

chapter on major self-injury delineates the differences between common self-injury and the type found among psychiatry patients, prisoners, or individuals with multiple, severe problems.

In sum, Walsh's *Treating Self-Injury* is an excellent resource for practitioners working with young people. The writing is clear and straightforward, and the author presents both anecdotal and empirical evidence to bolster his discussions. The chapters are interspersed with numerous case examples that reinforce a particular point or topic. Walsh provides numerous resources in the form of tables and other material, such as a scale of body attitudes, among others, and useful websites on self-injury. While the approach that Walsh seems to favour is decidedly cognitive-behavioural, there is much in this book that those who favour different theoretical perspectives will find useful.

---

Michaud, G., Dionne, P., et Beaulieu, G. (2006). *Le bilan de compétences, regards croisés entre la théorie et la pratique*. Québec, QC : Septembre éditeur. ISBN 2-89-471-254-5. 272 pages.

---

Par : Caroline Letellier, Université de Sherbrooke

Le bilan de compétences crée actuellement un engouement dans plusieurs pays de la francophonie. Souvent intégré dans les pratiques d'orientation, et même légiféré, il gagne de plus en plus de popularité chez les professionnels qui accompagnent les adultes en transition de carrière. Cette approche vient répondre à plusieurs besoins qu'éprouvent les travailleuses et travailleurs à l'égard de leur orientation, de leur insertion professionnelle ou de leur maintien en emploi. Le marché du travail étant précaire et en constant changement, la conception linéaire études-travail-retraite de la carrière s'en trouve transformée. Au cours de leur carrière, les adultes sont désormais appelés régulièrement à questionner le sens qu'ils attribuent au travail et la direction qu'ils souhaitent donner à leur carrière. Lors de périodes de transitions professionnelles, certains individus envisagent une démarche de bilan de compétences, car ils se sentent parfois déstabilisés, ou même habités par un vide professionnel. Ils peuvent ressentir un sentiment de diminution de leur efficacité personnelle, qui les amène à remettre en question leurs compétences. D'autres sont intéressés à entreprendre une démarche de bilan pour mieux connaître leurs compétences dans le but de favoriser leur adaptation aux exigences du marché du travail, pour ainsi être proactifs dans leur cheminement de carrière. Le bilan de compétences est une pratique qui permet de faire le point sur ses compétences et de se doter d'un plan d'action dans lequel l'adulte peut miser sur le développement ou le renforcement de ses compétences. Ainsi, il est davantage en mesure pour faire face aux nouvelles exigences du monde du travail.

Le Centre d'orientation et de recherche d'emploi de l'Estrie (COREE), fort d'une expertise de plus de 12 ans en bilan de compétences, s'est donc associé à l'Université de Sherbrooke, institution d'avant-garde dans le domaine de l'orientation, pour présenter une expertise québécoise du bilan de compétences. Le contenu de ce livre a été développé par trois auteures sur une période de deux ans, selon un processus

continu d'allers-retours entre la théorie, des études portant sur le bilan de compétences, et l'expérience pratique acquise dans le service de bilan de compétences du COREE. Les auteures nous offrent leur expertise en proposant un cadre de référence accessible à toute personne désireuse de réaliser un bilan de compétences, au professionnel lui-même, ou à ses clients. Guylaine Michaud, conseillère en orientation est professeure à l'Université de Sherbrooke a travaillé huit ans dans un service de bilan de compétences. Elle enseigne actuellement cette pratique dans le cadre des cours de counseling. Patrice Dionne, conseillère en orientation pratique le bilan de compétences depuis 2003 au COREE. Ginette Beaulieu, conseillère en orientation travaille également au COREE depuis plus de 12 ans dans un service de bilan de compétences.

Le premier des quatre chapitres du livre présente le contexte de l'émergence de la pratique du bilan de compétences. Les auteures abordent une brève réflexion sur les facteurs qui ont entraîné des changements majeurs dans le domaine de l'emploi et de la formation de la main-d'œuvre. Elles traduisent les répercussions directes que ces changements ont eues sur le cheminement professionnel des individus et qui donnent lieu actuellement à des problèmes de santé psychologique liés au travail.

Le deuxième chapitre présente d'abord les retombées sociales du bilan de compétences pour la société. C'est à partir des données statistiques qu'elles ont recueillies de 1994 à 2005 auprès des personnes ayant fait une démarche de bilan de compétences au COREE qu'elles démontrent que de participer à une démarche de bilan de compétences stimule la réalisation d'un projet ou sa mise en action. Ensuite, elles exposent les retombées du bilan de compétences pour l'individu à partir des résultats de leur analyse appuyés par des témoignages auprès de la clientèle. Elles comparent les résultats du COREE aux résultats d'études scientifiques portant sur l'efficacité du bilan de compétences.

Le troisième chapitre présente leur modèle de bilan de compétences, qui s'est construit par un processus itératif de réflexion et de confrontation par les trois auteures entre leur perception de la théorie et différents modèles en counseling et de l'analyse réflexive de leur pratique en bilan de compétences. Leur modèle de bilan de compétences inclut trois phases, soit la rétrospective, la prospective, et la réalisation. Afin de bien saisir le processus de conscience réflexive de soi et les phases successives de ce modèle de bilan de compétences, les auteures nous présentent de façon détaillée les trois phases en mettant en évidence, à l'aide d'exemples concrets, comment le processus de conscience réflexive de soi se manifeste de façon particulière au sein de chacune de ces phases. Un aspect intéressant pour les lectrices et lecteurs, c'est que les auteures nous proposent des activités à faire avec les clientes et clients pour chacune des phases du processus.

Le quatrième chapitre expose les principaux concepts fondamentaux qui guident la pratique du bilan de compétences. Les auteures présentent leurs conceptions de la compétence, tout en tenant compte de comment l'individu mobilise ses ressources personnelles et environnementales. Ces notions plus théoriques sont agrémentées par des exemples concrets de clients rencontrés au COREE.

Pour terminer, on retrouve à la fin du livre les activités construites pour le contexte d'une démarche de bilan de compétence en groupe. Les auteures ajoutent que les

outils utilisés peuvent être adaptés à un accompagnement individuel dans le cadre d'un processus de bilan de compétences.

Les études portant sur l'évaluation de l'efficacité du bilan de compétences sont rares et ont été réalisées principalement en France. Le livre, *Le bilan de compétences, regards croisés entre la théorie et la pratique*, propose une démarche très innovatrice quant à son application pratique en contexte québécois. Il est intéressant pour les conseillères et conseillers d'avoir en main des outils concrets que l'on peut appliquer dans le cadre d'une démarche d'un bilan de compétences.