bénévolat dans son pays d'origine, notamment de l'accompagnement auprès de personnes malades, et avait aussi des activités d'engagement plus informelles de type « entraide communautaire ». Au Québec, elle a fait du bénévolat dans deux organismes en lien avec l'écologie, ce qui est en lien avec son domaine d'études initial et ses intérêts.

Leila

Leila est une femme dans la trentaine. Elle est née en Afrique du Nord, mais a grandi en Europe après que sa famille y ait immigré quand elle était enfant. Elle est venue au Québec pour y rejoindre son mari qui avait immigré un an auparavant après avoir obtenu sa résidence permanente au Canada et trouvé un poste intéressant dans son domaine à Québec. Elle est venue dans un premier temps avec un permis de vacances-travail, avant d'entreprendre des démarches pour être parrainée par son conjoint dans le cadre du programme de regroupement familial. Elle est au Québec depuis huit ans et le couple a eu deux enfants au Québec. Elle possédait un diplôme universitaire et travaillait dans son domaine en Europe. Elle n'a pas tenté de travailler dans son domaine au Québec, bien qu'elle ait des projets à cet effet, mais a occupé certains emplois sans lien avec sa formation. Elle a choisi à court terme de privilégier sa famille et son rôle de mère ainsi que de s'investir dans des activités de bénévolat. Avant son arrivée au Québec, elle faisait de façon régulière deux types de bénévolat, un de type « prestation de services » dans le domaine social et un autre lié à une organisation religieuse. Au Québec, elle a fait brièvement du bénévolat dans un organisme social, puis a choisi de s'investir dans son institution religieuse et à l'école de ses enfants.

4.1.2 Données socio-économiques des participantes

Tableau 1 : Données socio-économiques des participantes

	Origine	Âge	Situation familiale	Maîtrise du français à l'arrivée	Statut comme immigrante
Mei	Asie	Trentaine	Vit en couple, avec enfant	Non	Visa de travail du conjoint, puis résidente permanente
Aminata	Afrique	Trentaine	Vit seule	Oui, langue principale	Économique
Camille	Europe	Trentaine	Vit en couple	Oui, langue principale	Étudiante étrangère
Bianca	Europe	Trentaine	Vit en colocation	Oui, langue seconde	Étudiante étrangère, puis résidente permanente
Caroline	Europe	Trentaine	Vit seule (conjoint à l'étranger)	Oui, langue principale	Étudiante étrangère, puis résidente permanente

Noëlle	Europe	Vingtaine	Vit en colocation	Oui, langue principale	Étudiante étrangère
Mary	Amérique du Nord	Quarantaine	Vit en couple, avec enfants	Oui, langue seconde	Visa de travail, puis citoyenne
Angélique	Afrique	Trentaine	Vit seule	Oui, langue principale	Étudiante étrangère
Nora	Afrique	Cinquantaine	Vit avec enfant adulte	Oui, langue principale	Étudiante étrangère/retour comme citoyenne
Leila	(Afrique)/Europe	Trentaine	Vit avec conjoint et enfants	Oui, principale	PVT, puis regroupement familial

4.1.3 Présentation globale de l'échantillon

Onze femmes ont été rencontrées dans le cadre de l'étude, mais seulement dix des entrevues ont été prises en compte puisque l'une des participantes ne correspondait pas aux critères de sélection. En effet, il s'est avéré durant son entrevue que celle-ci avait eu une seule expérience de bénévolat très ponctuelle depuis son arrivée au Québec, ce qui ne permettait pas d'aller chercher des données significatives sur son expérience de bénévolat et l'impact de celui-ci sur son parcours. Dix participantes ont ainsi été retenues pour constituer l'échantillon de la recherche. Sur les dix participantes incluses dans l'échantillon, cinq étaient d'origine européenne, trois étaient d'origine africaine, une d'origine asiatique et une d'origine nord-américaine. On retrouve donc des participantes originaires de quatre continents, mais aucune ne venant d'Amérique du Sud ou de l'Océanie. La présence de participantes originaires de l'Europe et de l'Afrique dans l'échantillon est intéressante puisqu'il s'agit des régions les plus représentées dans l'immigration à Québec. Par contre, l'Amérique du Sud est également un continent d'où proviennent beaucoup d'immigrants, malgré le fait qu'il n'a pas pu être représenté dans le présent échantillon (Statistique Canada, 2018).

La majorité des participantes maîtrisaient déjà le français avant leur immigration au Québec. Pour sept d'entre elles, il s'agissait d'une langue principale depuis l'enfance, tandis qu'il s'agissait d'une langue seconde déjà assez bien maîtrisée pour deux d'entre elles. Une seule participante ne parlait pas français avant de venir au Québec et suivait encore des cours de francisation au moment de l'entrevue. Les participantes avaient entre 24 et 53 ans. La majorité d'entre elles, soit sept participantes sur dix avaient dans la trentaine. Une seule participante était dans la vingtaine,

une était dans la quarantaine et une dans la cinquantaine. Il y avait donc un écart de 29 ans entre la plus jeune participante et la plus âgée, pour une moyenne d'âge de 36 ans. Il est intéressant de noter que, selon Statistique Canada (2018), la tranche d'âge la plus fréquente au moment de l'immigration au Québec est entre 25 et 44 ans. Comme les participantes rencontrées sont arrivées au Québec depuis huit ans et moins, on peut remarquer que la majorité d'entre elles (sept), sont effectivement arrivées au Québec durant cette période de leur vie.

Les participantes étaient donc résidentes du Québec depuis un à huit ans. Deux d'entre elles étaient au Québec depuis moins de deux ans et deux depuis plus de cinq ans. La majorité des participantes (six) étaient donc ici depuis une période d'entre trois et cinq ans, pour une moyenne de quatre ans. Les critères de recrutement de l'étude, qui visaient des participantes d'immigration récente, expliquent qu'il y ait relativement peu de variation pour cette donnée. En ce qui concerne leur situation familiale, quatre des participantes vivaient en couple, dont trois avec des enfants. Une vivait seule avec un enfant d'âge adulte, deux vivaient en colocation avec des Québécois et trois participantes vivaient seules, bien que l'une d'entre elles ait un conjoint qui vivait à l'étranger. Plus de la moitié des participantes, soit sept d'entre elles, avaient une expérience antérieure d'immigration ou de séjours prolongés à l'étranger (pour le travail ou pour les études) avant leur installation au Québec. Pour l'une d'entre elles (Leila), il s'agissait plus d'une expérience familiale que strictement personnelle puisque sa famille a immigré lorsqu'elle était très jeune. Pour une autre participante (Nora), son expérience à cet égard était une immigration précédente au Québec vingt-cinq ans avant l'expérience d'immigration qui concerne ce projet. La majorité des participantes, soit sept d'entre elles, disent par ailleurs que même si elles sont installées au Québec pour l'instant, elles pourraient très bien envisager une nouvelle migration dans le futur.

Six des participantes sont venues ici en tant qu'étudiantes étrangères (incluant Nora qui était venue sous ce statut lors de sa première immigration au Québec). Cette récurrence peut être expliquée par l'utilisation de la liste de diffusion de l'Université Laval comme moyen de recrutement. Par contre, cette donnée représente également une réalité de la ville de Québec, l'université étant un pôle d'attraction pour les étudiants étrangers, qui contribuent à la diversité du tissu social de la région. L'une d'entre elles (Angélique) est venue au Québec directement pour faire son doctorat tandis que les autres sont venues pour une période limitée (une année ou une session d'études), puis ont décidé de s'établir au Québec à plus long terme. Une participante a immigré d'abord ailleurs au Canada grâce à un contrat de travail avant de s'établir au Québec et une autre a suivi un cheminement similaire, mais en fonction du travail de son conjoint. Une seule participante a suivi le cheminement d'immigration économique, dans la catégorie des travailleurs qualifiés, et une a suivi celui du regroupement familial. Aucune n'était venue comme réfugiée.

Toutes les participantes ont un niveau d'études universitaires. Elles avaient en effet toutes fait des études universitaires avant de venir au Québec et la majorité d'entre elles ont un diplôme reconnu au Canada qui leur permet de travailler dans leur domaine. Toutefois, l'une des participantes (Aminata) a dû faire des équivalences et une formation universitaire complémentaire afin de pouvoir travailler dans son domaine au Québec et une autre participante (Angélique) a un diplôme européen reconnu ici, mais a également un diplôme en médecine de

son pays d'origine qui n'est pas reconnu. Nora a un diplôme obtenu au Québec, mais a fait carrière ensuite dans son pays d'origine dans un autre domaine. Son diplôme est donc reconnu, mais pas son expérience de travail à l'étranger, ce qui rend le transfert de ce capital problématique pour l'obtention d'un emploi d'un niveau correspondant à ses compétences. Une autre participante (Mei) n'a pas de diplôme reconnu au Canada et ne peut pas travailler dans son domaine d'origine. Elle ne compte pas faire d'équivalences et d'études qui lui permettraient de retravailler dans son domaine, même si elle envisage un retour possible aux études dans un autre domaine afin d'améliorer ses perspectives d'emploi. Elle occupe présentement un emploi non qualifié quelques heures par semaine, ses occupations principales étant plutôt la francisation et le bénévolat. Quatre des participantes occupaient un emploi qualifié correspondant à leur formation au moment de l'entrevue, mais la situation professionnelle de l'une d'entre elles (Bianca) était précaire due à la fin imminente de son contrat de travail. Trois des participantes étaient encore étudiantes aux cycles supérieurs au moment de l'entrevue et occupaient en parallèle un emploi en lien avec leurs études. Mei avait un emploi non qualifié et Nora avait un emploi proche de son domaine, mais sous qualifié par rapport à ses compétences et qu'elle débutait tout juste au moment de l'entrevue, après avoir occupé un emploi non qualifié pendant plusieurs mois. Leila était la seule participante qui ne travaillait pas au moment de l'entrevue, ayant choisi de se consacrer plutôt à sa famille, bien qu'elle ait des projets pour pouvoir travailler dans son domaine éventuellement. Malgré le fait que l'échantillon soit composé de professionnelles scolarisées, plusieurs des participantes ont dû occuper des emplois peu qualifiés à un moment ou un autre de leur parcours, alors que près de la moitié d'entre elles ont toujours travaillé dans leur domaine depuis leur arrivée. La majorité des participantes occupaient un emploi qualifié dans leur domaine au moment de l'entrevue, que ce soit à temps plein ou en parallèle de leurs études.

On peut remarquer que le moyen de recrutement ayant eu le plus de succès, soit la liste d'envoi de l'université, a eu une influence importante sur le profil des participantes. Le fait que celles-ci aient toutes un niveau universitaire et que la plupart n'aient pas d'enjeux de reconnaissance de diplôme est lié au fait que les participantes ont pour la majorité un lien avec l'université, soit un lien professionnel ou comme étudiantes. De même, le fait que la majorité des participantes aient un diplôme universitaire pouvant être reconnu et leur permettant de travailler ici comme dans plusieurs autres pays constitue un facteur expliquant qu'elles puissent facilement envisager une nouvelle migration dans le futur, puisqu'elles ont une grande possibilité de mobilité professionnelle. Le statut d'étudiante internationale ou d'ancienne étudiante internationale d'une majorité de participantes est aussi important à cet égard puisque, selon Knight (2012), les anciens étudiants internationaux sont souvent amenés à avoir une mobilité importante au cours de leur vie. Par ailleurs, la récurrence de possession d'un diplôme universitaire chez les participantes n'a rien de si exceptionnel puisque c'est le cas d'un nombre important de femmes immigrantes. En effet, selon Statistique Canada (2015), 49,6% des immigrantes récentes, c'est-à-dire celles qui sont arrivées entre 2006 et 2011, possèdent un diplôme universitaire, ce qui est largement supérieur à la proportion de femmes nées au Canada possédant un tel diplôme qui n'est que de 26,6%. Il est important de noter que les données de cette recherche sont influencées de façon importante par la petite taille de l'échantillon et le profil des participantes recrutées. Tel

que mentionné précédemment, il s'agit avant tout d'une étude exploratoire et la reproduction de cette recherche avec d'autres participantes pourrait donner des résultats tout à fait différents.

4.1.4 Les circonstances et motivations du projet migratoire

Afin de comprendre le contexte dans lequel s'inscrit l'immigration des participantes au Québec, il est ici pertinent d'aborder brièvement les motivations qui ont poussé celles-ci à s'engager dans un projet migratoire, que ce soit les raisons les ayant amenées à vouloir émigrer de leur pays ou celles qui les ont poussées à venir s'installer spécifiquement au Québec.

- **Motifs d'émigration**

Lorsqu'interrogées sur les motifs les ayant poussées à prendre la décision de quitter leur pays d'origine, les participantes ont donné plusieurs types de raisons différentes, dont certaines étaient communes à plusieurs d'entre elles. La majorité des participantes ont été amenées vers l'émigration au moins en partie à cause de difficultés ou d'éléments insatisfaisants dans leur pays d'origine. Ces difficultés peuvent être perçues comme étant plus ou moins graves selon les cas. Aminata, par exemple, mentionne la guerre et l'instabilité politique dans son pays, tandis qu'Angélique parle des problèmes de corruption et de fonctionnement dans le système social et politique. Dans le cas de Bianca, la situation économique difficile et le fort taux de chômage dans son pays, particulièrement pour les jeunes diplômés comme elle, ont joué un rôle significatif dans sa décision de s'établir au Québec. Nora dit quant à elle qu'elle vivait des difficultés par rapport au climat social et à la place des femmes dans son pays d'origine, tandis que Leila mentionne que l'attitude envers les personnes d'origine immigrante, même de deuxième génération, était parfois difficile à vivre pour son mari et elle. Par ailleurs, pour plusieurs participantes, arrivées comme étudiantes étrangères, le désir de faire des études à l'étranger a été leur motivation pour partir de leur pays, mais la plupart d'entre elles n'avaient pas un projet migratoire à long terme. Camille et Leila mentionnent toutes deux avoir eu un attrait pour la vie à l'étranger, attrait qui pourrait d'ailleurs selon elles les inciter à faire une nouvelle migration dans l'avenir.

- **Faire le choix du Québec (ou du Canada)**

Dans plusieurs cas, les participantes ont évoqué que leur choix de s'établir au Québec était associé à une occasion qui s'était présentée et qu'elles avaient saisie, plutôt qu'à un projet d'immigration précis. En effet, plusieurs participantes sont venues au Québec pour leurs études dans une perspective temporaire et ont eu ensuite une possibilité de travail ou d'études qui les a amenées à s'établir ici à plus long terme. Mary, quant à elle, avait d'abord immigré dans une autre province canadienne avant d'avoir une offre d'emploi qui l'a amenée à Québec. Dans le cas de Leila, bien qu'elle ait toujours eu une attirance pour le Canada et particulièrement pour les régions francophones, c'est le fait que son mari ait obtenu un emploi intéressant dans son domaine à Québec qui a été le facteur déterminant de son immigration, lorsqu'elle a choisi de le rejoindre ici.

Un autre élément déterminant pour plusieurs participantes par rapport au choix de venir au Québec (ou de façon plus générale au Canada) était une certaine facilité ou tout au moins une

clarté des démarches concernant l'immigration ici. C'est notamment le cas d'Aminata et d'Angélique, qui mentionnent cet élément, particulièrement en opposition avec la France où elles estiment que les règles entourant l'immigration sont floues ou même un peu arbitraires, alors que le système d'immigration québécois/canadien leur offrait de meilleures possibilités. Dans le cas de Mary, la facilité dans les démarches jouait aussi un rôle puisqu'elle vient d'un pays qui a une entente avec le Canada concernant la reconnaissance des diplômes et les contrats de travail. Dans le contexte de sa deuxième immigration, Nora a pu profiter de la citoyenneté canadienne obtenue dans sa jeunesse après avoir fait ses études au Québec. Bien qu'elle n'ait plus le statut de résidente depuis longtemps, elle pouvait néanmoins revenir au Québec et obtenir de nouveau ce statut moyennement certaines démarches.

Un autre type de raisons nommé par plusieurs participantes concernait des raisons familiales. C'est le cas d'Angélique pour qui les politiques de réunification familiale au Canada lui donnaient la possibilité de réaliser un projet d'immigration avec son mari. Mary avait une raison similaire puisque son mari, qui ne vient pas du même pays qu'elle, possédait également la citoyenneté canadienne et pouvait à ce titre obtenir facilement la résidence. Comme elle pouvait de son côté venir facilement travailler au Canada, le pays offrait une possibilité de réaliser leur projet familial. De plus, alors qu'ils étaient établis au départ dans une autre province canadienne, le choix du Québec leur a ensuite permis de se rapprocher de membres de leur belle-famille qui y déménageaient également. Dans le cas de Mei, la motivation principale de sa venue au Québec était aussi d'ordre familial puisqu'elle y a suivi son mari qui avait obtenu un contrat de travail ici. La raison de son déménagement au Québec était donc de conserver l'intégrité de l'unité familiale avec son mari et leur fils. C'est également le cas de Leila pour qui suivre son mari, qui occupait depuis déjà un an un emploi à Québec dans lequel il souhaitait demeurer, leur permettait de réaliser leur projet de vie commune. Nora évoque également des raisons familiales pour son retour au Québec puisqu'elle souhaitait s'y installer avec l'un de ses fils afin de l'éloigner de problèmes qu'il vivait dans leur pays d'origine. Ce projet n'a pas fonctionné, mais, ses démarches pour revenir au Québec étant déjà faites, elle a choisi de poursuivre son projet sans lui et s'est installée avec son autre fils qui était déjà établi à Québec pour ses études.

Par ailleurs, même si toutes les participantes disent considérer sérieusement rester au Québec à long terme, seules Bianca, Aminata et Nora semblent voir leur immigration au Québec comme une situation vraiment permanente, sans évoquer d'autres perspectives possibles. La majorité des participantes, bien qu'elles envisagent une vie au Québec, affirment en effet qu'elles pourraient considérer d'autres possibilités dans le futur, que ce soit en raison de certaines insatisfactions ou simplement parce qu'elles sont ouvertes à la possibilité de saisir de nouvelles occasions intéressantes qui se présenteraient.

4.2 L'intégration : un concept flou, une réalité complexe

Cette section permettra de répondre au premier objectif de la recherche qui est d'explorer la vision et l'expérience des participantes concernant l'intégration. Sera tout d'abord abordé la

définition qu'ont les participantes de l'intégration ainsi que leur perception quant à leur intégration personnelle, puis les différents facteurs ayant influencé leur processus d'intégration.

4.2.1 Visions de l'intégration

Interrogées sur leur vision de l'intégration, les participantes amènent plusieurs réflexions sur le sujet, la vision de ce qu'est l'intégration pouvant différer beaucoup d'une personne à l'autre. Plusieurs participantes expriment la nécessité de comprendre la société dans laquelle on vient s'établir et le fait que l'intégration demande de s'adapter à cette nouvelle société à différents niveaux. Camille, par exemple, dit que selon elle, on peut se considérer comme étant intégré lorsque l'on comprend suffisamment sa société d'accueil pour être capable de bien y fonctionner. Elle en donne un exemple qui, comme elle le souligne elle-même, peut constituer une bonne métaphore de sa façon de voir l'intégration :

Peut-être qu'une intégration idéale, ce serait le moment où tu comprends suffisamment ce qui se passe pour que tu sois capable de réagir en fonction de. C'est-à-dire le moment où tu commences à comprendre le monde autour de toi, qui est nouveau et où ce n'est plus un problème dans ton quotidien. [...] Un exemple bête, moi quand je suis arrivée au Québec, la place des femmes au Québec, je ne comprenais pas. Je me suis pris dans le nez un nombre de portes incalculable parce que pour moi, c'était impensable que si j'arrive en même temps qu'un homme à une porte, il ne la tienne pas. [...] C'est bête, mais... C'est quelque chose de très pragmatique, mettons là, et on peut le décliner à tout un tas de choses plus profondes, mais... Mettons que je m'estime intégrée à partir du moment où je suis capable de ne plus me prendre la porte dans les dents. (Camille)

Noëlle parle également de la nécessité de s'adapter à sa société d'accueil. Elle donne l'exemple de l'adaptation du langage et dit tenter d'inclure dans son vocabulaire des expressions et prononciations propres au français québécois parce qu'elle considère cela comme faisant partie de l'intégration. Elle évoque également la nécessité d'accepter que les choses soient faites différemment qu'elles le sont dans son pays d'origine. Une idée similaire est également amenée par Caroline qui va un peu plus loin concernant sa propre intégration, ayant comme vision de s'immerger dans la culture québécoise en fréquentant en priorité des Québécois, ne voulant pas, par exemple, se créer un réseau social composé principalement de gens de son pays d'origine. Elle dit ainsi : « Pour moi d'aller dans un pays, c'est s'adapter et c'est connaître la culture aussi. C'est sûr qu'on ne peut pas effacer le fait qu'on a des origines X, mais il y a quand même des choses qu'on peut apprendre et pour moi ça fait partie de l'expérience de s'immerger un peu dedans pour vraiment connaître le pays. ». Dans un esprit davantage tourné vers la réciprocité, Aminata et Angélique mentionnent qu'il faut apprendre à se connaître de part et d'autre. « Comme je le dis, si tu ne vas pas vers l'autre, tu ne vas pas connaître l'autre, tu ne sauras pas qui il est, on aura tous des préjugés sur l'un et l'autre. [...] Parce qu'on est très différents. Donc, il faut apprendre à se connaître, à s'intégrer. ». Elles amènent donc elles aussi l'importance des contacts sociaux pour l'intégration, qui passe selon elles par la connaissance et la compréhension mutuelle.

Par ailleurs, certaines participantes se questionnent de façon plus critique sur la notion d'intégration, remettant en question la pression mise sur les personnes immigrantes pour se conformer à des normes sociales et ne pas exprimer leurs différences.

C'est une chose sur laquelle je me questionne aussi, par exemple, lorsqu'on parle beaucoup des gens de culture musulmane ou de religion musulmane, est-ce qu'ils devraient effacer complètement ses traces, est-ce que c'est des traces culturelles ou religieuses et je me dis est-ce qu'il faut s'effacer complètement en arrivant ici, c'est ça l'intégration? S'habiller pareil? (Bianca)

Leila évoque également cette idée en soulignant qu'il ne faut pas confondre « intégration » et « assimilation ». À cet égard, certaines participantes expriment le fait que l'intégration implique plutôt pour elles de trouver un équilibre entre essayer de s'adapter à la société d'accueil, mais sans pour autant effacer leur identité d'origine et que c'est un équilibre que chacun doit créer pour soi-même.

Quand on veut se départir de nos préjugés et ne pas forcément vouloir recréer un (pays d'origine) au Canada, sans forcément vouloir devenir totalement canadien, on peut. Donc, je crois que c'est vraiment un équilibre que chacun trouve. On est tous immigrants et personne n'est venu de la même façon, pour la même raison, ne s'attendait à la même chose. Donc, je crois que c'est vraiment un équilibre que chacun doit pouvoir trouver par rapport à c'est quoi pour lui l'intégration. (Angélique)

L'intégration peut donc avoir une signification différente selon les personnes, en fonction de leurs situation, personnalité, attentes et objectifs. Leila mentionne ainsi l'importance de la perception de chaque personne engagée dans un processus d'intégration, chacune pouvant percevoir différemment ce qu'être intégré veut dire. Elle souligne ainsi que l'intégration ne doit pas être définie simplement de l'extérieur en fonction de critères établis par la société d'accueil, mais plutôt par le sentiment d'intégration de chaque personne.

Oui, ben en fait, moi je définis l'intégration comme une personne qui se sent, QUI SE SENT, c'est ça qui est important, pas forcément que la société lui donne cette place-là, mais que cette personne se sent bien quand... bien dans la communauté, qui... pas forcément via le travail justement, pas forcément... Qui a du lien social. [...] C'est vraiment que la personne se sente à l'aise dans la société en fait. (Leila)

Pour Leila, l'intégration ne doit donc pas être un jugement porté sur les personnes immigrantes par la société d'accueil, mais plutôt un sentiment développé par celles-ci en fonction de leur satisfaction par rapport à leur vie dans la communauté où elles s'établissent, qu'elle croit être davantage en lien avec la qualité des liens sociaux qu'avec l'intégration économique.

Par ailleurs, plusieurs participantes ont vu leur vision de l'intégration évoluer au cours de leur expérience. Certaines d'entre elles, par exemple, viennent de pays qui constituent eux-mêmes des terres d'accueil où l'immigration est une réalité importante, des sociétés où l'immigration et l'intégration des immigrants sont également des enjeux sociaux importants et largement discutés. À cet égard, certaines d'entre elles disent avoir pris conscience de la difficulté que représente

l'adaptation à un nouveau pays en se retrouvant elles-mêmes en situation d'immigration, ce qu'elles ne percevaient pas vraiment (ou pas autant) auparavant.

Pour moi, les questions d'immigration puis d'intégration, c'était un sujet qu'on voyait à la télé, qui n'avait pas vraiment de réalité. Alors, je ne m'étais jamais vraiment posé la question et quand je me posais la question, j'étais du genre à dire, voilà tu viens dans un pays, intègre-toi, nom d'une pipe, là. [...] Et puis je me suis rendue compte que c'était pas si simple, qu'une culture que tu portes en toi, avant d'être capable de changer ta façon d'agir, accroche-toi! [...] Et pourtant, je continue à penser que l'intégration est nécessaire, mais je me rends compte qu'elle n'est pas si simple. (Camille)

Il y a donc parfois un écart important entre la théorie de ce que devrait être une intégration réussie et la réalité de vivre soi-même ce processus et de se rendre compte des difficultés et limites inhérentes à une telle situation.

4.2.2 Perception du sentiment d'intégration personnelle

Par rapport à la perception qu'elles ont de leur propre intégration, les participantes sont souvent partagées, se sentant généralement intégrées à certains moments et dans certaines sphères de leur vie, mais pas dans d'autres. Leur sentiment d'intégration peut être influencé par leur vision de ce que le concept signifie, celle-ci pouvant les mener à avoir différents types d'attentes par rapport à l'idéal qu'elles se font d'une intégration réussie. Une personne pour qui l'intégration est essentiellement une adaptation fonctionnelle à la société dans laquelle elle vit n'aura pas les mêmes attentes qu'une autre pour qui l'intégration veut dire avoir un réseau important d'amis québécois ou bien jouer un rôle important et reconnu dans sa société d'accueil.

Par exemple, Aminata dit être intégrée dans la sphère professionnelle de sa vie puisqu'elle a pu obtenir un emploi correspondant à ses compétences, mais ne pas se sentir intégrée au niveau social et personnel parce qu'elle n'a pas été en mesure de se créer un réseau social satisfaisant pour elle, particulièrement avec des Québécois, ce qui serait très important pour qu'elle se sente pleinement intégrée. Elle souhaiterait également avoir un conjoint québécois, ce qu'elle juge difficile à réaliser selon son expérience depuis son arrivée. Le fait de vivre dans une ville où il n'y a pas la diversité culturelle qu'on retrouve dans une grande ville et, par exemple, de se retrouver souvent la seule Noire dans les lieux qu'elle fréquente est également un facteur qui nuit à son sentiment d'intégration. Elle affirme ainsi qu'elle n'a pas, de façon générale, le sentiment d'être intégrée : « Comme je dis aujourd'hui, rendue où je suis, après cinq ans, je ne suis pas encore intégrée. Non, je ne suis pas intégrée. ». Bianca, quant à elle, dit que l'intégration est un processus qui semble ne pas avoir de fin et qu'elle se sent souvent entre les deux, entre intégrée et non intégrée, avec une double identité québécoise et européenne et se questionne sur la possibilité d'atteindre un véritable sentiment d'intégration : « Un processus, toujours en cours. Et lorsque j'arrive dans mon pays, je me sens comme un peu détachée parce que j'ai raté beaucoup de choses qui se sont passées. Je me sens au milieu, des fois, je ne me trouve nulle part. [...] Je me demande est-ce que je vais toujours me sentir comme une immigrante, à quel moment je ne serai plus immigrante? ». Même si elle juge que plusieurs éléments de son intégration sont

satisfaisants, Mary affirme quant à elle qu'elle ne pourra jamais être complètement intégrée et qu'elle ne pourra jamais devenir québécoise, mais restera toujours une immigrante.

Donc, est-ce que je vais m'intégrer à 100% ici, non jamais. Est-ce que je serai toujours immigrante ici? Oui. [...] Moi, je trouve ça ici, c'est encore plus difficile, je peux pas m'identifier comme Québécoise. Mais quand j'étais en Nouvelle-Écosse, j'étais « nouvelle-écossienne », j'étais *a nova* scotian là-bas. Ici, c'est impossible, je peux pas être Québécoise, jamais dans ma vie. [...] C'est comme devenir Inuite, je peux pas. (Mary)

On peut donc voir que, dans son cas, c'est moins sa définition de ce qu'est l'intégration qui influence l'estimation de son intégration personnelle, mais plutôt sa perception de la société d'accueil et de l'identité reliée à celle-ci. En effet, le fait de percevoir l'identité québécoise comme une identité ethnique n'étant pas accessible aux nouveaux arrivants fait en sorte qu'elle considère une complète intégration au Québec comme étant impossible pour elle. Caroline voit les choses différemment et sent qu'elle est maintenant généralement considérée comme Québécoise parmi les gens qu'elle fréquente, même s'il peut y avoir certains aspects de sa vie ou certaines circonstances où ce ne serait pas le cas.

Mes amis sont Québécois et on se voit entre Québécois et il n'y a pas de problème. On ne le sent pas le problème culturel, ce qui fait que pour moi oui, je suis intégrée. Maintenant... [...] C'est vraiment subjectif, là, je pense que c'est plus une sensation qu'autre chose, puis c'est beaucoup lié aux regards des gens et la manière dont les gens se parlent pis moi, je ne vois pas vraiment... Je ne vois pas où est la différence par rapport à comment ils le feraient avec un Québécois, fait que pour moi je suis intégrée. (Caroline)

Nora, quant à elle, dit qu'elle s'est toujours sentie Québécoise, dès sa première immigration au Québec dans sa jeunesse. Cette identité et la mentalité qu'elle avait adoptée à cette époque ont perduré, malgré le fait qu'elle soit repartie vivre dans son pays d'origine, ce qui a par ailleurs nui à sa réintégration dans celui-ci : « Je suis une Québécoise née au (pays d'origine), c'est ça. [...] De toute façon, j'ai souffert là-bas, je me trouvais pas, c'était pas mon territoire tout simplement. ». Ce sentiment identitaire ne fait pas en sorte pour autant qu'elle se sente complètement intégrée ici parce qu'elle ne se sent pas toujours considérée comme étant égale aux Québécois non immigrants, notamment en ce qui concerne le travail. Elle dit néanmoins se sentir bien dans sa peau au Québec, ce qui est pour elle le plus important. Plusieurs participantes ne mesurent en effet pas nécessairement leur intégration en termes d'identité, mais plutôt en fonction de leur sentiment de bien-être dans la société d'accueil ou du fait de se sentir chez soi. « Pour moi, par rapport à c'est quoi que je considère une intégration, c'est-à-dire de pouvoir être quelque part et me sentir chez moi », exprime ainsi Angélique, qui considère que c'est généralement le cas pour elle au Québec.

4.2.3 Facteurs d'intégration : des difficultés et des éléments facilitateurs

De nombreux facteurs peuvent influencer le parcours post-migratoire et le processus d'intégration des participantes. Chacune d'entre elles a ainsi vécu un certain nombre d'obstacles et de difficultés, mais aussi des éléments positifs ayant facilité ce processus, qui peuvent survenir

dans les différentes sphères de la vie de la personne et faire intervenir les différents niveaux de système qui constituent le nouvel environnement de la personne en contexte post-migratoire.

- **Facteurs linguistiques**

La difficulté la plus souvent évoquée par les participantes est celle de la langue, mais cette difficulté ne s'est pas vécue au même niveau pour toutes les participantes. En effet, seule Mei ne parlait pas français à son arrivée et celle-ci a donc dû s'investir dans un processus de francisation, qui était encore en cours au moment de l'entrevue. La langue française était donc pour elle un obstacle majeur à l'intégration, tant sociale que scolaire ou professionnelle, ce qui a rendu impossible pour elle d'occuper un emploi qualifié ou de faire un retour aux études à court ou moyen terme. Deux autres participantes, Bianca et Mary, sont non francophones, mais possédaient déjà une bonne maîtrise du français en tant que langue seconde à leur arrivée. Le français ne représentait donc pas une grande difficulté, mais vivre une bonne partie du temps dans une langue seconde peut néanmoins représenter un défi au quotidien : « La langue... mais on parle français, moi je communique, mais ça prend de l'énergie. » (Mary). Par ailleurs, sans représenter une difficulté majeure, l'accent et le français québécois demandent néanmoins une adaptation pour toutes les participantes, même francophones. Plusieurs d'entre elles mentionnent ainsi avoir eu des difficultés à comprendre certains aspects de la langue au début de leur vie au Québec et ont dû s'adapter au français québécois, autant en ce qui concerne l'expression que la compréhension. Que les participantes soient francophones ou non, une majorité d'entre elles mentionne aussi la difficulté qu'elles ont parfois de composer au quotidien avec le fait d'avoir un accent différent de l'accent québécois. Ces difficultés peuvent être liées à une peur de ne pas se faire comprendre, comme dans le cas d'Aminata, par exemple, qui avait particulièrement cette crainte au début de sa vie professionnelle au Québec : « parce que je me dis ici si je parle aux gens, ils ne me comprendront pas parce que j'ai un gros accent africain, ils ne comprendront pas ce que je dis ». Bianca a aussi une crainte face à l'impact de son accent sur ses perspectives d'emploi : « Oui, mais dans la tête des patrons, ils pensent aux clients, ils pensent peut-être qu'il y a des clients qui vont dire ah, pourquoi tu m'as amené une personne que je ne comprends pas. ».

Les possibles difficultés de compréhension ne sont toutefois pas la seule raison pour laquelle vivre avec un accent étranger au Québec peut être difficile. Plusieurs participantes mentionnent ainsi que leur accent leur amène fréquemment des commentaires liés à la perception que les gens peuvent avoir d'elles en raison de celui-ci, leur accent faisant souvent en sorte qu'elles soient perçues comme étrangères. Cet élément peut être mieux vécu par certaines, comme pour Camille pour qui cela ne présente pas un gros problème : « De toute façon, tout le monde le sait, il suffit d'ouvrir la bouche pour qu'on sache que je ne suis pas d'ici. Oui et moi c'est quelque chose que j'ai toujours posé comme tel et dédramatisé, comme ok je suis étrangère. », mais cela peut être vécu plus difficilement par plusieurs participantes. Bianca déplore ainsi que son accent attire toujours l'attention sur elle d'une façon qui la réduise à son statut d'immigrante.

Dernièrement, j'ai réalisé à quel point ça me dérange, par exemple, lorsque je commence à parler d'un sujet avec quelqu'un que je ne connais pas beaucoup et

que la personne me coupe la parole tout de suite pour me dire « Ah, mais tu as un petit accent, d'où tu viens ? » Et c'est comme... le sujet n'est plus important, on va parler de MES origines, de MON accent. [...] Et c'est fatigant et je me vois réduite à l'élément exotique de la soirée et c'est tout. (Bianca)

Ce type de commentaires est aussi dénoncé par Mary et Nora qui le voient comme un symptôme d'un certain manque d'acceptation des immigrants dans la société québécoise. Nora dit ainsi recevoir ce type de remarque comme une forme de rejet : « Il y a juste comme je t'ai dit, l'affaire c'est l'accent. Ça, c'est la première des choses qui flashe chez les Québécois. « Tu viens d'où? » Je dis je suis Québécoise, je suis Canadienne. [...] Ce qui fait qu'il y a toujours la marque, là. [...] Ça, ça te fait sentir... C'est un truc qui ne facilitera pas l'intégration. ». Le fait d'être perçues comme étrangères à cause de leur accent est donc vécu par plusieurs participantes comme un obstacle important quant à leur sentiment d'intégration. Toutefois, malgré ces difficultés, il faut noter que la maîtrise préalable du français représentait tout de même un élément facilitant le parcours post-migratoire pour la plupart des participantes, celle-ci ayant un effet positif sur les différents aspects de leur intégration, que ce soit pour les relations sociales ou l'accès à l'emploi, par exemple.

- **Facteurs culturels et sociaux**

Les relations sociales en contexte d'immigration

Une autre difficulté fréquemment mentionnée par les participantes est celle des différences culturelles et de la difficulté de compréhension d'éléments particuliers de la société québécoise. Il peut souvent s'agir de petites choses qui s'expriment dans le quotidien et qui peuvent être déstabilisantes, y compris pour des gens qui viennent de pays ayant une culture similaire à celle du Québec et qui ne s'attendaient pas forcément à vivre ce genre de défis. Camille, par exemple, parle des différences dans la façon dont sont vécues les relations interpersonnelles au Québec, par rapport à son pays d'origine. Elle mentionne manquer parfois de repères dans ses interactions sociales, que ce soit par rapport aux relations hommes-femmes, aux relations sociales et amicales ou aux relations de travail. Elle affirme ainsi que la difficulté à comprendre certaines façons d'agir a été un frein pour elle dans certaines de ces interactions sociales, ce qui a pu ralentir son intégration. Les différences culturelles dans les relations interpersonnelles sont également mentionnées par plusieurs autres participantes. La façon de vivre les différences dans les interactions sociales en contexte d'immigration peut par ailleurs dépendre beaucoup de la culture dans laquelle les nouveaux arrivants ont vécu auparavant. Plusieurs mentionnent également avoir eu des difficultés à s'adapter aux relations sociales en milieu professionnel, que ce soit dans la compréhension des relations hiérarchiques qui sont plus souples ici que dans d'autres endroits ou dans la façon d'interagir entre collègues. Noëlle souligne également d'autres différences dans les milieux professionnels, notamment dans les conditions de travail données aux employées, élément qui l'a confrontée dans ses valeurs.

Au sujet des interactions sociales, plusieurs participantes soulignent aussi comme difficulté une certaine fermeture des gens de Québec face aux nouvelles rencontres ainsi que l'individualisme de la société québécoise, éléments qui ne sont pas favorables aux rencontres significatives et à la

création de liens. Aminata constate ainsi cette différence avec les relations sociales qu'elle juge beaucoup plus chaleureuses et faciles d'accès dans son pays d'origine, réflexion aussi faite par Angélique.

Parce qu'ici chacun est tellement dans sa bulle que quand tu tends ta main, c'est comme « Wô! Tu as traversé ma bulle! » Et ça m'a permis de me rendre compte qu'en Afrique, on se parle, on se regarde, on se touche, on ne réfléchit pas et de me rendre compte quelle richesse ça fait. [...] Les gens font des Journées du suicide ici et puis tu vois un bar à câlins. Le jour où je suis passée ici et c'était la Journée du suicide et quelqu'un m'a dit « venez pour un câlin », je me suis dit, « mais tu te fous de ma gueule, ben voyons donc! Je suis là 365 jours et puis c'est un jour de l'année! Dis-moi bonjour tous les jours de l'année et puis t'aurais pas besoin de faire ça! » (Angélique)

Le fait de vivre dans une société ayant une mentalité individualiste comme le Québec peut donc présenter une difficulté particulièrement importante pour les participantes qui viennent de sociétés plus communautaires. Celles-ci doivent ainsi s'adapter à des relations sociales très différentes, ce qui peut renforcer le sentiment d'isolement vécu par de nombreux nouveaux arrivants. Ce sentiment d'isolement n'est par ailleurs pas seulement dû à la nature des relations sociales dans la société d'accueil, mais est souvent étroitement lié à la réalité même de l'immigration, les nouveaux arrivants se retrouvant en effet coupés de leur réseau social, dans un lieu qui ne leur est pas familier au départ. Cette réalité est encore plus marquée pour les personnes qui arrivent ici seules. Le sentiment d'isolement peut être vécu de façon particulièrement aiguë à l'arrivée, mais peut aussi s'installer avec le temps, notamment à cause de l'éloignement de la famille. En effet, plusieurs participantes mentionnent que, alors que c'est un élément qui était moins présent au départ, il s'agit d'une difficulté qui s'est accentuée avec le temps. Leila exprime ainsi cette réalité vécue par son conjoint et elle après huit ans au Québec.

On est sur une phase où on se dit, ça devient difficile ici. Ça devient difficile, le manque de la famille. On est, malgré tout, assez isolés quand même. [...] Quand je dis, on est assez isolés, c'est-à-dire qu'on a des amis, on a du lien, on va sortir, on va se faire inviter, etc. Mais on a ce sentiment-là que la famille, en fait, c'est comme si c'est ça le noyau dur en fait. [...] Oui, on va voir des amis parce qu'il faut s'occuper, il faut aussi faire sa vie, mais il manque quelque chose. (Leila)

Pour certaines participantes, cette difficulté d'être éloignées de leur famille est même un élément qui pourrait influencer leur projet migratoire à long terme et elles pourraient ainsi choisir de quitter le Québec, soit pour retourner dans leur pays d'origine ou pour s'installer dans un pays plus près de celui où réside leur famille.

Malgré les difficultés liées à la coupure avec le réseau social d'origine vécues par certaines, on peut constater que le sentiment d'intégration est pour plusieurs participantes directement lié aux liens sociaux créés au Québec. Le fait d'avoir su créer un réseau satisfaisant est donc une condition importante de l'intégration pour une majorité des participantes. Évidemment, le type de réseau qui sera jugé comme étant satisfaisant est subjectif et propre à chacune d'entre elles, en fonction de la personnalité et des attentes de chacune. Par exemple, le fait d'avoir formé des relations significatives avec des Québécois est très important pour certaines au niveau de leur sentiment

d'intégration, alors que c'est moins le cas pour d'autres et les avis divergent également concernant la facilité ou non de former ce type de relations. Aminata, pour qui former des relations d'amitié avec des Québécois et même une relation amoureuse est important, exprime ainsi la difficulté qu'elle vit à cet égard :

Québec c'est difficile pour se faire des amis. Se faire même un chum. Pour moi qui veux m'intégrer, j'ai dit il me faut un chum québécois, mais je suis pas capable d'avoir un chum québécois. [...] C'est difficile de se faire des amis à Québec, c'est vraiment difficile parce que les amis sont depuis le cégep, depuis le secondaire, même depuis la maternelle, ils sont ensemble. Donc, s'intégrer dans le groupe... Même entre collègues, c'est toujours difficile. (Aminata)

Pour d'autres, créer des relations d'amitié avec des Québécois a été plus facile et plusieurs expriment avoir vécu un sentiment d'intégration particulièrement fort lorsqu'ils ont été invités chez eux. « Le fait de voir, par exemple, que mes amis québécois m'ont invité chez eux, dans leur famille, ça m'a fait penser comme "ah, peut-être que je suis intégrée!" J'ai passé, par exemple, Noël dernier dans une famille québécoise. » (Bianca). Pour d'autres, le fait d'avoir des amis québécois ou non n'est pas très important, l'essentiel étant plutôt d'avoir créé un certain nombre de relations significatives qui leur permettent de se sentir bien et d'éviter l'isolement.

Avoir un milieu d'appartenance

L'appartenance à une certaine communauté, à un microsystème spécifique constituant un milieu de contacts sociaux, a également été un élément facilitateur de l'intégration de plusieurs personnes. À cet égard, l'université a représenté un élément facilitateur pour toutes les participantes venues comme étudiantes étrangères. Celle-ci leur donnait accès non seulement à des services et à de l'information facilitant leur adaptation, mais également à un milieu favorisant les rencontres et la création de relations sociales. De même, l'appartenance à une église ou institution religieuse a été un élément facilitateur pour certaines participantes puisque celle-ci leur procurait une communauté facilitant les relations sociales avec des gens qui partageaient les mêmes valeurs qu'elles. Leur milieu de travail a aussi été un facteur positif pour certaines participantes, même s'il ne s'agissait pas, en général, du lieu où s'étaient créées leurs relations sociales les plus significatives. Par ailleurs, en plus de la création d'un réseau social et de relations d'amitié, plusieurs personnes mentionnent comme élément facilitateur le fait d'avoir rencontré dans leur parcours une ou des personnes aidantes qui leur ont donné un coup de main au bon moment. Dans le même ordre d'idées, Nora mentionne les services de plusieurs organismes comme des éléments ayant beaucoup facilité son processus d'intégration.

Les contacts sociaux avec la société d'accueil

Si les relations créées au sein de la société d'accueil sont essentielles pour une majorité des participantes, la qualité des contacts sociaux plus généraux avec la société d'accueil est également très importante. Tel que mentionné précédemment, le fait d'être perçues constamment comme étrangères représente un frein à l'intégration pour plusieurs participantes. Bianca dit ainsi : « Et aussi, je me sens toujours pointée, "toi, la différente". J'aimerais sentir que j'appartiens au

groupe. », tandis que Caroline mentionne : « Quand est-ce que tu sais que tu es intégrée déjà? Je ne sais pas. Je pense que c'est le jour où les gens arrêtent de te dire que tu es (européenne) ou de penser que tu penses différemment. ». Se sentir perçue comme appartenant au groupe est ainsi un élément important pour plusieurs participantes et la perception de cet accomplissement varie d'une personne à l'autre et aussi selon les circonstances. Par ailleurs, au-delà de la difficulté d'être perçue comme étrangère, la question du racisme et de la xénophobie est également mentionnée par plusieurs participantes, que ce soit par rapport à leur intégration personnelle ou à des situations qu'elles observent dans la société en général. Aminata donne ainsi comme exemple : « Et puis, je dirais que le racisme est là. On ne le dit pas haut et fort, mais il est là. Je donne toujours l'exemple, est-ce que toi, tu serais prête aujourd'hui à voir une [...] Les duchesses (du carnaval), tu serais prête à voir une duchesse noire? [...] Ça ne passe pas. Ça ne va pas passer. ». Nora affirme quant à elle avoir été témoin de racisme dans son milieu de travail et avoir eu elle-même à plusieurs reprises le sentiment de ne pas être traitée de la même manière que les employés québécois. Même si elle n'était pas elle-même directement concernée par celui-ci, Mary dénonce quant à elle ce qu'elle perçoit comme du racisme dans le débat sur les signes religieux ayant eu cours au Québec dans les dernières années et qui les a même amenés, son conjoint et elle, à remettre en question leur choix de vivre au Québec : « La seule chose que je peux dire pour mon intégration... on pense, on veut rester ici, mais avec la « Charte de nos valeurs » il a trois ans avec madame Marois... [...] Nos valeurs? Moi, je trouvais ça tellement xénophobe, ça m'a blessé énormément. ». Leila, qui est musulmane et porte le voile, constate également une forme de discrimination liée à cet élément. Elle dit pour sa part se sentir intégrée, mais être confrontée à la perception inverse de gens qui considèrent que le port du voile signifie qu'elle ne peut pas l'être vraiment.

Ben moi, je ne me suis jamais sentie pas intégrée en fait. [...] Moi, même si je sais que des fois ben il y a tous ces débats sur le voile et tout ça, qu'on estime qu'une femme voilée n'est pas vraiment intégrée, que pour s'intégrer il faut enlever le voile, moi je le vois pas comme ça. Et je me sens intégrée, mais c'est sûr que, par exemple, si je vais demain aller postuler pour du travail [dans son domaine], certainement que mon voile sera un frein à cette intégration par le travail. C'est sûr que là, je vais le ressentir. (Leila)

Bien que l'opinion des gens n'influence pas directement son sentiment d'intégration, elle est donc néanmoins consciente de l'influence que peut avoir cette perception sociale sur plusieurs aspects de son intégration concrète.

Par contre, en ayant grandi dans un pays européen qu'elle considère avoir beaucoup de similarités avec le Québec, Leila considère avoir un avantage concernant l'intégration en raison de la proximité linguistique et culturelle entre les deux sociétés. Mary et Caroline mentionnent aussi les inégalités concernant l'intégration, en fonction de l'origine et du niveau socio-économique. Elles affirment ainsi avoir conscience d'être favorisées à cet égard parce qu'elles sont blanches et occidentales. Angélique dit quant à elle apprécier le fait qu'il existe au Québec des règles contre la discrimination qui garantissent une certaine égalité, ce qu'elle considérerait ne pas avoir retrouvé lors de sa précédente expérience d'immigration, et avoir toujours ressenti un accueil positif de la

part des Québécois, ce qui l'a aidé à se sentir chez elle. La perception de l'accueil fait aux immigrants peut donc varier d'une personne à l'autre et influencer positivement ou négativement leur processus d'intégration.

Comprendre et s'adapter à la société d'accueil

Un autre facteur culturel pouvant influencer le processus d'intégration, particulièrement dans les premiers temps suivant l'arrivée, est la difficulté de comprendre certains aspects du système et d'avoir accès à la bonne information. Mei et Nora mentionnent par exemple une difficulté de comprendre le fonctionnement du système de santé québécois et, conséquemment, à y avoir accès de manière adéquate. Nora mentionne par ailleurs qu'il y a beaucoup de services disponibles au Québec, mais que les immigrants ne les utilisent pas toujours suffisamment par manque de connaissances : « C'est un pays qui est accueillant, mais le problème c'est que les immigrants souffrent parce qu'on n'a pas d'information. ». Aminata et Angélique mentionnent aussi le fait que certains immigrants cherchent l'information majoritairement en consultant des personnes de leur pays d'origine, ce qui peut leur donner une information biaisée ou partielle plutôt que l'information juste et complète, puisque les gens ne donneront de l'information qu'à partir de leur expérience personnelle. Les difficultés de compréhension d'éléments culturels peuvent aussi concerner des éléments de la vie quotidienne et plusieurs participantes parlent ainsi de petites adaptations constantes et quotidiennes qui demandent des apprentissages. Mei donne l'exemple de sa première recherche d'appartement à Québec, lors de laquelle elle devait, en plus de la barrière de la langue, décoder toutes les abréviations présentes dans les annonces de logement qui constituent des codes culturels difficiles d'accès de prime abord. À l'opposé, Bianca mentionne se sentir intégrée lorsqu'elle est en mesure de comprendre certains éléments culturels particuliers, les émissions d'humour par exemple, quand elle est capable de « pogner la blague », prouvant ainsi qu'elle connaît suffisamment la culture québécoise pour en partager les références.

Un autre aspect souligné au sujet de l'adaptation à la société québécoise concerne le système universitaire québécois, ce que Camille appelle le « choc culturello-universitaire ». Elle-même ne l'a pas vécu difficilement, mais elle a constaté cette difficulté chez plusieurs étudiants étrangers qu'elle a fréquentés dans le cadre de son bénévolat, le système universitaire québécois étant très différent de certains autres, notamment du système d'inspiration française que l'on retrouve aussi dans plusieurs pays africains. C'est en effet une réalité qui a été vécu très durement par Aminata au moment de son retour aux études après son arrivée au Québec. Confrontée à la perspective de l'échec pour la première fois en raison de ces difficultés d'adaptation, elle a vécu une grande détresse psychologique.

Les études, c'est pas la même méthode d'enseignement. [...] Ici, c'est pas pareil. Le professeur en classe, il parlait ici, je retenais, mais ça suffisait pas, il fallait aller faire des recherches. Moi, je ne savais pas. Donc, le temps que je m'en rende compte, j'avais pris tellement de retard. J'ai dit, mais c'est pas possible, chez moi j'étais parmi les cinq premières, comment ça se fait qu'ici je ne comprends rien. (Aminata)

C'est donc un élément propre au système québécois qui s'est révélé être un très gros problème pour elle et qu'elle n'anticipait pas, faisant de sa requalification professionnelle une épreuve importante qu'elle a dû surmonter afin de pouvoir atteindre ses objectifs professionnels en contexte post-migratoire.

- **Facteurs économiques**

Plusieurs facteurs de nature économiques peuvent également influencer de façon importante le contexte post-migratoire des participantes et leur processus d'intégration. Dans le cadre de cette recherche, la plupart des participantes ont bénéficié de facteurs facilitant ce processus et ont ainsi pu atteindre une intégration économique qu'elles jugent satisfaisante. Comme mentionné précédemment, la majorité d'entre elles étaient venues comme étudiantes étrangères ou avec un diplôme reconnu au Québec et travaillaient dans leur domaine au moment de l'entrevue. Toutefois, le parcours professionnel n'a pas été facile pour toutes les participantes et certaines ont ainsi vécu plusieurs difficultés au niveau de leur intégration économique. Des obstacles importants vécus par certaines d'entre elles concernent ainsi les difficultés financières et la nécessité d'occuper des emplois de subsistance, et ce malgré la possession d'une formation universitaire. C'est notamment le cas d'Aminata et de Nora qui se sont retrouvés dans une situation financière précaire après un certain temps au Québec, ayant épuisé une bonne partie des économies qu'elles avaient à leur arrivée. « Tu sais ben c'est ça, même l'épuisement quand tu vois que tu ne fais que sortir l'argent et à un moment donné, tu vas te retrouver sans un sou, ben avec quoi vivre après? Retourner chez moi, j'ai pas envie. », exprime ainsi Nora qui malgré un diplôme canadien et une carrière professionnelle derrière elle a dû se résoudre à occuper un emploi manuel non qualifié pendant plusieurs mois. Aminata a également dû occuper un emploi très exigeant physiquement, ce qui a été vraiment difficile pour elle. Dans son cas, la non-reconnaissance de son diplôme au Québec a été un facteur important puisqu'elle ne pouvait pas trouver un emploi dans son domaine et a dû faire un retour aux études pour pouvoir penser occuper de nouveau un emploi qualifié. Si ce retour aux études a amélioré sa situation professionnelle à moyen terme, puisqu'elle a pu trouver un emploi satisfaisant dans son domaine par la suite, cette nécessité a aggravé sa situation de précarité économique à court terme : « Et puis, je n'avais plus d'argent. Les prêts et bourses, c'était juste pour payer le loyer. [...] Tu ne manges plus. Alors, j'étais à bout, à bout. ». Un cumul d'obstacles est aussi entré en ligne de compte dans l'intégration économique de Mei, subissait à la fois les inconvénients d'une absence de reconnaissance de son diplôme et de ses expériences à l'étranger et d'une barrière de langue importante. Dans son cas, l'obtention d'un emploi qualifié et un retour aux études étaient tous deux impossibles à court terme. Elle a donc occupé quelques emplois non qualifiés à temps partiel. Par contre, cette situation n'était pas vécue aussi difficilement pour elle, dans la mesure où c'est le travail de son mari qui procurait à la famille son revenu principal.

Par ailleurs, le fait d'être intégrées dans un milieu de travail a été un élément facilitant pour plusieurs participantes, notamment en lien avec les relations créées avec leurs collègues de travail. Même si en général ces relations n'étaient pas devenues des amitiés à l'extérieur de celui-ci, les liens sociaux créés au sein de ce microsystème ont souvent eu un effet positif pour

l'intégration. « Mais je me suis toujours trouvée bien entourée. J'ai des collègues de travail superbes, c'est eux mon réseau. », dit ainsi Angélique. Camille, quant à elle, parle de l'importance de ces relations pour l'apprentissage sur la société d'accueil : « D'avoir des collègues sur une période de temps plus importante, aide beaucoup aussi. Moi, je sais que mes collègues, elles m'expliquent plein de choses, elles me récupèrent quand vraiment je commence à "clignoter étranger". ».

- **Facteurs personnels**

En plus des facteurs extérieurs liés à l'environnement propre à la société d'accueil, certains facteurs personnels en lien ou non avec le contexte de migration ont pu jouer un rôle significatif dans le parcours d'intégration des participantes. Certaines ont par exemple rencontré des difficultés personnelles qui ont influencé celui-ci. Nora et Aminata ont toutes deux vécu une détresse psychologique importante après un certain temps au Québec. Dans le cas de Nora, il s'agissait d'une combinaison de problèmes physiques et psychologiques qui avaient commencé avant son immigration et auxquels est venu s'ajouter le stress lié aux difficultés financières et à la recherche non fructueuse d'un emploi. Pour Aminata, c'est le cumul d'obstacles qu'elle a vécu dans ses premières années post-migratoires qui l'ont amenée à vivre des graves difficultés psychologiques l'ayant mené littéralement au bord du suicide.

J'étais vraiment à bout, je parlais vraiment là. J'étais à la bibliothèque pour voir si personne ne m'avait écrit et puis il y a quelqu'un, une madame (de l'université), qui m'a écrit « est-ce que ça va? ». J'ai dit non, ça va pas, peut-être que c'est mon dernier mail que vous allez recevoir. Elle m'a appelé automatiquement, « tu es où? » Elle a appelé la bibliothèque pour dire retenez-la, il ne faut pas qu'elle parte. Parce que moi, je parlais, mais j'étais sous le métro. C'était clair dans ma tête, je ne peux pas souffrir, j'étais sous le métro. Parce que l'argent, les prêts et bourses, ça vaut rien, ça peut rien faire et puis à l'école, c'était... (Aminata)

Elle s'est donc retrouvée dans une situation critique, confrontée à la fois à des difficultés financières qui lui semblaient insurmontables, à une situation au bord de l'échec à l'université et à un isolement important puisqu'elle n'avait personne à qui se confier. Elle a néanmoins pu s'en sortir progressivement grâce à sa force de caractère ainsi qu'à l'aide de ressources présentes à l'université qui, constatant la situation, lui a offert l'encadrement dont elle avait besoin. Le fait d'avoir été confrontée à ces difficultés a toutefois marqué fortement son parcours post-migratoire.

Angélique a également vécu des difficultés personnelles importantes dans les premières années suivant son immigration en raison d'un divorce très difficile. L'une des raisons de son immigration au Québec était ainsi de réaliser un projet migratoire commun avec son mari resté dans leur pays d'origine, ce qui aurait été difficile à réaliser en Europe où elle vivait auparavant. Elle a donc investi beaucoup de temps, d'énergie et de ressources financières pour compléter le processus de regroupement familial par lequel elle a parrainé son conjoint afin qu'il la rejoigne ici. Les choses s'étant très mal passées par la suite, cette relation s'est soldée par un divorce et elle s'est retrouvée devant l'échec de ce projet de vie.

Avoir une vie, c'est avoir toutes les différentes composantes et, étant toute seule ici, c'était la venue de mon mari, on devait reformer une famille tous les deux et peut-être plus tard une plus grande. Donc, c'est cette idée qui te dit, « je me bats pour quelque chose qui vaut la peine », qui te permet de passer au travers de toutes ces choses-là et de te dire « c'est difficile, mais le sacrifice en vaut la peine parce que la récompense que je vais avoir au bout, j'aurai créé quelque chose qui va être beaucoup plus pérenne et tout. » Mais ça a été une catastrophe monumentale. (Angélique)

Cette situation lui a non seulement fait vivre des difficultés émotionnelles, mais également des difficultés financières importantes et elle affirme que cela a eu un effet très important dans son processus d'intégration au Québec, qui l'a notamment amené à réduire au minimum ses relations sociales pendant une assez longue période, notamment parce qu'elle n'avait plus d'énergie à investir dans cet aspect de sa vie. En plus de réduire ses relations sociales, cette situation l'a amenée à réévaluer ses projets et ses objectifs, entraînant un changement important dans son mode de vie. Sans que ce soit un événement aussi dramatique pour elle, Noëlle a quant à elle subi un accident vasculaire cérébral dans sa première année au Québec et, bien que sans gravité, cet incident a contribué à une remise en question de son projet migratoire. Le fait de vivre un problème de santé en vivant dans un autre pays l'a en effet amené à se questionner sur sa décision de vivre dans un endroit aussi éloigné de sa famille.

Par ailleurs, chaque personne a des caractéristiques qui lui sont propres et l'ontosystème de chacune pourra ainsi influencer la façon dont elle vivra à la fois la réalité migratoire et le processus d'intégration. Mei et Bianca, par exemple, ont dû surmonter une certaine timidité naturelle pour entrer en contact avec les autres. Ce trait de personnalité était accentué par leur situation d'immigrante, que ce soit à cause de la barrière de la langue ou par une méconnaissance des codes sociaux propres à la société québécoise. Bianca a ainsi mentionné : « Il y a des difficultés que j'apporte avec moi comme la gêne, l'idée qu'ils vont être choqués de ce que je dis ou qu'ils vont être surpris ou bien que je vais dire quelque chose qui n'a pas d'allure. ». D'autres participantes avaient au contraire des caractéristiques personnelles qui, selon elles, les ont aidées dans leur processus d'intégration, par exemple la curiosité, l'ouverture d'esprit ou une bonne capacité d'adaptation.

Je m'adapte, ça, ça a été quand même un facilitateur. Pis le fait que je sois très curieuse pis que j'aie envie de découvrir, là, pis que je suis super à l'écoute. [...] Enfin ça, ça a été vraiment facilitateur le fait que je m'impose aux gens en disant genre, tu veux me montrer ce que tu connais, ce qui te fait tripper, c'est quoi ta vie, c'est quoi être Québécois? Je pense que les gens ont aimé ça. (Noëlle)

D'autres traits de personnalité peuvent également constituer des éléments facilitateurs pour les participantes dans leur processus d'intégration. Dans le cas de Leila, par exemple, sa forte personnalité lui permet de ne pas trop se laisser influencer par les commentaires qui lui sont faits concernant le fait qu'elle porte le voile ou les débats sociaux sur le sujet et de conserver malgré tout un sentiment positif d'intégration : « Après, je pense que c'est vrai que ça dépend beaucoup de la nature de la personne, de sa personnalité [...] Malheureusement, voilà, il y a des gens qui

vont vous juger simplement sur votre apparence et moi, j'ai une forte personnalité, donc moi je ne vais pas m'arrêter à ça, ça va pas m'ébranler. ».

Finalement, un élément facilitant dans le parcours personnel de certaines des participantes a été le fait d'avoir des enfants. Le rôle de mère peut en effet apporter un certain nombre d'occasions de contacts sociaux, notamment avec d'autres parents.

C'était dans la première année qu'on a trouvé la garderie et puis tu commences à jaser avec les parents. Moi, je trouve que mon expérience comme immigrante était facilitée par le fait d'être maman de petits enfants. Donc, tu parles aux autres mamans. [...] Il y a des activités aussi dans le coin comme pour les familles, comme les Journées-Jouets ou juste... il y a des petits trucs. Et à la maison, j'ai fait ça, je me suis impliquée là-dedans, ça a fonctionné. (Mary)

Par ailleurs, les caractéristiques personnelles des participantes peuvent contribuer au choix de certaines stratégies quant à leur intégration.

- **Quelques stratégies abordées par les participantes**

Plusieurs participantes ont mentionné des stratégies qu'elles ont adoptées afin de faciliter leur intégration, que ce soit dans l'attitude qu'elles ont choisie d'adopter dans certaines situations ou dans le cadre d'actions concrètes. Ces stratégies marquent leur façon d'interagir avec le nouvel environnement que constitue la société d'accueil. Plusieurs participantes ont ainsi mentionné l'importance de la communication. « Moi, je suis habituée à communiquer, la communication, c'est ma première arme. » (Aminata). Elles ont souligné, par exemple, prendre l'initiative de consulter des gens et de poser des questions lorsqu'il y a des éléments qui leur posent problème. Selon les cas, elles peuvent choisir de consulter des gens de leur communauté d'origine ou d'autres immigrants ou au contraire considérer qu'il est préférable pour elles d'aller chercher de l'information auprès des membres de la société d'accueil, que ce soit par le biais de relations sociales ou auprès de services professionnels.

D'autres participantes ont parlé de la nécessité d'adopter une attitude donnée dans certaines circonstances. Certaines ont ainsi mentionné l'importance de relativiser les choses, de ne pas forcément prendre certaines situations ou certains commentaires de façon personnelle ou de tirer des conclusions précipitées quant aux motivations des gens lorsqu'elles sont confrontées à des situations ambiguës ou désagréables.

Et c'est ça que je dis aussi à certains Africains, évitez aussi de tomber dans les explications hâtives. [...] Et puis, c'est vraiment cet exercice-là que j'ai voulu essayer de faire, de permettre que les gens se comprennent et que certains quiproquos... parce qu'on a des trucs culturels différents et que chacun reste sur son quant-à-soi pensant avoir compris ce qui se passe. (Angélique)

Plusieurs ont aussi souligné l'importance d'avoir une attitude proactive par rapport à l'intégration, que ce soit par rapport aux apprentissages nécessaires à celle-ci, à la connaissance de la langue et de la société d'accueil ou par rapport à la résolution des problèmes qu'elles rencontrent. Mei mentionne plusieurs astuces qui l'ont aidée à surmonter les difficultés de compréhension

culturelles ou linguistiques. Noëlle mentionne quant à elle avoir choisi délibérément d'inclure des prononciations et expressions québécoises dans sa façon de parler afin de comprendre et intégrer davantage la culture québécoise, tandis que Caroline dit avoir choisi volontairement de s'entourer principalement de Québécois afin de pouvoir réaliser plus rapidement le type d'intégration qu'elle souhaitait.

Certaines participantes évoquent le fait de participer à des activités de la société d'accueil comme une stratégie importante dans leur processus d'intégration, en multipliant les expériences vécues au sein de celle-ci, que ce soit par le biais d'activités sociales, culturelles, sportives ou autres. C'est dans ce contexte que peut également s'inscrire l'implication des participantes dans des activités de bénévolat. Bien que les motivations pour s'y engager soient multiples, le bénévolat peut en effet être utilisé par les participantes comme une stratégie d'intégration. « Et c'est pas automatique, il faut travailler pour s'impliquer. Donc, on pense à ça, aux stratégies pour s'intégrer, on pense à ça, qu'est-ce qu'on peut faire pour s'intégrer ici. » (Mary).

4.3 Le bénévolat : un parcours d'engagement

Cette section de ce chapitre permettra de répondre au deuxième objectif de recherche en explorant le parcours d'engagement bénévole des participantes. Sera d'abord présenté un résumé de leurs parcours prémigratoires à cet égard, en faisant ensuite une comparaison avec leurs pratiques de bénévolat post-migratoires ainsi que l'évolution vécue par certaines d'entre elles dans ces pratiques depuis leur arrivée au Québec. Ceci permettra donc de voir comment les pratiques de bénévolat réalisées par les participantes en contexte d'immigration s'inscrivent dans leur parcours de vie et plus spécifiquement dans leur parcours d'engagement social.

4.3.1 Parcours de bénévolat prémigratoire : un engagement de longue date

Les participantes ont été interrogées sur leur parcours d'implication sociale avant leur immigration au Québec. Il s'avère que la grande majorité d'entre elles avaient fait du bénévolat ou eu des implications similaires avant leur immigration au Québec. Plusieurs avaient des engagements bénévoles de longue date, souvent depuis leur jeunesse ou le début de l'âge adulte. Par exemple, Noëlle dit : « depuis que je suis à l'université et que je suis partie de chez mes parents, je pense qu'il n'y a pas une année où je n'ai pas eu déjà un engagement associatif qui a pu être très divers, mais qui me prenait beaucoup de temps. ». Camille, quant à elle raconte : « Qu'est-ce que j'ai fait comme activités de bénévolat?... J'en ai fait beaucoup, beaucoup. [...] En fait, tout ce qui était de l'aide à la personne, là, moi ça me plaisait, alors j'y allais! ». On peut donc remarquer que, pour la plupart des participantes, le choix de faire du bénévolat après leur arrivée au Québec s'inscrivait dans la continuité de leur parcours prémigratoire, faisait écho aux choix faits auparavant dans leur vie. Le bénévolat s'inscrivait donc dans une reconstruction de leur vie dans le cadre de la nouvelle étape de leur parcours que constitue leur vie en contexte post-migratoire.

Aminata a quant à elle eu des engagements comparables, mais qui n'étaient pas forcément dans le cadre de bénévolats formels. Elle mentionne que, dans son pays d'origine, la société n'était pas organisée de cette façon, mais plutôt avec des réseaux d'entraide familiale et communautaire et

c'est dans ce type de contexte que s'incarnait son engagement, qu'elle considère rétrospectivement comme du bénévolat.

Avant de venir au Québec et au Canada? Oui, j'ai fait du bénévolat... Le bénévolat, là, chez nous, on le fait tous les jours sans même s'en rendre compte. On le fait tous les jours. Parce que chez moi en Afrique [...], quand un enfant naît... Quand il est dans le ventre, il appartient juste à sa mère, mais quand il naît, toute la communauté, tout le monde va apporter son grain de sel pour éduquer cet enfant. Tu imagines? Tu as ta nièce, tu as ta tante qui vient d'accoucher. On te dit « Va l'aider. ». C'est du bénévolat, tu seras pas rémunérée, il a rien rien. Mais tu vas l'aider peut-être à laver son bébé ou bien peut-être faire son ménage, faire sa cuisine. On fait du bénévolat tout le temps. On le nomme pas, mais on le fait. Ça fait partie de nos mœurs. (Aminata)

Par contre, dans les cas de Mei et Caroline, c'est leur situation d'immigrante qui les a amenées à faire du bénévolat pour la première fois. Mei dit que le bénévolat existait peu et n'était pas valorisé dans son pays d'origine et que c'est quelque chose qu'elle a découvert au moment de sa première migration aux États-Unis où elle a eu le désir et l'occasion de commencer à faire du bénévolat, ce qu'elle a continué de faire lors de ses différentes migrations. Quant à Caroline, elle n'avait pas d'historique de bénévolat avant sa deuxième immigration au Québec.

4.3.2 Bénévolats pré et post-migratoires : entre continuité et nouvelles avenues

Le tableau suivant permet d'avoir une meilleure idée des types de parcours de bénévolat des participantes avant et après leur immigration au Québec et de voir en quoi leurs choix de bénévolat sont en lien ou en rupture avec leur parcours d'engagement antérieur. Il faut par ailleurs noter que certains des bénévolats antérieurs peuvent avoir été faits dans un contexte migratoire antérieur à leur établissement au Québec.

Tableau 2 : Parcours de bénévolat des participantes

Participant	Bénévolats antérieurs	Bénévolats au Québec
Aminata	Implication informelle : aide apportée à des membres de la famille et de la communauté	Mentorat immigrants, services en lien avec ses compétences professionnelles, visites à des personnes âgées, aide pour activités sociales
Bianca	Coop agricole, organisation d'activités culturelles	Bénévolat dans des organismes promotion de l'environnement et de la consommation responsable
Mary	Implication familiale auprès des démunis dans sa jeunesse, organisme d'aide à des personnes en	Implication dans son église, bénévolat de services aux personnes

	situation de pauvreté, implication dans comité de consultation sociale Implication sociale non bénévole : services professionnels aux réfugiés	démunies en lien avec ses compétences professionnelles
Camille	Ateliers culturels, soutien scolaire, aide à des personnes démunies, implications ponctuelles selon occasions	Activités culturelles, aide pour étudiants étrangers et bénévolat pour événements ponctuels
Leila	Accompagnement et services aux personnes âgées, bénévolat dans une organisation religieuse	Accompagnement auprès de jeunes mères, bénévolat dans une institution religieuse, implication à l'école de ses enfants
Mei	Soutien aux parents d'enfants malades, organisme amassant des fonds pour enfants réfugiés	Bénévolat auprès d'enfants en milieu de garde
Angélique	Centre de jeunes (dans plusieurs endroits), activités sociales Implication informelle : aide à pairs en difficulté Implication sociale liée à son activité professionnelle	Bénévolat dans le cadre de son église
Nora	Accompagnement auprès de malades en milieu hospitalier Implication informelle : aide à des membres de la famille et de la communauté	Bénévolat dans des organismes liés à l'environnement (en lien avec son domaine d'études) Bénévolat ponctuel pour un organisme de charité
Caroline	Pas de bénévolat antérieur	Organisme d'aide à des personnes handicapées ou avec une déficience
Noëlle	Soutien scolaire, représentante étudiante, chantiers internationaux, bénévolat culturel, administration d'une association	Coop de services (services et administration), bénévolats ponctuels dans le cadre de voyages, Implication sociale non bénévole : stage dans un organisme

On peut remarquer dans ce tableau que, pour la majorité des participantes, il y a un certain lien entre les bénévolats qu'elles ont fait antérieurement à leur arrivée au Québec et ceux qu'elles ont choisis en arrivant ici. Dans le cas de Mei, par exemple, tous les bénévolats qu'elle a faits avaient un lien avec les enfants, tandis que Mary s'est toujours impliquée auprès de gens en situation de pauvreté et de vulnérabilité. Leila, quant à elle, a fait du bénévolat pour des organisations liées à sa communauté religieuse à la fois en contexte pré et post-migratoire. Dans certains cas, pourtant, on remarque que le contexte post-migratoire a fait apparaître un type de bénévolat différent de ceux faits auparavant, comme dans le cas de Camille qui s'implique maintenant auprès d'étudiants étrangers après avoir elle-même vécu cette situation. On peut par ailleurs remarquer que les types de bénévolat choisis par les participantes sont très diversifiés. Il est donc difficile de faire des recoupements à ce niveau. On peut tout de même remarquer que trois d'entre elles font du bénévolat dans le cadre de leur église ou institution religieuse, tandis que trois participantes font un bénévolat en lien avec leurs compétences professionnelles, mettant celles-ci au service de personnes qui y auraient difficilement accès autrement. Plusieurs participantes visent par ailleurs, à travers leurs activités bénévoles, à apporter de l'aide ou des services à des personnes qui en ont besoin, bien que les populations auprès desquelles cette aide est donnée soient diverses.

4.3.3 Évolution de la perception du bénévolat en contexte d'immigration

Pour certaines participantes, la perception du bénévolat ou la façon dont elles vivent celui-ci ont changé avec leur expérience comme immigrante. Ce changement peut être dû par exemple aux différences entre la vision du bénévolat dans leur pays d'origine et celle qu'elles ont trouvée au Québec. La question des perceptions culturelles face au bénévolat est ainsi abordée à la fois par Angélique et Aminata. Toutes deux originaires d'Afrique, elles soulignent que le bénévolat formel et organisé tel qu'il est conçu ici n'existe pas dans leur pays d'origine, la société étant organisée autrement, notamment dans un esprit d'entraide familiale et communautaire. Angélique, qui avait pourtant eu certaines implications s'apparentant au bénévolat formel tel qu'on l'entend ici mentionne : « Au (pays d'origine), la société n'est pas organisée dans le sens "faire du bénévolat" en tant que tel comme ici. On s'implique dans les activités. ». Aminata, quant à elle, mentionne que c'est après son arrivée ici qu'elle a découvert la notion même de bénévolat :

On ne met pas de nom là-dessus chez nous en Afrique parce que c'est dans le sang. Personne ne va t'obliger, c'est une obligation morale. [...] On est toujours appelé à donner de l'aide. On t'oblige pas à le faire, mais tu le fais de toi-même. Donc, le bénévolat, on l'a en nous. C'est rendu ici, on a mis le nom dessus. J'ai dit, « mais aller aider des personnes qui sont dans le besoin, il y a un nom pour ça? » On dit « oui, ça s'appelle du bénévolat parce que ce n'est pas rémunéré ». J'ai dit « Ah, Ok. Moi, je le faisais chez moi depuis longtemps, je ne savais pas! » (Aminata)

La différence dans les perceptions culturelles du bénévolat est également un élément mentionné par Mei qui affirme que dans son pays d'origine, le bénévolat est peu présent et peu valorisé puisqu'il s'agit d'une activité non rémunérée : « Dans mon pays [...] c'est pas beaucoup de personnes pour bénévoles. C'est bénévole, il n'y a pas de l'argent, il n'y a pas quelque chose, c'est : "pourquoi beaucoup de temps perdu, pourquoi tu fais ça?" [...] C'est penser comme ça. ».

Elle-même voyait donc auparavant le bénévolat comme quelque chose de négatif, comme un travail non rémunéré pour des gens qui ne peuvent pas avoir un vrai travail ou comme du temps perdu. Il ne lui serait donc pas venu à l'idée de faire du bénévolat avant de se retrouver en situation d'immigration et d'avoir des contacts positifs avec cette réalité. Son expérience comme immigrante, d'abord aux États-Unis puis au Canada, a modifié la perception qu'elle avait de celui-ci. En étant en contact avec des bénévoles, puis en en faisant elle-même, elle voit donc maintenant le bénévolat comme une activité positive pour elle : « Avant, je pense que la personne c'est très mal, elle ne peut pas prendre le travail, elle ne peut pas prendre le vivre, pourquoi toujours gratuit. C'est vraiment très fou. Mais ensuite, j'ai changé mon... [...] C'est pas nécessaire, mais pour moi c'est bon, oui. ». Même si la réalité du bénévolat était présente dans son pays d'origine et qu'elle-même en faisait, Bianca remarque quand même elle aussi une différence dans la valorisation sociale du bénévolat au Québec, par rapport à son expérience antérieure : « Et au (pays d'origine), on entend souvent dire, "mais pourquoi tu ferais ça si tu n'es pas payée?" Ou "qu'est-ce que tu fais, au lieu de faire du bénévolat, tu pourrais chercher de l'emploi pour vrai". Comme si c'était un gaspillage de temps. ». Dans son cas, il s'agit donc moins d'un changement dans sa perception personnelle du bénévolat, mais plutôt le fait de vivre une plus grande valorisation sociale de ses activités bénévoles au Québec.

4.4 Le bénévolat en contexte migratoire : des motivations morales et circonstancielles

Cette section permettra de répondre au troisième objectif de la recherche qui est de comprendre les motivations qui ont poussé les participantes à faire du bénévolat. En effet, l'intentionnalité des participantes en fonction de leur capacité d'agir sur leur vie ainsi que la façon dont leurs décisions s'inscrivent dans un moment spécifique de celle-ci sont des éléments essentiels afin de comprendre la construction qu'elles font de leur parcours de vie en contexte post-migratoire. Certaines motivations s'inscrivent ainsi dans la continuité de leur parcours d'engagement, tandis que d'autres émergent en raison des circonstances spécifiques de leur processus d'intégration au sein de la société d'accueil.

4.4.1 Aider les autres et s'aider soi-même

La raison la plus fréquemment mentionnée par les participantes est le désir d'apporter leur aide à des gens qui en ont besoin. « Pis c'est ça, c'est de s'aider, de s'entraider quand on peut aussi » (Caroline). La majorité des participantes expriment ainsi le désir de faire preuve d'entraide, d'apporter sa contribution personnelle à la société. Dans cette optique, le fait de faire du bénévolat est donc une façon de mettre en pratique ce type de valeurs.

Je sais pas si nécessité c'est le mot adéquat, mais comment dire ça... C'est comme si, si chacun faisait son petit bout de part, tout irait bien. Donc, pour moi, le bénévolat c'est important parce que je participe, dans la mesure de ce que je suis capable de faire, au fait que la société fonctionne. D'une façon ou d'une autre, il y a quelque chose comme ça, et c'est désintéressé donc c'est vrai, juste comme « je fais ma part ». (Camille)

Bien qu'elle s'implique auprès de personnes vulnérables en situation de pauvreté dans une position qui peut paraître similaire, Mary dit le faire dans un esprit de lutte pour la justice sociale plutôt que d'une aide apportée de façon individuelle ou organisationnelle.

Ce qui m'intéresse, ce sont des questions de justice sociale et d'inégalité, de déterminants sociaux. [...] C'est la lutte contre les inégalités parce que si on n'est pas là, si c'est juste l'offre de services, ça donne rien, c'est comme si... La charité, c'est pas correct, la charité c'est pas le modèle à privilégier. (Mary)

On peut donc constater que la source de motivation derrière l'acte de faire du bénévolat se trouve souvent dans les valeurs de la personne. Ce sont des valeurs comme l'entraide, la solidarité ou la justice sociale qui peuvent être dans plusieurs cas des facteurs importants qui amènent les participantes à s'engager dans cette voie. Dans certains cas, le désir d'aider s'inscrit dans un désir de réciprocité, de vouloir donner aux autres parce qu'on a soi-même reçu. Cela peut concerner une réciprocité spécifique, comme dans le cas de Camille qui s'exprime ainsi concernant son bénévolat avec les étudiants étrangers : « Tu sais, ça a quand même été une grosse étape dans ma vie, de m'expatrier, alors je ne sais pas, je me suis sentie d'une mission à un moment donné, comme ça se passe bien pour moi, je vais vous aider. ». Mais il peut s'agir également d'une réciprocité plus générale comme dans le cas d'Angélique qui conçoit la société comme un endroit où chacun est amené à donner ou à recevoir à certains moments de sa vie et insiste également sur le fait que donner de soi, de son temps, amène une grande richesse en retour : « je crois que quand on tend la main, tendre la main c'est trop dire, mais quand on va vers les gens avec le cœur ouvert, on reçoit toujours beaucoup plus qu'on en donne ».

Plusieurs évoquent aussi des motivations liées au contexte spécifique d'immigration. En effet, une raison nommée par la grande majorité des participantes concernant leur choix de s'engager dans un bénévolat est d'avoir une occasion de sortir et de rencontrer des gens. « Quand je suis arrivée, je connaissais absolument personne. C'est pour ça que j'avais besoin justement de m'investir dans quelque chose, de vraiment aller rencontrer des personnes, de commencer à tisser des liens. [...] Effectivement, pour sortir un peu de l'isolement, donc pas rester toute seule. », dit ainsi Leila. Dans un contexte où, après l'immigration, les gens se retrouvent souvent isolés, avec un réseau social très restreint (ou même absent) et des possibilités d'activités sociales limitées, le bénévolat devient donc une occasion de sortir, de briser l'isolement et la routine, de se distraire et de socialiser. Caroline dit ainsi : « C'était aussi un moyen de sortir, justement, même l'hiver, de me forcer un peu à sortir. », tandis qu'Aminata exprime le fait que le bénévolat répond à son besoin de socialisation.

Mon bénévolat, par exemple, ça me permet de fréquenter du monde. Ça me permet de ne pas être toute seule dans mon coin. Donc, ça me permet de socialiser avec les autres. [...] Quand tu vas faire du bénévolat, il n'y a pas de barrières. Vous êtes là pour le bénévolat, vous allez échanger. J'ai l'impression que c'est dans ce genre de milieu que n'importe qui peut parler à n'importe qui. (Aminata)

Dans un esprit de recherche de relations sociales et même dans certains cas d'amitiés, plusieurs participantes ont d'ailleurs mentionné avoir choisi un type de bénévolat qui leur permettrait de

rencontrer des gens ayant avec elles des valeurs ou intérêts communs, ce qui facilite la création de relations significatives.

Avec le bénévolat, on a quand même la même cause à cœur, on a quand même les mêmes valeurs les uns et les autres quand on se rencontre puis forcément, ça fait un premier contact qui est hyper positif et c'est déjà des gens avec qui tu as un gros point commun, fait que l'étape entre se rencontrer et être amis, elle est pas longue là. (Caroline)

On fait donc du bénévolat pour les autres, mais aussi pour soi, pour son propre bien-être. Ces deux notions que sont le fait d'apporter son aide et celle d'assurer son propre bien-être à travers le bénévolat sont en fait très complémentaires. En effet, certaines participantes affirment que le fait de faire du bénévolat est nécessaire pour elles afin de se sentir bien parce que cela leur permet de se sentir utiles. C'est notamment le cas d'Angélique qui dit : « Moi, j'ai toujours été quelqu'un qui aime se rendre utile. J'aime joindre l'utile à l'agréable. Pour moi, me distraire en rendant service et en apprenant quelque chose, c'est le deal parfait. » Mary, quant à elle, exprime le fait que sentir qu'elle apporte sa contribution à la société de cette façon est une condition importante pour son bien-être : « Alors, pour moi, d'être bien... avec cette façon de penser, je dois m'impliquer. Alors, je dois faire ça pour être bien moi-même. ».

4.4.2 Connaître la langue, comprendre la culture

Un autre type de raisons qui a été beaucoup évoqué concernait des raisons linguistiques et culturelles, donc dans ce cas des raisons directement liées à la situation d'immigrante des participantes. Certaines participantes avaient ainsi comme motivation pour faire du bénévolat le fait de vouloir en apprendre davantage sur leur société d'accueil, de se familiariser avec certains de ses aspects. La raison linguistique est par exemple évoquée par certaines participantes. C'est certainement pour Mei que cette raison a la plus d'importance. L'une des principales motivations pour elle de s'engager dans des activités bénévoles était en effet que cela pourrait lui permettre d'améliorer son français. Elle constate notamment que le bénévolat l'a obligé à dépasser sa timidité et à se forcer à parler, même si c'était difficile pour elle : « Parce que la langue, pratiquer l'information pour communication. Peut-être, je ne connais pas toutes les choses. Ensuite, je trouve le travail. [...] Il y a beaucoup de raisons pour pratiquer la langue ». Faire du bénévolat pouvait ainsi lui donner un contexte complémentaire aux cours de francisation, lui permettant de pratiquer son français afin d'atteindre un jour un niveau suffisant pour être fonctionnelle, par exemple pour accéder au marché du travail. Bien qu'elle soit francophone, la raison linguistique est aussi évoquée par Aminata qui voyait dans le bénévolat une occasion de se familiariser avec le français du Québec, dans un contexte où les gens s'expriment de manière plus informelle que dans un milieu universitaire ou professionnel, notamment en fréquentant des gens de différents âges et niveaux socio-économiques : « Moi, je parle un français, comme je le dis toujours, international, mais il y a le français québécois. Si tu ne fréquentes pas les Québécois, tu ne comprendras pas ce qu'ils disent, pourtant ils te parlent français. Donc, je me suis dit, ça va me permettre aussi de les fréquenter, de comprendre leur langage. ».

Plusieurs participantes évoquent également comme motivation une volonté de rapprochement et de partage culturel que ce soit avec des Québécois ou d'autres immigrants et parlent ainsi de valeurs telles que l'échange, social ou culturel, et l'ouverture sur l'autre. « Je pense que chaque pays, les personnes différentes de idées, différentes de caractères. Pourquoi je fais du bénévolat ensuite. Parce que différentes langues, différentes personnes. » (Mei). Pour certaines, il s'agit surtout d'en apprendre plus sur la société québécoise afin de mieux s'y adapter : « Et c'est aussi une opportunité pour moi d'apprendre. J'observe beaucoup pour voir comment les gens interagissent, surtout dans un autre pays. J'étais très gênée de dire, "ah je vais dire quelque chose de pas correct" ou... J'ai beaucoup observé comment les Québécois interagissent entre eux. » (Bianca). D'autres y voient plus une occasion d'échanges, d'apprendre sur la culture de l'autre, tout en partageant la leur, afin d'améliorer la compréhension mutuelle et de dépasser les préjugés. « Comme je le dis, si tu ne vas pas vers l'autre, tu ne vas pas connaître l'autre, tu ne sauras pas qui il est, on aura tous des préjugés sur l'un et l'autre. Alors que moi j'ai horreur des préjugés, je préfère aller vers. » (Aminata). Cette idée de partage peut aller dans les deux sens. Cette notion est ainsi évoquée par Angélique, qui considère qu'en tant qu'immigrante elle a un savoir et une expérience dont elle peut faire bénéficier les gens de sa société d'accueil, le bénévolat devenant donc une façon de contribuer à la société de ce point de vue :

Et je me suis dit, je pense que comme immigrante, je trouve que j'ai de la chance, j'ai de la richesse parce que le fait d'avoir eu une expérience ailleurs et de pouvoir confronter des expériences, me permet de voir ce que je faisais avant, ce qu'on fait ici et de faire un choix en fait, basé sur la combinaison des deux [...] Et puis, je m'étais dit, je pense que j'ai quelque chose de bon à leur dire et que peut-être qu'ils ne le savent pas, mais je crois qu'ils ont besoin de le savoir. Donc, c'est ça un des moteurs qui m'ont poussé à vouloir m'engager dans le bénévolat. (Angélique)

4.4.3 Une question de principe, un mode de vie

Pour plusieurs participantes, il s'agit de s'engager pour une cause, de défendre des principes et idées qui leur tiennent à cœur. Dans ce cas, cela s'inscrit dans une philosophie et un projet de vie plus général, le choix de leur bénévolat s'inscrivant dans la continuité d'autres aspects de leur vie. C'est notamment le cas de Camille qui, après avoir vécu elle-même l'expérience de venir au Québec pour les études, a fait de l'intégration des étudiants étrangers une cause personnelle. Elle avait toujours fait du bénévolat parce que cela correspondait à ses valeurs et faisait partie de son mode de vie. Cependant, si le fait de faire du bénévolat a toujours été important pour elle, s'impliquer dans cette cause qui la touchait de près a changé la signification qu'avait pour elle son implication qui est maintenant beaucoup plus personnelle.

Sinon, ça s'est plus dirigé vers les étudiants étrangers, plus vers des causes qui ont... [...] Parce que ça m'a vraiment... ça me tenait aux tripes, là. Ce qui était moins le cas avant. Avant, je faisais des choses qui m'intéressaient, mais il y avait moins cette espèce de besoin de rendre à mon tour, là. Alors que ça a été beaucoup plus prégnant après. [...] Les étudiants étrangers, c'est mon truc dans la vie. (Camille)

Leila exprime une idée similaire par rapport à l'un des aspects du bénévolat qu'elle fait dans le cadre de son institution religieuse où elle fait bénéficier les jeunes filles musulmanes de son

expérience de grandir avec cette identité religieuse dans une société occidentale : « C'est des jeunes filles qui sont ici, ben qui ont grandi ici et qui des fois se posent des questions sur la difficulté d'être en même temps musulman, arabe, et comment s'intégrer finalement dans une communauté, même si elles sont nées ici. ». Mary a quant à elle un engagement de longue date pour la justice sociale qu'elle a hérité de ses parents et qui l'a suivi tout au long de sa vie. Il est donc important pour elle de continuer ce type d'engagement à travers des activités bénévoles dans les différents lieux où elle est amenée à habiter. « Moi, je suis (profession), on peut acheter deux maisons comme ça et un bateau à voile et trois autos. Mais pourquoi? Moi, ça m'intéresse vraiment pas d'avoir cette vie-là. ». Ce type d'engagement fait donc partie d'un mode de vie lié à ses valeurs et au rôle social qu'elle tient à jouer, notamment dans la société d'accueil qu'elle a choisie. Bianca a aussi choisi un engagement en lien avec ses valeurs et le mode de vie qu'elle désire adopter, dans son cas par un engagement axé sur la protection de l'environnement et la consommation responsable.

En arrivant ici, je me suis dit, non je ne suis pas capable avec les supermarchés, avec autant d'emballage, avec des produits qui viennent de Floride. Et j'ai rencontré quelqu'un [...] qui avait un peu les mêmes principes que moi et on s'est mis à chercher et j'ai trouvé (organisme). [...] J'ai trouvé que c'était une initiative très intéressante parce que, en lien avec l'agriculture de proximité, bio, locale et le gaspillage aussi présent. Et j'ai trouvé ça bien et vu que j'avais le temps, je me suis dit « ah, j'aimerais encourager et collaborer. » (Bianca)

Son lien avec certains organismes dans lesquels elle s'est impliquée était donc double, à la fois comme usagère et comme bénévole, cela lui permettant d'adopter elle-même un mode de vie axé sur la consommation responsable tout en contribuant à en faire la promotion. Noëlle a également ce type de lien double avec la coopérative de services qui constitue son principal lieu de bénévolat et qui incarne aussi pour elle une certaine philosophie de vie qu'elle essaie de réaliser au quotidien.

Présentement, l'état d'esprit dans lequel je suis, c'est pas mal la coopérative pour répondre à des besoins que la société n'apporte pas [...] Ça permet à des regroupements de personnes qui ont des besoins d'agir, plutôt que d'attendre d'avoir un service qui tombe du ciel. [...] Ça, c'est l'objet social qui m'atteint. (Noëlle)

Dans son cas, il s'agit donc moins d'apporter son aide à des personnes qui en ont besoin que de contribuer à la construction d'un système de coopération basé sur l'échange et l'autosuffisance, qui font dans son cas également partie du mode de vie qu'elle souhaite adopter. Bien que ses activités bénévoles soient diversifiées et ponctuelles plutôt qu'un engagement au sein d'un projet spécifique, Aminata lie également son engagement bénévole à une certaine façon de vivre. L'une de ses motivations est en effet de perpétuer sous une autre forme le mode de vie basé sur l'entraide communautaire qu'elle avait dans son pays d'origine et ainsi compenser un peu pour l'individualisme de la société québécoise qu'elle ne vit pas toujours très bien.

Trois des participantes avaient de jeunes enfants et, dans les trois cas, le fait d'être mères constituait une motivation supplémentaire pour faire du bénévolat parce qu'elles considéraient

que c'était l'une des façons pour elles d'être un modèle pour leurs enfants, de leur enseigner certains comportements et certaines valeurs qu'il leur tenait à cœur de transmettre. Mei explique ainsi que le fait de faire du bénévolat lui permet d'enseigner à son fils qu'il n'y a pas que l'argent qui compte dans la vie et qu'on peut faire des choix en fonction d'autres raisons. Leila évoque aussi cette même raison : « Moi, je trouve que c'est vraiment l'entraide et cette entraide pas forcément marchande. Donc, c'est ça qui me plaît aussi, c'est ça que je veux transmettre à mes enfants. ». De même, Mary désire transmettre à ses enfants l'importance de faire des choix de vie en fonction de certaines valeurs sociales : « Et de montrer cette implication à mes enfants, pas juste pour le fait de montrer à elles comment il faut être bénévole, mais aussi de montrer comment il faut... qu'on fait partie de notre société. [...] Donc, c'est une façon de montrer comment vivre de façon éthique ou de suivre notre foi disons. »

Cette question de la foi nommée ici par Mary est également évoquée par Angélique et Leila. Dans le cas de ces trois participantes, la foi représente un moteur important de leur engagement, que ce soit pour l'implication qu'elles ont dans leur institution religieuse ou pour le fait de s'impliquer socialement en général. On retrouve chez ces participantes non seulement l'idée de transmission de la foi à leurs propres enfants comme dans le cas de Mary et Leila, mais également aux enfants à qui elle enseigne la catéchèse dans le cas d'Angélique. Celle-ci est donc motivée par sa foi dans son engagement et tente de transmettre cette notion aux enfants qu'elle rencontre dans ce contexte.

Ça veut dire chez nous, la foi est très vécue et je crois que c'est la bonne façon de vivre. [...] Et j'avais l'impression que la catéchèse, c'était juste de la théorie. « Aime ton prochain », mais tu vois une petite fille qui vient de sortir du cours « Aime ton prochain » et puis elle est pas capable de partager quelque chose avec sa voisine parce qu'elle grandit quelque part où c'est normal, où on ne lui a peut-être pas forcément appris à penser aux autres et, spontanément sans y réfléchir, et personne ne lui a dit « ce que tu fais là, ce n'est pas bien ». (Aminata)

Pour elle, la pratique de sa foi est donc quelque chose qui guide sa vie au quotidien et elle considère que celle-ci doit s'incarner dans des actions concrètes. Dans ce contexte, non seulement le fait de s'engager dans des activités de bénévolat fait partie de cette façon de vivre, mais le choix spécifique de bénévolat qu'elle a fait lui permet aussi de transmettre à d'autres personnes les valeurs qui lui tiennent à cœur.

4.4.4 Acquérir de l'expérience, développer ses compétences

Probablement en raison de leur profil socioprofessionnel, peu de participantes avaient des motivations en lien direct avec l'intégration économique pour choisir de s'engager dans des activités de bénévolat. Certains éléments en lien avec la vie professionnelle peuvent néanmoins être constatés dans leurs réponses. Seule Leila avait entre autres comme objectif d'améliorer ses perspectives d'emploi par le biais de son bénévolat. Elle a en effet postulé à la fois comme employée et comme bénévole au même endroit en se disant que l'un pourrait mener à l'autre, ce qui a été le cas dans une certaine mesure. Bianca mentionne aussi le fait que les expériences de bénévolat sont reconnues ici par les employeurs, en plus de lui permettre de développer certaines

compétences : « Et ici, c'est très valorisé. Même pendant la formation pour l'emploi, ils nous disaient, c'est très important le bénévolat ici, c'est quelque chose qui a de la valeur. ». Bien que ces raisons n'aient pas été son motif principal pour s'engager dans le bénévolat, elle dit qu'il était donc tout à fait logique pour elle de consacrer une partie de son temps au bénévolat pendant la période où elle était en recherche d'emploi. Nora mentionne également le fait qu'elle considère que le bénévolat peut être une porte d'entrée très pertinente sur le marché du travail québécois pour les immigrants, même s'il ne s'agissait pas forcément d'un objectif direct pour elle lorsqu'elle a commencé à s'engager comme bénévole.

Pour certaines, il y avait par ailleurs un lien entre leur parcours professionnel et le bénévolat dans la mesure où les activités choisies leur permettaient d'utiliser leurs compétences, de les mettre au service d'autres personnes, d'une cause ou d'un projet qui leur tenait à cœur. C'est le cas d'Aminata qui s'est engagée rapidement dans un bénévolat où elle pouvait aider les gens avec ses compétences professionnelles, alors qu'elle était encore engagée dans un processus de requalification au Québec. C'est aussi le cas de Mary qui travaille dans son domaine, mais participe à un projet qui lui permet d'offrir ses services gratuitement à des gens qui n'y auraient pas accès autrement. Dans le cas de Nora, cet aspect est encore plus important dans son choix de bénévolat. Elle a en effet eu, dans son pays d'origine, un parcours professionnel qui n'était pas directement en lien avec le domaine dans lequel elle avait étudié et s'est donc éloignée de son rêve professionnel initial. Lorsqu'elle a pris la décision de faire du bénévolat au Québec, elle a donc choisi de s'impliquer dans des organismes liés à l'environnement, ce qui lui a permis de renouer avec cette passion et de réaliser des activités qui se rapprochaient du domaine dans lequel elle aurait aimé travailler. Cela lui permet en plus de mettre à profit ses connaissances dans ce domaine et d'y développer de nouvelles compétences, même si elle n'a pas forcément de projets concrets pour travailler dans ce domaine pour l'instant. Bien que ce ne soit pas leurs motivations principales, d'autres mentionnent également que l'acquisition de connaissances et de compétences est un aspect intéressant dans leur choix de bénévolat.

4.5 Des impacts sur les différentes sphères de la vie

Cette section permettra de répondre au dernier objectif de la recherche qui est de comprendre la perception des participantes quant à l'impact que le bénévolat a eu sur leur parcours post-migratoire et leur intégration au sein de la société québécoise. Constituant un microsystème spécifique de ce nouvel environnement, les activités, rôles et interactions sociales qu'elles y vivent ont un impact sur plusieurs aspects de leur développement humain en contexte d'immigration. À cet égard, toutes les participantes ont ainsi fait part d'impacts positifs que le bénévolat a eus sur les différentes sphères de leur vie, autant au niveau social que culturel et personnel, ainsi que professionnel dans une moindre mesure.

4.5.1 Vie sociale

C'est dans la sphère de la vie sociale que les impacts du bénévolat semblent s'être fait ressentir de la façon la plus importante. Toutes les participantes mentionnent ainsi au moins un aspect de

leur vie sociale qui a été influencé positivement par le fait de faire du bénévolat. Par contre, le degré d'importance de ces impacts varie beaucoup d'une participante à l'autre.

La majorité des participantes disent avoir créé des relations sociales significatives grâce à leur bénévolat. En fait, seule Aminata a mentionné que ça n'avait pas été le cas pour elle et que, bien qu'elle ait toujours apprécié les rencontres qu'elle a faites dans le cadre de ses bénévolats, celles-ci n'ont jamais eu de suivi au-delà du moment spécifique de ces activités. Elle explique ce fait par la culture individualiste au Québec qui, selon elle, rend difficile la création de relations sociales soutenues avec des étrangers en dehors des activités formelles. Malgré le fait qu'elle aurait peut-être aimé nouer de telles relations, elle ne s'est donc jamais sentie à l'aise de les initier.

Tout le monde ne sera pas comme moi. Si tout le monde était comme moi, on pourrait entretenir la relation. Aujourd'hui, on échange, oui, mais quand tu pars demain, quand tu appelles la personne... « Oui, c'est qui? Oui, on se connaît d'où? » Ça fait un peu bizarre. [...] Moi, personnellement, tu m'appelles « Oh, je suis contente! Comment tu vas! On se voit pour... » [...] Là, c'est une relation soutenue, suivie. Ça permet de rester en contact. Mais, ça n'est pas dans votre culture. Je ne veux pas vous l'imposer, non. (Aminata)

Par ailleurs, on peut remarquer que, dans son parcours d'engagement, Aminata a fait de nombreux bénévolats ponctuels ou de courte durée, alors que la majorité des autres participantes se sont investies de façon durable et soutenue dans au moins un projet ou organisme en particulier. On peut donc penser que, dans son cas, une des explications possibles pourrait être également que ce type d'implications peut avoir été moins propice à la création de relations significatives et soutenues dans le temps.

Les autres participantes ont toutes affirmé avoir créé des relations significatives dans le cadre de leur bénévolat. Il est toutefois important de noter que la notion de relations significatives est subjective et peut s'incarner différemment d'une participante à l'autre. Pour certaines, il s'agit de véritables amitiés, mais pour d'autres une relation peut être significative et importante dans leur vie même si elle ne débouche pas sur une relation en dehors du milieu de bénévolat. C'est le cas par exemple de Mei et Angélique, qui ont créé des relations au sein de leurs milieux de bénévolats qu'elles jugent avoir une importance significative dans leur vie, sans qu'il s'agisse pour autant de relations d'amitié. Mei, par exemple, parle en ces termes des gens rencontrés dans le cadre de son bénévolat et particulièrement de la responsable de son milieu : « Parce que c'est toutes les personnes bénévoles, c'est très bon de parler, très bon de service. Comme les *angels*. [...] Ma chef [...], elle est gentille, elle a très confiance en moi. Parce que j'ai parlé beaucoup de choses. ». Il en va de même pour Angélique qui dit avoir créé des relations positives et importantes pour elle dans son milieu de bénévolat, mais n'avoir volontairement pas cherché à approfondir ces relations en dehors de celui-ci puisque cela ne correspondait pas à ses besoins sociaux à ce moment. Contrairement à Aminata, elle n'a pas senti une résistance ou une impossibilité de créer des relations d'amitié dans ce contexte, il s'agissait dans son cas plutôt d'un choix personnel.

Avec mes collègues à la catéchèse, c'est sûr qu'on n'est pas rendu forcément à ce niveau-là, mais je ne me sens pas frustrée parce que c'est pas un effort que j'ai voulu faire pour qu'on en arrive là. [...] Et je crois que ça m'aura aidée dans mon

parcours d'intégration dans la mesure où, en dehors de mes collègues au bureau, les seuls Québécois que je fréquente en dehors du cadre professionnel, c'est ceux que je vois dans le cadre de mes activités de bénévolat. (Angélique)

La question des relations sociales, d'avoir un réseau de personnes qui ne sont pas forcément des amis, mais qui sont des « connaissances », des gens qui forment un réseau social contribuant à leur ancrage dans la société québécoise et particulièrement dans la ville de Québec est un thème qui revient chez plusieurs des participantes. La création de liens sociaux diversifiés constitue en effet un facteur important de développement humain qui prend une importance encore plus significative en contexte post-migratoire puisque le réseau social des nouveaux arrivants est à refaire. L'intérêt de ce réseau social peut être utilitaire et répondre par exemple à des besoins liés à l'échange d'informations ou même constituer une forme de réseau d'entraide. Angélique et Bianca, par exemple, parlent du fait qu'un réseau de contacts peut aider dans certaines situations telles que la recherche d'un emploi. Même si cela n'a pas été le cas pour elles de façon personnelle pour l'instant, elles y voient ainsi une source de possibles ressources à cet égard. L'importance du réseau de connaissances est également abordée par Caroline, dont le bénévolat demande d'assez lourdes responsabilités, ce qui amène les gens impliqués dans l'organisme à créer des liens d'entraide et de solidarité. Noëlle évoque également l'importance qu'a eu pour elle le réseau de connaissances qu'elle a formé dans son milieu de bénévolat, qui représente un ensemble de relations significatives, même dans les cas où ce ne sont pas des gens avec qui elle est amie en dehors de ce contexte.

Il y a aussi juste des connaissances, enfin des gens que je vais voir seulement dans le cadre de la coopérative et que je ne vais pas voir à côté [...], mais c'est des relations qui sont quand même très vraies et où on n'a pas besoin de superficialité ou j'en sais rien, là, donc c'est vraiment des relations intéressantes, là, où on est nous-mêmes. (Noëlle)

Le fait de fréquenter des gens ayant les mêmes intérêts qu'elle dans le cadre d'activités communes a donc été un élément marquant de son processus d'intégration. Ce type de réseau social créé dans le cadre du bénévolat peut donc avoir une fonction plus générale au niveau de la vie sociale en contribuant, d'une part, à une vie sociale satisfaisante et, d'autre part, à un sentiment d'intégration sociale. Bianca, par exemple, mentionne le fait qu'elle apprécie non seulement de rencontrer, grâce au bénévolat, des gens qui ont avec elle des intérêts communs, mais également de croiser ces gens dans différents contextes par la suite : « Oui, au (organisme), ça arrive que les membres ont aussi quelques... on fréquente des places qui se ressemblent, où on a l'alimentation encore. On se retrouve dans des événements ou dans des places comme la manifestation contre les OGM, les organismes génétiquement modifiés, et tout ça. ». Les liens sociaux et activités liés à des milieux de bénévolat ont aussi changé de façon importante la vie de Nora au Québec, comme on peut le constater dans cet exemple qu'elle donne : « Ben là, je suis déjà invitée à la fête de Noël, là, le 24. Tu trouves pas que c'est beau? Ben l'année passée j'ai passé... ben je suis pas sortie de chez moi. ».

Si le fait d'avoir pu créer un réseau social relativement étendu est un élément que l'on retrouve chez la majorité des participantes, c'est aussi le cas pour la création d'un cercle social lié à la vie

personnelle. En effet, la majorité des participantes disent avoir créé non seulement des relations de types « connaissances » dans le cadre de leur bénévolat, mais également de véritables amitiés allant au-delà d'une fréquentation dans des activités liées au milieu ou autres événements sociaux. Plusieurs ont même mentionné que la majorité de leur cercle social au Québec s'est construit à partir de leurs activités de bénévolat et plus spécifiquement à partir du projet dans lequel elles se sont le plus activement impliquées. C'est notamment le cas de Camille qui a créé son réseau social au Québec par le biais de son bénévolat auprès d'étudiants étrangers : « Et on a construit notre cercle social pas mal avec ça, donc... oui. On a une vie sociale qui se construit avec ces gens-là. ». Il en va de même pour Caroline qui constate l'importance qu'a eue le bénévolat pour son intégration sociale : « Mais je vois tellement la différence depuis! [...] Maintenant c'est ça, comme je te dis les ¾, sans doute genre 90% des gens que je vois en dehors du cadre du travail qui viennent de chez (organisme) ou qu'on s'est connu via (organisme). Fait que ça m'a vraiment beaucoup aidé au niveau intégration. ». Dans plusieurs cas, il s'agit de relations très proches et certaines parlent même de relations de types familiales qui peuvent venir compenser dans une certaine mesure l'absence de leurs familles, tandis que Noëlle mentionne avoir même vécu des relations amoureuses avec des personnes rencontrées dans son milieu de bénévolat.

4.5.2 Intégration culturelle

Un autre type d'éléments que les participantes expriment quant à l'impact que le bénévolat a eu sur leur parcours d'intégration a trait à l'intégration culturelle. En effet, une majorité de participantes parlent du fait que leur bénévolat les a aidées en leur permettant de mieux connaître et comprendre certains aspects de la société québécoise. Dans le cas de Mei, par exemple, le bénévolat constitue un élément aidant dans son parcours d'intégration linguistique. L'apprentissage du français étant l'élément le plus difficile dans son intégration au Québec, le fait de faire du bénévolat y contribue de façon positive en l'amenant à parler français dans un autre contexte que celui des cours de francisation. Faire du bénévolat avec des enfants l'aide à surmonter sa gêne de parler français parce que ça lui semble plus facile avec eux, tout en continuant d'apprendre : « Je pense qu'il y avait la communication, peut-être les enfants parler des petites phrases. [...] Oui, c'est bon pour moi parce que les enfants connaissent beaucoup de mots, c'est bien. ». Son bénévolat constitue un bon complément à la francisation en l'obligeant également à interagir avec des adultes francophones, alors qu'elle a parfois du mal à avoir suffisamment confiance pour s'exprimer : « Parce que je n'ai pas parlé avant. Avant, je toujours tranquille, toujours sourire. ». Le fait de faire du bénévolat l'a donc beaucoup aidé à ce niveau, autant au niveau de l'apprentissage de la langue que de la confiance dans son utilisation au quotidien. Cet aspect de l'intégration linguistique est également abordé par Aminata. En tant que francophone d'Afrique, il a été nécessaire pour elle de se familiariser avec le français québécois et de surmonter cette barrière de compréhension mutuelle qu'elle ressentait.

Alors que si je me pratique dans un milieu où il n'y a pas de barrière, où personne ne va me critiquer... [...] Je suis là pour les aider, alors ils vont tendre l'oreille et puis moi je me dis, si ils tendent trop l'oreille, il faudrait que je trouve un synonyme.

Alors, ça m'aide à m'améliorer à parler aux gens ici qui ne viennent pas forcément de mon milieu. (Aminata)

Le bénévolat l'a donc aidée, d'une part, à mieux comprendre l'accent et les expressions québécoises et, d'autre part, à développer elle aussi une confiance dans le fait de s'exprimer et se faire comprendre par les Québécois malgré son accent.

Dans un aspect moins linguistique et davantage social et culturel, Bianca et Angélique constatent que le bénévolat leur a donné l'occasion de mieux connaître les Québécois dans leur façon d'être et d'agir. Le bénévolat permet en effet d'interagir dans un contexte différent du contexte professionnel ou scolaire qui constitue le milieu principal de la plupart des participantes, ce qui leur permet à la fois d'observer et d'entrer en contact avec des Québécois d'une autre façon. Cette idée est notamment amenée par Angélique, qui exprime le fait que grâce au bénévolat elle a pu entrer en relation avec des Québécois dans un contexte informel, et ainsi apprendre à mieux les connaître.

Je pense que d'un point de vue général, le bénévolat ou pouvoir s'impliquer dans la société québécoise dans des activités autres que professionnelles. Se voir quand justement la pression du travail n'est pas là pour que les gens se permettent d'être eux-mêmes, de parler, c'est définitivement quelque chose qui aide. [...] Et puis, ça m'a permis justement de voir d'autres aspects et de mieux comprendre parce que je suis quelqu'un de généralement prudent dans ce que je fais, j'aime pouvoir prendre le temps de bien comprendre les choses pour être sûre que le moment où je vais intervenir et dire, que ce que je dis soit compris tel que je le dis et que ce soit approprié par rapport à... que ma compréhension de la situation a été la bonne. (Angélique)

On peut également remarquer dans cet extrait que non seulement le bénévolat lui a permis d'avoir le sentiment de mieux connaître les Québécois, mais également de développer une confiance face à la façon de se comporter dans différentes situations sociales au Québec, idée amenée aussi par Bianca. Elles ont ainsi l'impression, grâce aux expériences vécues dans le cadre de leur bénévolat, d'avoir plus d'informations pour bien analyser une situation et la comprendre et pouvoir se comporter en conséquence, d'une façon qui soit appropriée à la situation et ne les fasse pas paraître déplacées. On peut voir ici que cet élément est directement lié à leur volonté de ne pas être perçues par les autres comme des étrangères, qui ne sauraient pas par exemple comment se comporter dans une situation donnée. Elles peuvent ainsi à la fois se percevoir et être perçues davantage comme appartenant au groupe. Cette idée que le bénévolat permet d'être perçue comme membre à part entière de la société québécoise est également amenée d'une autre façon par Caroline. Dans son cas, le fait qu'elle s'implique dans un organisme très connu au Québec (qui ne sera pas nommé ici afin de préserver son anonymat) lui donne en effet l'impression d'être perçue beaucoup moins comme étrangère par les Québécois.

Plus, les gens apprécient en plus. Le fait que c'est une cause québécoise, une fondation québécoise pis le fait que moi j'y participe et que je prenne du temps pour ça. [...] Quelque part, j'ai intégré aussi la société québécoise en disant, ben je vais faire ça pis ça va aider des Québécois. [...] Pis je le sens des fois qu'il y a des

gens qui sont plus ouverts à ça, qui me considèrent moins comme (européenne), même si l'accent y est. (Caroline)

Le bénévolat de Caroline lui permet donc d'accroître son sentiment d'appartenance à la société québécoise, à la fois à travers sa vision d'elle-même et ce qu'elle perçoit de l'opinion des autres envers elle. Nora affirme par ailleurs que son bénévolat lui a permis d'entrer en contact avec des Québécois d'une manière très positive, alors que son expérience était beaucoup plus mitigée dans son milieu de travail : « À chaque fois qu'on m'appelait pour du bénévolat, je suis là. Je m'intègre et ça allait très bien. J'ai réussi à me faire des amis. Même les Québécois, ils commencent à... Ils veulent faire connaissance, ça les intéresse d'échanger avec la culture des autres aussi. ». Plusieurs participantes expriment aussi que le bénévolat leur a permis de connaître certaines réalités de la société québécoise, ce qui contribue à leur sentiment d'intégration. C'est notamment le cas de Mary qui est fière d'avoir acquis à travers son implication bénévole une connaissance de la réalité de certains quartiers défavorisés de Québec et d'avoir ainsi une conscience de celle-ci que ses collègues de travail québécois n'auront pas nécessairement.

Donc, moi je suis fière, je connais des choses de Limoilou ou de St-Roch que pas tout le monde connaît. Comme mes collègues à moi, « ah vraiment? » Ils ne connaissent pas cette réalité que moi je connais de notre communauté à Québec. Moi, je trouve ça, je suis fière de ça. J'ai certaines connaissances de comment ça fonctionne ici que les autres n'ont pas. (Mary)

Dans le même ordre d'idée, Noëlle a quant à elle pu découvrir davantage le Québec en faisant des bénévolats de courte durée dans plusieurs régions pendant l'été, ce qui lui a donné une perception d'ensemble du Québec beaucoup plus positive que celle qu'elle avait en n'ayant connu que la vie dans la ville de Québec.

4.5.3 Vie professionnelle

L'impact du bénévolat sur la vie professionnelle n'était pas un élément très présent pour la majorité des participantes. Seules Nora et Leila ont mentionné que celui-ci a eu un impact significatif sur leur parcours professionnel post-migratoire. En effet, Leila a pu obtenir un emploi temporaire durant une certaine période dans son milieu de bénévolat, ce qui a été une expérience professionnelle intéressante pour elle. Elle exprime aussi que, ayant renoncé à moyen terme au marché du travail pour se consacrer à sa famille, faire du bénévolat lui a permis d'avoir une expérience qui pourra être une transition vers un retour aux études ou à l'emploi : « Ben, le fait de me remettre en selle, en fait, je dirais, sur le monde du travail. Parce que quand tu... personnellement en tout cas, quand je suis arrivée, je travaillais, donc là tout s'arrête. Donc, se remettre un petit peu en selle, ça redynamise. ». Nora a vécu une expérience un peu similaire, mais dans un autre contexte. En effet, ses difficultés à trouver un emploi après son arrivée au Québec lui avaient fait perdre confiance en elle et le fait de s'engager dans le bénévolat a ainsi eu un effet positif à cet égard. Dans son cas, le bénévolat l'a également aidée à trouver un emploi, pas dans ses milieux de bénévolat comme tels, mais par le biais de personnes qu'elle a croisées dans le cadre de ces activités. Elle a ainsi pu grâce à ces rencontres trouver d'abord un emploi non

qualifié qui lui a donné une première expérience de travail, puis un emploi se rapprochant davantage de son domaine.

Par ailleurs, l'absence relative de cet aspect pour la majorité des participantes est logique par rapport au profil de celles-ci et à leurs motivations pour faire du bénévolat. En effet, la plupart d'entre elles ont été en mesure d'atteindre une vie professionnelle ou scolaire satisfaisante rapidement après leur arrivée et leur choix de faire du bénévolat n'était pas en lien direct avec des objectifs d'acquisitions de compétences ou d'insertion professionnelle. Certains éléments ont malgré tout été mentionnés par quelques autres participantes en lien avec ce type d'impacts. Aminata, par exemple, que le bénévolat a aidé à se familiariser avec le français québécois, a pu transférer ces apprentissages dans le cadre de son travail, ce qui l'a beaucoup aidée.

À mon travail, je fais affaire... Je suis au service à la clientèle où je parle à des Québécois purs et durs, de souche. [...] Moi au début, la première fois qu'on m'a dit « tabarnac », j'ai pleuré. Pourtant, peut-être que le tabarnac ça veut dire qu'il est content, ou il est fâché, ou bien lui c'est parfait, ça exprime beaucoup de choses! Ça peut vouloir dire plein de choses, tu comprends? Donc, si je n'avais pas fréquenté le monde, je n'aurais pas su ça. (Aminata)

Les acquis faits au niveau de l'intégration linguistique ont donc été utiles pour son intégration professionnelle, notamment dans ses contacts avec la clientèle auprès de laquelle elle est appelée à intervenir. Elle exprime également que cela l'a aidé à s'intégrer dans son milieu professionnel, en l'aidant à mieux comprendre la façon de parler de ses collègues et leurs expressions, notamment lorsqu'elle se retrouve à interagir avec eux dans un contexte informel. Certaines participantes mentionnent par ailleurs que le bénévolat leur a permis de développer certaines compétences qui pourraient éventuellement être un atout dans le contexte professionnel. Bianca, par exemple, indique qu'elle a appris à utiliser le logiciel Excel dans le cadre d'une de ses activités bénévoles, ce qui peut être un atout dans son CV. De même, Angélique mentionne avoir acquis certaines compétences grâce à ses activités bénévoles, par exemple en siégeant dans un comité dans sa paroisse et en participant à l'organisation d'une collecte de fonds. Bien que ces apprentissages ne lui aient pas servi dans son travail jusqu'à maintenant, elle indique que cela a été de bonnes expériences, qui pourraient lui servir éventuellement dans un contexte professionnel.

En lien également avec la vie professionnelle, Mary mentionne qu'utiliser ses compétences dans le cadre de son bénévolat lui donne un sentiment de valorisation et d'accomplissement professionnel qu'elle ne retrouve pas toujours de façon satisfaisante dans son travail, bien qu'il s'agisse d'un emploi qualifié dans son domaine.

On se questionne comme immigrante. [...] Je vais faire des erreurs, je vais parler, je vais oublier des mots ou ne pas connaître des mots ou je vais utiliser des structures qui ne sont pas correctes. Ça peut donner l'idée que je suis moins intelligente, que je suis moins compétente. [...] C'est bien pour moi aussi de comprendre... comme une preuve pour moi de mes compétences à moi, tu comprends? Ça donne que voilà, que même s'ils parlent beaucoup mieux de cet aspect, de quelque chose dans

la réunion du comité de x, mais moi je fais des choses concrètes dont je suis fière.
Donc, ça, ça m'aide. (Mary)

Sa situation d'immigrante, et notamment ce qu'elle perçoit comme étant ses lacunes dans la maîtrise du français, constitue donc pour elle un obstacle à un sentiment de plein épanouissement dans son milieu professionnel. Le bénévolat, et particulièrement ses activités bénévoles impliquant l'utilisation de ses compétences professionnelles, lui permet donc de compenser ce sentiment et de se sentir valorisée dans ce contexte.

4.5.4 Impacts émotionnels et intellectuels

Plusieurs participantes parlent également d'impacts positifs sur elles au niveau émotionnel ou intellectuel. Ce type d'impact peut être en lien avec leur situation d'immigrante, mais également avec leur cheminement personnel de façon plus générale, contribuant à leur développement comme personne.

Camille, par exemple, amène l'idée que le fait de faire du bénévolat et les personnes avec qui elle est entrée en contact lors de ces activités l'ont amenée à évoluer positivement comme personne. Cela a été le cas lors de ses bénévolats prémigratoires, notamment lorsqu'elle a œuvré auprès de personnes marginalisées, et elle affirme que cela s'est encore plus accentué dans le cadre de son expérience de bénévolat auprès des étudiants étrangers. Son expérience a ainsi transformé sa façon de s'impliquer et de vivre son implication, qu'elle juge maintenant plus réfléchie et mieux adaptée aux gens auprès de qui elle œuvre : « Donc, oui, je pense que comme ça me fait évoluer, mon bénévolat évolue en même temps, je ne m'implique plus pareil. J'ai moins envie de sauver le monde qu'au départ, par exemple. [...] Je vais être moins intrusive. J'accompagne plus que je ne dirige maintenant. » En fréquentant, par le biais de son bénévolat, des gens de plusieurs origines et cultures différentes, elle estime également que sa vision du monde a changé parce que cela lui a ouvert l'esprit, notamment en confrontant ses préjugés, ce qu'elle estime être un élément très positif de son évolution personnelle.

Ben je pense que ça m'a enrichi comme personne, clairement ça m'a ouvert. [...] ça m'a permis d'accéder à une vision du monde qui est plus riche, qui est plus complexe. Je n'irais pas jusqu'à dire que ça fait de moi quelqu'un de meilleur, il ne faut pas exagérer, mais je pense que ça fait de moi quelqu'un qui est un petit peu plus à même, par rapport à avant, de percevoir le monde et la façon dont il peut fonctionner. (Camille)

Concernant l'impact émotionnel du bénévolat dans leur parcours personnel, plusieurs personnes disent vivre un sentiment de reconnaissance et une fierté en lien avec leurs accomplissements dans leurs activités bénévoles. C'est le cas d'Aminata, par exemple, qui s'est sentie valorisée et reconnue lorsqu'elle a reçu une lettre de remerciement pour son implication : « Bon, c'est une rémunération pour moi. Donc (l'organisme), ils me connaissent, ils m'envoient une lettre pour me remercier. ». Bianca vit un sentiment similaire lorsqu'elle a l'impression d'être reconnue par ses pairs par rapport à l'importance de son implication dans le secteur où elle a choisi de s'engager, ce qui l'aide également à améliorer la confiance qu'elle a en elle-même.

Ça a été important. Même si ça fait des mois que je ne le fais pas, mais lorsque je croise d'anciens collègues de bénévolat ou cette personne qui me connaît du bénévolat me présente à quelqu'un d'autre, il dit « C'est [Bianca], elle fait plein de bénévolat, elle est partout! ». Je dis « Ah, c'est pas... », ça me gêne, mais... mais oui, peut-être à certains moments, j'étais un peu partout. J'ai aussi de la difficulté à accepter les compliments, mais je suis en processus d'apprendre. (Bianca)

Mary amène également l'idée d'un sentiment d'appartenance au groupe avec qui elle fait du bénévolat et de l'impact positif qu'a sur elle le fait d'être incluse dans celui-ci. Le fait de partager avec ses collègues un projet commun et un sentiment de fierté et d'accomplissement par rapport à ce qu'ils sont capables de réaliser ensemble représente donc pour elle un impact très positif de son bénévolat. « J'aime ça, j'aime être avec, comme bénévole, je me sens bien avec eux autres, je me sens respectée et acceptée, je fais partie de l'équipe. Et c'est quelque chose en quoi... c'est important ce qu'on fait, ça nous valorise aussi. ». Ce type d'impacts émotionnels n'est bien sûr pas propre au fait de faire du bénévolat dans un contexte d'immigration et peut être vécu par toute personne qui s'engage dans ce genre d'activités. Mais la situation d'immigrante des participantes rend le fait de pouvoir vivre ces sentiments particulièrement important, d'une part parce qu'il peut être plus difficile pour elles d'aller chercher ce type d'émotions ailleurs et, d'autre part, parce que ce besoin peut être plus grand. En effet, les participantes faisant du bénévolat dans les premières années de leur parcours post-migratoire au Québec vivent une période de grands changements et d'adaptations, alors qu'elles tentent de se construire une nouvelle vie dans leur société d'accueil. La possibilité de ressentir des émotions telles que la fierté par rapport à des réalisations, une valorisation de soi et un sentiment d'appartenance à un groupe peuvent se révéler très importants dans le parcours d'intégration de plusieurs participantes. Mary, par exemple, explique en ces termes, l'importance que cela a pour elle :

Il y a des aspects concrets qui sont bien pour moi, de comprendre comment je suis pas juste quelqu'un avec un petit accent. [...] Donc, c'est bien d'avoir des activités diverses et aussi, c'est une façon de voir mes points forts à moi. C'est pas ma seule motivation, mais ça m'aide à être bien ici et pas juste quelqu'un qui « est-ce que je mérite d'être ici? ». Je suis comme... non, je suis une leader et c'est bien parce qu'en fait, c'est vrai, je suis une leader. Mais il faut sentir ça pour être bien, je crois. (Mary)

Mary aborde donc ici plusieurs facettes de sa vie pour lesquelles le sentiment d'accomplissement ressenti à travers ses activités de bénévolat a été important, alors qu'elle voulait s'épanouir en tant que femme autant que de trouver sa place comme membre à part entière de la société où elle a choisi de vivre. Elle souhaite ainsi y jouer un rôle significatif et considère l'accomplissement de cet objectif comme une condition de son bien-être personnel, ce qu'elle estime avoir pu réaliser particulièrement grâce à son engagement bénévole.

Par ailleurs, l'engagement dans des activités de bénévolat a été un facteur qui a aidé certaines participantes à surmonter des périodes difficiles qu'elles ont vécu dans leur parcours post-migratoire. C'est notamment le cas d'Aminata et de Nora qui ont toutes deux vécu une détresse importante à un moment de leur vie au Québec, que ce soit des problèmes physiques, psychologiques ou liés à des obstacles dans leur processus migratoire. Toutes deux expriment

ainsi que le fait de commencer à faire du bénévolat a eu un impact positif significatif sur leur santé émotionnelle et psychologique.

Rendue ici... Quand j'étais dans mes moments de déprime et puis la bonne dame (de l'université) m'a donné un coup de main, elle m'a dit « Il faut sortir, il faut voir des gens. » J'ai dit oui, mais c'est vrai. Si je vois, j'aide des gens à faire leurs devoirs, j'aide... mais ça va m'aider aussi, moi aussi à travailler mon cerveau et à rencontrer des personnes. (Aminata).

Angélique a aussi vécu une situation de ce type lorsqu'elle a vécu des problèmes de couple graves suivis d'un divorce difficile. Dans son cas également, son engagement bénévole a été un facteur positif dans la situation, l'obligeant à sortir et avoir des interactions sociales à un moment où elle était tentée de s'isoler. « Ça, c'est quelque chose qui était très bien pour moi aussi parce que je suis bien pour faire les choses pour les gens, c'est-à-dire que si je suis pas en forme, savoir qu'on m'attend pour la catéchèse parce que c'est un engagement que j'ai pris, ça va plus me pousser à sortir que de dire je m'en vais pour jaser avec ma copine. » Le fait de poursuivre son activité de bénévolat pendant cette période a donc contribué à lui éviter une forme d'isolement. Elles évoquent donc toutes deux que le bénévolat leur a permis de sortir de chez elles et de créer des interactions sociales positives, ce dont elles avaient besoin pour surmonter ces périodes difficiles de leur vie.

En conclusion, chacune des participantes de l'étude a un parcours unique qui a pu contribuer à divers degrés à influencer leur expérience de migration et leur parcours à cet égard. Certains recoupements peuvent néanmoins être faits entre les discours qu'elles tiennent sur les sujets abordés dans le cadre de cette recherche. Différentes visions et expériences de l'intégration sont présentes dans leur discours, allant de l'adaptation fonctionnelle à la société d'accueil à la volonté de se sentir québécoise et d'être considérée comme telle par les autres. Ces différentes visions influencent la façon dont chacune vit son intégration personnelle et le sentiment d'intégration varie ainsi significativement d'une participante à l'autre. De nombreux facteurs influencent également leur processus d'intégration, pouvant amener tant des obstacles que des éléments facilitateurs. Ceux-ci se manifestent dans les différentes sphères de leur vie, que ce soit les sphères linguistique, sociale, culturelle, économique ou personnelle et l'intégration peut ainsi être vécue différemment dans chacune d'entre elles. Par ailleurs, le bénévolat en contexte post-migratoire s'inscrivait pour la plupart des participantes dans un parcours d'engagement de longue date. Bien que leurs pratiques de bénévolat s'inscrivaient dans la continuité de celui-ci, le contexte d'immigration pouvait influencer l'engagement de plusieurs d'entre elles, que ce soit dans la façon de s'engager, dans le choix de leur bénévolat ou dans la perception de celui-ci. Au niveau des motivations à faire du bénévolat, les participantes expriment plusieurs éléments différents. Il peut s'agir de raisons liées à leurs principes et valeurs, tout comme de raisons plus matérielles, notamment liées à leur situation comme immigrantes. Par ailleurs, le choix d'un bénévolat en particulier se fait généralement en fonction de leurs intérêts, même si le hasard et les opportunités jouent également un rôle, particulièrement pour les bénévoles plus ponctuels. Ces raisons peuvent s'inscrire dans la continuité de celles qui les auraient poussées vers ce type d'engagement auparavant ou peuvent être propres au contexte post-migratoire. Finalement,

toutes les participantes ont fait part d'impacts positifs que le bénévolat a eus sur les différentes sphères de leur vie et de leur parcours post-migratoire, autant au niveau social que personnel et culturel, et professionnel dans une moindre mesure. Ces impacts ont été vécus à divers degrés et peuvent donc avoir été plus importants pour certaines participantes que pour d'autres. Par ailleurs, les impacts que leurs activités bénévoles ont eus sur leur vie peuvent être fortement liés à leur processus d'intégration, mais peuvent aussi être ressentis autrement, dans une perspective plus personnelle sans qu'un lien direct soit fait avec celui-ci. On peut voir que, même si les participantes ne perçoivent pas tous les impacts mentionnés comme ayant influencé énormément leur intégration, ceux-ci font tout de même partie de leur parcours post-migratoire et à cet égard ont une influence au moins indirecte, ayant contribué à façonner leur vie dans les années suivant leur arrivée au Québec. Toutes les personnes interrogées ont ainsi exprimé que, d'une façon ou d'une autre, le fait de faire du bénévolat avait contribué positivement à leur intégration, bien que cela ait pu se faire différemment ou selon différents degrés. Cela a permis à certaines participantes de compenser en partie certaines difficultés vécues dans leur parcours post-migratoire ou d'atteindre des objectifs spécifiques. Le bénévolat pouvait ainsi contribuer à la réalisation de leur projet migratoire, les aidant à trouver une place au sein de leur société d'accueil.

CHAPITRE 5 — DISCUSSION

Ce chapitre conclura ce mémoire de maîtrise par une synthèse des éléments abordés dans celui-ci, en mettant en lien différentes notions théoriques et éléments provenant des écrits sur le sujet avec les résultats de cette recherche. Seront d'abord abordés des éléments de la problématique de recherche afin de voir dans quelle mesure ceux-ci trouvent écho dans la situation spécifique des participantes rencontrées. Ensuite, les réponses de celles-ci seront mises en relation avec les définitions de l'intégration et du bénévolat telles qu'élaborées dans le cadre conceptuel et une comparaison sera faite entre les données statistiques concernant le bénévolat des femmes immigrantes au niveau national et le portrait qui ressort des participantes de cette recherche. Finalement sera présentée une synthèse des résultats de la recherche en lien avec la théorie du parcours de vie et le modèle écologique de développement humain. Les limites de cette recherche seront également présentées à la fin du chapitre.

5.1 La problématique des femmes immigrantes et les participantes de l'étude

La recension des écrits portant sur la situation des femmes immigrantes avait fait ressortir un certain nombre de facteurs et de stratégies d'intégration qui se retrouvent à divers degrés chez les participantes de l'étude, que ce soit en fonction de leur statut d'immigration, de leurs caractéristiques sociodémographiques ou simplement de leurs caractéristiques personnelles.

L'une des principales difficultés constatées par les auteurs consultés concernant l'intégration économique des femmes immigrantes était le manque de reconnaissance des diplômes et de l'expérience à l'étranger ainsi que les préjugés des employeurs (Cardu et Sanschagrin, 2002; Pierre, 2005). Cela s'est toutefois peu reflété dans cette recherche en raison du profil de la majorité des participantes, souvent venues comme étudiantes ou avec un diplôme reconnu au Québec. Quelques-unes ont tout de même connu ce type de difficultés et utilisé certaines des stratégies identifiées par les auteurs. Aminata a ainsi utilisé la stratégie du retour aux études dans le but d'obtenir par la suite un poste correspondant à son niveau de qualification, tandis que Nora a plutôt opté pour une formation à court terme visant l'obtention d'un emploi déqualifié (Cardu et Sanschagrin, 2002; Giroux, 2011). Nora a également utilisé des ressources officielles d'aide à la recherche d'emploi tel qu'Emploi Québec, mais sans que cela ait donné des résultats significatifs, ce qui était une réalité fréquente constatée dans l'étude de Giroux (2011). Un autre facteur d'insertion économique constaté dans les études est la réalité de l'immigration comme projet familial, qui implique la nécessité pour les femmes de concilier le travail et la famille (Pierre, 2005). Ceci fait souvent en sorte qu'une priorité est donnée tout au moins à court terme à l'insertion professionnelle du conjoint, amenant les femmes concernées à adopter différentes stratégies en fonction de cette situation (Vatz Laaroussi, 2008). Les participantes venues en couple ou en famille étaient dans une situation un peu différente puisque, dans le cas de Mary, c'est son conjoint qui la suivait après qu'elle ait obtenu un poste au Québec, tandis que Mei et Leila suivaient leurs conjoints respectifs qui avaient déjà obtenu un poste dans leur domaine avant leur arrivée au Québec. Ces dernières ont tout de même opté pour une stratégie mentionnée par Giroux (2011) qui est de privilégier leur rôle de mère ainsi que d'autres activités, notamment leurs

activités bénévoles, en reportant la réalisation de leur projet professionnel. Finalement, un élément ressorti de certaines études consultées était la situation de précarité économique que vivent un nombre significatif de femmes immigrantes (Pierre, 2005), ce qui peut amener des conséquences importantes ayant trait aux déterminants sociaux de la santé (Spitzer, 2007), notamment l'insécurité alimentaire (Lessa et Rocha, 2012). Pour les raisons précédemment mentionnées, seules trois des participantes ont été touchées de manière importante par cette réalité. C'est le cas de Nora qui a vu ses économies diminuer drastiquement après avoir été sans emploi pendant près d'un an après son arrivée au Québec ainsi que d'Angélique et Aminata qui ont vécu des périodes de sérieuse précarité économique, cette dernière ayant même éprouvé des difficultés afin de se procurer de la nourriture de façon acceptable à certains moments.

Concernant l'intégration linguistique et culturelle, un facteur incontournable identifié par Cardu et Sanschagrin (2002) est celui de la maîtrise du français, l'inscription à des cours de francisation étant une stratégie importante à cet égard. Mei, la seule participante qui ne parlait pas français à son arrivée au Québec, y a effectivement eu recours et s'est inscrite d'abord à une formation intensive donnée par une institution d'enseignement public avant de se tourner vers un organisme de francisation pour des cours supplémentaires. Ralalâtiana et Vatz-Laaroussi (2015) abordent également d'autres stratégies telles que la préparation avant l'arrivée au Québec et l'entraide familiale dans l'apprentissage de la langue. Mary a utilisé ces deux stratégies alors que son conjoint et elle, qui maîtrisaient tous deux le français à un certain degré, ont travaillé intensivement ensemble afin d'améliorer leur niveau de français en prévision de leur projet d'installation à Québec. Concernant l'intégration linguistique, Drolet et Mohamoud (2010) et Cardu et Sanschagrin (2002) mentionnent aussi un élément apporté par plusieurs participantes qui est la difficulté de vivre au quotidien avec un accent étranger au Québec, que ce soit pour l'accès à l'emploi ou pour l'intégration en général. Les participantes mentionnent ainsi le fait que leur accent les amène à être constamment perçues comme étrangères. De même, les auteurs abordent la question des préjugés et stéréotypes auxquels peuvent être confrontées les femmes immigrantes et plusieurs participantes mentionnent des éléments liés à cette idée, que ce soit en lien avec le port d'un signe religieux, la couleur de la peau ou la perception générale des gens face aux immigrants.

Plusieurs auteurs constatent par ailleurs le problème de l'isolement que peuvent ressentir les femmes immigrantes en contexte post-migratoire et abordent la recréation de réseaux sociaux dans la société d'accueil. Côté-Giguère (2015) évoque deux motivations principales à cet égard, soit les besoins émotionnels et des besoins plus pratiques tels que la recherche d'information. On retrouve ces idées chez plusieurs participantes et on peut donc voir que les réseaux dans la société d'accueil peuvent jouer l'un ou l'autre de ces rôles et souvent les deux. Tant les relations d'amitié que les autres types de relations créées dans la société d'accueil peuvent répondre aux besoins de soutien émotionnel des participantes. Angélique, par exemple, mentionne à quel point la présence dans sa vie de ses collègues de travail lui procure une sécurité émotionnelle qui lui permet de ne pas se sentir seule, tandis que plusieurs parlent de leur réseau d'amis comme d'un élément essentiel à leur bien-être dans la reconstruction de leur vie en contexte post-migratoire. Mais il ne faut pas pour autant négliger les besoins plus pratiques auxquels peuvent répondre les

réseaux sociaux. Certaines mentionnent ainsi l'échange d'informations, la connaissance de la société d'accueil ou la création de contacts pouvant faciliter l'accès au marché du travail comme des aspects significatifs liés à leur réseau social. Vatz Laaroussi (2008) constate que les réseaux sociaux permettent aussi aux femmes immigrantes d'atteindre des fonctions sociales et une reconnaissance au sein de la société d'accueil. Plusieurs auteurs citent également l'implication dans la communauté et la création de liens au sein de celle-ci, que ce soit à travers le bénévolat formel ou l'implication dans des activités sociales de son quartier, l'école des enfants ou tout autre milieu fréquenté par les personnes comme des lieux de reconnaissance sociale (Côté-Giguère, 2015; Chamberland et Le Bossé, 2014; León Corréal, 2015). Cette idée est évoquée par plusieurs participantes et Mary mentionne ainsi l'importance qu'a eue pour son intégration la communauté du quartier où elle vit et les activités dans lesquelles elle s'est impliquée. Elle souligne également l'importance de son bénévolat comme source de reconnaissance au sein de la société d'accueil, tout comme Caroline qui, en œuvrant dans un organisme très connu au Québec, a l'impression d'être davantage perçue comme faisant partie de la communauté.

5.2 Concept d'intégration : entre la théorie et les définitions personnelles

Interrogées sur leur définition personnelle de l'intégration, les réponses des participantes de la recherche renforcent l'idée du caractère flou de ce concept mentionné par plusieurs auteurs consultés sur le sujet (Castles et al., 2002; Fortin, 2000; Gauthier et al., 2010; Legault et Fronteau, 2008). En effet, les participantes ont souvent du mal à en donner une définition et ne savent pas toujours ce que ce concept pourtant largement utilisé dans la société actuelle veut effectivement dire, tant pour elles que pour la société d'accueil. Elles peuvent aussi constater une différence entre ce qu'elles considèrent personnellement comme une intégration réussie et la vision qu'en a la société. Gauthier et al. (2010) constataient néanmoins un certain nombre de similarités entre les différentes définitions de l'intégration et on retrouve plusieurs de ces éléments dans le discours des participantes sur cette question. Bianca et Caroline amènent ainsi l'idée de l'intégration comme un processus qui s'établit très progressivement, faisant en sorte qu'on ne sait pas vraiment quand et comment on peut dire qu'on est intégré, cela étant un sentiment très subjectif. Elles disent ainsi parfois se sentir très bien intégrées, alors que ce ne sera pas le cas à d'autres moments, renvoyant à l'idée amenée par Fortin (2000) et Legault et Fronteau (2008) de l'intégration comme processus non linéaire et à long terme. Plusieurs se questionnent également sur les discours publics souvent très normatifs liés à l'intégration, faisant ainsi écho aux propos de Li (2003). Bianca et Mary critiquent ainsi la volonté qu'elles perçoivent chez certains d'effacer, par le biais de l'intégration, les différences qui peuvent les déranger. Leila reprend quant à elle l'idée que l'intégration ne doit pas être considérée par la société d'accueil comme un état à atteindre en fonction d'indicateurs définis de façon extérieure à la personne, par des institutions par exemple, puisque le sentiment d'intégration est quelque chose de très personnel. Un autre élément que l'on retrouve dans les écrits sur l'intégration est le fait que celle-ci doit impliquer une réciprocité entre les personnes immigrantes et la société d'accueil, dans le cadre d'une responsabilité partagée (Castles et al., 2002; Gauthier et al., 2010). Cette idée est abordée par certaines participantes telles qu'Aminata et Angélique, qui parlent de la notion d'échange et de

partage par laquelle les nouveaux arrivants et les membres de la société québécoise doivent apprendre à se connaître afin de s'enrichir mutuellement. La responsabilité de la société québécoise de créer des conditions favorables à l'accueil et l'intégration des immigrants est également un sujet abordé par Aminata et Nora qui mentionnent par exemple que les institutions de la société d'accueil devraient mieux s'assurer de donner à ceux-ci l'information juste et complète qui leur sera nécessaire, tout en affirmant que les immigrants ont par ailleurs une responsabilité d'agir de façon proactive à cet égard. Le caractère multidimensionnel de l'intégration décrit par Gauthier et al. (2010) et Legault et Fronto (2008), soit le fait que celle-ci s'effectue dans différentes sphères de la vie et pas nécessairement au même rythme, est également un élément présent dans le discours de plusieurs des participantes. Aminata, par exemple, constate qu'elle ne se sent vraiment intégrée que dans la sphère professionnelle, alors que ce n'est pas encore le cas dans les autres sphères de sa vie. Caroline et Leila évoquent cette idée de façon plus générale, mentionnant que l'intégration ne se limite pas à la sphère économique, mais doit concerner l'ensemble des sphères de la vie.

Gauthier et al. (2010) rappellent par ailleurs que l'intégration des immigrants est un processus qui s'inscrit toujours dans un contexte social donné et est donc marqué par le lieu et le moment de l'immigration ainsi que les enjeux qui les caractérisent. Dans le cas de cette recherche, le processus d'intégration des participantes s'inscrit ainsi dans le contexte spécifique du Québec des années 2010 qui, en vertu des critères de sélection de la recherche, constitue l'époque de l'immigration de l'ensemble d'entre elles. À ce sujet, certaines parlent par exemple des débats sur les signes religieux ayant cours depuis plusieurs années et qui ont influencé leur vécu comme immigrantes au Québec. Mary, sans être touchée directement, a été très affectée par ce débat qui l'a fait se questionner sur sa place au Québec comme immigrante au point de remettre en question son projet de migration, tandis que Leila, qui est musulmane et porte le voile, a l'impression que la société québécoise devient progressivement moins accueillante et donc un lieu de vie moins agréable pour elle. Elle est ainsi souvent confrontée aux préjugés, voire à des commentaires désagréables de la part des gens et considère que le fait qu'elle porte un signe religieux pourrait être un obstacle significatif pour elle si elle désirait reprendre une carrière dans son domaine. Dans une perspective plus positive, Nora, qui avait fait une première immigration au Québec il y a vingt-cinq ans, dit avoir l'impression qu'il y a aujourd'hui non seulement plus de diversité, mais aussi plus de services que lorsqu'elle a immigré dans sa jeunesse, ce qui peut faciliter l'intégration. Plusieurs participantes évoquent aussi à ce sujet le contexte spécifique de la ville de Québec, qui a constitué leur lieu d'intégration. Selon certaines d'entre elles, ce contexte spécifique présentait des éléments facilitant l'intégration, tels que la qualité de vie, les services et la valorisation de la vie familiale. Par contre, plusieurs évoquent aussi des difficultés liées à ce milieu d'intégration, telles que le manque de diversité dans cette ville et une certaine réticence ressentie envers les étrangers, que ce soit par la présence de préjugés ou en raison de la difficulté de créer des liens d'amitié avec des Québécois.

Par ailleurs, à la lumière des réponses apportées par les participantes de l'étude lors des entrevues, un point commun se dessine dans la définition qu'elles se font de l'intégration, celui de la différence. En effet, la majorité des participantes rapportent vivre à divers degrés des

difficultés à se sentir intégrées lorsqu'elles se sentent différentes ou perçues comme différentes par les gens de la société d'accueil. On retrouve ainsi de nombreux exemples de cette idée chez les participantes. Camille mentionne par exemple l'importance pour elle de savoir se comporter en fonction de la culture et du contexte et de ne pas avoir l'impression d'être la personne qui ne fait rien comme il faut parce qu'elle ne comprend pas les codes et fonctionnements sociaux. Aminata mentionne ressentir un certain niveau de malaise lorsqu'elle est la seule Noire dans un endroit et qu'elle se sent regardée pour cette raison. Bianca vit difficilement le fait d'être constamment perçue comme « l'élément exotique » à cause de son accent et de se retrouver ramenée, voire réduite, à cet aspect, tandis que Caroline exprime clairement que pour elle, être intégrée veut dire ne plus être perçue comme étrangère. Au-delà des perceptions, plusieurs évoquent la notion d'égalité et le sentiment d'être considérées de la même façon que les Québécois comme une condition essentielle de l'intégration. À ce sujet, plusieurs mentionnent avoir eu à certains moments l'impression d'un traitement inégalitaire relevant du racisme ou d'un manque d'acceptation de la diversité culturelle. Nora dit ainsi avoir eu plusieurs fois l'impression de ne pas être traitée de la même façon que les Québécois dans son milieu de travail et que c'était une impression partagée par d'autres personnes issues de l'immigration qui y travaillaient. Elle a aussi eu cette perception dans certains contacts qu'elle a eus avec des organismes ou institutions, ayant l'impression qu'on lui demandait plus de papiers et de documentation qu'on le ferait pour une personne non immigrante. C'était aussi le sentiment de Mei, qui percevait comme exagérées et inéquitables des demandes de références qui lui étaient exigées lorsqu'elle cherchait un logement à son arrivée à Québec, alors qu'elle n'avait pas vécu ces difficultés dans ses migrations précédentes. Le sentiment d'inégalité ou d'un manque d'ouverture de la société québécoise envers la diversité, qui peut concerner des événements vécus directement par les participantes ou leurs observations sur la société d'accueil, constitue donc un frein à leur intégration puisque le sentiment d'être considéré comme faisant partie du groupe au même titre que les Québécois natifs est pour la plupart une condition de celle-ci.

5.3 Les femmes immigrantes face au concept de bénévolat

Dans le cadre de cette recherche, le concept de bénévolat a été principalement défini en fonction de la théorie du don de Jacques T. Godbout, dans laquelle le bénévolat est considéré comme une forme de don, plus spécifiquement un don de temps, fait sans attendre de contrepartie et qui se situe dans la catégorie du don aux étrangers, par opposition à une aide apportée au sein de liens primaires (Gagnon et Sévigny, 2000; Godbout, 2000b; Godbout, 2002). La plupart des participantes ne font pas référence de manière explicite à la notion de don, mais on remarque néanmoins que l'idée de donner d'elles-mêmes et de leur temps est un élément important dans le discours de plusieurs. Certaines d'entre elles parlent explicitement de l'importance de donner sans attendre quelque chose concrètement en retour. C'est notamment le cas de Mei et de Leila qui font référence à l'importance pour elles de l'absence de compensation financière dans le contexte du bénévolat. Une nuance concernant cette partie de la définition du concept de non-retour direct pourrait être apportée dans le cas de Noëlle qui fait partie d'une coopérative de services. Le fait de recevoir des services fait donc partie de son implication et elle explique que,

pour elle, le fait de répondre à ses propres besoins est une partie intégrante de cette implication. Ce retour ne se fait toutefois pas de façon directe puisqu'elle donne de son temps sans attendre une compensation équivalente ou proportionnelle à celui-ci. Son implication dépasse d'ailleurs largement la simple prestation de services équivalents à ceux qu'elle reçoit et elle s'implique ainsi de manière plus large dans la coopérative au niveau administratif et organisationnel. De même, les réponses des participantes amènent certaines nuances sur le bénévolat comme don à des étrangers. On peut donc remarquer certaines variations parmi elles, que ce soit dans leurs activités de bénévolat ou dans leur définition du concept. Ainsi, certaines font du bénévolat auprès de gens appartenant à d'autres groupes sociaux que le leur et avec qui elles n'ont pas spécialement de contacts en dehors des activités concernées, tandis que d'autres le font dans des lieux qu'elles fréquentent où elles ont créé des liens de différentes natures, comme dans les cas de Noëlle et Leila, par exemple. Ces situations se distinguent toutefois quand même d'une aide qui serait apportée en fonction de liens primaires, directement auprès d'amis ou de membres de la famille, sans que ce soit par l'intermédiaire d'une quelconque organisation. Par contre, certaines participantes font un lien direct entre la notion de bénévolat et l'entraide communautaire faite auprès de gens qu'on connaît, incluant les gens de la famille. Cela est particulièrement le cas d'Aminata qui vient d'une culture où le bénévolat formel n'est pas une réalité qui existe de la même façon qu'ici. Pour elle, il n'y a pas de différence fondamentale entre l'aide qu'elle apportait à des gens en fonction de liens primaires dans son pays d'origine et le bénévolat formel qu'elle fait depuis son arrivée au Québec. Elle considère ainsi ces deux types d'implication comme étant sensiblement la même chose et relevant de la même logique d'entraide et d'implication dans la communauté. On peut toutefois remarquer dans son discours qu'il y a quand même une différence entre ces deux implications, particulièrement en lien avec la qualité des liens sociaux qu'elle y a vécus, le bénévolat tel qu'elle le fait ici n'ayant pas été jusqu'à maintenant aussi satisfaisant à cet égard qu'elle l'aurait souhaité.

Les trois principales dimensions du concept de bénévolat qui se dégagent des écrits des auteurs consultés sur le sujet, soit la liberté d'engagement, l'importance du lien social et les significations et motivations liées à l'engagement bénévole (Gagnon et Sévigny, 2000; Godbout et Caillé, 2000a; Godbout, 2000b; Godbout, 2002; Robichaud, 2003) trouvent écho à divers degrés dans les discours des participantes sur ce sujet. La liberté d'engagement est certainement une réalité pour l'ensemble des participantes puisqu'il s'agit pour elles d'une action non seulement faite de façon non contrainte, mais qui relève d'une logique d'autodétermination (Gagnon et Sévigny, 2000; Robichaud, 2003). La question de la liberté d'action qu'implique le bénévolat est un élément qui se retrouve peu dans le discours des participantes de façon explicite, mais qui est tout de même mentionné par Mary qui souligne ainsi que c'est quelque chose qu'elle n'est pas obligée de faire et qu'elle est consciente que peu de personnes dans sa situation ont ce type d'engagement. L'importance de la logique d'autodétermination dans l'engagement bénévole est toutefois un aspect qui peut être constaté dans le parcours de plusieurs participantes. En effet, pour plusieurs d'entre elles, la décision de faire du bénévolat dans le contexte de leur parcours post-migratoire représentait un moyen de prendre le contrôle de celui-ci, voire une stratégie active choisie afin de faire face à certaines difficultés en lien avec leur intégration au Québec. Par ailleurs,

l'importance des liens sociaux est probablement la dimension du bénévolat qui revient le plus souvent dans le discours des participantes et est ainsi mentionnée de façon explicite d'une façon ou d'une autre par chacune d'entre elles. Que ce soit à travers la création d'amitiés personnelles ou simplement par des liens sociaux de types « connaissances », les participantes évoquent en lien avec cet élément des impacts tels que le bien-être émotionnel, une richesse dans la vie sociale et un sentiment accru d'appartenance à la société d'accueil ainsi qu'une meilleure compréhension de celle-ci.

Gagnon et Sévigny (2000) soulignent aussi l'importance des significations que les personnes qui s'engagent dans le bénévolat donnent à leur geste et les raisons qui le motivent, le bénévolat ne pouvant être réduit à un geste purement désintéressé. À ce sujet, plusieurs auteurs évoquent le fait que pour beaucoup de bénévoles, le choix de faire du bénévolat s'inscrit dans une logique de réciprocité, qui ne relève pas d'une relation directe, mais plutôt d'une réciprocité généralisée au niveau social ou communautaire selon laquelle les personnes concernées ressentent une obligation morale de participer à la circulation du don dans la société selon un cycle de « donner, recevoir, rendre », considérant par exemple devoir donner parce qu'ils ont beaucoup reçu (Gaudet et Reed, 2004; Godbout et Caillé, 2000a). Bien que cette idée ne constitue pas un thème central dans le discours d'une majorité de participantes, plusieurs d'entre elles évoquent néanmoins certains éléments en lien avec celle-ci. Angélique fait d'ailleurs référence à cette conception du bénévolat de façon vraiment explicite :

Ceux qui donnent n'en ont jamais manqué. Pour prouver que quand on donne, on crée une chaîne. Parce qu'on se dit toujours, j'ai donné de mon temps, du coup, je vais en manquer, je vais être perdante, mais si tu regardes autour de toi, tu vas te rendre compte que ceux qui donnent beaucoup, beaucoup, beaucoup pour rien, ils manquent pas, ils ne sont pas plus pauvres, plus ceci et puis tu comprends que quand tu donnes de ton temps, tu crées une chaîne, ça fait que demain tu vas gagner du temps parce que tu as créé une belle chaîne qui fera en sorte que quelqu'un va te donner, va te rendre service et tu n'auras pas à te débattre seule dans quelque chose que tu ne comprends pas parce qu'il y aura quelqu'un qui viendra te donner un coup de main à ce moment-là. (Angélique)

Dans le même ordre d'idées, Caroline, qui a vécu dans sa jeunesse des moments où elle a eu besoin d'aide en raison de problèmes de santé, souligne également : « c'est aussi de redonner par rapport à ce que tu as eu et ce que tu pourrais avoir besoin. Tu sais jamais ce que... quand tu pourrais avoir besoin d'aide un jour et si toi tu n'es pas prêt à la donner, pourquoi d'autres le feraient? ». Aminata mentionne aussi brièvement une idée similaire, tandis que Camille amène la notion de « rendre » dans un sens très général quand elle parle de sa motivation à faire du bénévolat. On pourrait également faire un lien avec le bénévolat de Noëlle qui, se faisant dans une coopérative de services, implique à la fois de recevoir et de donner, ce qui correspond à une motivation importante pour elle dans le choix de son engagement bénévole.

Le choix d'un bénévolat spécifique est aussi une façon pour les personnes qui s'y engagent d'exprimer l'importance qu'elles donnent à une situation donnée (Gagnon et Sévigny, 2000; Godbout et Caillé, 2000a). Cela se reflète effectivement chez la majorité des participantes dont le

choix de bénévolat reflète leurs principes, leurs valeurs ou un intérêt particulier, leur permettant autant de s'impliquer dans une situation qui leur tient à cœur afin d'agir en tant que personne engagée dans la société d'accueil que de tirer parti de ces activités pour répondre à leurs propres besoins. Godbout et Caillé (2000a) soulignent également l'importance de la notion de plaisir dans le bénévolat. C'est effectivement un élément qui ressort chez les participantes, moins en termes spécifiques dans leur discours que dans l'enthousiasme et la passion que démontrent une majorité d'entre elles lorsqu'elles parlent de leur bénévolat. De plus, Robichaud (2003) mentionne que le bénévolat peut permettre à ceux qui s'y engagent l'atteinte de certains objectifs personnels, par exemple l'utilisation ou le développement de compétences. Les objectifs d'ordre professionnel constituent un élément présent chez quelques-unes des participantes, mais sans être une motivation principale, leurs objectifs personnels à cet égard étant généralement d'un autre ordre, particulièrement en lien avec la création de liens sociaux.

5.4 L'engagement bénévole des participantes : entre situations personnelles et statistiques

Les résultats de l'Enquête sociale générale de Statistique Canada (2013) présentés dans le premier chapitre de ce mémoire avaient permis de faire ressortir certaines données concernant les raisons poussant les femmes immigrantes vivant au Québec à faire du bénévolat. Si on compare ces statistiques avec les résultats qui ressortent des entrevues avec les participantes de cette recherche, on peut remarquer certaines similarités, mais aussi plusieurs différences significatives. Selon les données de Statistique Canada, la volonté d'apporter leur contribution à la communauté était largement la raison la plus fréquente, étant partagée par plus de 90% des gens. On peut dire que cela correspond aux résultats de cette recherche puisqu'une grande majorité évoquait des raisons en lien avec cette idée, que ce soit avec cette formulation ou des variantes de celle-ci, en évoquant par exemple des notions telles que l'entraide et la solidarité. On peut voir également une relative similarité avec les données démontrant que le fait de se sentir personnellement touchée par une situation ou le désir de défendre une cause constituent des raisons assez importantes, touchant toutes deux entre 50% et 60% des répondantes, ce qui est relativement comparable aux résultats de cette étude. Ce type de raisons est en effet évoqué par une majorité de participantes, alors que quelques-unes avaient plutôt fait des choix de bénévolat en fonction d'intérêts ou d'opportunités sans avoir, tout au moins au départ, un lien de cette nature avec la situation concernée. Un autre élément similaire concerne les raisons religieuses. Les données de Statistique Canada démontrent en effet que celles-ci concernent un peu moins de 30% des femmes immigrantes s'engageant dans le bénévolat, chiffre minoritaire, mais néanmoins largement supérieur aux données pour les personnes non immigrantes. Les résultats de cette étude ont démontré une occurrence similaire puisque ces raisons étaient évoquées par trois des dix participantes. Les données concernant des raisons personnelles, liées par exemple à la santé et au bien-être, sont assez similaires entre cette recherche et les données de l'Enquête sociale générale, c'est-à-dire autour de 40%.

Là où on peut remarquer une différence significative, c'est au niveau de la récurrence des raisons liées aux liens sociaux. En effet, selon les données de l'Enquête sociale générale, ce type de raisons

concernaient moins de 40% des femmes immigrantes, données par ailleurs comparables à celles des femmes non immigrantes, alors qu'il s'agissait de la raison la plus importante chez les participantes de la présente étude. En effet, on peut remarquer des variantes de cette idée pour la grande majorité d'entre elles qui disent, par exemple, avoir décidé de faire du bénévolat pour briser leur isolement après leur arrivée au Québec, sortir, rencontrer des gens, se créer un réseau social et même possiblement se faire des amis. Le degré des attentes envers cet élément du bénévolat pouvait varier d'une participante à l'autre, mais cet aspect était néanmoins présent pour l'ensemble d'entre elles. Une autre distinction que l'on peut remarquer concerne le désir de mettre à profit ses compétences comme raison pour faire du bénévolat qui, selon les données de Statistique Canada, concernait une grande majorité de répondantes, tandis que celle-ci n'était évoquée que par quatre participantes de cette recherche. Par contre, les données montrant que moins de 20% des femmes immigrantes évoquaient comme raison l'espoir d'obtenir de meilleures perspectives d'emploi sont similaires à celles de cette recherche, puisque seules deux participantes évoquaient vraiment cette idée et sans qu'il s'agisse de leur raison principale.

5.5 Le bénévolat comme élément du parcours migratoire

Selon la théorie du parcours de vie exposée précédemment, la trajectoire individuelle des personnes est composée alternativement de périodes de transitions et de stades de vie, avec parfois un point tournant faisant significativement dévier leur parcours (Bronfenbrenner, 1999; Elder, 1998; Gherghel et Saint-Jacques, 2013). Dans le contexte de l'immigration, l'arrivée et les premiers temps représentent forcément une période de transition et on peut penser que la situation sera ensuite amenée à se stabiliser vers un nouveau stade dans la vie de la personne, ce qui semble être le cas pour la majorité des participantes qui se trouvent au Québec depuis un certain temps. Pour certaines personnes dont le parcours est plus mouvementé, on peut par contre remarquer des périodes de transition successives, alors que la vie de la personne peine à se stabiliser pendant un temps plus long, voire quelques années, ce qui entraîne un contexte de stress beaucoup plus important dans le parcours post-migratoire de la personne. Ça a notamment été le cas d'Angélique qui a vécu successivement plusieurs périodes de transition durant les premières années de son immigration, soit son arrivée au Québec, l'arrivée de son conjoint et leur tentative de vie commune, suivie par leur divorce et la période difficile qui s'en est suivie. Pour la plupart des participantes, c'est toutefois les premiers temps suivant l'arrivée qui ont représenté une période de transition particulièrement intense dans leur parcours de migration. Plusieurs d'entre elles mentionnent ainsi certaines difficultés vécues pendant cette période. La nécessité de trouver ses repères, de trouver un appartement et où faire ses achats, de se repérer dans la ville sont tous des exemples donnés par les participantes des défis auxquelles elles ont dû faire face pendant les jours suivant leur arrivée au Québec. Pour certaines, cette situation a été vécue avec plus de facilité, tandis que ça a été plus difficile pour d'autres, surtout celles qui étaient seules pour gérer cette situation. Camille, par exemple, se souvient avec acuité du moment où elle s'est retrouvée seule dans son nouvel appartement pour la première fois, extrait qui illustre par ailleurs très bien l'état d'esprit dans lequel certaines des participantes ont pu se retrouver à leur arrivée.

Et je suis restée... Je crois que je m'en rappellerai toute ma vie, toute seule sur mon lit, dans un pays où je ne connaissais personne, où je ne savais même pas où acheter à manger, où était l'université, rien du tout. Donc, non, non, c'était l'inconnu complet, là, c'était n'importe quoi! Tu sais, j'avais juste mes 23 kilos de bagages, j'étais dans un tout petit appartement en demi-sous-sol... (Camille)

Ce moment revient souvent dans son discours et pourrait possiblement être considéré comme un point tournant dans son parcours, le moment où elle a pris conscience de la réalité de la situation d'immigration et s'y est véritablement engagée. Sans qu'elles utilisent explicitement ce terme, on peut constater dans le discours de certaines autres participantes un moment ou une période qui pourrait possiblement être considérés comme des points tournants dans leur parcours post-migratoire. C'est le cas d'Angélique concernant la période difficile qu'elle a vécue suivant son divorce et qu'elle exprime comme étant une période dans laquelle elle a réévalué profondément sa vie et y a fait des changements importants qui ont persisté par la suite. On pourrait aussi voir un point tournant dans le parcours d'Aminata qui, alors qu'elle vivait un cumul d'obstacles de plus en plus importants dans les premières années après son immigration, a vécu un moment où elle a été stoppée au bord d'une tentative de suicide par une personne-ressource de l'université qu'elle fréquentait et dont l'aide lui a permis de sortir de cette situation et de reprendre progressivement le contrôle de sa vie dans un contexte plus positif. Par ailleurs, pour certaines participantes, le fait de commencer à faire du bénévolat semble avoir été un point tournant, particulièrement en ayant contribué à les sortir d'une période difficile. C'est par exemple être le cas pour Nora, pour qui le fait de commencer des activités de bénévolat semble avoir été l'élément qui lui a permis de sortir de l'état dépressif dans lequel elle se trouvait après le cumul de difficultés vécues durant ses plusieurs mois au Québec.

Dans le cadre de la théorie sur le parcours de vie, il est intéressant d'examiner le parcours des participantes afin de savoir si elles ont commencé à faire du bénévolat seulement dans le contexte post-migratoire et pour des raisons liées à l'immigration. À la lumière des entrevues réalisées auprès des participantes, on peut constater que c'est rarement le cas. En effet, la plupart des participantes avaient un parcours d'engagement de longue date, généralement depuis le début de l'âge adulte et parfois même dans le cadre d'une tradition familiale. Cet engagement a pu s'incarner de différentes façons et être plus ou moins présent selon les périodes de leur vie, mais était néanmoins présent avant leur immigration. Cet élément était d'ailleurs souligné par Vatz Laaroussi et al. (2012) qui, dans leur étude précédemment abordée sur les familles des femmes immigrantes multigénérationnelles, constataient que celles-ci avaient fréquemment une forme d'implication sociale en contexte post-migratoire qui était en continuité avec celle qu'elles avaient eu dans leur pays d'origine. Dans le cadre de la présente recherche, les seules exceptions à cet égard sont Mei et Caroline. Dans leurs cas, c'est le contexte post-migratoire qui les a amenées vers le choix de faire du bénévolat pour la première fois. Ainsi, Mei avait commencé à faire du bénévolat avant son arrivée au Québec, lors des migrations précédentes de sa famille et avait donc pris cette habitude de faire du bénévolat en contexte migratoire, tandis que Caroline a vécu sa première véritable expérience de bénévolat au Québec, y trouvant des réponses à certaines difficultés vécues après son arrivée, particulièrement au niveau de l'isolement social.

Il y a donc deux cas de figure possibles chez les personnes rencontrées : le bénévolat peut s'inscrire dans la continuité du parcours de vie et d'engagement de la personne, ce qui est le cas en général, ou dans le cadre d'une rupture provoquée par le contexte d'immigration. Par contre, même dans les cas où il s'inscrit dans une continuité d'engagement, la nature du bénévolat peut changer après l'immigration, par exemple par rapport aux liens avec les personnes pour lesquelles on s'implique. C'est par exemple le cas d'Aminata qui a commencé à faire un bénévolat formel envers des inconnus tel qu'on l'entend ici plutôt qu'une implication dans un réseau d'entraide communautaire « naturel » qui constituait son engagement dans son pays d'origine. La nature des activités bénévoles peut également changer, la migration ayant éveillé un intérêt particulier pour un type spécifique de bénévolat. C'est notamment le cas de Camille qui a trouvé dans ce contexte une passion pour l'implication auprès d'étudiants étrangers, après avoir vécu elle-même cette expérience. Le bénévolat avait toujours fait partie de sa vie, mais il s'agissait auparavant d'une activité qu'elle faisait en parallèle de sa vie privée en fonction de ses intérêts, tandis que son bénévolat avec les étudiants étrangers représente beaucoup plus pour elle, l'amenant à s'investir de façon beaucoup plus personnelle et elle perçoit donc cette activité comme quelque chose de différent. Elle avait fait après son arrivée au Québec un bénévolat plus semblable à ce qu'elle faisait auparavant, qu'elle a éventuellement arrêté et elle exprime que cet arrêt représentait pour elle en quelque sorte la fermeture d'un chapitre de sa vie. On peut donc penser que son bénévolat actuel représente une nouvelle étape de sa vie, après une transition où elle cumulait les deux types de bénévolat. Au contexte d'immigration peut par ailleurs s'ajouter d'autres facteurs provoquant des changements dans le type d'engagement de la personne, par exemple le fait que des intérêts se précisent en vieillissant et que la personne peut donc vouloir se concentrer sur un projet qui lui tient à cœur plutôt que de faire différents types de bénévolat plus indiscriminés. C'est le cas de Noëlle qui avait toujours fait de nombreux bénévolats au gré de certains intérêts et opportunités, mais dont la vision du bénévolat a évolué depuis son arrivée ici en faveur d'une implication dans une coopérative de services qui répond à ses besoins plutôt que de l'aide à des personnes par rapport à un problème qui ne la concerne pas directement. Dans ce cas, les éléments propres au contexte migratoire ne semblent pas déterminants dans ce changement, qui correspond plus à un changement de sa pensée et de ses priorités dans le cadre de son parcours personnel.

5.6 Le potentiel de développement humain du bénévolat en contexte post-migratoire

Le modèle écologique de développement humain développé par Urie Bronfenbrenner permet de comprendre le développement d'une personne en fonction de ses liens avec son environnement et les différents niveaux de systèmes qui le composent. Dans le cas des participantes de l'étude, leurs milieux de bénévolat correspondent à un microsystème, soit à un milieu de l'environnement immédiat au sein duquel elles réalisent des activités, tiennent certains rôles et établissent des relations interpersonnelles (Bronfenbrenner, 1979). Selon Bronfenbrenner (1999), les interactions d'une personne avec un microsystème donné doivent se faire sur une période assez longue pour pouvoir être significatives et avoir un potentiel réel de développement. Toutefois, la « transition écologique », soit l'entrée de la personne dans un nouveau milieu, peut constituer un

moment important dans son développement (Bronfenbrenner, 1979). On retrouve en effet cette réalité chez certaines des participantes pour qui le fait de commencer à faire du bénévolat a été un événement marquant de leur développement. Nora, par exemple, ne faisait du bénévolat que depuis quelques mois, mais considérait néanmoins cette expérience comme très importante, ayant eu un impact significatif sur son parcours en raison des changements et effets bénéfiques que cette décision avait eus sur sa vie. Un développement humain significatif peut donc dans certains cas se faire sur une période plus courte, par exemple si l'entrée dans un nouveau milieu et l'importance des interactions avec celui-ci dans la période qui suit constituent un point tournant dans le parcours de la personne.

Le mésosystème concerne les interactions entre les microsystèmes d'une personne, par exemple la façon dont l'implication dans un milieu de vie influence les autres sphères de sa vie. Selon Bronfenbrenner (1979), le potentiel de développement humain du mésosystème dépend donc non seulement des interactions d'une personne au sein des différents milieux qu'elle fréquente, mais également des interactions entre ceux-ci. Le fait qu'il y ait des liens entre les différents milieux de vie d'une personne ainsi que la qualité et la quantité de ces liens influencera donc ce potentiel de développement. On retrouve à cet égard plusieurs éléments intéressants dans les expériences racontées par les participantes de la recherche. La situation de Camille, par exemple, est intéressante au niveau du potentiel de développement du mésosystème parce qu'il existe des relations très fortes entre le microsystème de son bénévolat auprès des étudiants étrangers et celui de sa vie privée. En effet, les étudiants étrangers auprès desquels elle fait du bénévolat deviennent fréquemment des amis et forment même l'essentiel de sa vie sociale actuelle. En effet, la majorité du réseau social informel qu'elle a créé au Québec est issu des relations créées dans le cadre de son bénévolat. En plus de cet aspect propre au mésosystème, la nature de ces relations est aussi un facteur de développement. En effet, Camille affirme que, particulièrement en raison de l'aspect multiculturel du réseau d'amis qu'elle s'est créé grâce à son bénévolat, ces amitiés l'ont amenée à évoluer de façon positive comme personne, particulièrement par rapport à son ouverture envers les autres cultures. À ce sujet, Bronfenbrenner (1979) mentionne d'ailleurs que la variété des cultures (entendues par ailleurs au sens large) avec lesquelles une personne entre en contact est effectivement un facteur influençant positivement le développement humain.

D'autres participantes évoquent un lien très fort au niveau des relations interpersonnelles entre leur milieu de bénévolat et leur vie privée. Tout comme Camille, Caroline a en effet créé la majorité de son réseau amical grâce à son bénévolat. Dans son cas, il ne s'agit pas de personnes auprès de qui elle était bénévole, mais plutôt de personnes qu'elle y a côtoyées et qui s'impliquent comme elle dans l'organisme où elle œuvre. Leila a également créé une partie significative de son réseau social par le biais de son bénévolat en développant des relations avec des personnes rencontrées dans le cadre de ces activités. Dans son cas, les interactions au niveau de son mésosystème sont encore plus fortes parce qu'elle fréquente de plusieurs façons les lieux où elle fait son bénévolat, qui correspondent donc à plusieurs sphères de sa vie et elle est ainsi amenée à occuper au sein de ceux-ci une variété de rôles. En effet, l'un de ses milieux de bénévolat est l'école de ses enfants. Elle y tient donc à la fois le rôle de parent d'élèves et celui de bénévole, en

plus d'y avoir créé des liens sociaux significatifs. Elle y a de plus occupé un emploi pendant un certain temps. Ce milieu concerne donc à la fois la sphère de sa vie sociale, personnelle et professionnelle. Cette réalité concerne également son autre milieu de bénévolat qui est aussi l'institution religieuse qu'elle fréquente et où elle tient donc à la fois le rôle de bénévole, avec de plus la réalisation d'une diversité d'activités dans ce cadre, et d'une personne y pratiquant sa religion. C'est aussi le cas d'Angélique et de Mary, qui font également du bénévolat dans les institutions religieuses qu'elles fréquentent, y tenant aussi un double rôle, impliquant ainsi tant la sphère sociale que spirituelle de leur vie. Si Angélique n'y a pas créé de relations d'amitié impliquant sa sphère personnelle, c'est le cas de Mary pour qui ce milieu et les différents rôles qu'elle y tient ont beaucoup influencé la création de son réseau social. Dans un autre type de milieu, c'est aussi le cas pour Noëlle, qui fréquente quant à elle son milieu de bénévolat également dans un cadre social et de loisirs et y a créé une bonne partie de son réseau d'amis.

Certaines participantes ont, par contre, des liens très faibles au niveau du mésosystème impliquant le microsystème de leur bénévolat. C'est par exemple le cas de Mei et Aminata chez qui on ne remarque pas d'autres contacts avec le milieu que celui impliquant leurs activités bénévoles, ni de liens sociaux qui traversent vers leur vie privée. Il ne semble donc pas y avoir eu d'interaction entre leurs milieux de bénévolat et les autres sphères de leur vie. Cela ne veut pas dire que leur bénévolat n'a pas eu d'impacts sur leur développement, mais le potentiel de celui-ci à cet égard est néanmoins plus faible que pour d'autres participantes. Aminata, par exemple, exprime une insatisfaction à cet égard parce qu'elle aurait espéré un plus grand impact du bénévolat sur sa vie personnelle et sociale, par exemple par la création de liens sociaux significatifs.

Il est aussi important de considérer le fait que le développement des participantes à l'égard de leur bénévolat s'inscrit dans un contexte post-migratoire qui implique lui-même un très fort potentiel de développement humain. L'immigration pourrait en effet être considérée comme une version extrême de la transition écologique. Beaucoup plus que l'entrée dans un nouveau milieu de type microsystème, il s'agit en effet de l'entrée dans un environnement vraiment inconnu (ou peu connu) qui comportera un ensemble de nouveaux systèmes. Il s'agit pour la personne de s'insérer plus ou moins progressivement dans un ensemble de nouveaux microsystèmes dans le contexte d'une culture différente, avec de nouveaux rôles, activités et liens interpersonnels ainsi que de tisser de toute pièce un nouveau mésosystème à partir de ceux-ci. La personne aura en plus à entrer en contact et à comprendre un nouvel exosystème, soit une organisation sociale et un ensemble d'institutions qui ne lui sont pas familières et avec lesquelles elle devra apprendre à composer. Plusieurs participantes mentionnent à ce sujet la difficulté d'accéder à certaines informations et de comprendre le fonctionnement de certains éléments du système afin de pouvoir bénéficier pleinement des ressources disponibles. Mei et Nora, par exemple, mentionnent toutes deux avoir eu des difficultés à comprendre le fonctionnement du système de santé québécois et la façon d'y avoir accès, ce qui a pu leur poser problème à certains moments. Aminata a pour sa part eu à s'informer auprès de plusieurs sources afin de comprendre à quel niveau d'éducation elle pouvait avoir accès en fonction de la reconnaissance de la scolarité faite dans son pays d'origine. En immigrant au Québec, les participantes sont aussi entrées en contact

avec un macrosystème pouvant être différent à plusieurs égards de celui dans lequel elles ont vécu auparavant. Elles doivent donc comprendre le contexte particulier de la société québécoise ainsi que la culture, les croyances et la mentalité qui lui sont propres. Cet aspect peut parfois être difficile parce qu'il n'existe évidemment pas de manuel pour accéder à cette connaissance et celle-ci se fait surtout avec l'expérience et la création de liens sociaux. L'adaptation à un nouveau macrosystème comporte des dimensions intangibles, mais peut également s'incarner dans des éléments du quotidien. Camille, par exemple, parle de sa difficulté à comprendre la façon dont fonctionnent les relations sociales au Québec, que ce soit les relations en milieu de travail, les relations en contexte social informel ou la conception des relations hommes-femmes. Elle a ainsi vécu plusieurs situations sociales où elle se sentait inconfortable, ne sachant pas vraiment comment se comporter, alors que ce type d'interactions est considéré comme naturel par les membres de la société d'accueil. Un autre élément du macrosystème auquel sont confrontées les participantes est le discours social et les différentes idées qui circulent concernant l'immigration. Que ce soit les débats sociaux, les préjugés véhiculés, les différentes visions de la diversité et de l'intégration qui peuvent circuler dans la société (et souvent s'opposer) ou les perceptions que les gens ont envers les immigrants, les participantes de cette recherche sont constamment confrontées à des éléments du macrosystème qui les interpellent particulièrement en tant que personnes immigrantes.

Il faut par ailleurs noter l'importance de l'ontosystème dans le parcours des participantes et dans leurs interactions avec leur environnement. En effet, même si la majorité des participantes sont arrivées au Québec pendant la même période et qu'il y a des similarités dans le profil de plusieurs d'entre elles, chacune d'elles interagit avec son nouvel environnement et les différents niveaux de système de manière différente, en fonction des circonstances bien sûr, mais aussi beaucoup en fonction de ses caractéristiques individuelles. Selon Bronfenbrenner et Morris (2006, cités par Drapeau, 2008), certaines caractéristiques sont liées à des stimuli sociaux qui influencent les réactions des personnes envers d'autres. Des participantes qui appartiennent à des minorités visibles ou portent un signe religieux peuvent ainsi voir ces éléments influencer les expériences qu'elles ont dans leurs interactions sociales. Un autre élément pouvant entrer dans cette catégorie qui est souvent mentionné par les participantes est celui de l'accent étranger, que beaucoup estiment avoir un impact significatif dans leurs interactions et la perception que les gens peuvent avoir d'elles. Un autre type de caractéristiques propre à l'ontosystème concerne les habiletés, connaissances et expériences que les participantes peuvent mobiliser dans leur processus d'intégration dans la société d'accueil. Que ce soit des habiletés professionnelles, la maîtrise de la langue, des expériences migratoires précédentes ou leurs expériences de bénévolat prémigratoire, de nombreux éléments de leur vie ont pu jouer un rôle dans la façon dont les participantes ont vécu leur adaptation au nouvel environnement que représente la société d'accueil. Finalement, il ne faut pas oublier que les caractéristiques liées à la personnalité de chacune d'elles entrent également en ligne de compte. En contexte d'immigration comme dans l'ensemble des situations sociales, les dispositions individuelles de chaque personne viennent influencer le choix des milieux qu'elles fréquentent et les interactions qu'elles y créent.

5.7 Limites de l'étude

La recherche présentée dans le cadre de ce mémoire présente certaines limites qu'il est important de considérer. Une première limite concerne la taille de l'échantillon, celui-ci étant de très petite taille, soit dix participantes, ce qui ne permet pas une généralisation des données ou même leur transférabilité à un autre groupe de participantes. Cette possibilité ne correspondait pas à l'objectif de la recherche, la taille de l'échantillon étant conforme aux standards pour un mémoire de maîtrise, mais cela impose néanmoins de traiter ces résultats avec prudence, en gardant en tête qu'il s'agit ici d'une étude exploratoire et qu'une connaissance en profondeur du sujet demanderait des recherches plus poussées. Une autre limite concerne les conséquences des difficultés de recrutement qui ont été rencontrées dans la réalisation de cette recherche. Un nombre très restreint de participantes ayant pu être recrutées, cela laissait peu de place à la possibilité de faire des choix quant aux personnes qui participeraient à la recherche, ce qui a affecté la diversification de l'échantillon et des profils représentés. Certaines régions d'origine ne sont ainsi pas représentées dans l'échantillon, en particulier l'Amérique latine qui représente pourtant une région d'origine importante de l'immigration dans la région de Québec. De même, la catégorie d'immigration des réfugiés y est également absente, malgré le fait qu'elle ait une présence significative dans le portrait de l'immigration de la région. Il y a également une similarité dans le profil des participantes au niveau socio-économique puisque toutes possèdent une formation universitaire et la majorité d'entre elles ont un diplôme reconnu au Québec et travaillent actuellement dans leur domaine, ce qui peut être dû en bonne partie au fait que la liste de diffusion de l'université ait été le moyen de recrutement le plus efficace, favorisant un certain profil de participantes.

D'autres limites d'ordre méthodologique concernent la technique utilisée pour la collecte des données ainsi que le traitement de celles-ci. La technique choisie afin de collecter les données était l'entrevue semi-dirigée, qui se faisait à l'aide d'un guide d'entrevue. Ce type d'outil a l'avantage d'être souple et de pouvoir s'adapter à chacune des participantes en fonction des réponses données lors des entrevues et de la dynamique unique de chacune d'entre elles, mais introduit par contre une variation dans les questions. Les questions auxquelles les participantes ont été amenées à répondre ont donc différé dans une certaine mesure, amenant ainsi parfois une difficulté de bien comparer les données issues de différentes entrevues. De plus, la codification introduit une certaine part de subjectivité dans le regroupement et l'interprétation des réponses, l'analyse de données qualitatives selon cette méthode impliquant nécessairement l'application du point de vue du chercheur qui ne peut être exempt de tout biais. Ce processus de codification ainsi que le fait de devoir synthétiser ces données afin de les présenter sous forme de résultats intelligibles pour le lecteur peut également avoir un effet réducteur quant à la complexité des discours des participantes.

Finalement, certaines limites de la recherche concernent ma position en tant que chercheuse dans le cadre de cette étude. Ayant peu d'expérience de terrain, je possédais peu de connaissances de la réalité dont il est question dans cette recherche, en dehors de connaissances issues de savoir académique et de certains liens sociaux dans ma vie personnelle. Cette réalité

représente une limite particulièrement dans le cadre d'une recherche d'inspiration constructiviste puisque ce type de recherche se fait souvent davantage en lien avec les expériences personnelles ou professionnelles du chercheur, à partir d'un problème concret constaté sur le terrain, par exemple. De plus, il est important de mentionner que cette recherche est faite à partir de ma position comme femme non immigrante, éduquée et privilégiée à plusieurs égards, faisant partie de la majorité dans le contexte de la société d'accueil dans laquelle s'insèrent les participantes rencontrées. Bien que j'aie tenté d'établir un climat de confiance et de non-jugement lors de chaque entrevue, il est néanmoins possible que cette position ait pu influencer dans certains cas les réponses des participantes, qui peuvent par exemple avoir atténué des propos critiques afin de ne pas choquer ou déplaire. De plus, je ne partage pas leur expérience et ma compréhension de leur point de vue et de leur expérience ne peut de ce fait qu'être vécue que de l'extérieur. Bien que ce mémoire tente de remédier en partie à cette difficulté en donnant une grande place à leurs propos afin de valoriser leur parole, mon analyse de ceux-ci restera forcément influencée dans une certaine mesure par mon parcours personnel qui diffère beaucoup du leur.

CONCLUSION

Au Québec comme dans l'ensemble du Canada, les politiques d'immigration mises en place dans les dernières décennies ont favorisé le recrutement actif d'immigrants et la venue d'une population de plus en plus diversifiée, en provenance de l'ensemble des régions du monde, ce qui amène bien sûr des changements dans le portrait de la société actuelle. Aux catégories traditionnelles d'immigration sont également venues s'ajouter dans les dernières années de nouvelles voies vers l'immigration avec l'accueil croissant de résidents non permanents tels que les travailleurs temporaires et les étudiants étrangers, dont un certain nombre seront amenés à s'établir ici à long terme. Bien que les politiques actuelles se veuillent basées sur la non-discrimination et l'intégration des immigrants, celle-ci ne se fait souvent pas sans heurts. Les nouveaux arrivants sont ainsi confrontés à un certain nombre de difficultés dans leur parcours post-migratoire, alors qu'ils essaient de reconstruire leur vie au sein de la société d'accueil. Cette réalité est encore plus marquée pour les femmes immigrantes, qui représentent aujourd'hui la moitié de l'ensemble des immigrants. Que ce soit au niveau de la déqualification professionnelle ou des préjugés et stéréotypes, par exemple, celles-ci vivent souvent de façon accrue les difficultés vécues par l'ensemble des immigrants et se retrouvent bien souvent confrontées à un cumul d'obstacles du fait d'être à la fois femmes et immigrantes. Si les difficultés vécues sont importantes, elles peuvent néanmoins mettre en œuvre des stratégies actives afin d'y faire face et de tenter d'améliorer leur vie au Québec. Ces stratégies peuvent être liées à l'intégration professionnelle, mais peuvent également concerner d'autres sphères de leur vie. À cet égard, des stratégies en lien avec l'implication sociale sont ainsi utilisées par certaines d'entre elles et on peut constater dans les écrits sur le sujet un lien important entre ces stratégies et l'intégration pour les femmes concernées. Il s'agit donc d'un sujet qu'il est pertinent d'explorer davantage.

Le bénévolat constitue ainsi une forme spécifique d'implication sociale qui peut représenter une stratégie d'intégration pour certaines femmes immigrantes. C'est ce sujet qui a ainsi constitué l'objet de cette recherche. Par ailleurs, si l'immigration au Québec est encore concentrée de façon importante dans la région de Montréal, la ville de Québec a vu une augmentation importante de l'immigration sur son territoire dans les dernières années, amenant une diversification du portrait démographique de la région. Il était donc pertinent de réaliser cette étude dans le contexte spécifique de la ville de Québec. L'objectif de la recherche était donc de comprendre la perception qu'avaient les femmes immigrantes ayant participé à l'étude du rôle que leurs pratiques de bénévolat avaient joué dans leur parcours d'intégration à Québec.

Cette étude était de nature exploratoire et s'inscrivait dans le paradigme constructiviste, s'intéressant à la pratique sociale que constitue le bénévolat ainsi qu'aux logiques d'actions des personnes concernées et aux significations que celles-ci leur donnent. Dans cette optique, c'est l'approche qualitative qui a été privilégiée, permettant une richesse et une profondeur dans les données, en allant chercher le point de vue des femmes faisant l'objet de l'étude. Des entrevues individuelles semi-structurées ont donc été réalisées auprès de femmes immigrantes récentes ayant fait du bénévolat de façon significative dans les années suivant leur arrivée au Québec. Onze femmes ont été rencontrées et dix ont été retenues pour constituer l'échantillon de la recherche.

En lien avec les objectifs de la recherche, les sujets principaux abordés avec elles lors de ces rencontres étaient leur parcours de migration, leur perception et expérience liées à l'intégration, leurs pratiques de bénévolat, les motivations qui les ont poussées à s'y engager ainsi que les impacts que cela a eus sur leur vie en contexte post-migratoire. Cette recherche s'articulait donc autour de deux concepts principaux, soit l'intégration et le bénévolat. De plus, la théorie du parcours de vie ainsi que le modèle écologique de développement humain ont guidé la démarche de recherche. Ce cadre théorique a permis, d'une part, d'appréhender les pratiques de bénévolat des participantes de l'étude dans le contexte de leur parcours de vie et plus spécifiquement de leur parcours d'engagement et, d'autre part, de se pencher sur les interactions vécues avec leur milieu de bénévolat ainsi que les impacts que celui-ci a eus sur les autres sphères de leur vie.

L'analyse et la discussion des résultats obtenus grâce aux entrevues ont permis d'en arriver à certains constats en lien avec les objectifs de la recherche. Tout d'abord, on peut constater que les participantes avaient souvent du mal à bien définir ce que voulait dire l'intégration pour elles et la perception de ce sujet pouvait être très différente d'une participante à l'autre. La vision de l'intégration de chacune pouvait également avoir une influence sur la façon dont elles vivaient leur intégration personnelle, selon les attentes qu'elles avaient par rapport à celle-ci. Plusieurs facteurs influençant l'intégration sont mentionnés par les participantes, que ce soit des éléments facilitateurs ou des difficultés qu'elles ont vécues. Certains éléments à cet égard étaient particulièrement importants. Le fait de se sentir perçues comme étrangères ou au contraire l'impression d'être considérées par les membres de la société d'accueil comme faisant partie de celle-ci et être traitées de la même façon constituait ainsi un facteur très important. Les liens sociaux créés depuis leur immigration constituaient un autre élément central à l'intégration et leur sentiment d'intégration pouvait beaucoup dépendre de ceux-ci. Il est par ailleurs important de mentionner que, bien que plusieurs des participantes aient vécu dans leurs parcours divers obstacles mentionnés dans les études sur les femmes immigrantes présentées dans la problématique de recherche, leur profil socio-économique faisait en sorte que ces difficultés étaient moins présentes qu'au niveau empirique, la majorité d'entre elles ayant par exemple un diplôme universitaire reconnu au Québec et un emploi dans leur domaine, ce qui influence bien sûr l'ensemble des résultats de la recherche.

Par ailleurs, les résultats montrent que l'engagement bénévole des participantes s'inscrit en général dans la continuité de leur parcours de vie, la grande majorité d'entre elles ayant fait du bénévolat de façon significative avant leur arrivée au Québec. Toutefois, on peut remarquer chez plusieurs d'entre elles des changements dans le type d'activités réalisés, le contexte de migration ayant pu les amener vers d'autres intérêts ou d'autres types d'engagements. On retrouve aussi cet aspect concernant leurs motivations à s'engager dans le bénévolat. En effet, celles-ci ayant en général un parcours d'engagement social de longue date, leurs motivations sont en bonne partie liées à leurs principes et leurs valeurs, mais de nouvelles motivations ont également émergées en contexte post-migratoire. En effet, une motivation centrale pour la grande majorité des participantes était liée à la création de liens sociaux. Dans un contexte où elles se retrouvent isolées et coupées de leur réseau social prémigratoire, elles ont utilisé le bénévolat, une activité qui leur était en général déjà familière, afin de sortir de l'isolement, voire de se recréer un réseau

social au Québec dans plusieurs cas. Il s'agissait aussi pour plusieurs d'entre elles d'un moyen de mieux connaître et comprendre la société d'accueil afin de mieux s'y intégrer. On peut donc constater que le bénévolat a constitué un moyen pour plusieurs d'entre elles de composer avec la période de transition importante que représente l'immigration, alors qu'elles tentaient de trouver leurs repères et de reconstruire leur vie au Québec.

Finalement, de nombreux éléments ont pu être constatés chez les participantes concernant les impacts que le bénévolat a eus sur leur parcours d'intégration au Québec. Ceux-ci sont décrits comme étant très positifs et peuvent toucher plusieurs sphères de la vie des participantes. Les impacts du bénévolat se sont particulièrement fait sentir sur leur vie sociale puisque la majorité d'entre elles y ont créé des relations positives et significatives. Le bénévolat semble également avoir eu un effet important sur leur intégration culturelle en leur permettant de se familiariser avec plusieurs aspects de la société québécoise ainsi que d'y trouver une certaine place. Seule une minorité de participantes ont constaté des répercussions de leurs activités bénévoles sur leur vie professionnelle, mais en raison de leur profil socio-économique, peu d'entre elles avaient ce type d'objectifs en s'y engageant. Par ailleurs, à la lumière du modèle écologique de développement humain, on peut remarquer que le mésosystème est très important concernant le potentiel de développement du bénévolat dans l'environnement post-migratoire. En effet, les participantes qui avaient vu s'établir des interactions entre leur milieu de bénévolat et les autres sphères de leur vie semblent souvent être celles pour qui les impacts de celui-ci ont été les plus importants, que ce soit en fréquentant ce milieu de diverses façons en plus d'y faire du bénévolat ou par la création, à travers les liens sociaux qu'elles y ont formés, de véritables amitiés contribuant à la recreation d'un réseau social personnel au sein de la société d'accueil.

Cette recherche est bien sûr de nature exploratoire et circonscrite à un très petit échantillon, il serait donc hasardeux de tenter de transférer les données à un autre contexte, mais cette recherche pourrait néanmoins amener quelques pistes de réflexion intéressantes pour la recherche et l'intervention en contexte interculturel. Au niveau de la recherche, si les obstacles et difficultés liés à l'intégration des immigrants sont assez bien documentés, c'est beaucoup moins le cas pour les stratégies utilisées par les immigrants pour les surmonter, particulièrement lorsqu'il s'agit de stratégies qui ne concernent pas directement l'intégration professionnelle. Il pourrait donc être intéressant d'explorer davantage ce type de stratégies basées sur l'implication sociale, en mettant l'accent sur la capacité d'agir et l'agentivité des personnes immigrantes. Concernant l'intervention, il est intéressant de constater les impacts largement positifs et diversifiés que les participantes expriment concernant l'influence que le bénévolat a eue sur leur intégration. Le bénévolat n'est bien sûr pas une stratégie adaptée pour tous les immigrants, mais on peut penser qu'une plus grande valorisation de projets basés sur l'implication sociale et le lien communautaire, misant sur la capacité d'agir des personnes immigrantes, pourrait être une voie intéressante afin d'aider ceux-ci à surmonter les difficultés vécues et à réaliser leur projet migratoire d'une façon qui soit vécue comme étant positive.

BIBLIOGRAPHIE

- Andrew, C. (2010). Récit d'une recherche-action : la participation et le passage de frontières de femmes immigrantes à la Ville d'Ottawa, *Sociologie et sociétés*, 42(1), 227-243.
- Beaud, J.P. (2003). L'échantillonnage. Dans B. Gauthier (dir.) *Recherche sociale – De la problématique à la collecte des données* (4e éd.), (p. 211-242). Québec : Presse de l'Université du Québec.
- Bégin, K. (2009). *Établissement des travailleurs immigrants sélectionnés au Québec : mobilité professionnelle et présence en emploi qualifié au cours des premières années suivant l'arrivée*. [Thèse de doctorat]. Université de Montréal.
- Behiels, M. (1991). *Le Québec et la question de l'immigration : de l'ethnocentrisme au pluralisme ethnique, 1900-1985*. Ottawa : Société historique du Canada.
- Bellego, O., Caire, G. et Jamot-Robert, C. (2005). *Dictionnaire des questions sociales : l'outil indispensable pour comprendre les enjeux sociaux*. Paris : L'Harmattan.
- Bernard, M.C. (2014). Circulation des savoirs, mobilité internationale et études supérieures. Récit de la mise en place d'une voie favorisant l'insertion universitaire en milieu francophone nord-américain. *Globe*, 17(2), 93-115.
- Bordeleau, S. (2019, 7 mai). La laïcité au Québec, une histoire en quête d'un dénouement. *Radio-Canada*. <https://ici.radio-canada.ca/nouvelle/1168243/laicite-quebec-accommodements-raisonnables-commission-bouchard-taylor-charte-valeurs-projets-loi>
- Boyd, M. et Vickers, M. (2000). 100 years of immigration in Canada. *Canadian Social Trends*, Statistics Canada – Catalogue no 11-008.
- Bronfenbrenner, U. (1979), *The Ecology of Human Development, Experiments by Nature and Design*. Cambridge : Harvard University Press.
- Bronfenbrenner, U. (1986). Ecology of the Family as a Context for Human Development : Research Perspectives, *Developmental Psychology*, 22(6), 723-742.
- Bronfenbrenner, U. (1999). Environments in developmental perspective: Theoretical and operational models. Dans Friedman, S.L. et Wachs, T.D. (dir.), *Measuring environment across the life span: Emerging methods and concepts*, (p. 3-28). Washington: American Psychological Association.
- Cardu, H. et Sanschagrin, M. (2002). Les femmes et la migration : les représentations identitaires et les stratégies devant les obstacles à l'insertion socioprofessionnelle à Québec, *Recherches féministes*, 15(2), 87-122.
- Castles, S., Korac, M., Vasta, E. et S. Vertovec. Avec la participation de Hansing, K., Moore, F., Newcombe, E., Rix, L. et S. Yu. (2002). *Integration : Mapping the field*. Report of a Project carried out by the University of Oxford Centre for Migration and Policy Research and Refugee Studies Centre contracted by the Home Office Immigration Research and Statistics Service (IRSS).
- Chamberland, M. et Le Bossé, Y. (2014). Des pratiques propices au vivre-ensemble avec des femmes immigrantes au sein d'organisations communautaires, *Service social*, 60(1), 100-118.
- Chicha, M.-T. et Charest, É. (2013). *Le Québec et les programmes d'accès à l'égalité : Un rendez-vous manqué? Analyse critique de l'évolution des programmes d'accès à l'égalité depuis 1985*. Centre d'études ethniques des universités montréalaises.

- Commission des droits de la personne et des droits de la jeunesse (CDPDJ). (2018). *L'accès à l'égalité en emploi* [en ligne]. <http://www.cdpedj.qc.ca/fr/droits-de-la-personne/vos-droits-au-quebec/Pages/egalite-emploi.aspx>
- Côté-Giguère, C. (2015). *Parcours et voix de femmes : intégration et réseaux sociaux chez des immigrantes à Québec*. [Mémoire de maîtrise, Université Laval]. <http://hdl.handle.net/20.500.11794/25539>
- Cousineau, J.-M. et Boudarbat, B. (2009). La situation économique des immigrants au Québec. *Relations industrielles*, 64(2), 230-249.
- Deslauriers, J.P. et Kérisit, M. (1997) Le devis de recherche qualitatif. Dans Poupart, Deslauriers, Groulx, Laperrière, Mayer, Pires (dir.) [Groupe de recherche interdisciplinaire sur les méthodes qualitatives], *La recherche qualitative, Enjeux épistémologiques et méthodologiques*, (p. 85-111), Montréal : Gaëtan Morin Éditeur.
- Drapeau, S. (2008). L'approche bioécologique du développement humain. Dans Tarabulsky, G.M., Provost, M.A., Drapeau, S. et Rochette, É. (dir.), *L'évaluation psychosociale auprès de familles vulnérables*, (p. 11-32). Québec : Presses de l'Université du Québec.
- Drolet, M. et Mohamoud, H. (2010). Dépasser une double invalidation : la lutte contre l'exclusion sociale des jeunes femmes immigrantes et de leur communauté, *Reflets : revue d'intervention sociale et communautaire*, 16(2), 90-117.
- Elder, G.H. (1998). The Life Course as Developmental Theory, *Child Development*, 69(1), 1-12.
- Favreau, L. (2012). Mouvement communautaire et développement des territoires aujourd'hui au Québec : essai d'analyse politique. Dans Guilbert, L. (dir.) avec Doyon-Gosselin, B., Pâquet, M., Pastinelli, M. et Pilote, A. (coll.), *Mouvements associatifs dans la francophonie nord-américaine*, (p. 13-43). Québec : Les Presses de l'Université Laval.
- Fortin, S. (2000). *Pour en finir avec l'intégration....* [Document de travail]. Groupe de recherche ethnicité et société. Centre d'études ethniques. Université de Montréal [en ligne]. <https://depot.erudit.org/id/000937dd>
- Gagnon, É. et Sévigny, A. (2000). Permanence et mutations du monde bénévole. *Recherches sociographiques*, 41(3), 529-544.
- Gagnon, V. (2018). Être étudiant d'origine étrangère en région au Québec. *Journal of International Mobility*, 1(6), 119-133.
- Garneau, S. et Bouchard, C. (2013). Les légitimations complexes de l'internationalisation de l'enseignement supérieur : le cas de la mobilité des étudiants maghrébins en France et au Québec. *Cahiers québécois de démographie*, 42(2), 201-239.
- Gastaut, Y. (2009). La diversité culturelle au Québec : enjeux identitaires d'une histoire complexe au XX^e siècle. *Migrance*, 34(2), 5-27.
- Gaudet, S. et Reed, P. (2004). Responsabilité, don et bénévolat au cours de la vie, *Lien social et Politiques*, 51, 59-67.
- Gaudet, S. et Turcotte, M. (2013). Sommes-nous égaux devant l'"injonction" à participer? Analyse des ressources et des opportunités au cours de la vie, *Sociologie et sociétés*, 45(1), 117-145.

- Gauthier, C., Lacroix, M., Liguori, M., Martinez, E. et Nguyen Ngoc, K. (2010). L'intégration, à la jonction du discours normatif et de l'expérience vécue : des demandeurs d'asile s'expriment, *Service social*, 56(1), 15-29.
- Gherghel, A. et Saint-Jacques, M.C. (coll.) (2013). *La théorie du parcours de vie. Une approche interdisciplinaire dans l'étude des familles*. Québec : Presses de l'Université Laval.
- Giroux, I. (2011). *Les parcours d'insertion professionnelle des femmes immigrantes qualifiées à Québec : leurs perceptions de leur réalité*. [Mémoire de maîtrise, Université Laval]. <http://hdl.handle.net/20.500.11794/22475>
- Godbout, J.T. et A. Caillé (collab.). (2000a). *L'esprit du don*. Paris : La Découverte.
- Godbout, J.T. (2000b) *Le don, la dette et l'identité*. Montréal : Boréal.
- Godbout, J.T. (2002). Le bénévolat n'est pas un produit, *Nouvelles pratiques sociales*, 15(2), 42-52.
- Gohard-Radenkovic, A. (2013). Politiques de rétention au Canada : écarts entre logiques des acteurs de l'institution et logiques des étudiants étrangers en situation de transition?. Dans Hauser, C., Milani, P., Pâquet, M. et D. Skenderovic (dir.), *Sociétés de migration en débat. Québec-Canada-Suisse : approches comparées* (p. 97-111), Québec : Les Presses de l'Université Laval.
- Gouvernement du Canada. Conseil de recherches en sciences humaines du Canada, Conseil de recherches en sciences naturelles et en génie du Canada, Instituts de recherche en santé du Canada. (2014). *Énoncé de politique des trois Conseils : Éthique de la recherche avec des êtres humains* [en ligne]. https://www.cerul.ulaval.ca/files/content/sites/cerul/files/Documents/EPTC_2_2014.pdf
- Gouvernement du Canada. Immigration, Réfugiés et Citoyenneté Canada (2016). *Faits et chiffres 2015 : Aperçu de l'immigration – Résidents temporaires – Mises à jour annuelles d'IRCC* [en ligne]. <https://ouvert.canada.ca/data/fr/dataset/052642bb-3fd9-4828-b608-c81dff7e539c>
- Gouvernement du Québec. Ministère de l'Immigration et des Communautés culturelles. (2007). *L'immigration au Québec : Partage des responsabilités Québec-Canada, statuts des personnes se trouvant au Québec, catégories d'immigration* [en ligne]. <http://www.midi.gouv.qc.ca/publications/fr/planification/Immigration-quebec-partage-responsabilites.pdf>
- Gouvernement du Québec. Ministère de l'Immigration et des Communautés culturelles. (2008). *La diversité : Une valeur ajoutée* [en ligne]. <http://www.midi.gouv.qc.ca/fr/publications/publications-administratives/politiques-plans/politiques.html>
- Gouvernement du Québec. Ministère de l'Immigration, de la Diversité et de l'Inclusion. (août 2016). *L'immigration au Québec. Le rôle du ministère de l'Immigration, de la Diversité et de l'Inclusion et de ses partenaires* [en ligne]. http://www.midi.gouv.qc.ca/publications/fr/dossiers/DOC_RoleQuebecImmigration.pdf
- Institut de la statistique du Québec. (2014). *Le bilan démographique du Québec* [en ligne] <http://www.stat.gouv.qc.ca/statistiques/population-demographie/bilan-demographique.html>, consulté le 3 avril 2015.
- Johnson-Lafleur, J., Rousseau, C., Papazian-Zohrabian, G., Boulanger, C., Boubnan, H., Lynch, A. et Richard, A.M. (2016). L'espace québécois du vivre-ensemble mis à l'épreuve par le débat sur la Charte des valeurs. Expériences et perceptions d'intervenants du domaine de la santé et des

- services sociaux œuvrant en contexte de pluriethnicité, *Nouvelles Pratiques Sociales*, 28(1), 175-194.
- Kirk, K. M. et Suvarierol, S. (2014). Emancipating Migrant Women? Gendered Civic Integration in The Netherlands, *Social Politics: International Studies In Gender, State & Society*, 21(2), 241-260.
- Knight, J. (2012). Student Mobility and Internationalization: trends and tribulations. *Research in Comparative and International Education*, 7(1), 20-32.
- Legault, G. et Fronteau, J. (2008). Les mécanismes d'inclusion des immigrants et des réfugiés. Dans Legault, G. et Rachédi, L. (dir.). *L'intervention interculturelle* (2e éd). (p. 43-67). Montréal: Gaëtan Morin Éditeur.
- Legault, G. et Rachédi, L. (2008). *L'intervention interculturelle* (2e éd). Montréal : Gaëtan Morin Éditeur.
- León Correal, A. (2015). Les implications sociales des femmes immigrantes de différentes générations et perception des rapports de genre. Dans Vatz Laaroussi, M. (dir.). *Les rapports intergénérationnels dans la migration: de la transmission au changement social* (p. 157-165). Québec: Les Presses de l'Université Laval.
- Lessa, I., et Rocha, C. (2012). Regrounding in Infertile Soil: Food Insecurity in the Lives of New Immigrant Women, *Canadian Social Work Review/Revue Canadienne de Service Social*, 29(2), 187-203.
- Li, P.S. (2003). Deconstructing Canada's Discourse of Immigrant Integration, *Journal of International Migration and Integration*, 4(3), 315-333.
- Martin, A. (2002). *Le jumelage entre les nouveaux arrivants et les Québécois de la société d'accueil*. [Thèse de doctorat], Université Laval, Québec, Canada.
- Mayer, R. et Saint-Jacques, M.C. (2000). L'entrevue de recherche. Dans Mayer, R., Ouellet, F., Saint-Jacques, M.C., Turcotte, D. et coll., *Méthodes de recherche en intervention sociale*, (p. 115-134). Montréal : Gaëtan Morin Éditeur.
- Mayer, R. et Deslauriers, J.P. (2000). Quelques éléments d'analyse qualitative. L'analyse de contenu, l'analyse ancrée, l'induction analytique et le récit de vie. Dans Mayer, R., Ouellet, F., Saint-Jacques, M.C., Turcotte, D. et coll., *Méthodes de recherche en intervention sociale*, (p. 9-35). Montréal : Gaëtan Morin Éditeur.
- Mayer, R. et Ouellet, F. (coll.) (2000). L'évolution de la recherche sociale au Québec (1960-2000). Le cas du champ des services sociaux. Dans Mayer, R., Ouellet, F., Saint-Jacques, M.C., Turcotte, D. et coll., *Méthodes de recherche en intervention sociale*, (p. 9-35). Montréal : Gaëtan Morin Éditeur.
- Mayer, R., Ouellet, F., Saint-Jacques, M.C., Turcotte, D. et coll. (2000). *Méthodes de recherche en intervention sociale*, (p. 9-35). Montréal : Gaëtan Morin Éditeur.
- Mercier, A. (2008). *Définitions et sens du bénévolat, discours d'acteurs sociaux et d'experts*. [Mémoire de maîtrise], Université Laval, Québec, Canada.
- Morris, T. (2006). *Social work research methods : four alternative paradigms*. Thousand Oaks: SAGE Publications.
- Mucchielli, A. (2004) Le développement des méthodes qualitatives et l'approche constructiviste des phénomènes humains, *Recherches qualitatives – Hors Série*, 1, 7-40.

- Nanhou, V., Desrosiers, H. et Ducharme, A. (2017). Portrait des bénévoles de 16 à 65 ans au Québec, *Portraits et trajectoires – Institut de la statistique du Québec*, 22, 1-28 [en ligne]. www.stat.gouv.qc.ca/statistiques/sante/bulletins/portrait-201712.pdf
- OCDE (2018). *Regard sur l'éducation 2018 : Les indicateurs de l'OCDE* [en ligne]. <http://dx.doi.org/10.1787/eag-2018-fr>
- OECD. (2018, 11 septembre). Canada. Dans *Education at a Glance 2018: OECD Indicators*, Paris: OECD Publishing. DOI: <https://doi.org/10.1787/eag-2018-40-en>
- Ouellet, F. et Saint-Jacques, M.C. (2000) Les techniques d'échantillonnage. Dans Mayer, R., Ouellet, F., Saint-Jacques, M.C., Turcotte, D. et coll., *Méthodes de recherche en intervention sociale*, (p.71-90). Montréal : Gaëtan Morin Éditeur.
- Padgett, D.K. (1998). *Qualitative methods in social work research, Challenges and Rewards*. Los Angeles: SAGE.
- Pierre, M. (2005). Les facteurs d'exclusion faisant obstacle à l'intégration économique de certains groupes de femmes immigrées au Québec : un état des lieux. *Nouvelles pratiques sociales*, 17(2), 75-94.
- Ralalatiiana, M.C. et Vatz-Laaroussi, M. (2015). Quand projet d'immigration rime avec inscription dans les cours de francisation. La trajectoire langagière de neuf immigrantes scolarisées dans la région de Montréal. *Diversité urbaine*, 15(1), 87-107.
- Robichaud, S. (2003). *Le bénévolat. Entre cœur et raison*. Chicoutimi : Les Éditions JCL.
- Sabourin, P. (2003). L'analyse de contenu. Dans B. Gauthier (dir.) *Recherche sociale – De la problématique à la collecte des données* (4e éd.), (p 357-385). Québec : Presse de l'Université du Québec.
- Savoie-Zajc, L. (2003). L'entrevue semi-dirigée. Dans B. Gauthier (dir.) *Recherche sociale – De la problématique à la collecte des données* (4e éd.), (p 293-316). Québec : Presse de l'Université du Québec.
- Spitzer, D.L. (2007). Immigrant and Refugees Women : Recreating Meaning in Transnational Context. *Anthropology in Action*, 14(1-2), 52-62.
- Statistique Canada. (2013). *Enquête sociale générale : Cycle 27, Le don, le bénévolat et la participation* [en ligne]. <http://odesi1.scholarsportal.info/webview/index.jsp?object=http://142.150.190.11:80%2Fobj%2FStudy%2Fesg-89M0033X-F-2013-c27&mode=documentation&v=2&top=yes>
- Statistique Canada. (2015). *Femmes au Canada : Rapport statistique fondé sur le sexe. Les femmes immigrantes* [en ligne]. <https://www150.statcan.gc.ca/n1/pub/89-503-x/2010001/article/11528-fra.htm>
- Statistique Canada (2017). *Dictionnaire. Recensement de la population 2016* [en ligne]. <https://www12.statcan.gc.ca/census-recensement/2016/ref/dict/pop221-fra.cfm>
- Statistique Canada. (2018). *Tableau de données, Recensement de 2016* [en ligne]. <https://www12.statcan.gc.ca/census-recensement/2016/dp-pd/dt-td/Rp-fra.cfm?TABID=2&LANG=F&A=R&APATH=3&DETAIL=0&DIM=0&FL=A&FREE=0&GC=421&GL=-1&GID=1341722&GK=10&GRP=1&O=D&PID=112450&PRID=10&PTYPE=109445&S=0&SHOW>

[ALL=0&SUB=0&Temporal=2017&THEME=120&VID=0&VNAMEE=&VNAMEF=&D1=0&D2=0&D3=0&D4=0&D5=0&D6=0](#)

- Sweetman, A. et Warman, C. (2014). Former Temporary Workers and International Students as Source of Permanent Immigration. *Canadian Public Policy/Analyse de Politiques*, 40(4), 391-407.
- Termote, M. (2013). Immigration et politique d'immigration au Québec depuis 1945 : les grandes tendances. Dans Hauser, C., Milani, P., Pâquet, M. et D. Skenderovic (dir.), *Sociétés de migration en débat. Québec-Canada-Suisse : approches comparées* (p. 65-82), Québec : Les Presses de l'Université Laval.
- Texte collectif. (2019, 5 avril). Laïcité : 250 chercheurs universitaires contre le projet de loi 21. *Le Devoir*. <https://www.ledevoir.com/opinion/idees/551547/laicite-250-universitaires-contre-le-projet-de-loi-21#>
- Tremblay, K. (2005), Academic Mobility and Immigration. *Journal of Studies in International Education*, 9(3), 196-228.
- Université Laval. (2018). *Information institutionnelle : Quelques chiffres*. [en ligne] <https://www.ulaval.ca/notre-universite/salle-de-presse/information-institutionnelle/quelques-chiffres.html>, consulté le 16 octobre 2018.
- Université Laval. (2019). Coût des études et budget. [en ligne] <https://www.ulaval.ca/futurs-etudiants/planifiez-vos-etudes/cout-des-etudes-et-budget>, consulté le 20 octobre 2019.
- Vatz Laaroussi, M. (2003). Des familles citoyennes? Le cas des familles immigrantes au Québec, *Nouvelles pratiques sociales*, 16(1), 148-164.
- Vatz Laaroussi, M. (2008). Du Maghreb au Québec : accommodements et stratégies. *Travail, genre et sociétés*, 2(20), 47-65.
- Vatz-Laaroussi, M, Guilbert, L., Rachédi, L., Kanouté, F., Ansón, L., Canales, T., Leòn Correal, A., Presseau, A., Thiaw, M. L. et Zivanovic Sarenac, J. (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.
- Vatz Laaroussi, M. (2015). Les femmes adultes, filles, mères et travailleuses. Génération sandwich, génération pivot ou génération sacrifiée?. Dans Vatz Laaroussi (dir.). *Les rapports intergénérationnels dans la migration: de la transmission au changement social* (p. 157-165). Québec: Les Presses de l'Université Laval.
- Yegidis, B.L. et Weinbach, R.W. (2006). *Research methods for social worker*. Boston: Allyn and Bacon.

ANNEXE 1 — TABLEAU D'OPERATIONNALISATION DES CONCEPTS

Tableau 3 Opérationnalisation des concepts

Concepts	Dimensions	Indicateurs
Expérience migratoire	Trajectoire prémigratoire	- Parcours personnel - Parcours professionnel - Autres activités - Motifs d'émigration - Démarches d'immigration
	Trajectoire migratoire	- Conditions du voyage - Pays de transit - Personnes accompagnant l'immigrant
	Trajectoire post-migratoire	- Conditions d'arrivée - Parcours depuis l'arrivée (personnel, familial, professionnel, autre)
Intégration	Processus	- Évolution de leur perception de l'intégration - Évolution de la perception de leur propre intégration
	Réciprocité	- Perception de leur rôle dans le processus d'intégration - Perception du rôle de la société d'accueil - Perception de leur relation à la société d'accueil
	Contexte social	- Obstacles perçus - Éléments facilitateurs perçus - Actions/solutions tentées face aux difficultés
	Multidimensionnalité	- Perception de leur intégration selon les sphères de leur vie (personnelle, familiale, professionnel, sociale, autre)
Bénévolat	Pratiques concrètes	- Bénévolat passé (ou engagements comparables) - Bénévolat présent - Rôles occupés - Activités/tâches effectuées - Liens interpersonnels créés
	Significations	- Motivations pour faire du bénévolat - Raisons du choix d'un bénévolat précis - Valeurs ressenties face au bénévolat - Importance des liens créés - Relation/impact sur les autres sphères de la vie - Perception de l'importance du bénévolat dans leur parcours

ANNEXE 2 — ANNONCE DE RECRUTEMENT

Vous êtes une femme immigrante résidant à Québec?

Vous faites du bénévolat depuis au moins un an?

Alors vous êtes la personne que nous espérons rencontrer dans le cadre de notre recherche sur les pratiques de bénévolat des femmes immigrantes dans la région de Québec, réalisée dans le cadre du programme de maîtrise en service social de l'Université Laval, sous la direction de Stéphanie Arsenault.

Les critères de participation sont:

- Avoir 18 ans ou plus;
- Être établie au pays depuis cinq ans ou moins;
- Faire du bénévolat dans un organisme de la région de Québec régulièrement (au moins une fois par mois) depuis au moins un an.

Votre participation consistera à :

- Une entrevue individuelle d'une durée d'environ une heure et demie.

Pour participer, contactez Myriam Chapdelaine-Daoust, étudiante à la maîtrise en service social à l'Université Laval par téléphone au **XXX-XXX-XXXX** ou par courriel au **xxxxx.xxxxx@ulaval.ca**.

En espérant vous rencontrer !

Projet approuvé par le Comité d'éthique de la recherche de l'Université Laval

(numéro d'approbation : 2016-236 A1 R1/18-09-2017).

Supervision par Stéphanie Arsenault, professeure, École de service social de l'Université Laval

xxxxx.xxxxx@svs.ulaval.ca.

ANNEXE 3 — COURRIEL DE RECRUTEMENT

Titre de la recherche : Femmes immigrantes à Québec, pratiques de bénévolat et intégration

Bonjour,

Dans le cadre de ma recherche pour mon mémoire de maîtrise en service social, je recherche des femmes immigrantes récentes de la région de Québec qui font régulièrement du bénévolat.

Les critères de participation sont:

- Avoir 18 ans ou plus;
- Être établie au pays depuis cinq ans ou moins;
- Faire du bénévolat dans un ou plusieurs organisme(s) de la région de Québec régulièrement (au moins une fois par mois) depuis au moins un an.

Votre participation consistera à :

- Une entrevue individuelle d'une durée d'environ une heure et demie.

Si vous êtes intéressée à participer, contactez Myriam Chapdelaine-Daoust, étudiante à la maîtrise en service social à l'Université Laval par téléphone au XXX-XXX-XXXX ou par courriel au xxxx.xxxxx@ulaval.ca.

En espérant vous rencontrer !

Projet approuvé par le Comité d'éthique de la recherche de l'Université Laval

(numéro d'approbation : 2016-236 A1 R1/18-09-2017).

Supervision par Stéphanie Arsenault, professeure, École de service social de l'Université Laval

xxxx.xxxxx@svs.ulaval.ca.

ANNEXE 4 — GUIDE D'ENTREVUE

Données générales

- **En commençant, j'aimerais que nous abordions quelques éléments qui me permettent de vous connaître un peu.**
 - Âge
 - Pays de naissance et de résidence antérieure
 - Langue(s) parlée(s) à l'arrivée
 - Temps écoulé depuis l'immigration au Québec
 - Situation familiale

Expérience migratoire

- **Pouvez-vous me raconter votre parcours avant votre arrivée au Québec?**
 - Parcours personnel/familial
 - Parcours scolaire et professionnel
 - Autres activités/intérêts
 - Motifs d'émigration
 - Motifs du choix de l'immigration au Québec
 - Démarches réalisées et personnes impliquées
- **Comment s'est déroulé le voyage pour venir ici?**
 - Quelles étaient les personnes qui vous accompagnaient?
 - Avez-vous transité par d'autres pays?
 - Avez-vous rencontré des difficultés?
- **Pouvez-vous me raconter votre parcours depuis votre établissement au Québec?**
 - Parcours personnel/familial
 - Parcours scolaire et/ou professionnel
 - Autres activités

Bénévolat

- **Avant de venir au Québec, aviez-vous déjà fait du bénévolat ou des activités qui ressemblaient au bénévolat que vous faites maintenant?**
- **Parlez-moi plus en détails de votre parcours d'implication bénévole depuis que vous êtes établie au Québec.**
 - Organisme(s)
 - Rôles occupés
 - Activités/tâches effectuées
 - Relations créées avec les bénéficiaires des services, les autres bénévoles et les intervenants
 - Importance de ces relations
 - Motivations à faire du bénévolat
 - Motifs derrière le choix d'un bénévolat en particulier
 - Valeurs ressenties face au bénévolat
 - Impact sur les autres sphères de votre vie
 - Importance du bénévolat dans votre parcours

Intégration

- **Quelle serait votre définition de l'intégration? Votre perception de l'intégration a-t-elle évolué avec le temps?**
- **Parlez-nous de votre expérience personnelle face à votre intégration au Québec.**
 - Obstacles
 - Éléments facilitateurs
 - Actions/solutions face aux difficultés rencontrées
- **Quelle importance votre expérience de bénévolat a-t-elle dans votre processus d'intégration?**

ANNEXE 5 — FORMULAIRE DE CONSENTEMENT

Formulaire de consentement

Présentation de la chercheuse

Cette recherche est réalisée dans le cadre du projet de maîtrise de Myriam Chapdelaine-Daoust, dirigé par Stéphanie Arsenault, de l'École de service social à l'Université Laval en co-direction avec Lucille Guibert, du Département des sciences historiques de l'Université Laval.

Avant d'accepter de participer à ce projet de recherche, veuillez prendre le temps de lire et de comprendre les renseignements qui suivent. Ce document vous explique le but de ce projet de recherche, ses procédures, avantages, risques et inconvénients. Nous vous invitons à poser toutes les questions que vous jugerez utiles à la personne qui vous présente ce document.

Nature et objectifs du projet

La recherche a pour but d'étudier les pratiques de bénévolat des femmes immigrantes à Québec et leur perception quant à leur intégration dans la société québécoise.

Déroulement du projet

Votre participation à cette recherche consiste à répondre à des questions qui vous seront posées dans le cadre d'une entrevue individuelle, d'une durée d'environ une heure et demie, et qui porteront sur les éléments suivants:

- Votre parcours migratoire;
- Vos pratiques de bénévolat passées et actuelles;
- Vos motivations et significations des pratiques de bénévolat;
- Votre perception de votre intégration à la société québécoise.

Avantages, risques ou inconvénients possibles liés à votre participation

Le fait de participer à cette recherche vous offre une occasion de réfléchir et de discuter en toute confidentialité de votre vécu quant à votre expérience migratoire, de vos pratiques de bénévolat et de votre perception de l'intégration.

Toutefois, puisque l'étude demande aux participants d'aborder des sujets liés à leur vie et expérience personnelle, il est possible que le fait d'aborder certains sujets et de raconter certaines expériences suscite des réflexions ou des souvenirs émouvants ou désagréables. Si cela se produit, n'hésitez pas à en parler avec la personne qui mène l'entrevue. De plus, plusieurs ressources sont disponibles dans la région de Québec en cas de besoin, dont les coordonnées vous seront remises par la chercheuse.

Participation volontaire et droit de retrait

Vous êtes libre de participer à ce projet de recherche. Vous pouvez aussi mettre fin à votre participation à tout moment de la recherche sans conséquence négative ou préjudice et sans avoir à justifier votre décision. Si vous décidez de mettre fin à votre participation, il est important de prévenir la chercheuse dont les coordonnées sont incluses dans ce document. Tout le matériel permettant de vous identifier, incluant l'enregistrement de l'entrevue, et les données que vous aurez fournies seront alors détruits, à moins que vous n'autorisiez la chercheuse à les utiliser pour la recherche, malgré votre retrait. Le cas échéant, ils seront conservés selon les mesures décrites ci-après et qui seront appliquées pour tous les participants.

Confidentialité

En recherche, les chercheurs sont tenus d'assurer la confidentialité aux participants. À cet égard, voici les mesures qui seront appliquées dans le cadre de la présente recherche :

Durant la recherche:

- votre nom et tous ceux cités durant l'entrevue seront remplacés par un code;
- seule la chercheuse aura accès à la liste contenant les noms et les codes, elle-même conservée séparément du matériel de la recherche, des données et des formulaires de consentement;
- tout le matériel de la recherche, incluant les formulaires de consentement et les enregistrements, sera conservé dans un endroit sous clé auquel seule la chercheuse aura accès;
- les données en format numérique seront, pour leur part, conservées dans des fichiers cryptés dont l'accès sera protégé par l'utilisation d'un mot de passe et auquel seule la chercheuse aura accès;
- La directrice de recherche de l'étudiante pourra également avoir accès aux données confidentielles des participants au besoin.

Lors de la diffusion des résultats :

- les noms des participants ne paraîtront dans aucun rapport et toute autre information permettant d'identifier les participantes sera également retirée;
- les résultats seront présentés sous forme globale de sorte que les résultats individuels des participants ne seront jamais communiqués;
- les résultats de la recherche présentés dans le cadre d'un mémoire de maîtrise, et aucun participant ne pourra y être identifié ou reconnu;
- un court résumé des résultats de la recherche sera expédié aux participants qui en feront la demande en indiquant l'adresse où ils aimeraient recevoir le document, juste après l'espace prévu pour leur signature.

Après la fin de la recherche :

- tout le matériel et toutes les données seront utilisés dans le cadre exclusif de cette recherche et ils seront détruits après une période de deux ans suivant la publication du mémoire de maîtrise de la chercheuse, soit en août 2020;

Remerciements

Votre collaboration est précieuse pour nous permettre de réaliser cette étude. C'est pourquoi nous tenons à vous remercier pour le temps et l'attention que vous acceptez de consacrer à votre participation.

Signatures

Je soussigné(e) _____ consens librement à participer à la recherche intitulée : «*Femmes immigrantes à Québec : pratiques de bénévolat et intégration*». J'ai pris connaissance du formulaire et j'ai compris le but, la nature, les avantages, les risques et les inconvénients du projet de recherche. Je suis satisfait(e) des explications, précisions et réponses que la chercheuse m'a fournies, le cas échéant, quant à ma participation à ce projet.

Signature du participant, de la participante

Date

Un court résumé des résultats de la recherche sera expédié aux participants qui en feront la demande en indiquant l'adresse où ils aimeraient recevoir le document. Les résultats ne seront pas disponibles avant le mois d'avril 2018. Si cette adresse changeait d'ici cette date, vous êtes invité(e) à informer la chercheuse de la nouvelle adresse où vous souhaitez recevoir ce document.

L'adresse (électronique ou postale) à laquelle je souhaite recevoir un court résumé des résultats de la recherche est la suivante :

J'ai expliqué le but, la nature, les avantages, les risques et les inconvénients du projet de recherche au participant. J'ai répondu au meilleur de ma connaissance aux questions posées et j'ai vérifié la compréhension du participant.

Signature du chercheur ou de son représentant

Date

Renseignements supplémentaires

Si vous avez des questions sur la recherche, sur les implications de votre participation ou pour se retirer du projet, veuillez communiquer avec Myriam Chapdelaine-Daoust, étudiante à la maîtrise en service social, au numéro de téléphone suivant : (XXX) XXX-XXXX, ou à l'adresse courriel suivante : xxxxx.xxxxxx@ulaval.ca.

Plaintes ou critiques

Toute plainte ou critique sur ce projet de recherche pourra être adressée au Bureau de l'Ombudsman de l'Université Laval :

Pavillon Alphonse-Desjardins, bureau 3320

2325, rue de l'Université

Université Laval

Québec (Québec) G1V 0A6

Renseignements - Secrétariat : (418) 656-3081

Ligne sans frais : 1-866-323-2271

Courriel : info@ombudsman.ulaval.ca

Ce projet est approuvé par le Comité plurifacultaire d'éthique de la recherche avec des êtres humains de l'Université Laval (numéro d'approbation : 2016-236 A1 R1/18-09-201



ÉDIQ

Équipe de recherche en partenariat
sur la diversité culturelle et l'immigration
dans la région de Québec

École de travail social et de criminologie
Faculté des sciences sociales
Local 2269, Pavillon Charles-De Koninck
1030 Avenue des Sciences humaines
Université Laval

ediq@ulaval.ca
418-656-2131, poste 412993
ediq.ulaval.ca