DAILY SCIENCE
DÉCOUVREZ LA SCIENCE, LA RECHERCHE ET L'INNOVATION "MADE IN BELGIUM"

À L'ULIÈGE, DES OUTILS POUR RESTER ZEN TOUT AU LONG DE LA THÈSE

Publié le 8 avril 2021

par Christian Du Brulle

Se lancer dans un doctorat est une très belle aventure. Défendre sa thèse avec succès également. Mais entre ces deux extrêmes, la vie du (de la) doctorant(e) peut souvent devenir compliquée. Et ce, pour toute une série de raisons. À tel point qu'un doctorant sur deux ne défend pas sa thèse.

L'Université de Liège n'échappe pas à cette réalité. Pour les doctorants qui ont entamé leur thèse lors de l'année académique 2010-2011, on remarque, sept ans plus tard, 54 % de réussite, 32 % d'arrêt, tandis que 14 % des thèses sont toujours « en cours ». Un gâchis?

Lutter contre l'isolement et le décrochage

Pour améliorer le taux de réussite, des encadrements spécifiques et des soutiens sont mis en place dans les diverses universités de la Fédération Wallonie-Bruxelles. À l'ULiège, une nouveauté a vu le jour au cours de cette année académique : le projet « zen-en-thèse ».

« Les mesures sanitaires prises depuis plus d'un an ont, bien sûr, motivé l'université à mener diverses actions pour éviter le décrochage des étudiants », explique Evelyne Favart, de

l'administration de la recherche. « C'est là un des buts de la campagne « gardons le contact ». Pour les doctorants, plus spécifiquement, « zen-en-thèse » propose une série de modules de formation. »

Plusieurs sessions à la carte sont proposées avec l'objectif global de contribuer à assurer un cheminement en thèse le plus serein possible. Et ce, tant au niveau des interactions avec l'entourage professionnel qu'au niveau des tâches de recherche (gestion des données, écriture, …). Ce programme vise aussi à renforcer la motivation de ces jeunes chercheurs et à les amener à partager leurs expériences entre eux.

Bien-être, réussite et maîtrise du temps

Trois mots-clés caractérisent ce programme : bien-être, réussite, maîtrise du temps (soit de la durée de la thèse). Un programme qui s'est jusqu'à présent concrétisé par l'organisation de six ateliers riches de quelque 25 séminaires, répartis tout au long de l'année.

« Au départ, nous souhaitions organiser ces séminaires essentiellement en présentiel, » souligne Mme Favart, du service des Affaires doctorales, à l'administration de la recherche. « Mais, avec la pandémie, ils ont pris une tournure plus virtuelle. Cela nous a permis d'intégrer plus facilement des doctorantes et des doctorants qui ne se trouvent pas nécessairement à Liège : ceux qui sont en séjour à l'étranger, ou qui font leur doctorat à Gembloux, par exemple. Et si ces séminaires en groupe sont virtuels, cela n'empêche pas de mener à la demande des entretiens individuels. »

Les deux premiers ateliers concernent plus particulièrement les étapes d'une recherche. Par exemple, l'écriture de la thèse. « C'est quelque chose que les étudiants ont parfois tendance à ne pas considérer dès le départ », souligne Evelyne Favart. « Ou encore la gestion des données, qui fait souvent toute la qualité d'une recherche. »

Deux autres ateliers sont plutôt introspectifs. Pour les chercheurs, il s'agit d'apprendre à bien gérer le stress lié au doctorat, à maintenir intactes ses motivations. « Le tout dans un cadre évidemment bienveillant et confidentiel.»

Enfin, les deux derniers ateliers proposés cette année portent plus particulièrement sur la gestion des relations professionnelles, comme celles entretenues entre le doctorant et son superviseur, dont la qualité est également importante pour la réussite de la thèse. « Dans le cadre de ces deux derniers ateliers, la question de l'interculturalité est également abordée », poursuit Mme Favart. « L'idée est de faire passer un message aux futurs chercheurs. S'ils travaillent dans un espace de mise en commun, nous voulons les encourager à passer d'un concept d'interculturalité à celui de multiculturalité.»

Apprendre à concilier vie professionnelle et vie privée

Ce nouveau programme connaît déjà un beau succès. « Sur les 2200 doctorants que compte l'université, plus de 300 sont inscrits à zen en tête cette année. 20 % sont en début de parcours, 60 % en milieu de parcours et 20 % en fin de thèse. Sur les 323 inscriptions, on dénombre 197 femmes et 126 hommes. »

Un atelier complémentaire, qui devrait les intéresser, est encore à l'étude. Il porte sur la gestion de la fin de thèse et de son corollaire, apprendre à pouvoir faire la distinction entre vie professionnelle et vie privée. De quoi rester zen tout au long de sa vie de chercheur.

Charte du bien-être

Si l'idée derrière « Zen-en-thèse » est notamment de lutter contre l'isolement des doctorants, notons encore que l'administration de la recherche n'est pas la seule, à l'ULiège, à relever ce défi. Le Réseau des doctorants de l'université, une association d'étudiants, travaille aussi en ce sens.

« Nous voulons permettre aux doctorants de l'université de se rencontrer, d'échanger, de nouer

voire de renouer des liens entre eux, quels que soient les domaines de recherche et les facultés », explique Kathleen Jacquerie, une doctorante active dans l'association.

« Notre association développe également toute une série d'activités pendant l'année académique. Comme une journée spécifiquement consacrée au bien-être des jeunes chercheurs. Un de nos projets, dans ce contexte, porte sur l'élaboration d'une charte au service du bien-être et de relations entre doctorants et promoteurs. Nous aimerions pouvoir la proposer à la prochaine rentrée académique. Un projet que nous menons en toute transparence avec l'ARD (Administration de la Recherche et Innovation) et le bureau du doctorat de l'université », conclut-elle.