

UNIVERSITÉ DU QUÉBEC À TROIS-RIVIÈRES

ÉTUDE EXPLORATOIRE DE LA QUÊTE DE SENS CHEZ LES PERSONNES
RETRAITÉES DU MILIEU AGRICOLE AU QUÉBEC

ESSAI DE 3^e CYCLE PRÉSENTÉ
COMME EXIGENCE PARTIELLE DU
DOCTORAT CONTINUUM D'ÉTUDES EN PSYCHOLOGIE
(PROFIL INTERVENTION)

PAR
CATHERINE DUPUIS-FORTIER

MAI 2025

Université du Québec à Trois-Rivières

Service de la bibliothèque

Avertissement

L'auteur de ce mémoire, de cette thèse ou de cet essai a autorisé l'Université du Québec à Trois-Rivières à diffuser, à des fins non lucratives, une copie de son mémoire, de sa thèse ou de son essai.

Cette diffusion n'entraîne pas une renonciation de la part de l'auteur à ses droits de propriété intellectuelle, incluant le droit d'auteur, sur ce mémoire, cette thèse ou cet essai. Notamment, la reproduction ou la publication de la totalité ou d'une partie importante de ce mémoire, de cette thèse et de son essai requiert son autorisation.

UNIVERSITÉ DU QUÉBEC À TROIS-RIVIÈRES
DOCTORAT CONTINUUM D'ÉTUDES EN PSYCHOLOGIE
(PROFIL INTERVENTION) (D.Ps.)

Direction de recherche :

Sylvie Lapierre, Ph. D. Université du Québec à Trois-Rivières	codirectrice de recherche
--	---------------------------

Marie-Michèle Lord, Ph. D. Université du Québec à Trois-Rivières	codirectrice de recherche
---	---------------------------

Jury d'évaluation :

Marie-Michèle Lord, Ph. D. Université du Québec à Trois-Rivières	codirectrice de recherche
---	---------------------------

Yvan Lussier, Ph. D. Université du Québec à Trois-Rivières	évaluateur interne
---	--------------------

Léandre Bouffard, Ph. D. Université de Sherbrooke	évaluateur externe
--	--------------------

Sommaire

Le phénomène de la retraite dans le domaine de l'agriculture demeure complexe en raison des spécificités du milieu agricole. En effet, l'absence de frontière nette entre l'environnement de travail et le domicile peut rendre le passage vers la retraite ambigu pour les personnes qui travaillent sur une ferme. Jusqu'à présent, la littérature scientifique sur la retraite dans le monde rural porte principalement sur le processus de transmission de l'exploitation agricole en mettant l'accent sur les aspects économiques. Mais qu'en est-il de l'adaptation et du sens à la vie au cours de la retraite chez les agriculteur·trices qui se sont consacré·es entièrement à leur entreprise agricole? Le principal objectif de cette étude est de documenter la quête de sens chez des agriculteur·trices de 65 ans et plus ayant quitté leurs activités professionnelles du milieu agricole québécois. Plus précisément, il s'agit de répondre à trois sous-objectifs : 1) dresser un portrait de la manière dont ces personnes perçoivent leur retrait des activités agricoles ; 2) documenter l'impact du vieillissement et du retrait sur leur sens à la vie et 3) décrire la manière dont elles arrivent à donner (ou non) un sens à leur quotidien et/ou à leur vie après l'arrêt de l'activité professionnelle. Dix entretiens semi-structurés ont été réalisés auprès d'agriculteur·trices âgé·es de 67 ans à 83 ans (8 hommes et 2 femmes) qui ont quitté leurs activités professionnelles depuis plus d'un an. L'analyse thématique des entrevues a permis d'identifier trois catégories de thèmes émergents : les changements depuis le retrait, les différentes sources de sens à la vie et l'utilisation significative du temps qui reste. L'étude met également en lumière l'importance d'adapter les services de soutien à la retraite aux réalités du milieu rural, où l'isolement géographique rend difficile l'accès aux points de services.

Table des matières

Sommaire	iii
Table des matières.....	iv
Remerciements.....	vii
Introduction.....	1
Contexte théorique	4
Portrait actuel du milieu agricole au Québec	5
Les agriculteur·trices.....	7
La retraite	9
La retraite dans le milieu agricole.....	12
Les types de retraits	12
Les particularités du milieu de travail.....	14
Les motivations au retrait en agriculture	15
Le sens à la vie	18
Le modèle tripartite de sens	18
Les sources de sens à la vie.....	21
Le sens à la vie et le bien-être	26
Le sens à la vie à la retraite	26
Le sens à la vie en milieu rural	30
L’impact de la retraite sur le sens à la vie chez les agriculteur·trices	32
Objectifs	34
Méthode	35

Déroulement.....	36
Instrument de collecte des données.....	38
Participant·es	39
Résultats	41
Analyse des données	42
Analyse thématique du contenu des entretiens	43
Les changements depuis le retrait	44
Pouvoir choisir	47
Rapport à l'environnement	49
Milieu physique	49
Milieu social	52
Rapport au corps	55
Rapport au temps	55
Les différentes sources de sens à la vie	56
L'identité.....	56
L'environnement naturel.....	60
Les contacts sociaux	63
Utilisation significative du temps qui reste.....	66
Demeurer actif	66
Vieillir dignement	68
Trouver sa place en société	69
Discussion	71

La quête de sens	72
Les changements depuis le retrait	72
Les sources de sens à la vie selon le modèle tripartite de sens	75
Cohérence	75
But.....	76
Signification.....	77
Les autres sources de sens.....	77
Utilisation significative du temps qui reste.....	78
Forces et limites	79
Recherches futures	82
Retombées pratiques	83
Conclusion	85
Références	88
Appendice A Affiche de recrutement	105
Appendice B Formulaire d'information et de consentement.....	107
Appendice C Questionnaire d'informations sociodémographiques	112
Appendice D Canevas d'entrevue.....	116

Remerciements

J'aimerais remercier sincèrement mes directrices de recherche, les professeures Sylvie Lapierre (Ph. D.) et Marie-Michèle Lord (Ph. D.), rattachées respectivement au Département de psychologie et au Département d'ergothérapie de l'Université du Québec à Trois-Rivières. Cette immersion dans la recherche qualitative auprès d'une clientèle m'étant totalement inconnue aura été possible grâce à leur accompagnement bienveillant et à leurs commentaires constructifs.

J'aimerais également remercier du fond du cœur mes parents, Mimi et Laurent, ainsi que mon frère Félix pour leur présence, leur écoute et leur encouragement tout au long de mon processus d'écriture. Ce doctorat vous l'avez fait avec moi.

Pour leur complicité toute particulière, je remercie mes amies Kassandre, Anne-Marie et Julianne. Votre « amour » de la recherche aura été pour moi source de réconfort et de franche camaraderie.

Finalement, je remercie et je fais l'éloge du travail remarquable des agriculteurs et agricultrices. Votre passion pour l'agriculture permet de nourrir le Québec.

Introduction

Les données de l'Institut national de santé publique du Québec [INSPQ], publiées en 2024, font état d'une augmentation rapide de la population âgée de 65 ans et plus. Il s'avère qu'un grand nombre de ces personnes résident en milieu rural (INSPQ, 2019). La communauté agricole québécoise se caractérise aussi par une proportion importante (53,9 %) d'exploitant-es âgé-es de 55 ans et plus (Statistique Canada, 2021). Cette réalité laisse présager que plusieurs agriculteur-trices devront éventuellement cesser leurs activités professionnelles. Cependant, les particularités du milieu agricole rendent le concept de retraite particulièrement complexe, souvent qualifié de « difficile à cerner » dans la littérature (Kirkpatrick, 2013).

Le concept de sens à la vie a été largement étudié au cours des dernières années et le modèle tripartite, élaboré par Martela et Steger (2016), est le plus reconnu par la recherche (Chang, 2024; King & Hicks, 2021). Selon ce modèle, la cohérence (compréhension de sa vie), le but (vie guidée par des objectifs), et la signification (importance ou valeur de sa propre existence) sont les trois composantes principales du sens à la vie (George & Park, 2017). Cette quête de sens devient d'autant plus significative chez les personnes âgées, en raison de la conscience accrue d'un temps limité avant la mort (Carstensen, 2021; Hicks et al., 2012; Steger et al., 2009) et de l'importance d'entretenir des relations interpersonnelles profondes (Krause & Rainville, 2020). La retraite étant un événement

de vie qui engendre des changements majeurs sur les plans identitaire, social, familial, financier et motivationnel (Arbuz, 2017; Jolles et al., 2022; Liu & Allan, 2023; Smith et al., 2024), elle pourrait affecter de manière significative le sens à la vie des retraité·es issu·es du milieu agricole.

L'étude s'intéresse à la manière dont les agriculteur·trices québécois·es de 65 ans et plus trouvent un sens à leur vie après avoir quitté leur travail dans le domaine de l'agriculture. Elle explore leur perception du retrait, l'impact sur leur sens à la vie, et la façon dont elles·ils réorganisent leur quotidien. À ce jour, peu d'études se sont penchées sur la réalité des agriculteur·trices retraité·es et leur adaptation à la cessation des activités professionnelles. De plus, les recherches axées spécifiquement sur le concept du sens à la vie chez cette population sont très limitées, bien qu'il soit reconnu comme un facteur essentiel au bien-être physique et psychologique des adultes vieillissants (Czekierda et al., 2017; Steger et al., 2009).

L'essai se divise en quatre chapitres. Le premier décrit les caractéristiques du milieu agricole au Québec pour ensuite aborder les fondements théoriques et empiriques des notions de retraite et de sens à la vie chez les professionnel·les de l'agriculture. Il se conclut sur la présentation des objectifs de cette étude qualitative exploratoire. Le deuxième chapitre détaille le déroulement de l'étude, la méthodologie adoptée et les caractéristiques des participant·es. Le troisième chapitre est consacré à l'analyse des résultats, qui sont ensuite discutés dans le dernier chapitre, avec un accent sur les retombées pratiques de l'étude.

Contexte théorique

Dans le but de mieux cerner la problématique, ce premier chapitre vise à présenter le contexte théorique et empirique de l'étude. Il est divisé en quatre sections. La première consiste à brosser un portrait actuel du milieu agricole québécois en se concentrant sur les défis que relèvent les agriculteur·trices qui travaillent dans ce secteur. La deuxième section aborde le concept de la retraite dans le monde contemporain, particulièrement celle vécue en milieu agricole. La troisième section présente le concept du sens à la vie : sa modélisation, les sources de sens, l'effet sur le bien-être et l'impact de la retraite sur le sens à la vie des agriculteur·trices. La dernière section conclut ce premier chapitre par la présentation des objectifs de cette étude exploratoire.

Portrait actuel du milieu agricole au Québec

L'industrie agricole regroupe 29 380 exploitations et est reconnue comme étant un secteur économique important au Québec (Statistique Canada, 2021). Selon les données du Gouvernement du Québec (2022), les terres agricoles ne représentent que 5 % de toute la superficie de la province. La majorité de ces surfaces propices à l'agriculture se retrouvent dans les régions de la Montérégie, de l'Estrie, de Chaudière-Appalaches et du Centre-du-Québec. Par ailleurs, la production laitière représente la principale production animale, tandis que la culture des grains (p. ex., maïs, soya, céréales) est la principale production végétale. Le Québec se distingue des autres provinces canadiennes par sa

proportion plus élevée d'exploitations agricoles pouvant compter sur une relève (Ministère de l'Agriculture, des Pêcheries et de l'Alimentation du Québec [MAPAQ], 2021). Le milieu agricole québécois se différencie, entre autres, par le fait que plus de 90 % des 29 380 entreprises agricoles québécoises sont familiales et par une tendance à opter pour un transfert entrepreneurial de génération en génération (MAPAQ, 2021). Lors de la retraite du propriétaire de l'entreprise, il est également possible que l'exploitation soit vendue à une personne externe au noyau familial ou qu'il y ait démantèlement de l'entreprise (Lepage et al., 2011). Les montants générés par la vente s'inscrivent comme une des sources de revenus les plus importantes pour les agriculteur·trices retraité·es (Groupe de recherche transfert, gestion et établissement en agriculture, 2007). À cela s'ajoutent les produits d'épargne ou de placement des individus ainsi que les pensions de retraite provenant des gouvernements fédéral et provincial (Centre de référence en agriculture et agroalimentaire du Québec, 2004; Statistique Canada, 2023). Comme le soulignent les médias québécois, la cession des terres peut comporter des défis dans le contexte où les zones pour pratiquer l'agriculture se font de plus en plus rares, en raison de la Loi sur la protection du territoire et des activités agricoles, et de la montée en flèche de la valeur des terres et des exploitations (Champagne, 2023; Léouzon, 2021). Ces défis concernent toutes les personnes impliquées dans le processus, que ce soient les propriétaires, la relève familiale ou non familiale (Commission de la protection du territoire agricole du Québec, 2019). Ces défis sont en fonction de la taille et de l'endettement de l'entreprise, des réglementations et des normes à suivre, de l'importance accordée à la préservation des liens familiaux et de la dynamique de co-exploitation

pouvant s'échelonner sur une période de transition entre la personne qui cède et celle qui acquiert (MAPAQ, 2019).

Les agriculteur·trices

À l'heure actuelle, il est possible de constater que le vieillissement de la population est plus important dans les milieux ruraux que dans les régions urbaines (INSPQ, 2019). Dans le monde agricole canadien, la situation est similaire, puisque le dernier recensement rapporte que l'âge médian des exploitant·es agricoles s'élève désormais à 58 ans et que 60,5 % des agriculteur·trices sont âgé·es de 55 ans et plus (Statistique Canada, 2021). Inversement, la proportion d'exploitant·es agricoles âgé·es de moins de 35 ans est légèrement à la baisse avec 8,6 % en 2021, comparativement à 9,1 % en 2016. Par ailleurs, la fusion des entreprises agricoles et le vieillissement des producteur·trices sont deux des principales raisons expliquant la diminution du nombre de fermes et du nombre d'agriculteur·trices (Statistique Canada, 2021). Ainsi, en 2021, on dénombre 262 455 agriculteur·trices canadien·nes (soit 182 655 hommes et 79 795 femmes) comparativement à 271 935 agriculteur·trices en 2016 (Statistique Canada, 2022). Parallèlement, bien que les femmes soient minoritaires dans le secteur agricole, on constate une hausse continue de la relève féminine avec une proportion de 29 % en 2021 comparativement à 24 % en 2006 au Québec (MAPAQ, 2021).

La viabilité économique de l'entreprise agricole ainsi que les revenus familiaux dépendent des conditions climatiques, mais aussi de l'état de santé des animaux, des contraintes bureaucratiques ou administratives et de la fluctuation des prix du marché (Marcoux & Hébert, 2020; Wiseman & Whiteford, 2009). Les imprévus de la nature tendent à engendrer un niveau élevé de stress au sein de la profession et obligent la personne à développer une flexibilité et une tolérance à l'incertitude (INSPQ, 2019). Ce stress englobe également les enjeux financiers relatifs aux dettes et l'éventualité de la cession de l'entreprise, ainsi que les tensions issues de la proximité entre la sphère familiale et professionnelle (Lafleur & Allard, 2006; Roy & Tremblay, 2015). En effet, l'absence de frontière entre le milieu de travail et la vie personnelle implique que l'agriculteur·trice occupe simultanément de multiples rôles associés à diverses responsabilités et obligations : patron·ne, gestionnaire, soins aux animaux, entretien des bâtiments, père ou mère de famille, etc. (Ouellet et al., 2003). Par ailleurs, des auteurs soulignent que le métier d'agriculteur·trice se classerait parmi les professions les plus stressantes en regard des changements qu'implique le passage d'une agriculture de subsistance à une agriculture commerciale (Canadian Agricultural Safety Association, 2005; Roy & Tremblay, 2015). Il s'avère que les agriculteur·trices québécois·es constituent un groupe de personnes ayant un niveau élevé de détresse psychologique et un haut taux de suicide comparativement au reste de la population (Fraser et al., 2005; Lafleur & Allard, 2006; Roy & Tremblay, 2015). L'isolement géographique et le nombre élevé d'heures consacrées à l'exploitation agricole tendent à engendrer un isolement social par un éloignement des lieux de sociabilité, de loisirs et de ressources. Cet isolement se révèle

le principal facteur de risque quant à l'accentuation de la détresse psychologique et des risques de suicide dans le milieu agricole (Lafleur & Allard, 2006; Rigal & Saïas, 2022; Roy & Tremblay, 2015). Par ailleurs, il a été documenté par différentes études que les agriculteurs masculins tendent à être peu enclins à exprimer leur détresse ou à demander de l'aide en raison de l'importance qu'ils accordent à l'indépendance et à l'autonomie (Alston & Kent, 2008; Jacques-Jouvenot & Laplante, 2009; Judd et al., 2006). La valeur accordée à l'autosuffisance – où les individus sont amenés à répondre à leurs besoins sans demander une aide extérieure – est davantage observée chez les agriculteurs que chez les agricultrices et les autres membres de la communauté rurale (Fuller et al., 2000; Roy & Tremblay, 2015). L'orgueil personnel et le stigma associé à la maladie mentale constituent des obstacles majeurs à l'obtention d'aide, et ce, au-delà de la difficulté d'accéder aux ressources d'aide psychosociale, qui peuvent être éloignées ou peu nombreuses (Roy et al., 2014). Néanmoins, Marcoux et Hébert (2020) notent que les agriculteur·trices ont su faire preuve de ténacité et de persévérance, voire de résilience, face aux difficultés qu'elles-ils ont traversées au cours de leur vie.

La retraite

La retraite est l'une des transitions de vie les plus importantes auxquelles sont confrontés les adultes dans les pays occidentaux (Wang & Huang, 2024). Actuellement, la retraite est représentée comme un phénomène polymorphe et sa conceptualisation doit tenir compte d'une multitude de trajectoires possibles (Wang & Huang, 2024). La retraite ne se définit plus uniquement par la cessation complète de l'emploi rémunéré (Bordia

et al., 2020; Dudley et al., 2020) ou par « une situation de non-travail définitive » telle que formulée par Plamondon et Plamondon (1982, p. 203). Désormais, les différentes formes que peut prendre la transition vers la retraite influencent la définition même du statut de retraité, puisque le niveau d'engagement (nombre d'heures ou de mois de travail) et de responsabilités (productivité, mentorat) varie en fonction de la trajectoire empruntée par l'individu (Bernard & Janvier, 2020; Brydsten et al., 2025; Leinonen et al., 2022; Tremblay & Larivière, 2009; Turek et al., 2024; Wang & Shultz, 2010). Ainsi, il est difficile de déterminer si une personne est retraitée dans les situations suivantes : retraite progressive, emploi à temps partiel, emploi saisonnier ou à contrat, travailleur senior en chômage, emploi post-carrière après la retraite, etc. (Denton & Spencer, 2009; Hershenson, 2016; Tremblay & Larivière, 2009). Selon Denton et Spencer (2009), le concept de retraite tend à être défini par la négative, à savoir par l'absence de travail. Or, cette définition ne prend pas en compte les activités réelles des personnes retraitées. Selon ces mêmes auteurs, certains individus se perçoivent à la retraite parce qu'ils estiment avoir réduit le temps consacré au travail ou parce qu'ils se considèrent eux-mêmes à la retraite. Par exemple, certaines femmes se disent « retraitées » simplement parce que leur conjoint est à la retraite ou parce qu'elles reçoivent la pension canadienne de sécurité de la vieillesse (65 ans et plus), alors qu'elles n'ont pas exercé un emploi sur le marché du travail. Le statut de retraité est donc difficile à définir et variera en fonction des critères utilisés : désengagement du marché du travail, cessation du travail rémunéré, versement de prestations de retraite, dernière étape de la vie professionnelle, changement de l'identité personnelle (p. ex., ex-enseignant-e). Selon Wang et Shi (2014), la retraite se caractérise

principalement par la diminution de l'engagement psychologique et comportemental dans la profession exercée sur le marché du travail. Ainsi, la retraite s'avère un « état d'esprit » faisant appel à un processus réflexif évoluant sur une longue période comprenant trois séquences, soit la planification de la retraite, la prise de décision et la transition vers la retraite (Shultz & Wang, 2011; Wang & Huang, 2024).

Outre la retraite comme telle, il est également question de s'adapter à cette transition généralement perçue comme significative pour la plupart des individus. Les recensions des écrits de Wang et Shultz (2010) ainsi que de Wang et Shi (2014) indiquent, entre autres, que les personnes qui se sont investies longtemps dans une occupation professionnelle satisfaisante et significative s'avèrent être celles qui éprouvent le plus de difficulté à s'adapter à la retraite. Ce constat fait écho à la théorie de la continuité (Atchley, 1999) qui soutient que l'individu est porté par une motivation fondamentale à maintenir son identité en conservant ses modes de fonctionnement au fil du temps. Ainsi, l'individu utilise des stratégies et ses ressources pour s'adapter à la retraite en trouvant le moyen de perpétuer ses styles de vie dans son nouveau quotidien (Bordia et al., 2020). Néanmoins, le déclin de l'état de santé ainsi qu'une diminution des revenus financiers peuvent avoir un impact négatif sur l'adaptation à la retraite. En revanche, lorsque la satisfaction au travail est faible, les auteurs rapportent que la transition vers la retraite est perçue positivement par les retraité-es qui éprouvent du soulagement (Wang & Shi, 2014; Wang & Shultz, 2010). Ce dernier constat se base sur la théorie des rôles qui soutient que l'individu est amené à s'identifier et à s'investir dans des rôles sociaux qu'il valorise au cours des transitions de différentes

périodes de vie (Martinčeková & Škrobáková, 2019). En ce sens, certains rôles tendent à disparaître pour être remplacés ou réinvestis à différents moments selon les valeurs et les objectifs de l'individu (Bordia et al., 2020; Martinčeková & Škrobáková, 2019). Ainsi, pour certaines personnes, la retraite implique le deuil du rôle professionnel et un processus de réinvestissement dans un nouveau rôle (p., ex. : devenir grands-parents). La transition de rôles s'effectue positivement lorsqu'elle correspond aux valeurs et objectifs de la personne. Toutefois, cette transition peut demeurer difficile lorsque l'individu est amené à abandonner un rôle auquel il tient (Bordia et al., 2020).

La retraite dans le milieu agricole

La retraite dans le milieu agricole est caractérisée par différents types de retraits qui sont associés aux particularités de ce milieu de travail et aux motivations sous-jacentes à la retraite des agriculteur·trices.

Les types de retraits

La situation des personnes qui envisagent la prise de la retraite peut varier considérablement selon la région où elles vivent et le secteur d'activités dans lequel elles exercent leur profession (Tremblay & Larivière, 2009). Non seulement le statut de retraite varie en fonction des professions et des trajectoires de vie (Brydsten et al., 2025; Hershenson, 2016; Leinonen et al., 2022; Turek et al., 2024), mais il devient encore plus difficile à cerner en milieu agricole (Kirkpatrick, 2013). Ainsi, à défaut de parler de retraite en tant que telle, il serait plus adéquat d'évoquer des types de retraits. Par exemple, selon

une étude québécoise de Parent et al. (2000), il est possible pour un exploitant agricole de se considérer à la retraite lorsque celui-ci ne s'investit plus dans les responsabilités décisionnelles de l'entreprise bien qu'il continue d'y travailler. Ce retrait « partiel » est souvent rapporté par d'autres études menées dans les régions rurales du Royaume-Unis, des États-Unis, de l'Australie et de la France (Barclay et al., 2007; Lobley et al., 2010; Rigal & Saïas, 2022; Riley, 2012, 2016). Ce type de retrait implique que l'agriculteur·trice se retire progressivement des tâches les plus difficiles tout en poursuivant son engagement quant aux tâches courantes de la ferme. Des auteurs observent des situations où le retrait est « inexistant », c'est-à-dire que la personne travaille dans l'entreprise agricole jusqu'à son dernier souffle (Conway et al., 2017; Kirkpatrick, 2013). Finalement, une autre tendance est celle du retrait « total » où les propriétaires vendent l'entreprise et cessent ainsi toutes activités reliées à la production agricole (Grubbström & Eriksson, 2018). En somme, la littérature portant sur la retraite en milieu agricole met en lumière la prédominance du retrait « partiel » pour la plupart des agriculteur·trices ayant atteint l'âge de l'obtention d'une pension, ce qui leur permet d'opérer une transition graduelle durant laquelle ces personnes conservent leurs occupations et demeurent actives à la ferme, mais à leur rythme (Grubbström & Eriksson, 2018; Ouellet et al., 2003; Rigal & Saïas, 2022; Riley, 2012, 2016; Wiseman & Whiteford, 2009). Cela étant dit, il n'est pas surprenant que les données quant à l'âge de la retraite définitive des agriculteur·trices restent vagues. Il appert que cette population prendrait généralement ses propres dispositions personnelles en matière de retrait (p. ex., gestion de leur propre pension à titre de travailleur·euse autonome) ce qui implique un flou quant à la mise à jour des registres et des données définitives sur la retraite

agricole. Le milieu de l'agriculture étant caractérisé, entre autres, par sa structure professionnelle favorisant l'indépendance, celui-ci n'est pas soumis aux mêmes obligations contractuelles que doivent prendre les entreprises pour la retraite de leurs employé-es (Riley, 2012). Le manque de données sur la retraite des agriculteur·trices (âge moyen, attitudes à l'égard de la retraite, sources de revenus) complexifie davantage la présentation du portrait général du phénomène (Kirkpatrick, 2013). Ce contexte professionnel unique suscite des enjeux particuliers, alors qu'un nombre de plus en plus important d'agriculteur·trices cheminent vers cette transition de vie, phénomène corollaire à celui du vieillissement de la population (Lepage et al., 2011; Riley, 2016; Statistique Canada, 2021).

Les particularités du milieu de travail

La singularité de l'environnement de travail et les particularités du milieu agricole complexifient le passage à la retraite et expliquent en partie la diversité des types de retraits observés chez les agriculteur·trices. Ainsi, l'absence de frontière entre l'espace de travail et le domicile permet difficilement à l'individu de faire une coupure quant à l'horaire de travail et la charge mentale reliée aux tâches professionnelles (Bousquet & Robichaud, 2021; Riley, 2016). Cela vient limiter le temps alloué aux activités figurant hors du contexte professionnel, tel que les loisirs ou la prise de vacances (Bousquet & Robichaud, 2021; Parent, 1996). Dans ce contexte d'engagement continu, le temps de réflexion consacré à préparer une transition vers la retraite est souvent négligé ou reporté. De plus, puisque la socialisation au rôle d'agriculteur·trice commence dès l'enfance (Chiswell, 2018), très tôt l'identité personnelle et sociale est façonnée par les dynamiques du milieu familial et rural

(Rigal & Saïas, 2022). Il n'est pas étonnant de constater que les personnes travaillant en milieu agricole seront portées à repousser leur retrait d'une profession qui les définit (Downey et al., 2016). En ce sens, ces personnes voudront maintenir le plus longtemps possible leur identité et un sentiment d'appartenance à leur milieu rural, en plus d'éviter le sentiment d'inutilité qu'elles redoutent de ressentir lors de la retraite (Bordia et al., 2020; Downey et al., 2016; Wiseman & Whiteford, 2009). Ainsi, pour reprendre l'expression de Marcoux et Hébert (2020, paragr. 70), l'agriculteur « ne *fait* pas de l'agriculture, [il] *est* agriculteur » [adaptation libre]. De plus, le maintien des activités agricoles est une manière pour bon nombre d'agriculteurs-trices âgé-es de contrer les discours sociétaux négatifs dominants sur le fardeau que constitue le vieillissement de la population pour la société (Billé, 2017; Riley, 2016). Ainsi, le maintien d'un mode de vie actif où l'individu se retrouve en constante relation avec la nature, les animaux et les autres personnes qui gravitent autour de l'exploitation agricole permet à celui-ci de repousser la prise de la retraite ; celle-ci étant souvent perçue comme une période de déclin (Kirkpatrick, 2013).

Les motivations au retrait en agriculture

Des études ont identifié les différents facteurs qui influencent le processus de prise de décision des travailleurs à propos de leur retraite à venir. Généralement, ces facteurs généraux se répartissent en deux groupes : les facteurs d'incitation à quitter le milieu de travail (*push factors*) et les facteurs d'attraction vers la retraite (*pull factors*) (De Preter et al., 2013; Laberon et al., 2019; Noone et al., 2013). Les facteurs incitant au départ de l'emploi incluent habituellement des considérations négatives comme la diminution de

l'état de santé ou la diminution des capacités cognitives ou physiques (Oksanen & Virtanen, 2012; Rigal & Saïas, 2022; Riley, 2012, 2016), ainsi que l'insatisfaction au travail (Fouquereau et al., 2018). Quant aux facteurs d'attraction vers la retraite, il s'agit principalement de considérations positives (Fouquereau et al., 2018; Shultz et al., 1998) comme le souhait d'utiliser le temps qui reste à sa vie pour réaliser ses rêves, accorder davantage de temps à sa famille et à ses proches ou effectuer des activités de loisirs (De Preter et al., 2013; Kubicek et al., 2010).

Pour les personnes travaillant en milieu agricole, les facteurs d'attraction vers la retraite peuvent être l'anticipation d'un soulagement et d'une libération par rapport aux responsabilités liées à la gestion de l'exploitation, tout en devenant une opportunité de s'investir dans différents réseaux relationnels, tels que la famille, le voisinage et le milieu associatif (Grubbström & Eriksson, 2018; Rigal & Saïas, 2022). Pour les agriculteur·trices ayant une relève familiale assurée, le retrait de l'entreprise s'avère motivé par la volonté de laisser la place aux générations suivantes (Marcoux & Hébert, 2020). De plus, plusieurs auteurs s'entendent pour statuer que la situation financière est un des facteurs les plus significatifs dans la prédiction du passage à la retraite (Akben-Selcuk & Aydin, 2021; Leinonen et al., 2020). La situation financière peut s'avérer à la fois un facteur incitatif au départ à la retraite qu'un facteur d'attraction. Ainsi, certains individus seront poussés à prendre leur retraite à cause des mesures fiscales, telles que l'augmentation de l'impôt relatif au maintien en emploi (De Preter et al., 2013; Duval, 2003), alors que le versement de pensions permettant de maintenir un niveau de vie satisfaisant peut être un facteur

d'attraction favorisant le passage à la retraite (Wang & Shultz, 2010). Pour les agriculteur·trices, la précarité financière de l'entreprise peut aussi inciter au départ, par la mise en vente de l'exploitation agricole, afin d'éviter la faillite et ainsi combattre la détresse psychologique (Marcoux & Hébert, 2020). En somme, le retrait progressif ou complet de l'agriculteur·trice dépend de sa manière de percevoir les différents facteurs qui jouent un rôle dans la décision de prendre la retraite (De Preter et al., 2013; Fouquereau et al., 2018).

L'étude quantitative de Laberon et al. (2019) s'est intéressée à la transition psychosociale et au bien-être psychologique de 530 agriculteurs du sud-ouest de la France. Il s'agit d'une des premières études qui s'intéressent spécifiquement à l'adaptation à la retraite de la population agricole. Les participant·es (62,5 % hommes) étaient âgé·es entre 61 à 85 ans ($M = 73$ ans) et à la retraite depuis 12 ans en moyenne. La majorité (62,3 %) avait pris leur retraite à 60 ans et l'âge moyen de l'échantillon était de 61 ans (50 à 75 ans). Les résultats indiquent que les personnes qui avaient une perception positive de la retraite s'adaptaient mieux à l'augmentation et à la gestion du temps libre. Elles-étaient également satisfaites de leur vie, en bonne santé et moins déprimées. On peut noter que les facteurs d'incitation à quitter (*push factor*) ou à rester (*antipush factor*) dans le milieu agricole n'avaient pas d'influence significative sur le bien-être et la santé mentale des agriculteur·trices retraité·es, bien que d'autres études aient démontré le contraire (Laberon et al., 2019). Les résultats montrent plutôt que c'est l'évaluation positive (optimisme, gain) ou négative (pessimisme, perte) du départ vers la retraite qui a un impact sur l'ajustement et des effets à long terme sur la santé et le bien-être des retraité·es (Laberon

et al., 2019). Puisque le retrait de l'entreprise agricole oblige les agriculteur·trices à réorienter leur rôle ainsi que leurs activités, il semble pertinent de s'intéresser à ce qui donne du sens à leur vie.

Le sens à la vie

Cette section vise à présenter les différentes conceptualisations du sens à la vie. Selon la récente recension de King et Hicks (2021), le modèle tripartite du sens à la vie fait consensus dans la littérature scientifique. Ce consensus se base en grande partie sur les travaux de Martela et Steger (2016) qui sont les premiers à fournir une vue d'ensemble théorique compréhensible des composantes du sens à la vie. Le modèle tripartite du sens fait également l'objet d'une mesure empirique, le *Multidimensional Existential Meaning Scale* (George & Park, 2017).

Le modèle tripartite de sens

Selon le modèle tripartite de sens, la cohérence (compréhension de sa vie), le but (vie dirigée par des objectifs), et la signification (importance/valeur de sa propre existence) constituent les trois composantes principales de ce concept. Elles seront décrites dans les pages qui suivent.

Pour Martela et Steger (2016), le sens à la vie implique nécessairement une recherche de cohérence. La cohérence désigne la dimension cognitive du sens à la vie. Elle réfère à la compréhension que l'individu se fait de sa vie et du monde dans lequel il vit, ainsi qu'à

sa capacité à former une représentation mentale cohérente de son univers à partir de ses multiples expériences de vie. Elle est le résultat d'une intégration continue de tous les instants de sa vie qui finissent par être ancrés dans des modèles de sens globaux qui orientent l'individu. Toutefois, bien qu'une vision cohérente de sa vie soit nécessaire, cette dimension n'est pas suffisante pour donner une signification à sa vie et en arriver à la conclusion qu'elle vaut la peine d'être vécue (Martela & Steger, 2016). Néanmoins, Heintzelman et al. (2013) ont démontré empiriquement l'importance de cette dimension en observant que des personnes exposées à de l'information présentée de manière cohérente (p. ex., images de nature, stimuli linguistiques, schémas familiaux) rapportaient un sens à la vie plus élevé que celles exposées à des stimuli présentés de manière moins cohérente. De plus, comme l'indiquent King et Hicks (2021), la recherche suggère aussi que la régularité de la vie, par ses routines quotidiennes ou l'engagement dans des activités cycliques, favorise le sentiment de contrôle et contribue à donner du sens au moment présent.

Le sens à la vie surgit lorsque les gens ont des objectifs clairs et précis dans leur existence. Ainsi, le développement et la poursuite de buts significatifs qui donnent une direction à la vie de l'individu représentent la dimension motivationnelle du sens (Martela & Steger, 2016). Les buts découlent des valeurs et des besoins de l'individu et influencent ses pensées, ses émotions tout en orientant ses comportements (Ryan & Deci, 2017). Le sens à la vie et le bien-être psychologique sont habituellement associés à des buts

intrinsèquement motivés (activités pratiquées pour le plaisir, l'intérêt ou la satisfaction qu'elles procurent) et autodéterminés, c'est-à-dire choisis librement (Ryan & Deci, 2017).

L'ajout de la composante de la signification est récent dans la littérature scientifique sur le sens à la vie (Martela & Steger, 2016). Elle constitue la dimension évaluative du sens, c'est-à-dire la valeur ou l'importance que l'individu accorde à sa propre existence et correspond au sentiment que sa vie vaut la peine d'être vécue (Martela & Steger, 2016). Elle implique aussi une évaluation rétrospective de l'ensemble de sa vie où l'individu conclut que son existence a été utile. La dimension de la signification est fortement reliée au concept japonais d'*ikigai*, qui fait référence à ce qui donne à la vie sa valeur (Kemp, 2022), et au concept d'*eudaimonia*, qui correspond à un mode de vie favorisant l'épanouissement personnel et la réalisation de son potentiel (Martela & Steger, 2016). Comparativement à la composante du but, orientée principalement vers l'avenir, celle de la signification s'interprète comme une évaluation subjective de la vie de la personne au travers de ses expériences passées, présentes et futures. Dans leur recension, King et Hicks (2021) ajoutent que les gens ont besoin que leur vie ait aussi de la valeur aux yeux des autres. La dimension de la signification intègre donc aussi les concepts de *mattering*, c'est-à-dire de se sentir important pour autrui (Costin & Vignoles, 2020; Flett, 2022; Guthrie et al., 2025) et de générativité, c'est-à-dire le désir d'engagement envers les générations futures (Erikson & Erikson, 1997; Erikson et al., 1986).

Les sources de sens à la vie

Dans leur recension, King et Hicks (2021) font la liste des éléments qui contribuent à donner du sens à la vie. Évidemment, compte tenu du nombre élevé d'heures que les individus passent au travail, ce dernier peut procurer des opportunités qui permettent de réaliser des buts personnels et d'être utile et ainsi devenir une importante source de sens (Ward & King, 2017). Le bonheur, la satisfaction, et le sentiment d'accomplissement sont aussi considérés comme sources de sens à la vie. Ainsi l'induction d'affects positifs, par le recours à des activités plaisantes (écoute d'une musique appréciée ou la remémoration d'un souvenir heureux), permet de générer du sens à la vie. Cependant, le fait d'être heureux représente davantage un indicateur permettant à l'individu d'évaluer si sa vie a du sens. Ainsi, bien que pour Reker et Wong (2012), le bonheur et la satisfaction constituent la composante affective de leur modèle de sens à la vie (en plus des dimensions de cohérence et de buts), pour Martela & Steger (2016), ils correspondent davantage à la dimension évaluative de leur propre modèle, soit la signification.

Selon Schnell et Becker (2006), les caractéristiques de l'individu ou certains traits de personnalité, tels que l'ouverture d'esprit, l'adaptabilité, le dépassement de soi et le sens des responsabilités favorisent l'émergence d'expériences donnant un sens à la vie. King et Hicks (2021) soulignent également que l'authenticité (l'importance d'être soi-même ou d'être en contact avec soi-même) prédit le sens de la vie au-delà de nombreuses autres co-variables, y compris l'estime de soi.

Selon une recension menée par Glaw et al. (2017), les relations sociales, en particulier celles établies avec la famille, sont la plus importante source de sens à la vie, peu importe la culture ou le groupe d'âge. Le sentiment d'appartenance ainsi que les interactions sociales positives (p. ex., le soutien social) sont des prédicteurs significatifs de la perception du sens à la vie (Dewitte et al., 2021; King & Hicks, 2021; Pinquart, 2002; Steger et al., 2013).

Pour plusieurs individus, la foi religieuse joue un rôle significatif dans leur vision du monde et au sens donné à leur existence. La pratique religieuse favorise la cohérence en offrant un cadre de référence et une structure à la vie, ainsi qu'un sentiment d'appartenance en donnant l'opportunité de tisser des liens interpersonnels avec les membres de la communauté et par le partage de rituels (King & Hicks, 2021). Comme l'indiquent certaines études, la spiritualité et la religion sont généralement associées à un sens à la vie élevé (Dewitte et al., 2021; Greenblatt-Kimron et al., 2022; Steger et al., 2006).

Tel que le soulignent les auteurs, la conceptualisation du sens de la vie ne peut être envisagée sans aborder la question de la mort. Il existe des perspectives qui suggèrent que la prise de conscience de la finitude peut conduire à une vie plus authentique et significative (King & Hicks, 2021). À cet effet, la théorie de la sélectivité socioémotionnelle suggère que lorsque les individus prennent conscience de la finitude de leur existence, ils ont tendance à privilégier des objectifs et des activités ayant une valeur significative, comme passer du temps avec leurs proches, voyager et découvrir le monde

ou profiter des beautés de la vie (Carstensen, 2006, 2021; Carstensen et al., 2011). Certaines études suggèrent que les rappels subtils de la mort peuvent même renforcer le sens à la vie (King et al., 2009).

Certains auteur-es considèrent qu'un lieu significatif peut être source de sens à la vie (Ekman et al., 2001). Selon May (1953) et Cooney et al. (2013), la relation entretenue avec l'environnement et la nature constitue une expérience de sens à la vie, puisqu'elle revitalise le sentiment d'identité, d'appartenance et de connectivité au monde (Ekman et al., 2001). En étant exposé à la nature, l'individu se retrouve en relation avec un tout plus grand que soi lui permettant parallèlement un retour aux racines, à l'essentiel (Softas-Nall & Woody, 2017). Ce lieu significatif peut aussi être le domicile de la personne (Cooney et al., 2013). Selon l'étude qualitative américaine de Leith (2006), menée auprès de 20 femmes âgées de 63 à 91 ans vivant seules dans un complexe de logements collectifs, le « chez-soi » est un espace intime favorisant l'authenticité, la liberté et l'autodétermination de l'individu. Ce lieu significatif reflète la continuité de l'identité, en plus de promouvoir un sentiment de contrôle et d'autonomie chez la personne âgée.

Finalement, il semblerait que les activités significatives s'avèrent une importante source de sens à la vie (Persson & Erlandsson, 2010; Steger & Dik, 2010). Par exemple, les loisirs constituent des activités significatives, puisqu'elles impliquent un engagement volontaire et non professionnel de la part de l'individu qui les pratique pour le plaisir obtenu (Bone et al., 2022). La transition à la retraite implique un remaniement des

activités du quotidien et comme le souligne l'étude de Henning et al. (2021), les individus sont portés à s'engager davantage dans des activités intellectuelles, sociales et physiques à titre de loisirs après la retraite. Ce type d'engagement est associé à un plus grand bien-être ainsi qu'à une meilleure santé mentale. L'étude de Lewis et Hill (2020) appuie également ce constat, en plus de souligner qu'une participation fréquente à des activités de loisirs favorise la promotion du sens à la vie ainsi qu'un sentiment d'utilité plus élevé. Par ailleurs, parmi les activités significatives, les auteurs font aussi référence au bénévolat qui génère, pour plusieurs retraité-es, le sentiment d'avoir un but dans la vie. Selon Cousineau et Misener (2019), les activités bénévoles favorisent la création de sens à la vie durant la retraite pour plusieurs raisons : elles permettent de contribuer positivement à la communauté, de renforcer le sentiment de « faire une différence », de redéfinir l'identité personnelle, de créer de nouveaux liens sociaux significatifs ainsi que d'offrir un environnement stimulant, propice à l'apprentissage et au développement de nouvelles compétences ou à l'utilisation de compétences existantes d'une manière différente.

De leur côté, Nakamura et Csikszentmihalyi (2003) se sont intéressés à l'expérience optimale (*flow*) comme source d'un sentiment de plénitude et de sens à la vie. Cette expérience positive se caractérise par une implication totale et intense de l'individu dans une activité intrinsèquement motivée qui représente un défi pour lui (Csikszentmihalyi & Bouffard, 2017; Standridge et al., 2020). La personne s'engage à fond dans la tâche et est pleinement concentrée dans le moment présent. L'étude qualitative de Standridge et al. (2020) s'est également intéressée à l'expérience du *flow* chez des personnes retraitées

américaines de 69 à 90 ans dans le cadre de leurs activités de loisirs. La plupart des participant-es exercent des activités de loisirs informelles, c'est-à-dire des activités effectuées pour le plaisir, de manière spontanée, sans préparation minutieuse et n'impliquant aucun engagement dans une association. Habituellement, ces activités sont de courte durée. L'analyse du contenu des entretiens révèle que leur expérience possède certaines des caractéristiques du *flow* : la concentration intense, l'engagement dans la tâche et la gratification ou satisfaction intérieure que retire l'individu de l'accomplissement de l'activité. Toutefois, Standridge et al. (2020) considèrent que les personnes interrogées ne sont pas en état de *flow*, bien qu'elles ressentent un bien-être lorsqu'elles exercent leurs loisirs informels, car leur expérience ne comporte pas des composantes essentielles du *flow*, telles que la poursuite d'un objectif précis qui constitue un défi pour la personne, car la tâche exige des compétences particulières et un engagement intense. L'expérience de *flow* est donc davantage associée à des loisirs « sérieux ».

La présence, la quête ou les sources de sens à la vie sont importantes pour tous les individus et ce besoin se révèle d'autant plus significatif chez les personnes âgées étant donné la conscience d'un temps limité à vivre (Carstensen, 2021; Hicks et al., 2012; Steger et al., 2009) et l'importance des relations interpersonnelles pour le bien-être psychologique (Krause & Rainville, 2020).

Le sens à la vie et le bien-être

Le sens à la vie est un facteur qui favorise l'équilibre et le bien-être subjectif chez l'individu (Li et al., 2020). De nombreuses études ont souligné les associations positives entre le sens à la vie des personnes âgées et diverses variables, telles que le bien-être psychologique, les émotions positives, le bonheur, l'estime de soi, le sentiment d'efficacité personnelle et la résilience (AshaRani et al., 2022; Crego et al., 2020; Greenblatt-Kimron et al., 2022; Nygren et al., 2005; Steger et al., 2009). Le sens à la vie protège les aîné-es du désir de mourir et des idéations suicidaires (Heisel & Flett, 2014). Inversement, un faible sens à la vie est associé à la détresse psychologique, la dépression, l'anxiété, et la solitude (Greenblatt-Kimron et al., 2022). Czekierda et al. (2017) observent également des associations significatives positives avec la santé physique, les liens les plus forts étant avec les indicateurs subjectifs.

Le sens à la vie à la retraite

Le passage à la retraite est reconnu pour être une transition de vie qui influence l'identité personnelle de l'individu (Jolles et al., 2022; Liu & Allan, 2023; Smith et al., 2024) et qui suscite de nombreux changements dans la vie de la personne aux plans des activités quotidiennes et des buts, du réseau social et familial, ainsi que des revenus (Arbuz, 2017). Elle pourrait donc constituer un évènement de vie susceptible de chambouler le sens à la vie.

Récemment, Liu et Allan (2023) ont réalisé une étude quantitative sur le sens à la vie auprès de 240 personnes retraitées américaines, âgées de 50 à 88 ans, en recourant à trois questionnaires : *The Work and Meaning Inventory* (WAMI; Steger et al., 2012), *The Reminiscence Functions Scale* (Webster, 1993), *The Meaning in Life Questionnaire* (Steger et al., 2006). Les résultats suggèrent que les retraité·es qui se définissent par leur identité professionnelle sont plus à même d’exploiter les habiletés ou compétences développées dans le cadre de leur profession antérieure durant leur retraite. Par exemple, les personnes qui considèrent qu’elles avaient les habiletés à résoudre des problèmes dans le milieu professionnel, comme une bonne capacité de communication ou une plus grande tolérance au stress, ont tendance à croire qu’elles sont en mesure de résoudre des difficultés après la retraite. Cette observation appuie les résultats d’autres études qui ont constaté que la plupart des personnes à la retraite continuent de s’identifier à leur ancienne identité professionnelle et que cette dernière continue d’influencer leur estime d’elles-mêmes, malgré l’arrêt de leur travail et la durée de leur retraite (Bordia et al., 2020; Reitzes & Mutran, 2016).

De leur côté, Kristensen et al. (2023) se sont intéressés aux réflexions sur le sens à la vie de 40 Danois âgés de 65 ans et plus, nouvellement retraités. Inspirée d’une approche phénoménologique, cette étude exploratoire a permis de cibler six sources de sens : 1) les liens familiaux; 2) la connectivité sociale; 3) une structure à la vie quotidienne; 4) la contribution; 5) l’engagement; 6) le temps. Ces hommes rapportent que cette nouvelle période de leur vie génère un sentiment d’ambivalence entre le désir de profiter des opportunités qu’offre la retraite et l’incertitude ou l’appréhension quant à la manière de

structurer le quotidien. À la lumière des résultats, Kristensen et al. (2023) suggèrent que les hommes à la retraite devraient miser sur le maintien ou le développement de ces sources de sens à la vie – surtout le sentiment d’appartenance et l’engagement – afin qu’ils puissent mieux s’adapter à cette transition et donner du sens à leur vie.

Dans le même ordre d’idées, l’étude qualitative de Halama et al. (2021) s’intéresse à l’expérience de 40 Slovaques, âgés de 57 à 69 ans ($M = 63,4$), récemment retraités (entre 6 mois et 4 ans; $M = 2,8$ ans) et à la manière dont ces hommes créent ou reconstruisent un sens à leur vie au cours de la retraite. Les résultats des entretiens semi-structurés mettent en lumière une continuité des sources de sens chez ces retraités, plutôt qu’une rupture de celles-ci. Le travail et la famille demeurent des sources de sens importantes avant et après la retraite. Ainsi, les tâches ménagères, le jardinage ou un travail temporaire sont des activités productives qui ne servent pas uniquement à occuper le temps, mais qui apportent un sens à la vie. Halama et al. (2021) mentionnent également que la retraite peut entraîner une reconfiguration de la manière dont la famille constitue une source de sens. Par exemple, l’action de prendre soin de sa famille évolue, notamment en adoptant le rôle de grands-parents, ce qui contribue et alimente le sentiment de générativité. Enfin, les principaux facteurs qui facilitent la construction de sens sont les attitudes positives (p. ex., optimisme, proactivité, introspection de soi, humilité, gratitude, responsabilité) et le soutien social. D’un autre côté, le manque de moyens financiers et la mauvaise santé du retraité ou d’un proche ainsi que le deuil du partenaire peuvent entraîner de la solitude et des difficultés à partager des activités significatives.

De leur côté, Yemiscigil et al. (2021) ont voulu voir si la retraite conduisait nécessairement à une crise existentielle, puisque les travaux de Hill et Weston (2019) ont montré que le sens à la vie diminuait avec le temps après la prise de la retraite, bien qu'il y ait d'importantes variabilités interindividuelles. À partir des données longitudinales de la *Health and Retirement Study*, Yemiscigil et al. (2021) ont examiné auprès d'un échantillon de 8 113 participant·es l'effet de la prise de retraite sur le sens à la vie en fonction de l'âge d'éligibilité à la pension de la sécurité sociale américaine et sa durée. Les résultats indiquent que le sens à la vie diminue avec l'âge, mais qu'il y avait une augmentation notable aux deux moments d'éligibilité à la pension (62 ans pour la retraite anticipée et 65-67 ans pour la retraite normale), particulièrement chez les individus de statut socio-économique modeste qui ont abandonné un emploi insatisfaisant pour prendre leur retraite. Ainsi, la période de la retraite se révèle comme une opportunité de redécouvrir un sens à sa vie, même si les personnes disposent de moins bonnes ressources financières.

Finalement, Nakamura et al. (2022) se sont penché·es sur les facteurs prédictifs du sens à la vie dans un échantillon de 13 771 participant·es de 50 ans et plus, provenant de la *Health and Retirement Study*. Ils ont examiné l'effet de 61 facteurs relatifs à la santé physique (p. ex., diverses maladies et problèmes sensoriels), aux comportements de santé (p. ex., tabagisme, problèmes de sommeil), au bien-être psychologique (p. ex., optimisme, satisfaction de vie, dépression, anxiété) et aux relations interpersonnelles. Les résultats indiquent que l'activité physique, les affects positifs et l'optimisme, la participation aux services religieux, les contacts fréquents avec les ami·es, les comportements altruistes, et

le bénévolat prédisent une augmentation du sens à la vie quatre ans après la prise de la retraite, alors que les problèmes de santé (AVC, problèmes cardiaques), les limitations fonctionnelles, la solitude, la perception de contraintes, le désespoir, la colère et l'hostilité, les symptômes dépressifs et anxieux sont associés à une diminution du sens à la vie.

Le sens à la vie en milieu rural

Parmi les études portant sur le sens à la vie chez les personnes âgées, très peu s'intéressent à cette thématique chez les gens vivant en milieu rural et encore moins en milieu agricole. Néanmoins, l'étude qualitative et exploratoire de Jonsén et al. (2014) a permis de mettre en lumière les sources de sens à la vie chez les personnes âgées vivant en milieu rural dans le nord de la Suède. Les entretiens menés auprès des 10 participant-es âgé-es de 85 à 95 ans (7 femmes et 3 hommes) ont révélé que les sources de sens à la vie portaient principalement sur : 1) la création d'un espace pour vivre (avoir un foyer pour soi et sa famille, créer de ses propres mains son chez-soi, profiter des ressources affiliées au chez-soi, telles que la mise en place d'un potager), 2) vivre en relation avec les autres et la nature (anciennes et nouvelles amitiés, la nature comme source de bonheur), 3) se considérer en lien avec les générations futures (l'héritage symbolique, les petits-enfants, le sentiment d'unité et d'appartenance) et 4) avoir la foi en Dieu (réconfort, espoir).

Quant à l'équipe de Ness et al. (2014a, 2014b), elle s'est intéressée à l'expérience du sens à la vie chez les personnes âgées vivant seules en Norvège et recevant des soins infirmiers à domicile en milieu rural. La première étude (Ness et al., 2014a) a été réalisée

auprès de 11 femmes âgées de 82 à 95 ans et révèle l'importance d'un lieu significatif ou du « chez-soi » comme source de paix et de sécurité, en plus d'être associé à un fort sentiment d'indépendance. La deuxième étude (Ness et al., 2014b) s'intéresse au sens à la vie de 12 hommes de 82 à 94 ans du même milieu. Les analyses des entrevues indiquent trois sources de sens : les activités quotidiennes, les passe-temps et l'importance du lien avec la nature.

De leur côté, AshaRani et al. (2022) ont mené une revue systématique de la littérature sur le sens à la vie chez les personnes de 65 ans et plus, afin de décrire le concept et ses prédicteurs. Parmi les articles recensés, deux études ont été menées auprès d'une population âgée de 85 ans et plus vivant spécifiquement en milieu rural (Hedberg et al., 2010, 2013). L'étude quantitative de Hedberg et al. (2010) souligne que l'attitude positive des personnes âgées en regard de leur vieillissement (p. ex., vision positive de la vie, de la société et de soi-même avec l'avancement en âge) s'avère être un facteur prédictif du sens à la vie. Quant à la seconde étude, elle visait à recueillir les réflexions des hommes sur le sens de leur vie (Hedberg et al., 2013). Les analyses des entretiens ont montré qu'ils éprouvent le plus fortement du sens à leur vie lorsqu'ils se remémorent leur passé et leurs expériences professionnelles antérieures. En bref, bien que ces études portent spécifiquement sur le sens à la vie perçu par des individus habitant en régions rurales, elles s'intéressent principalement à des gens très âgés (85 ans) et ne peuvent s'appliquer directement à des personnes ayant récemment vécu la transition vers la retraite, ni au milieu agricole québécois.

L'impact de la retraite sur le sens à la vie chez les agriculteur·trices

Jusqu'à maintenant, il ne semble exister aucune étude se penchant spécifiquement sur le sens à la vie chez les personnes retraitées travaillant en milieu agricole. Néanmoins, Conway et al. (2022) font des suggestions sur les mesures qui pourraient être prises pour rassurer les agriculteur·trices âgé·es de leur importance au sein de la communauté agricole et du maintien de leurs liens sociaux lors du transfert de l'entreprise agricole à la prochaine génération. Ainsi, les auteur·es suggèrent qu'il pourrait être bénéfique, aux plans émotionnel et social, pour les agriculteur·trices âgé·es d'être membres d'un réseau ou d'une organisation qui refléterait leurs valeurs et aspirations.

La revue à large portée (*scoping review*) de Fletcher et al. (2023) résume la littérature existante sur les expériences de retraite des agriculteur·trices australien·nes, âgé·es de 40 à 90 ans, ainsi que les éléments entravants ou facilitant cette transition. Il ressort que les difficultés liées à l'état de santé, ainsi que celles liées à l'incapacité de travailler, sont considérées comme des facteurs de stress importants, tout comme les considérations financières et la crainte de perdre son identité personnelle. Parmi les facteurs favorisant la transition, les auteures relèvent la présence d'un réseau de soutien social, une prise de retraite progressive, l'engagement dans des activités diversifiées et une planification financière organisée. Les études sélectionnées rapportent que les agriculteur·trices expriment une crainte de se sentir inutiles et de perdre leur identité lorsque leurs activités et leurs liens avec leur exploitation agricole ne seront plus maintenus après la retraite, ce qui peut générer des impacts sur le bien-être psychologique et conséquemment sur le sens

à la vie. Cela est dû à leur attachement au travail, à des intérêts ou activités peu développés en dehors de l'agriculture, ainsi qu'à des réseaux sociaux peu investis, susceptibles de les isoler lors de leur retraite. Finalement encourager le maintien des intérêts liés à l'agriculture, tout en les remplaçant progressivement par de nouveaux centres d'intérêt externes attrayants, pourrait rendre la transition vers la retraite plus fluide, en plus de maintenir le sentiment d'avoir un but dans la vie et une valeur au sein de la communauté.

De leur côté, la récente étude de Wu et Chao (2023) avait pour objectif d'analyser comment la réalisation des plans de retraite était liée à la santé mentale chez 1 200 retraité·es chinois·es de milieu rural, âgé·es de 60 ans et plus. Les résultats indiquent que les personnes qui avaient pris le temps de planifier leur retraite s'investissaient dans un plus grand nombre d'activités sociales et avaient une estime d'elles-mêmes élevée, ce qui contribuait à une meilleure santé mentale. Selon les auteures, la planification de la retraite est une manière d'orienter le sens de sa vie afin que les individus puissent poursuivre des activités qui sont cohérentes avec leurs représentations d'eux-mêmes.

En résumé, lorsqu'il est question de la retraite des agriculteur·trices, la littérature tend à porter davantage sur l'aspect économique et organisationnel du transfert ou de la vente de l'entreprise. En ce sens, la plupart des études ciblent la planification et le processus de transfert de l'exploitation agricole ainsi que ses enjeux afférents comme les problématiques sociofamiliales (Lepage et al., 2011). En revanche, certaines études portent sur le vécu des agriculteur·trices au moment même du retrait, mais négligent la

période post-retraite (Riley, 2012). De leur côté, les recherches sur le sens à la vie sont rares, même s'il est reconnu que cette dimension est associée au bien-être physique et psychologique chez les adultes qui avancent en âge (Czekierda et al., 2017; Steger et al., 2009). L'information limitée concernant l'impact de la retraite sur le sens à la vie des agriculteur·trices souligne donc l'importance de se pencher sur ce sujet.

Objectifs

L'objectif de cette étude qualitative exploratoire est de documenter la quête de sens chez les agriculteur·trices québécois·es de 65 ans et plus ayant quitté leurs activités professionnelles du milieu agricole depuis plus d'un an.

Les sous-objectifs de cette étude consistent à : 1) dresser un portrait de la manière dont les professionnel·les de l'agriculture perçoivent leur retrait des activités agricoles; 2) documenter l'impact du vieillissement et du retrait des activités agricoles sur le sens à la vie des agriculteur·trices retraité·es; 3) décrire la manière dont ces personnes arrivent à donner (ou non) un sens à leur quotidien et/ou à leur vie après l'arrêt de l'activité professionnelle.

Méthode

Ce deuxième chapitre présente la méthode utilisée afin d’atteindre les objectifs de cette étude exploratoire qualitative. Plus précisément, il aborde le déroulement de l’étude, décrit le canevas d’entrevue employé pour recueillir les données, pour finalement présenter les caractéristiques des participant-es.

Déroulement

Le recrutement a été effectué principalement grâce à un article paru dans le journal *La terre de chez nous* qui décrivait l’étude et mentionnait les coordonnées de la chercheuse principale afin que les participant-es potentiel·les puissent la contacter. Le recrutement a aussi été fait par le biais d’une affiche qui présentait brièvement la recherche (voir Appendice A). Elle a été envoyée à différentes organisations (p. ex., le Cercle des fermières, l’Institut de technologie agroalimentaire, l’Union des producteurs agricoles, le réseau de la Fédération de l’âge d’or du Québec) afin qu’elle puisse être transmise à leurs membres via leur bulletin d’informations ou sur leurs réseaux sociaux. Un certificat éthique¹ a été obtenu du Comité d’éthique de la recherche - Psychologie et Psychoéducation (CÉRPPÉ) de l’UQTR pour la réalisation de l’étude.

¹ CERPPE-22-10-07.10

Afin de participer à l'étude, les candidat-es devaient remplir les critères suivants : être un-e agriculteur-trice âgé-e de 65 ans et plus et avoir travaillé pour une exploitation agricole au Québec durant les cinq années avant la diminution de leur activité professionnelle. Les participant-es devaient également avoir cessé plus de 50 % de leurs activités professionnelles liées à l'exploitation agricole depuis au minimum un an. L'évaluation de leur statut de retraité-e est donc basée sur leur propre perception, particulièrement sur leur comparaison du nombre d'heures de travail depuis le retrait à celui qu'elle-il exerçait habituellement lors d'une semaine normale (p.ex., passage de 70 heures de travail par semaine à 30 heures de travail).

Après avoir manifesté leur intérêt par courriel ou par appel téléphonique, les participant-es ont été contacté-es par la chercheuse afin de leur présenter l'étude ainsi que la nature de leur participation, pour ensuite déterminer une date pour une entrevue de 60 à 90 minutes avec les personnes qui consentaient à s'impliquer dans la recherche. Selon leur préférence, l'entrevue pouvait avoir lieu en face à face, à distance (via la plateforme Zoom) ou par téléphone. Avant la date de l'entretien, les personnes étaient invitées à signer le formulaire d'information et de consentement (voir Appendice B) et à remplir un questionnaire sociodémographique (voir Appendice C) qui leur était acheminé par courriel.

Les entrevues ont toutes été réalisées au cours de l'automne 2023. Quatre entretiens ont eu lieu au domicile des participant-es, alors que cinq participant-es ont préféré s'entretenir au téléphone, tandis qu'un seul entretien s'est déroulé via la plateforme

virtuelle Zoom. Leur durée varie de 19 à 90 minutes. Néanmoins, la majorité des entretiens ont duré en moyenne 60 minutes. En ce qui concerne l'entrevue la plus courte, soit celle de 19 minutes, le participant ne tenait tout simplement pas à élaborer davantage ses réponses malgré les relances et les questions proposées par la chercheuse.

Instrument de collecte des données

Avant l'entrevue, les participant-es ont complété un questionnaire d'informations sociodémographiques qui recueillait des données sur le genre, l'âge, l'état civil, le type de domicile, le statut de cohabitation, la scolarité, le nombre d'années consacrées à leur travail d'agriculteur·trice, le type d'exploitation agricole et la région de production, ainsi que le nombre d'années écoulées depuis le retrait professionnel (voir Appendice C).

Le canevas d'entrevue (voir Appendice D) a été préparé pour guider les entretiens semi-structurés afin de mieux comprendre l'expérience personnelle des agriculteur·trices qui ont quitté leurs activités professionnelles en milieu agricole et l'impact de ce retrait dans leur vie. Le choix de cet outil s'inscrit dans une logique exploratoire et compréhensive afin de mettre en lumière les perceptions et les expériences singulières des participant-es. En fonction de la nature des objectifs de recherche, l'entretien semi-structuré permet d'accéder à des données contextualisées à la réalité de l'échantillon, tout en étant nuancées pour permettre une comparaison du phénomène étudié. L'entrevue était structurée en trois parties référant au présent, au passé et au futur de la personne. La première s'intéressait à la vie courante des participant-es, c'est-à-dire le déroulement de

la vie quotidienne et les changements depuis le retrait, les principales occupations actuelles et l'influence des activités sur le sens à la vie. La deuxième partie recueillait de l'information sur le passé de l'agriculteur·trice, particulièrement sur les événements justifiant le retrait, le déroulement de la transition et la manière dont elle a été vécue, les adaptations qui ont été jugées nécessaires, etc. Finalement, la dernière partie se penchait sur les projets et les buts personnels pour les prochaines années et la perception de l'avenir. Chaque partie était accompagnée d'une série de sous-questions afin d'accéder au vécu des participant·es (p. ex., quelles sont les choses dans votre quotidien qui génèrent un sens à la vie pour vous et pourquoi, quelles ont été les adaptations qui ont dû être faites).

Participant·es

La grande majorité ($n = 7$) des participant·es ont été recruté·es grâce à l'article paru dans le journal *La terre de chez nous*. L'échantillon total est composé de 10 participant·es (8 hommes et 2 femmes) âgé·es de 67 ans à 83 ans ($M = 74,8$). Toutes·tous sont marié·es à l'exception d'un participant qui vit en union de fait. L'ensemble des participant·es habitent uniquement avec leur partenaire dans une maison unifamiliale, sauf une participante qui vit également avec « d'autres personnes », sans qu'elle précise le type de relation (enfants, fratrie, etc.) qu'elle entretient avec elles. Un participant n'a aucune scolarité, cinq participants ont leur diplôme d'études secondaires, trois participant·es ont un diplôme d'études professionnelles et un participant possède un diplôme d'études universitaires.

Les retraité·es ont exercé leur profession d'agriculteur·trice pendant 41,7 ans en moyenne (entre 31 et 51 ans). Le nombre d'années depuis le retrait varie considérablement au sein de l'échantillon, allant de 1,5 an à 22 ans ($M = 8,9$). Le type d'exploitation agricole est aussi très varié. La majorité ($n = 6$) concerne la production laitière. Néanmoins, il y a aussi des individus ayant travaillé dans l'exploitation forestière ($n = 2$), l'acériculture ($n = 2$), la culture des pommes de terre ($n = 1$), celle des fruits et légumes ($n = 1$), la production céréalière ($n = 2$) et finalement l'élevage de moutons, de chèvres et d'agneaux ($n = 2$). Les participant·es proviennent de différentes régions du Québec : l'Estrie ($n = 2$), la Mauricie ($n = 1$), la Capitale-Nationale ($n = 1$), la Montérégie ($n = 3$), le Centre-du-Québec ($n = 2$) et Chaudière-Appalaches ($n = 1$). Plusieurs participant·es ont souligné leur curiosité pour le sujet de la recherche ainsi que la pertinence de s'attarder sur la réalité des agriculteur·trices âgé·es, qui demeure peu documentée et insuffisamment reconnue par la société québécoise.

Résultats

Ce troisième chapitre décrit d'abord la procédure employée pour effectuer l'analyse thématique du contenu des entretiens, pour ensuite présenter les résultats obtenus dans le cadre de cette étude exploratoire qualitative. Ces derniers sont répartis en trois sections qui abordent les principales catégories de thèmes émergents : les changements depuis le retrait, les différentes sources de sens à la vie et l'utilisation significative du temps qui reste.

Analyse des données

Le recours à une étude qualitative à visée exploratoire s'est avéré essentiel pour documenter une réalité peu connue de la littérature scientifique en milieu rural. Le choix d'un devis exploratoire convient particulièrement lorsqu'un phénomène complexe tend à être approfondi sans qu'aucun lien de causalité ne soit supposé d'avance. C'est dans cette visée que l'analyse des données s'est effectuée en fonction d'une méthode inductive qui favorise l'émergence de données fiables provenant de significations ancrées dans les récits des participant·es (Daigle et al., 2025).

Tout d'abord, les enregistrements des entrevues ont été retranscrits dans leur intégralité sans avoir été retournés aux participant·es pour leur validation. Le contenu des entretiens a été analysé selon les cinq étapes de la stratégie d'analyse thématique de Paillé et Mucchielli (2016) : 1) étape d'immersion – lectures répétées du corpus de données;

2) codage initial – codes descriptifs attribués aux unités de signification trouvées dans le corpus; 3) transformation – unités de sens transformées en expressions significatives de l'expérience des participants; 4) synthèse – organisation des données dans une structure générale; 5) validation – allers-retours entre les données brutes et la structure générale afin de clarifier et interpréter les données. Ce processus d'analyse s'est effectué manuellement par un code de couleurs et de tableaux complétés sur Word sans le recours à des logiciels de codage (p. ex., Nvivo).

Le contenu des entretiens a été analysé de manière indépendante entre la chercheuse principale et une des codirectrices de la recherche. Afin que l'accord inter-juge soit atteint rigoureusement, la codification des entrevues a été comparée entre la chercheuse principale et la codirectrice à plusieurs reprises tout comme lors du travail de régression phénoménologique lors de la validation des catégories et des thèmes issus du tableau d'analyse thématique.

Analyse thématique du contenu des entretiens

Une lecture répétée et immersive a permis de dégager différentes unités de sens pour chaque entretien analysé. Ces différentes unités ont par la suite été regroupées et codées manuellement selon l'approche inductive qui tend à faire émerger des catégories à partir d'un récit sans structure préétablie. Les codes présentant des similarités ont été classés ensemble pour former des sous-thèmes, eux-mêmes structurés en thèmes majeurs dans un tableau thématique (p. ex., rapport au corps : prendre soin de sa santé). L'analyse du contenu

des entretiens a permis d'identifier trois grandes catégories de thèmes émergents : 1) les changements depuis le retrait; 2) les différentes sources de sens à la vie et 3) l'utilisation significative du temps qui reste. Chaque catégorie regroupe trois à quatre thèmes menant à une pluralité de sous-thèmes appuyés par des exemples de verbatims qui illustrent le vécu des participant-es de cette transition. Il est à noter que, dans la prochaine section, l'utilisation du « P » suivant les extraits retranscrits des entretiens se réfère à l'identification des participant-es (p. ex., P2 réfère au participant #2). Le Tableau 1 présente une synthèse des résultats obtenus pour chacune des catégories. Il y a lieu de préciser que les résultats de l'étude ne tiennent pas compte des trois temps (passé, présent, futur) ciblés par le canevas d'entrevue (Appendice D). L'utilisation de cet ordre chronologique avait simplement pour but de structurer l'entrevue avec la-le participant-e afin de lui permettre de suivre un fil conducteur temporel pour raconter progressivement son histoire et son expérience de la retraite.

Les changements depuis le retrait

La première catégorie regroupe quatre thèmes associés à la perception des participant-es des changements dans leur vie depuis leur retrait du milieu agricole. D'abord, cette perception est caractérisée par l'opportunité de pouvoir enfin faire des choix pour soi, ce qui n'était pas facile à réaliser lorsque tout leur temps était pris par les activités agricoles. Cette catégorie regroupe également les changements vécus dans leur rapport à l'environnement, tant physique que social, ainsi que ceux liés à leur rapport au corps et au temps.

Tableau 1

Synthèse des résultats issus de l'analyse thématique

Les changements depuis le retrait			
<i>Pouvoir choisir</i>	<i>Rapport à l'environnement</i>	<i>Rapport au corps</i>	<i>Rapport au temps</i>
<ul style="list-style-type: none"> - Diversification des activités - Choix du rythme de vie - Diminution des responsabilités - Réflexion sur le lâcher-prise - Choisir de s'adapter 	<p><i>Milieu physique</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Distance physique avec l'ancien milieu de travail - Temps accordé au soin du domicile <p><i>Milieu social</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Implication auprès des proches - Diversification de l'engagement social - Liens avec la relève 	<ul style="list-style-type: none"> - Prendre soin de sa santé 	<ul style="list-style-type: none"> - Profiter de la vie en prenant son temps - Impression de manquer de temps
Les différentes sources de sens à la vie			
<i>L'identité</i>	<i>L'environnement naturel</i>	<i>Les contacts sociaux</i>	
<ul style="list-style-type: none"> - Maintien de l'identité - Sentiment d'utilité - Accomplissement et forces de caractère 	<ul style="list-style-type: none"> - Lien significatif avec la nature - Attachement au chez-soi 	<ul style="list-style-type: none"> - Relations avec les proches - Liens avec la communauté - Générativité, transfert aux générations futures - Changement de rôles 	

Tableau 1

Synthèse des résultats issus de l'analyse thématique (suite)

Utilisation significative du temps qui reste		
<i>Demeurer actif</i>	<i>Vieillir dignement</i>	<i>Trouver sa place en société</i>
<ul style="list-style-type: none">- Rester en santé au plan physique/psychologique- Adaptations des activités aux capacités résiduelles- Maintenir des projets afin de profiter de la vie	<ul style="list-style-type: none">- Maintenir l'autonomie en restant chez-soi / dans sa communauté- Éviter l'acharnement thérapeutique- Incertitude vécue par rapport à la mort et/ou la maladie	<ul style="list-style-type: none">- Contribuer en fonction de ses capacités- Laisser la place à la génération suivante

Pouvoir choisir

Plusieurs participant·es soulignent l'importance que prend la possibilité de pouvoir faire des choix depuis leur retrait des responsabilités professionnelles. Ce pouvoir se traduit en partie par une nouvelle opportunité, celle de diversifier ses activités quotidiennes qui ne nécessitent plus un engagement exclusif à l'agriculture (p. ex., horticulture, jardinage, bénévolat, s'occuper des petits-enfants, bricolage, voyager). Outre l'inclusion de moments pour de nouveaux loisirs, plusieurs participant·es rapportent un engouement à réintégrer l'activité de la lecture dans leur vie, après l'avoir délaissée par le passé par manque de temps.

Je lis deux fois et trois fois plus que comme je lisais. Tu as vu je ne lis pas très vite et je ne lis pas plus vite, mais je lis plus. [...] Ça, c'est un nouveau passe-temps, un nouveau loisir que j'apprécie. (P2)

L'autre activité que je mets beaucoup de temps c'est la lecture et ça, j'avais mis ça de côté longtemps et puis je sors mes vieux classiques et je me remets à lire. Jeune je lisais beaucoup, mais après ça je n'ai plus eu le temps et c'était très rare que... en tout cas là je me reprends un peu. (P8)

La notion de choix se reflète également dans la possibilité d'organiser l'horaire à leur rythme, de diminuer les responsabilités et de choisir de maintenir la réalisation de certaines tâches sur la ferme, particulièrement celles qui sont les plus appréciées.

C'est comme une chance, le fait que mon ancienne ferme m'occupe un peu, m'occupe à temps partiel, mettons. Ça, ça me rend heureux et je n'ai pas les responsabilités de l'entreprise. Je fais ce que j'aime, quand je le veux et à l'heure que je veux. (P7)

Toutefois, bien que ces retraité·es puissent faire ce qu'elles·ils souhaitent, l'impression d'en faire encore trop pour la ferme, même si elles·ils sont officiellement

retiré-es du milieu agricole, est exprimée par certains participant-es qui n'ont pas encore lâché prise :

Des fois je me pose la question : est-ce que je travaille trop à la ferme ? J'essaie trop, c'est trop mon noyau de priorité ? Surtout quand je suis fatigué le soir, là j'en ai trop fait, j'en ai trop fait, volontairement. C'est sûr que moi je travaille à la ferme, mais je travaille comme je disais, quand je veux et je fais ce que je veux, mais des fois je dis c'est trop. Ça m'empêche peut-être bien de voir autre chose. (P7)

Ouais, pour moi, ne pas être chez nous demain matin ici sur la ferme, je pense que je ferais une dépression. Je ne serais pas capable, c'est trop ancré. Puis, je sais que j'ai un cheminement à faire, mais il faut le faire tranquillement. C'est un lâcher-prise comme je t'ai dit qui a été très difficile. Puis si tu m'avais parlé, il y a deux ans, je t'aurais parlé enragé. (P10)

Pour certain-es, l'absence d'activités passées hors du milieu de travail agricole durant leur vie est perçue comme un inconvénient qui rend difficile l'intégration de nouvelles activités au quotidien : « *Là c'est, le handicap qu'on a, on n'a jamais développé d'autres activités* » (P10). Par ailleurs, la manière dont sera vécu le retrait dépend, entre autres, du fait que la décision de se retirer soit volontaire, ou imposée par le déclin de la santé, de la perte des capacités physiques ou liée au désir de diminuer le stress généré par le milieu de travail. Néanmoins, l'adaptation à cette nouvelle vie découle d'une planification préalable (p. ex., planification financière, préparation progressive de la relève au transfert, déménagement), mais demeure surtout un choix pour les participant-es, comme en témoigne l'extrait suivant :

Il y a ça aussi, tu peux faire la différence rendue à la retraite si tu es heureux dans ta retraite ou si tu ne l'es pas. Ça aussi ça se planifie. Il faut que tu y penses de comment tu vas faire et comment tu vas planifier tes choses. Ce n'est pas deux jours après être sorti de la terre : bon qu'est-ce qu'on fait à matin. Wow je pense que tu as envie d'y penser avant, car il peut y avoir des options qui sortent, mais

ça ne veut pas dire que t'auras fait les bons choix ou que tu vas faire les bons choix la première fois. (P1)

Rapport à l'environnement

À titre de changement depuis le retrait, le rapport à l'environnement s'est modifié en référence au milieu physique et social.

Milieu physique. La manière dont les participant-es perçoivent leur retrait est grandement influencée par la distance entre l'ancien environnement de travail et le chez-soi. Trois dynamiques émergent de l'analyse des entretiens, allant d'un contexte de grande proximité à celui d'éloignement. En premier lieu, le maintien d'une grande proximité (définie par l'absence de relocalisation du milieu de vie) permet de conserver les activités agricoles, mais en raison de cette situation le lâcher-prise demeure d'autant plus difficile à exercer, tout comme la possibilité de diversifier les activités quotidiennes. Cette ambivalence face à la décision d'abandonner ou non la vie professionnelle est soulignée par un participant :

Ouais, comme je dis à certaines personnes de mon âge, j'ai comme l'avantage d'être proche de la ferme, pas besoin de prendre mon char pour aller faire une petite job. Puis j'ai l'inconvénient aussi de voir bouger [les employés] puis toutes les fois je m'inquiète un peu pour, je m'inquiète un peu pour est-ce qu'ils [les employés] vont fournir? Est-ce qu'ils vont fournir, pour ces journées-là, des journées intenses? Si je n'étais pas proche, je ne verrais pas ça, ça ne me trotterait pas dans la tête. (P7)

Le fait d'habiter sur la ferme et d'être constamment témoin des activités de l'entreprise empêche la coupure avec le milieu professionnel comme le souligne aussi un autre participant :

Ça c'est un problème aussi, tout ce qui se passe sur la ferme, moi je vois tout, c'est trop facile. Si un tracteur passe dans la cour, je suis capable de te dire quel tracteur, quel employé qui chauffe, sans le voir. Tu comprends là? (P10)

En deuxième lieu, le maintien d'une certaine proximité (définie par un déménagement à quelques kilomètres du lieu professionnel) permet de demeurer actif en s'impliquant dans certaines activités agricoles tout en diversifiant les activités de la vie quotidienne. Ainsi la distance entre l'ancien milieu de travail et le chez-soi permet une coupure qui favorise l'émancipation de la vie personnelle de l'agriculteur·trice retraité·e :

On soupait, on s'en allait faire la traite, après on sortait dehors. Là, quand je m'en vais à la maison c'est fini. Ça, c'est comme si tu enlèves le gros harnais que tu as sur ton dos, c'est fini. On soupe tranquillement puis on regarde la télé et tout ça. C'est..., j'apprécie ça énormément parce que je ne l'ai jamais fait dans ma vie. J'ai toujours continué le soir et tout ça, la plus belle chose qui nous est arrivée c'est ça. (P9)

Certains participant·es soulignent tout de même qu'elles-ils ont dû faire le deuil inévitable de la maison familiale située sur leurs terres agricoles :

Moi je suis resté actif, je suis resté actif parce que je suis à 4 km de la ferme. On a laissé notre maison, on a été obligé de faire un deuil. À 82 on s'est bâti une maison à notre goût, la maison la plus âgée c'était mon fils qui l'a prise. (P9)

Cette prise de distance entre l'ancien milieu de travail et le chez-soi renforce la conviction des participant·es qu'il est nécessaire de compenser la majorité des activités

agricoles par d'autres occupations afin de ne pas être submergé par les émotions négatives associées au deuil :

Parce que moi la ferme, écoute, j'ai des sentiments énormes là-dedans, parce que je l'ai partie à zéro et je l'ai montée. Avec mon épouse, elle a travaillé fort, donc ça ne s'oublie pas, ça, ça reste ancré en nous autres. Donc il faut essayer de compenser avec d'autres choses, à moment donné comme je dis. Quand il y a un deuil à faire, il faut le faire, faut le faire, mais il faut prévoir quelque chose d'avance qui va le remplacer. Que ça soit une activité, que ça soit une discussion, que ça soit regarder une bonne émission, aller voir une pièce de théâtre qui nous fait un peu changer les idées, discuter avec nos politiciens. (P9)

Finalement, l'éloignement du milieu de travail défini par un déménagement en ville permet un lâcher-prise ainsi qu'une diversification des activités. Le seul participant ayant déménagé en ville souligne une diminution des contacts avec la nature qui est compensée par un plus grand accès aux services et ressources urbaines :

Avant, chez nous, on voyait la lune tout le temps, tout le temps, le soleil... Tu sais le panorama était là, mais c'est perdu. Et c'est perdu, ce n'est pas bien grave. En tout cas, c'est un contact avec l'extérieur qu'on n'a pas en ville. (P8)

Si je veux aller à la quincaillerie, à la boulangerie ou aller prendre un verre le soir avec des amis et bien on y va à pied. Où on demeurait avant, c'était toujours 10 km. D'un bord ou de l'autre on ne savait pas de millage. Aller poster une lettre c'était 10 km. Aller chercher une pinte de lait c'était 10 km. [...] La plus grosse adaptation a été de... ce n'est pas une adaptation, mais c'est d'en profiter tout simplement. De l'accès à toutes ces affaires-là. (P8)

Plusieurs participant-es mentionnent également le besoin de prendre davantage soin de leur foyer, de leur chez-soi, depuis qu'elles-ils se sont retiré-es du milieu professionnel de l'agriculture. Ce temps accordé à l'entretien du domicile et du jardin devient par le fait même une manière de diversifier les activités du quotidien :

Et bien il y a quelque chose que j'ai découvert aussi dans les dernières années, en fait justement depuis que je suis moins occupé à la ferme, c'est que le bricolage sur notre terrain comme l'horticulture et bien j'ai pris goût à ça. [...] Je m'occupe de la pelouse c'est sûr, mais j'ai pris un goût à ça et c'est quelque chose qu'avant je voyais comme une corvée, car j'avais beaucoup de travail avant et j'arrivais ici et puis mon épouse était toute seule avec ça. (P2)

C'est sûr que vu que je fais des activités, j'ai des plantes autour de la maison dehors. À l'automne, j'ai des géraniums que je rentre dans la maison et que je cultive tout l'hiver, que j'entretiens. Je prends soin des plantes dans la maison. (P4)

Milieu social. Depuis leur retrait, certain-es participant-es perçoivent également des changements sur le plan de leur environnement social. Plusieurs évoquent une plus grande implication auprès de leurs proches depuis qu'elles-ils se sont retiré-es : « *Je suis capable d'être plus à l'écoute, car je suis moins stressé de la vie. Quand j'avais l'exploitation, c'est sûr que durant le temps des sucres et du printemps, il n'y avait pas grand temps pour les autres* » (P1).

Elles-ils rapportent également une diversification de l'engagement social. Plusieurs personnes qui s'étaient investies dans des comités agricoles au cours de leur vie professionnelle ont réorienté leur engagement vers de nouvelles associations après le retrait. Au sein de l'échantillon, l'implication auprès du conseil municipal demeure la transition la plus populaire, suivie d'un engagement dans des associations bénévoles. Par ailleurs, le fait de maintenir une relation de proximité avec l'ancien environnement de travail, afin d'assurer la préparation et le soutien de la relève, représente un aspect qui influence positivement le retrait chez les participant-es qui ont cédé la ferme à un proche.

Ainsi, la fierté reliée au transfert adéquat de l'entreprise agricole à la génération suivante permet d'apaiser le choc du retrait :

Eh bien je l'ai vécu comme je disais tantôt avec un pincement au cœur, mais quand même avec une fierté parce qu'il y avait de la relève. Puis on a réussi en tout cas à date à faire confiance à notre relève aussi. En leur transférant, on s'est fait confiance [rire]. (P4)

La relation continue et omniprésente avec la relève dans leur quotidien influence également la perception du retrait chez les participant-es. À titre d'exemple, un participant mentionne « [qu'une] des causes de ça [de l'absence d'impacts négatifs du retrait professionnel sur sa vie] c'est que j'aime encore les choses que je fais et j'ai une bonne entente avec mon fils. Ça, c'est 75 % de la réussite, même 80 % » (P2). Plusieurs participant-es reconnaissent qu'il existe des enjeux intergénérationnels qui s'illustrent par la divergence des idées à propos de la manière d'accomplir les tâches agricoles ou par la manière d'accéder au savoir.

J'essaye de ne pas être le petit vieux qui chiale tout le temps, mais j'ai mon idée, j'ai ma façon de voir les choses puis eux autres [les jeunes de la relève], vous déciderez ce que vous voudrez, c'est sûr qu'il faut comprendre, on vit comme c'est là, trois générations. (P9)

Ils ont 30 ans plus jeune que toi et ils n'ont plus la même mentalité. C'est ça l'affaire. Lui il sort son téléphone et il trouve des choses, mais moi je vais te le dire dans le temps j'aurais cherché pas mal plus longtemps que ça. J'aurais fait plusieurs coups de téléphone pour essayer d'avoir des contacts et c'est comme ça que je marchais voilà 30 ans, mais maintenant ils [les jeunes] ont le contact au bout des doigts. (P1)

La qualité de la relation établie avec la relève dépend généralement de la nature du lien existant entre la personne qui cède et celle qui succède. Selon les témoignages,

certain-es diront qu'il est plus aisé de céder à son enfant plutôt qu'à son gendre ou à sa bru, puisque la communication est plus directe et familière :

Le gendre c'était plus difficile des fois, il fallait faire plus attention dans ce qu'on disait. Il fallait suggérer et non imposer [rire]. J'ai appris à suggérer une fois, c'était suffisant. [...] C'est ça qui est la différence, il faut être plus délicat un peu. (P1)

Tandis que pour d'autres, la relation parent-enfant peut s'avérer davantage conflictuelle en raison de l'implication émotionnelle du lien :

Et là c'est une gestion humaine et une gestion avec ta progéniture ce n'est pas rien [rire]. Si tu as des choses que tu vois chez ton enfant et que le défaut toi tu l'as [rire] ça vient te chercher un peu. (P2)

Finalement, côtoyer sa relève au quotidien implique des changements de rôles. Par exemple, les participant-es considèrent qu'elles-ils ont un nouveau rôle de mentorat : « *La relève faut être là pour comment on pourrait dire ça... lui montrer pour être là en support, mais pas celui qui va faire la job. On doit être un support tout simplement* » (P1). D'un autre côté, certain-es vivent la perte du rôle d'administrateur·trice principal·e (ou de grand « boss ») comme un soulagement et préfèrent désormais se faire attribuer des tâches concrètes : « *Moi depuis déjà un petit bout de temps, ce que j'aime le plus le matin ou le soir c'est que mon fils me dise : demain matin tu fais ça. Là, je dors comme un bébé* » (P2). Pour d'autres, le fait de ne plus être le·la dirigeant·e est éprouvé·e comme un deuil difficile à faire au cours du retrait :

Ça l'a été dur en maudit. Ça, c'est, je te le dis c'est, je ne sais pas si c'est le fait de ne plus avoir d'autorité, c'est le pire. Parce que je sais qu'il a fallu que j'accepte ... Après ça, c'est toute la reconnaissance que tu as dans le milieu que

tu n'as plus. Puis, de ne pas avoir le pouvoir de prendre toutes les décisions, quand tu as décidé toute ta vie, je trouve que c'est dur en mautadit. (P10)

Rapport au corps

En prenant du recul sur leur retrait du milieu agricole, la majorité des participant-es considèrent que le déclin des capacités physiques les aurait, de toute manière, incités à se retirer de la vie professionnelle active : « *À un moment donné, en avançant dans l'âge, bien là les problèmes de dos puis la fatigue et tout. Bien là j'ai dit à mon gars moi j'arrête ça, c'est trop* » (P7) ; « *Moi mon corps me parlait et me disait : c'est le temps que tu lâches* » (P1). Plusieurs considèrent que leur corps est hypothéqué par le travail physique continu lié aux activités agricoles et, dans ce contexte, le retrait devient une opportunité de prendre soin de soi en étant plus à l'écoute des limites du corps :

Je te dirais que ça m'a apporté le travail physique avec les années, ça devient de plus en plus dur. Donc je suis en meilleure santé aujourd'hui que voilà ce que j'étais il y a deux ans. Je traînais des bursites et des tendinites dans les épaules depuis plusieurs années. En arrêtant de travailler, elles ont pu guérir. (P1)

Rapport au temps

L'analyse des entretiens révèle que le retrait favorise un nouveau rapport au temps. La retraite est perçue comme une période qui permet de profiter de la vie. Pour ce faire, plusieurs expriment un désir de prendre davantage leur temps, par contraste à leur ancien rythme de vie où l'horaire intense de travail exigeait de se consacrer à diverses tâches essentielles :

Et puis, prendre le temps de profiter de la vie et regarder des choses qu'avant on était trop pressé pour les regarder ou juste les regarder du coin de l'œil. Là on peut prendre plus le temps de vivre, de s'asseoir et de finir son café

tranquillement le matin. Donc ça fait que c'est ça la différence être à la retraite, prendre le temps. Prendre le temps d'apprécier la vie. (P1)

Or, certains participant-es expriment « manquer de temps » depuis qu'elles-ils se sont retiré-es du milieu agricole, même si la retraite avait d'abord été prise pour avoir davantage de temps libre. À cet effet, un participant ira même jusqu'à dire que le phénomène de l'ennui lui est inconnu :

C'est tout le temps, c'est toujours ça, une activité d'un côté, une activité de l'autre, comme je te dis, je me suis ramassé à un âge où je me dis, voyons donc ça ne se peut pas que je me sois ramassé à cet âge-là, je n'ai pas vu passer le temps. Je pense que c'est la plus belle chose qui peut nous arriver dans la vie. Parce que quelqu'un qui s'ennuie, je ne peux pas comprendre, je ne peux pas comprendre pourquoi là. (P9)

Les différentes sources de sens à la vie

La deuxième catégorie principale de thèmes émergents reflète les multiples sources de sens à la vie énoncées par les participant-es depuis leur retrait du milieu agricole. Ces sources de sens à la vie sont puisées dans trois contextes : les caractéristiques identitaires de la personne ainsi que dans son environnement physique et social.

L'identité

Tel que mentionné dans la section précédente, bien que les participant-es témoignent d'un désir de diversifier leurs occupations, toutes-tous font part d'une manière ou d'une autre d'un besoin d'intégrer une activité associée au milieu agricole à leur routine quotidienne afin de maintenir une continuité avec leur identité d'agriculteur·trice. L'activité en lien avec le milieu agricole est priorisée parmi les passe-temps possibles :

« *Je ne suis pas toujours actif, mais j'essaie de me garder une activité de style agricole tout le temps pour... parce que j'adore ce que je fais* » (P10). Pour d'autres, la prolongation du lien avec l'agriculture se reflète par des activités qui touchent à l'environnement naturel et au contact avec les animaux. Un participant qui s'est engagé en horticulture, en ornithologie et en photographie souligne que « *c'est une suite à l'agriculture, tu es dans les champs, les plantes, les oiseaux sont là, c'est la continuité de ta vie, mais en qualité améliorée, disons. Tu n'attends plus des rendements au bout* » (P3). De plus, il est important de noter que l'engagement propre au milieu agricole débute très tôt dans la vie d'une personne dans le cadre des activités de la ferme. Ainsi, faire de l'agriculture est une activité vocationnelle difficilement remplaçable du jour au lendemain comme le souligne un autre participant : « *Tu peux sortir un homme de la terre, mais tu ne peux pas sortir la terre de l'homme* » (P5).

Un second sous-thème réfère au sentiment d'utilité et de satisfaction qui émerge de leur implication sociale et des services rendus aux autres. Il s'agit d'une source de sens à la vie pour les participant-es : « *parce que tant qu'on est encore actif et qu'on fait quelque chose, on se sent utile tant sur le plan des enfants, des parents, de la société* » (P1). Ainsi, en posant de petits gestes bénévolement, tels que la réparation de choses que personne ne prend le temps de rafistoler, cela permet à certain-es participant-es de se sentir encore utiles :

C'est j'imagine qu'il [mon fils] s'est fié sur moi un peu. Ouais quand il y a quelque chose qui casse c'est urgent il met ça dans le garage sur la table de travail puis ça veut dire au père : tu répareras ça [rire]. Il ne me le dit pas, mais je le sens. Puis moi ça m'occupe. Tu vois, je m'occupe beaucoup sur la ferme.
(P7)

Par ailleurs, le désir de partager ce que l'on aime avec les autres ou de partager ses connaissances est également garant d'un sentiment d'utilité et même de sens à la vie pour cette participante :

Bien le sens de la vie c'est... faire ce que l'on aime, partager avec d'autres personnes aussi, parce qu'il y en a qui ont des fois qui, comment je dirais ça, des choses qu'ils ne savent pas, puis si on est capable de leur montrer quoi faire, ça me fait plaisir. (P6)

Pour un autre, le fait de partager bénévolement sa passion pour l'ornithologie dans le cadre d'ateliers récréatifs est une source de valorisation :

Là j'ai été voir leur page Facebook, je sais que c'est des personnes handicapées lourdement, bon l'école te demande de ... Tu vois qu'il y a une appréciation de ce que tu fais aussi. C'est ça ta paie aussi, parce que c'est du bénévolat ces choses-là, ils n'ont pas de budget. (P3)

Un troisième sous-thème est associé au sentiment d'accomplissement et aux forces de caractère. Les participant-es rapportent un sentiment de fierté d'avoir construit leur entreprise agricole « à partir de zéro ». Elles-ils se valorisent par leur acharnement au travail, leur persévérance et leur assiduité à maintenir la viabilité de leur entreprise malgré le lot de difficultés. Plusieurs soulignent clairement la nécessité de tolérer l'incertitude et de s'adapter aux défis de la vie : « *Puis, encore là adaptation. S'adapter. Un coup que la température n'est pas belle et bien là tu dois faire autre chose. Il faut que tu mettes ton énergie ailleurs. C'est ça. On tourne toujours autour de la même affaire* » (P2) ; « *C'est ça le sens de la vie c'est de continuer, de foncer, de regarder en avant puis essayer d'être plutôt positif, même si des fois c'est difficile* » (P6).

Un dernier extrait met en lumière le cheminement effectué par un participant qui en faisant le bilan de sa carrière de « patron » découvre qu'il aurait préféré être un exécutant plutôt qu'un décideur. Dans cette optique, cette prise de conscience fait part d'un changement dans sa perception de lui-même dans les dernières années :

Parce qu'aussi il ne faut pas avoir peur, dans mon cas ça m'a pris quelque temps à admettre ça, mais quand je suis retourné à d'autres expériences passées, je me suis rendu compte que oui peut-être j'étais plus du genre à être manœuvre que boss. J'ai fait ma carrière quand même, mais mettons que ça été plus difficile.
(P2)

Il est aussi question d'une tendance aux compromis et à la diplomatie pour que puissent prévaloir les valeurs de solidarité et de coopération : « *En même temps, comment comprendre le monde et voir un peu pour mieux les aider. Le faire pas juste pour une personne, mais le faire pour le groupe* » (P1). Dans cette perspective où le groupe revêt une importance particulière, l'implication sociale des participant-es se manifeste par leur souhait de redonner aux autres afin de contribuer au bien-être de leurs proches et de leur communauté. Comme le mentionne un participant, « nourrir les gens est une vocation, une mission quasiment humanitaire », qui fait écho à ce qui était déjà un élément important de leur vie comme agriculteur·trice : « *ça donne un sens à un agriculteur, à une vie d'agriculteur, parce que la tâche est grande. La responsabilité est grande* » (P2). Finalement, plusieurs font référence au devoir personnel de donner un sens à sa vie : « *Ou bien, on va revirer ça de bord, notre vie, il faut lui donner un sens* » (P9). Pour les participant-es, l'individu demeure responsable des actions qu'il pose et il lui appartient de

construire son bien-être : « [...] le bonheur, c'est nous autres qu'il faut qu'on le fasse nous autres même, il faut le travailler » (P10).

Le sens à la vie c'est simplement de trouver un équilibre entre ce que tu désires, ce que tu peux faire et puis ce que tu réalises. Il y a toute une question d'être réaliste là-dedans, mais le sens de la vie si on parvient à réaliser à peu près ce qu'on désire et que le résultat est bon et bien c'est suffisant. Il ne faut pas rêver de l'idéal, ça n'existe pas. (P8)

L'environnement naturel

L'analyse des entrevues met en évidence l'importance que représente l'environnement naturel comme source de sens à la vie pour les participant-es. Le lien qu'elles-ils entretiennent avec la nature se décline de différentes façons. Par exemple, même en étant retiré-es de leur entreprise agricole, plusieurs expriment un souci pour l'environnement et ressentent une obligation ou un devoir de le protéger par leurs actions quotidiennes :

Donc tout s'enchaîne. Tu sais nous autres si je ne fais pas la pelouse c'est pour laisser mon trèfle pour les abeilles et puis les bourdons. Il faut voir ça dans un ensemble, puis on est connecté à ça. (P2)

Ce souci s'accompagne d'une attention particulière aux changements de la nature et d'une sensibilité qui génèrent un plus grand sentiment de connexion à la vie : « *La nature. Sa complexité et sa fragilité. C'est-tu elle qui m'accroche le plus? Je pense que oui. Qui m'a accroché le plus dans toute ma vie* » (P2).

On se rend compte nous autres à 73 ans qu'aujourd'hui, on a trois semaines à un mois de plus à l'automne. On s'en aperçoit. C'est énorme dans une génération que ça change autant. Ça là-dessus ce sont des préoccupations. (P4)

La plupart des participant·es vont prioriser des activités quotidiennes qui sont en lien avec la nature, puisqu'elles leur apportent un grand bien-être. Par exemple : « *Moi j'adore aller dans le bois. Ça c'est, je ne sais pas comment t'expliquer, c'est quasiment le paradis sur terre* » (P10). Ce lien fort à la nature est également attribuable au fait que les participant·es perçoivent celle-ci comme un milieu qui favorise les apprentissages et la réflexion :

Être capable d'apprécier la nature, c'est elle qui nous donne des enseignements. [...] Pis tu sais, être à genoux assis dans ton jardin là, t'as le temps de réfléchir à toutes sortes de choses. On est privilégié, moi je dis ça souvent à mes membres, vous êtes privilégiés de pouvoir vous mettre à genoux et regarder le sol [rire]. (P3)

Pour d'autres, le contact avec la nature et les animaux est source de relaxation, de méditation et de détente : « *Moi ça allait bien, même que j'aime ça, j'aimais ça faire la traite, c'est comme relaxant, c'est dur pour le dos, c'est dur pour les genoux, mais c'est comme relaxant, tu es une heure et demie à ne pas réfléchir* » (P7). Finalement, les participant·es se révèlent particulièrement réceptif·ives à la beauté de la nature et apprécient y avoir contribué.

C'est comme, on a ce plaisir-là de contempler l'agriculture parce qu'on a participé à ça et on l'apprécie. On l'apprécie davantage, peut-être davantage à d'autres qui circulent au travers de ces beaux champs-là, mais qui n'ont pas la même vision que si c'est de même, c'est parce qu'il y a de l'ouvrage dans ça. (P7)

Mettons, tu cultives ton jardin ou tes fleurs, puis là tu te dis : « ah elles sont bien belles mes fleurs à matin ». De se dire « ah bien regarde donc, il y a une autre sorte, celle-là commence à fleurir, c'est beau ». Tu vas dans le jardin et tu te dis : « ah bien là regarde ça produit bien ». (P6)

Outre cette relation significative avec la nature, les participant-es mentionnent fréquemment l'attachement envers leur domicile. Même dans ce cas, l'environnement naturel occupe toujours une place importante, que ce soit par la vue sur les champs ou par la création d'un potager ou d'un jardin : « *Eh bien je suis content que tu viennes ici pour que tu vois de quoi ça à l'air autour de chez nous [en pointant les champs de maïs par la fenêtre de la véranda]* » (P2).

Bien ça m'apporte de la satisfaction d'avoir accompli quelque chose que j'aime, pour commencer. Puis quand on récolte nos légumes, on fait nos conserves. Moi j'en ai plusieurs qui passent dans les enfants et les petits-enfants. Ce qui se passe c'est qu'ils viennent se chercher des conserves. (P6)

De plus, le soin accordé au domicile, en y créant un endroit agréable pour y vivre, a souvent comme objectif d'accueillir les proches, de maintenir l'unité familiale et procure un sentiment de fierté et de satisfaction face à la vie : « *C'est moi qui entretiens la petite maison, prépare la maison. Tu comprends, c'est comme cela qu'on donne [par l'entretien et la préparation de la maison pour recevoir la famille]. On a tout réparé, la maison, c'est comme une façon de garder notre famille aux alentours de nous autres* » (P10).

Mais nous autres on a tellement de contact avec notre famille qu'on garde encore notre intimité de famille en étant chez nous dans notre maison. Puis, on [a des projets] tout le temps, un samedi, on va faire un souper à la fondue. Tout le monde veut venir là, puis on fête là, on est 27-28 dans la maison, on est accoté dans les murs. Tout le monde ne veut pas manquer ça. Ça ne se passera pas de même au foyer [en référence à une résidence pour personnes âgées], oui on va avoir une salle, on peut recevoir le monde, mais ça ne sera pas aussi familial et intime que comme ça le sera à la maison. (P9)

Les contacts sociaux

Les contacts sociaux constituent une autre source significative de sens pour les participant·es. La majorité affirme que ces contacts leur permettent de demeurer connecté·es au monde :

Et bien c'est ça on parle de sens à la vie et bien ça s'en est un de rester brancher sur ce qui se passe. Dans n'importe quel domaine. [...] Mais se renseigner, rester alerte à tout ce qui se passe. Apprendre. Et puis ça avec le contact des autres et bien on apprend toujours un peu. (P2)

Ainsi, plusieurs participant·es désirent être témoins de l'évolution de la vie des proches (p. ex., la réussite des petits-enfants) et affectionnent les moments passés en famille ou entre ami·es : « *C'est l'ensemble des petits plaisirs qui donnent un sens à la vie et puis ils sont nombreux, autant avec la conjointe, les enfants, les petits-enfants c'est ça qui est le plus important* » (P7) ; « *Comme on dit souvent, c'est continuer à faire ce que l'on aime, garder nos jeunes proches de nous autres aussi. Être capable de communiquer, continuer à avoir de bonnes relations avec les familles, les ami·es* » (P6).

Outre le fait de vouloir conserver le contact avec les autres, les liens avec le voisinage, la communauté (agricole, municipale ou paroissiale) ou la société (par l'actualité) sont également des sources de sens. Pour certain·es, il sera question de développer de nouveaux liens sociaux en s'engageant dans des comités, tels que le conseil municipal, un groupe de loisir (p. ex., tricot, bridge, horticulture) ou une organisation bénévole. Finalement, le réseau social est source de réconfort et de soutien moral. Ainsi, il appert que le bon voisinage ou le fait de pouvoir compter sur ses voisin·es est une source importante de réconfort :

Je peux-tu dire ça des bons voisins? Des bons voisins. On est entouré de bons voisins. Des fois on entend des histoires d'horreurs avec les voisins, tu sais ton voisin est toujours là, sauf quand il va en vacances. [...] Donc ça quand on parle d'un sens à la vie et d'un sens au plaisir de se lever le matin et bien ça en fait partie, pour moi ça en fait partie. Un entourage qui est le fun et tu sais que tu peux compter sur ton voisin. (P2)

Plusieurs participant-es font également référence au maintien des relations sociales comme facteur de protection à l'isolement et la préservation du moral : « *Je pense que c'est important de garder le contact avec l'extérieur. Sinon tu te renfermes et tu te replies sur toi-même et c'est une chose que je ne veux pas faire. Je rencontre mes ami-es à cause de ça* » (P4).

On fait des activités à l'âge d'or, puis c'est le social, il ne faut pas s'isoler chez nous. Quel que soit le contexte dans la vie là, il ne faut jamais s'isoler, ce n'est pas bon pour le moral, ce n'est pas bon pour la santé. Être actif, rencontrer des gens qui se confient, qui parlent de leurs problèmes. (P9)

Le désir de générativité, c'est-à-dire le besoin de transmettre ses connaissances et de donner aux générations futures, est également très présent. Ainsi, ce don de soi se manifeste par un legs du savoir ou par celui de l'entreprise afin d'en assurer la continuité : « *En fin de compte c'est la passation des pouvoirs, du flambeau et de tout ce qu'on veut. Une continuité* » (P1).

Si ça avait été un étranger, je pense que ça aurait été pire. C'est toujours un rêve de voir ce qu'on a entrepris – moi c'est la ferme de mes parents – puis on est toujours fière de voir que ça continue et nous on a pris la relève moi et mon mari et qu'un de mes enfants prenne la relève aussi. De ce côté-là, c'est une grande fierté. (P4)

Je faisais juste mon rôle de mentor, mettons, je faisais mon rôle de mentor, c'est important ça. [...] Puis ça s'est tellement bien passé que mon garçon encore aujourd'hui il me demande des conseils, c'est valorisant. Ce n'est pas chez Google qu'il a raison là. Il me demande des conseils : comment tu arrangerais

ça toi ? On en jase ensemble et on trouve une solution. Moi je trouve ça le fun, pour moi l'expérience a servi à quelque chose. (P7)

Quand tu fais le lien avec ces choses-là et la vraie vie – tu sais le blé ça sert pour le pain et bon tu sais, ainsi de suite – et bien eux autres [les enfants] ont a été capable de leur [les petits-enfants] transmettre des petits liens comme ça bien utiles. (P8)

De manière plus générale, ce don de soi peut s'illustrer par un geste ou une implication à portée sociale, tel que le fait de prendre soin de la paroisse :

Il n'y a pu d'église dans la paroisse ici. Si nous on ne s'en occupe pas, nos enfants qui sont partis à l'extérieur ne s'en occuperont pas c'est sûr. Donc on met ça le plus à l'ordre possible pour l'instant et qui vivre verra dans 25-30 ans. (P1)

Finalement, les changements et l'adaptation à de nouveaux rôles sociaux, selon les dynamiques relationnelles établies après la retraite, peuvent entraîner des remaniements dans la perception de soi et du sens à la vie. Les participant-es sont donc amené-es à vivre une diversification de rôles, entre autres, en raison du chevauchement continu de la vie professionnelle et familiale malgré le retrait. Ainsi, le rôle de parent envers son enfant peut se transformer en rôle de partenaire d'affaire avec sa relève :

Moi être à l'autre bout de l'étable et me faire appeler « papaaaa » non. Non. C'est un petit peu [rire] je le dis et je le trouve drôle, mais c'est parce que Laurent² à l'autre bout de l'étable c'est un partner et « pa » à l'autre bout de l'étable c'est un bonhomme. (P2)

² Nom fictif.

Sans compter que l'arrivée des petits-enfants amène la plupart des participant·es à endosser le rôle de grands-parents et à assumer les tâches et les responsabilités qui en découlent :

Nous autres on a trois filles et il y en a une qui est à Trois-Rivières pas loin d'ici à 10 minutes à pied et puis elle a deux petits bonhommes et autant s'occuper des devoirs ou aller les garder il y a quelque chose. Cet après-midi on va aller chercher le plus vieux à l'école et puis il y a du dépannage comme ça. Nous autres on est bien content d'avoir les enfants, mais ça, ça occupe beaucoup de temps. (P8)

Utilisation significative du temps qui reste

La troisième catégorie principale de thèmes émergents touche à la conscience du vieillissement et de la mort à venir, plus spécifiquement de l'importance d'utiliser de manière significative le peu de temps qui reste à vivre. Pour se faire, demeurer actif, vieillir dignement et trouver sa place en société sont les considérations premières des participant·es.

Demeurer actif

De manière unanime, les participant·es réagissent aux signes de vieillissement qui teintent leur vie quotidienne. L'ensemble de l'échantillon exprime le désir de demeurer actif afin de rester en santé tant sur le plan physique que psychologique. Plus spécifiquement, « être en santé » représente un prérequis afin de poursuivre les activités du quotidien et conserver une qualité de vie :

On prend soin de notre santé autant que possible. Hum... j'espère être capable de garder ma tête jusqu'à la fin, ça c'est important pour la raison que je garde

des activités à l'extérieur de la maison aussi. Je m'intéresse à tout ce qui se passe autour et c'est ça là. Vivre longtemps, mais en santé surtout. (P4)

En deuxième lieu, le dynamisme et la vivacité ne peuvent exister que par le maintien des capacités résiduelles et par l'ajustement aux limites physiques : « *Le sens à ma vie présentement ça passe par mon état de santé. Non pas de ce que j'ai perdu comme capacités, mais ce que j'ai encore* » (P2).

C'est sûr qu'on ne se sent plus capable de faire autant comme on faisait avant. C'est sûr quand je vais au jardin, je jardine une demi-journée. Si je fais une heure ou une heure et demie... j'y vais par petites tranches-là parce qu'on s'essouffle plus facilement et on se fatigue plus facilement. Mais en tout cas, tant qu'on est capable de faire des activités c'est important pour garder la forme. (P4)

Je pense que c'est une adaptation relative à ma condition physique et à mon âge. Une adaptation au niveau des travaux et de la durée des travaux comme je te disais tantôt. Quatre à cinq heures sur un tracteur par jour c'est quasiment assez. Je vais faire d'autres choses, mais il faut vraiment que ce soit un petit peu varié parce que sinon ça ankylose un peu et le travail physique dur et bien je n'en fais plus parce qu'avec les genoux remplacés c'est bien pour transporter notre poids, mais on laisse les autres affaires. (P2)

Inversement, la poursuite d'activités et de projets qui permettent de profiter du temps qui reste favorise le maintien de la santé : « *C'est ça voyager. Se garder en santé et profiter de la vie !* » (P1)

On est rendu à un âge ou une étape de notre vie où il fallait ralentir de toute façon, question de capacités. Et il fallait en profiter de toute façon. [...] Avec tous les petits bobos qu'on a, ce n'est pas qu'on est plaignard, mais mosus que ça nous limite plus qu'avant donc le sens à la vie, on est rendu à une étape où on doit en profiter et on doit se calmer. (P8)

Vieillir dignement

L'analyse des entretiens met aussi en lumière le désir des participant-es de vieillir avec dignité, c'est-à-dire maintenir une indépendance et une autonomie fonctionnelle le plus longtemps possible ainsi que d'être traité-es avec respect et bienveillance :

C'est sûr qu'on espère rester le plus longtemps possible dans notre maison. [...] On aurait les moyens de se payer de l'aide aussi pour l'entretien du terrain et même peut-être des soins à la maison si jamais ça devenait nécessaire. En tout cas pour moi, j'espère rester le plus longtemps possible dans ma maison. (P4)

On avait projeté dans notre petite paroisse de bâtir un petit foyer de personnes âgées justement, pour les garder chez nous puis les voir vieillir avec notre monde. Il y a un monsieur qui avait dit : j'ai dit à ma femme, tant qu'on sera capable de se faire un toast à la maison, on va rester là. Bien à un moment donné ça va s'arrêter ça, bien on aura un endroit où s'en aller, on restera dans notre milieu. Bravo, bravo, c'est comme ça que je le vois. (P9)

Plusieurs soulignent également l'importance de la qualité de vie et leur désir d'éviter l'acharnement thérapeutique. Ainsi, la vie ne vaut plus la peine d'être vécue si la qualité de vie n'y est plus :

Vieillir en santé c'est beau, mais vieillir pas autonome j'en vois beaucoup pis c'est triste. Ça fait qu'on passe le message à nos enfants, on espère vieillir dans la dignité, ils sont bien d'accord avec ça. Puis si jamais on se ramasse dans une institution, vous viendrez nous voir une fois de temps en temps. Vous viendrez nous voir par surprise, [pour voir] si on est bien traité. (P9)

Moi j'ai vu ma mère traîner dans un lit pendant deux ans de temps, elle était plus capable de rester assise, elle pliait en deux. Il fallait qu'elle soit attachée pour être sur une chaise sinon elle pliait en deux. Ce n'est pas une vie ça, je ne tiens pas à être arrangée comme ça, mais on ne le sait pas notre santé comment qu'elle va être. Tant qu'on est capable de s'arranger tout seul, de se laver et de s'habiller, d'aller aux toilettes tout seul comme on dit. D'être capable de faire par nous autres même c'est correct, si on est plus capable bien là, qu'on s'en aille, tout simplement là. (P6)

Moi ce qui génère un peu de sens à la vie... Pour que la vie me soit... Moi je n'ai pas l'intention de vivre jusqu'à 100 ans, quels que soient l'état de santé et les papiers de... le truc de santé là, pas d'acharnement. Les papiers sont déjà tous signés et envoyés. Donc le désir de vouloir vivre pour vivre peu importe l'état de santé, ça, je n'accepte pas ça pour moi. (P8)

Bien que la mort soit inévitable, la conscience de celle-ci ne limite pas les participant·es dans leur quotidien : « *Pas que je suis proche de la mort, mais c'est sûr que tout le monde y pense. C'est la seule justice et puis encore là faut vivre avec ça* » (P2). Toutefois, derrière le désir de vieillir avec dignité se cache une inquiétude par rapport à la maladie et/ou la mort.

On entrevoit les prochaines années comment, on ne le sait pas, quelle maladie va nous amener vers la mort. On a beaucoup de questionnements, on est un petit peu inquiet, mais on est tout de même lucide à savoir, bon savoir un jour. (P9)

Trouver sa place en société

Dans le but d'utiliser significativement le temps qui reste, les participant·es expriment le besoin de valider leur place en société, dans l'espoir de ne pas devenir un fardeau. Ce besoin se traduit d'abord par le désir de contribuer selon ses capacités, car comme le mentionne un participant : « *quelque part, on fait encore partie de la société même si on a pris un peu d'âge* » (P1). Conséquemment, il est question de participer à la société en fonction de ses ressources actuelles qui peuvent différer de celles qui ont été utilisées autrefois :

Ça ne donne rien de chercher des défis et des engagements démesurés pour... pour essayer de se satisfaire ou se justifier. Ce qu'on avait à faire on l'a fait autant au travail que l'établissement des jeunes. C'est à eux autres de se prendre en main et on les aide. (P8)

De plus, le besoin de valider sa place en société implique paradoxalement de laisser la sienne à la génération suivante, tout particulièrement à la relève agricole. Selon les participant-es, il est dans l'ordre des choses de se retirer progressivement pour que les générations futures puissent faire leurs preuves et prendre le relais :

C'est comme ça que certains producteurs devraient voir leur retraite. Être là et être présent encore, car plusieurs vont encore travailler 30 à 40 heures/semaine dans les fermes, mais ils doivent se voir là comme un tuteur et ne pas s'imposer à l'autre. Il faut les [les jeunes de la relève] laisser s'émanciper et que les jeunes prennent leur place aussi. (P1)

Cependant, accepter de laisser sa place constitue pour certain-es un deuil important, qui a des effets psychologiques majeurs et qui ébranle leur sens à la vie : « *C'est tellement gratifiant [le travail agricole] que c'est mon sens de la vie, ça va être difficile de sortir de l'agriculture. On sent qu'un jour on va être obligé de laisser notre place, mais on ne sera jamais loin de la ferme* » (P10).

Ça l'a été extrêmement difficile, même que j'ai eu le zona probablement à cause de ça, ça m'a créé tellement un grand stress. Là j'ai dit, puis il était sérieux [prénom de son fils] dans sa discussion, j'ai trouvé ça extrêmement difficile, être obligé de me retirer. J'ai pleuré en cachette, je peux te le dire, mais jamais devant mon épouse et jamais devant mon garçon. J'ai trouvé ça vraiment, vraiment extrêmement difficile. Après ça, j'ai accepté que c'était la seule façon d'avoir de la relève, c'est de leur faire de la place. (P10)

Discussion

Le quatrième chapitre est centré sur la discussion des résultats de cette étude qualitative exploratoire sur le sens à la vie des agriculteur·trices à la retraite. Il comporte trois sections. La première vise à mettre en relation les résultats actuels avec ceux des études antérieures rapportées dans la littérature scientifique. La deuxième section présente les forces et les limites de l'étude et énonce quelques suggestions pour les recherches à venir. Finalement, la dernière partie cible les principales retombées pratiques de l'étude pour les agriculteur·trices à la retraite.

La quête de sens

Cette étude avait pour but de documenter la quête de sens chez les agriculteur·trices québécois·es de 65 ans et plus ayant quitté leurs activités professionnelles en milieu agricole depuis plus d'un an. Plus précisément, il s'agissait de dresser un portrait des changements vécus par les dix participant·es depuis leur retraite et de documenter les sources de sens à la vie durant cette importante période de transition.

Les changements depuis le retrait

Parmi les principaux résultats, il ressort que les agriculteur·trices qui perçoivent positivement leur retrait sont celles·ceux qui ont pu choisir un mode de vie et des activités adaptées à leur rythme sans pour autant être déconnecté·es du monde rural. Dans cette

optique, le retrait partiel demeure la transition la plus populaire. Ce constat appuie les observations rapportées dans la littérature sur la retraite en milieu rural : les personnes souhaitent demeurer actives sur la ferme tout en diversifiant leur quotidien avec des activités non agricoles (Grubbström & Eriksson, 2018; Ouellet et al., 2003; Rigal & Saïas, 2022; Riley, 2012, 2016; Wiseman & Whiteford, 2009). La distance prise entre le milieu de travail et le domicile (p. ex., déménager à quelques kilomètres de la ferme) semble être le contexte qui favorise une adaptation progressive au retrait. Le maintien d'un lien avec la ferme, jumelé avec une diversification des activités de loisirs, encourage les participant·es à lâcher-prise sur leur statut de dirigeant·e de l'entreprise et ainsi s'adapter à un quotidien où l'engagement et les responsabilités ne sont plus les mêmes (voire diminuées ou absentes). Par ailleurs, ces activités peuvent prendre différentes formes, telles que le bénévolat, la formation de la relève ou le mentorat, l'entretien du chez-soi, le temps passé avec les proches, la lecture et les voyages, etc. Ces résultats indiquent que la retraite ne constitue pas nécessairement « une menace » pour l'identité personnelle, comme le soulignaient les études rapportées dans la recension de Fletcher et al. (2023) où les agriculteur·trices retraité·es avaient le sentiment de ne rien avoir de significatif à apporter au-delà de l'agriculture ; une perception accentuée par le sous-développement d'intérêts, d'activités ou d'identités en dehors de ceux se rapportant à la ferme. De plus, dans la présente étude, bien que certain·es participant·es se soient interrogé·es sur la manière de diversifier leurs activités en dehors de celles exercées à la ferme, la plupart donnent du sens à leur vie en s'impliquant dans des domaines auxquels ils ont toujours accordé de l'importance, tels que les contacts sociaux (la famille, la communauté) et

l'environnement naturel (la nature et les animaux). D'autres s'adaptent en transférant leurs compétences passées au nouveau contexte de vie, par exemple en passant de la présidence d'une association agricole à celle d'un conseil municipal. Cette tendance rejoint les résultats de l'étude de Halama et al. (2021), selon laquelle les retraité·es maintiennent les sources de sens présentes avant la retraite et les adaptent au contexte post-retraite.

De plus, les entretiens révèlent que la planification du retrait semble être un élément qui influence positivement l'adaptation à la retraite et la santé psychologique des participant·es comme le signalaient Wu et Chao (2023) ainsi que Fletcher et al. (2023). Parmi les facteurs motivant la décision de se retirer (facteurs incitatifs à quitter le travail ou *push factors*), on retrouve, comme dans d'autres études, la diminution des capacités physiques (Oksanen & Virtanen, 2012; Rigal & Saïas, 2022; Riley, 2012, 2016). Face à un corps hypothéqué par des années de travail ardu physiquement, les participant·es semblent en paix avec leur choix de se retirer. Par ailleurs, la diminution des responsabilités figure comme un facteur d'attraction (*pull factors*) vers la retraite, comme l'ont démontré d'autres chercheurs (Grubbström & Eriksson, 2018; Rigal & Saïas, 2022), ainsi que la volonté de laisser la place aux générations suivantes (Marcoux & Hébert, 2020). Toutefois, bien que l'idéal pour les participant·es soit de transmettre la ferme aux générations futures, certain·es participant·es ont accepté à contrecœur de se retirer afin d'éviter des conflits avec la relève familiale et ne pas perdre le lien affectif avec leurs enfants.

Les sources de sens à la vie selon le modèle tripartite de sens

Tel que mentionné précédemment le modèle tripartite comporte trois composantes principales : la cohérence (compréhension de sa vie), le but (vie dirigée par des objectifs), et la signification (importance/valeur de sa propre existence). Les résultats seront discutés en fonction de chacune de ces dimensions.

Cohérence

L'importance accordée au lien avec la nature semble prédominer chez les agriculteur·trices à la retraite (Jonsén et al., 2014; Ness et al., 2014a, 2014b). Ainsi, même s'il y a une diversification des activités, au moins l'une d'entre elles sera axée sur le contact avec la nature ou avec les animaux. Cette tendance semble permettre aux participant·es de préserver une continuité de leur identité d'agriculteur·trice et favorise un sentiment de cohérence, une des dimensions du modèle tripartite de sens de Martela et Steger (2016). D'ailleurs, malgré les changements de rôles qui affectent habituellement la perception de soi lors de la retraite (Bordia et al., 2020), les participant·es ont pu maintenir une représentation mentale cohérente d'elles·eux-mêmes et de leur vie. Cette tendance peut s'expliquer par l'intégration dans l'image de soi de forces de caractères (adaptabilité, persévérance, résilience) qui se sont développées en partie avec l'exposition continue aux défis propres au milieu agricole, ces derniers ayant nécessité une quête constante de cohérence pour donner du sens à ces épreuves. Contrairement aux études antérieures portant sur le sens à la vie en milieu rural, la présente étude est la première à cibler spécifiquement l'identité comme source de cohérence et de sens chez les agriculteur·trices retraité·es.

But

Les entretiens avec les personnes rencontrées indiquent que le retrait a engendré un remaniement et une diversification des activités. Toutefois, les interactions sociales, tant avec les proches qu'avec la communauté rurale, demeurent des sources de sens majeures pour les participant-es. Ce constat corrobore les résultats de plusieurs études (Dewitte et al., 2021; King & Hicks, 2021; Pinquart, 2002; Steger et al., 2013), incluant celle portant spécifiquement sur le sens à la vie en milieu rural (Jonsén et al., 2014). La présente recherche vient néanmoins préciser que c'est au sein de ces différentes interactions que les participant-es retrouvent un sentiment d'utilité qui donne une direction à leur vie, une autre dimension du modèle tripartite de sens (Martela & Steger, 2016). En demeurant actives-actifs, impliqués-es et présent-es, tant pour la relève, les proches ou la communauté, les participant-es se sentent engagé-es dans la société. En partageant leurs connaissances et leurs intérêts, ils peuvent satisfaire leur besoin de générativité, c'est-à-dire le souhait de contribuer au bien-être des générations futures (Erikson & Erikson, 1997; Erikson et al., 1986).

Le sens des responsabilités s'inscrit également au sein de cette dimension. Le sentiment d'être responsable de soi-même, de ses proches, de son exploitation, de la préservation de la nature et de la communauté en les « nourrissant » se manifeste sur différents plans. Par exemple, les participant-es témoignent d'une responsabilité personnelle et sociale en faisant prévaloir dans leur vie les valeurs de solidarité et de coopération en s'engageant auprès de leur communauté. Selon Arslan et Wong (2022), la responsabilité personnelle implique d'être garant de ses besoins et de ceux des autres,

tandis que la responsabilité sociale réfère aux valeurs prosociales et morales (p. ex., le partage, la coopération, la justice) et implique des actions qui concernent le bien commun. Bien que la responsabilité ne soit pas reconnue comme une dimension du sens à la vie dans le modèle tripartite de Martela et Steger (2016), celle-ci s'avère pertinente pour une vie pleine de sens selon le courant de la psychologie existentielle positive (Arslan & Wong, 2022). Tout indique qu'il serait possible que le sens des responsabilités puisse motiver la présence de buts personnels et sociaux chez les participant·es et ainsi donner une direction à leur vie.

Signification

Selon le modèle tripartite de Martela et Steger (2016), la dimension de la signification réfère à l'importance que l'individu accorde à sa propre existence ainsi qu'au sentiment d'avoir de la valeur aux yeux des autres (Flett, 2022; Guthrie et al., 2025). Ainsi, lorsque les agriculteur·es retraité·es décrivent les actions concrètes qu'elles-ils posent pour être utiles à leur famille et à leur communauté, ils expriment la composante de la signification.

Les autres sources de sens

Selon les personnes rencontrées, le soin accordé au domicile afin d'y créer un endroit pour y vivre corrobore les résultats d'autres études sur les sources de sens à la vie en milieu rural (Jonsén et al., 2014; Ness et al., 2014a, 2014b). Au-delà d'un attachement au foyer, le chez-soi représente pour les participant·es le lieu qui leur permet de conserver leur liberté et leur autonomie et surtout de maintenir l'unité familiale. Pour ces différentes

raisons, le soin accordé au domicile, en y créant un endroit agréable pour y vivre et y accueillir les proches, devient une source principale de sens à la vie pour les agriculteur·trices retraité·es (Ekman et al., 2001; Leith, 2006). En revanche, contrairement aux études précédentes qui font état de la spiritualité et de la religion comme sources de sens à la vie (Dewitte et al., 2021; Greenblatt-Kimron et al., 2022; Steger et al., 2006), ces aspects ne sont pas mentionnés par les participant·es. Bien que cet aspect soit fréquemment présent dans les autres régions du monde (voir Jonsén et al., 2014), le rejet de la religion au Québec (Wilkins-Laflamme, 2017) pourrait expliquer cette divergence dans les résultats.

Utilisation significative du temps qui reste

Cette troisième catégorie thématique a permis de mettre en lumière le lien entre la conscience de la mort chez les participant·es et la motivation à profiter du temps qui reste par la mise en place d'objectifs et d'activités significatives (King & Hicks, 2021). Cette lucidité face à la finitude, rapportée par Carstensen (2021) dans sa théorie de la sélectivité socioémotionnelle du vieillissement se manifeste chez les participant·es par leur désir d'investir l'avenir par leurs actions. Par ailleurs, plusieurs mentionnent l'importance de se maintenir en santé et de vieillir « dignement », afin d'éviter d'être un fardeau pour la société. Ces objectifs semblent alimenter les dimensions de cohérence (cognitive), de but (motivationnelle) et de signification (évaluative) du modèle tripartite de sens (Martela & Steger, 2016). Toutefois, l'âgisme semble influencer la formulation des participant·es de ces éléments de sens, en mettant l'accent sur l'aspect négatif du vieillissement (Adam

et al., 2017) plutôt que sur les aspects positifs, tels que l'idée d'être un modèle de vieillissement optimal pour les générations subséquentes (Jopp et al., 2017). Il est pertinent de souligner que de manière générale, les participant-es de l'étude semblent davantage mené-es à investir le futur par la présence de buts et de projets, contrairement à ce qui est rapporté dans d'autres études du milieu rural où le sens à la vie est plus fortement éprouvé par la remémoration du passé et des expériences professionnelles antérieures (Hedberg et al., 2013).

Forces et limites

La littérature scientifique sur la retraite des personnes qui ont exploité une entreprise agricole tend à s'intéresser surtout aux aspects économiques de la transition, au processus décisionnel lié au transfert de la propriété, aux relations avec la relève familiale ou aux facteurs liés à l'adaptation à cette période de la vie (Conway et al., 2017; Fletcher et al., 2023; Lepage et al., 2011). La présente étude se démarque des autres recherches sur la retraite en milieu agricole en ce qu'elle cible les éléments qui contribuent au sens à la vie des agriculteur-trices qui vivent cette transition. De plus, l'emploi d'un devis qualitatif privilégie le vécu subjectif des participant-es et permet d'accéder à leur expérience singulière de la transition. La méthode d'analyse utilisée demeure une force pour l'étude, puisqu'elle permet de faire émerger des thématiques significatives tout en assurant une interprétation nuancée et ancrée dans la réalité des personnes travaillant dans le milieu agricole.

Par ailleurs, une autre force de l'étude est la pertinence des outils de recrutement. En effet, plus de la moitié des participant-es ont été recruté-es grâce à un article paru dans le journal *La terre de chez nous*. Publié depuis 1929, ce journal est le pilier de l'information agricole au Québec. Chaque semaine, plus de 100 000 lecteur-trices consultent cet hebdomadaire et près des trois quarts des abonné-es sont des producteur-trices agricoles (La Terre de chez nous, 2012). Ce mode de recrutement s'est avéré tout à fait adéquat et pertinent pour rejoindre des agriculteur-trices québécois-es susceptibles de participer à la recherche afin de partager leur expérience concrète de la retraite (Nichols et al., 2021; Weil et al., 2017).

Toutefois, le recrutement comporte également des limites. La première réfère à l'opérationnalisation de la retraite qui demeure très complexe en raison des différentes formes que peut prendre cette transition (Bernard & Janvier, 2020; Brydsten et al., 2025; Leinonen et al., 2022; Tremblay & Larivière, 2009; Turek et al., 2024; Wang & Shultz, 2010). Bien que la plupart des études mentionnent la difficulté à déterminer le statut de retraité-e, en partie à cause des différentes trajectoires possibles (p. ex., retraite progressive, emploi à temps partiel, travailleur senior en chômage, emploi post-carrière) qui entourent cette transition professionnelle (Hershenson, 2016; Kirkpatrick, 2013; Tremblay & Larivière, 2009), il a été nécessaire de faire un choix sur le critère à retenir pour sélectionner l'échantillon. Dans la présente étude, le retrait était déterminé par la perception des participant-es de leur statut et en fonction du nombre d'heures investies dans les activités de la ferme. Le critère le plus objectif était la diminution de plus de 50 %

des activités professionnelles sur la ferme. Par exemple, une personne pouvait se considérer à la retraite en passant de 70 heures de travail par semaine à 30 heures par semaine. Pour d'autres participant-es, la perception d'être à la retraite ne s'évaluait pas en fonction du nombre d'heures investies sur la ferme, mais par une diminution de la charge décisionnelle, par la vente de l'entreprise ou par le transfert de l'exploitation agricole à un nouveau propriétaire. L'absence de critères objectifs pour déterminer le statut de retraité-e est une limite importante de cette étude, bien qu'elle reflète la diversité des situations dans lesquelles peuvent se trouver les agriculteur-trices à la retraite.

De plus, il est possible que les personnes qui ont accepté de participer à la recherche possèdent certaines caractéristiques et que ces dernières constituent un biais d'échantillonnage qui influence les résultats. Par exemple, certaines études indiquent que des facteurs liés aux caractéristiques des participant-es facilitent le recrutement, comme l'altruisme ou les bénéfices anticipés pour leur communauté, un intérêt personnel pour le sujet de la recherche ou l'opinion positive de l'entourage à l'égard de leur participation (Newington & Metcalfe, 2014; Sheridan et al., 2020; Team et al., 2018). Les agriculteur-trices âgé-es éprouvant des doutes quant à leur décision, ou des difficultés à s'ajuster aux changements, ont peut-être évité de participer en raison d'une réticence à discuter avec une inconnue des détails personnels de leur vie, d'un faible niveau d'alphabétisation ou d'une perception négative de soi et de ses capacités (Dibartolo & McCrone, 2003; Gledhill et al., 2008). D'ailleurs, différent-es participant-es ont mentionné connaître des agriculteur-trices âgé-es qui ont éprouvé des difficultés émotionnelles à la suite

de leur retraite. De plus, ils ont également signalé que certain-es agriculteur-trices continuent encore de travailler à temps plein même après l'âge de 65 ans. Évidemment, ces personnes ne peuvent se retrouver dans l'échantillon, puisqu'elles ne répondent pas aux critères de sélection relatifs au retrait du milieu agricole. Il est important de noter que l'échantillon ne comporte que deux agricultrices et que l'analyse des entretiens ne permet pas d'affirmer que cette transition se vit différemment de celle des hommes.

Recherches futures

Parmi les recherches qui pourraient découler directement de cet essai, on peut mentionner la pertinence d'explorer le vécu des agricultrices, puisque les études sur leur expérience de la retraite du milieu agricole sont rarissimes alors que le nombre d'agricultrices est à la hausse au Québec. Les études futures devront vérifier si leur perception du retrait et leurs manières de donner du sens à la vie comportent des particularités.

Par ailleurs, la situation financière des participant-es n'est pas un thème qui a été abordé dans le canevas de l'entrevue, ni même évoquée par les agriculteur-trices retraité-es. Il serait intéressant de considérer cette dimension dans une étude subséquente. Finalement, il serait pertinent d'examiner les obstacles à la création de sens chez ces retraité-es (Yemiscigil et al., 2021), tel qu'un bilan négatif de tous les efforts consentis pour développer l'entreprise agricole ou l'absence d'intérêt de la relève familiale pour assurer la continuité (Parent et al., 2001).

Retombées pratiques

L'attachement au chez-soi, l'appartenance à sa communauté et le contact avec la nature sont des éléments qui sont sources de sens pour les agriculteur·trices retraité·es. En écho au plan d'action gouvernemental du Québec 2024-2029 : *La fierté de vieillir* (Gouvernement du Québec, 2024) qui comporte 102 mesures afin de concrétiser le vieillissement actif et améliorer les conditions de vie des personnes âgées, il serait important de soutenir le maintien des agriculteur·trices retraité·es dans un environnement familial et intime. Cela en préservant également leur autonomie et leur qualité de vie par l'accès à des soins de santé et des activités sociales en milieu rural (Gouvernement du Québec, 2024). Sachant que l'offre de services et d'habitations pour aîné·es est encore rare au Québec en milieu rural (Garon et al., 2018; Gouvernement du Québec, 2024), il serait pertinent de s'inspirer des modèles scandinaves qui ont été en mesure d'implanter des services aux personnes habitant en régions éloignées. À cet effet, plusieurs études d'Europe du Nord (Suède, Norvège, Danemark, Finlande, Pays-Bas) proposent une philosophie de « vieillir chez-soi » afin que la personne puisse demeurer le plus longtemps possible à son domicile grâce à des services évolutifs et adaptés à ses besoins (Mahler et al., 2014). Les modèles scandinaves, dont ceux de la Maison-Centre de services (*Service House*) ou de la Petite Maison (*Small House*), gagneraient à être investigués en fonction des caractéristiques de la communauté rurale agricole québécoise (Garon et al., 2018; Scheidt, 2012).

Issue de l'initiative de plusieurs chercheur·ses d'Irlande, la mise en place d'une organisation nationale pour les agriculteur·trices retraité·es devrait leur permettre de rester

engagé·es dans leur milieu. Leur contribution au transfert des connaissances au sein de l'industrie agricole se ferait à leur manière, en fonction de leurs capacités, dans l'objectif de maintenir un sentiment d'appartenance et un lien avec la communauté agricole (Conway et al., 2022; Fletcher et al., 2023). Outre ces initiatives de mentorat, ce modèle d'organisation nationale permettrait un regroupement de services adaptés aux besoins et enjeux de la clientèle agricole vieillissante. Appliquée en contexte québécois, cette plateforme se verrait un outil clé favorisant le désengorgement de la charge de travail des travailleur·es de rang au Québec – soit des intervenant·es œuvrant sur le plan social auprès de la population agricole aux prises avec des difficultés émotionnelles et psychologiques (Union des producteurs agricoles, 2023). Le recours aux services de ce type d'organisation agricole pourrait être un premier point de départ pour les agriculteur·trices qui songent au retrait, mais qui demeurent réticent·es à demander des conseils ou de l'aide (Fletcher et al., 2023). Par ailleurs, en plus de l'aspect pratique et financier de la planification du retrait, des services d'orientation professionnelle axés sur les valeurs du milieu agricole pourraient aider à mieux cibler les besoins et les activités que les agriculteur·trices souhaitent maintenir après leur retrait (Froidevaux & Hirschi, 2015). Cette initiative pourrait susciter une ouverture au dialogue quant aux craintes anticipées de l'impact du retrait sur l'identité des personnes travaillant dans le milieu agricole.

Conclusion

La présente étude qualitative exploratoire avait pour objectif de documenter la quête de sens à la vie chez les agriculteur·trices québécois·es qui se sont retiré·es du milieu agricole. Les motifs de retrait incluent la diminution des capacités physiques, le désir de réduire les responsabilités et la volonté de transmettre l'exploitation à la relève familiale, bien que les relations avec cette dernière puissent s'avérer parfois conflictuelles. Les résultats révèlent que les agriculteur·trices qui s'adaptent positivement à leur retraite sont celles·ceux ayant planifié cette transition et diversifié leurs activités tout en maintenant un lien avec le milieu agricole et la nature. Le retrait partiel, combiné à des engagements tels que le bénévolat, le mentorat ou des loisirs liés à la nature et aux proches, favorise le bien-être à la retraite. Ces choix permettent une continuité dans les sources de sens à la vie, préservant l'identité des participant·es.

Par ailleurs, les résultats de cette étude qualitative révèlent que les trois dimensions du modèle tripartite du sens à la vie (Martela & Steger, 2016) font partie de l'expérience du retrait des agriculteur·trices retraité·es. Ainsi, le lien avec la nature et l'implication partielle dans les activités de la ferme contribuent à maintenir un sentiment de cohérence identitaire et une vie pleine de sens durant la transition vers la retraite. De plus, les buts qui soutiennent l'engagement personnel et social de l'individu auprès de ses proches, de la relève et de la communauté renforcent le sentiment d'utilité et l'idée que sa vie a de la

valeur aux yeux d'autrui. Ces éléments, ancrés dans des valeurs prosociales et un désir de transmission intergénérationnelle, contribuent à maintenir un sentiment de cohérence identitaire et une vie pleine de sens durant la transition vers la retraite.

L'étude met en lumière la pertinence de soutenir les agriculteur-trices dans leur adaptation à la retraite, notamment en valorisant leur contribution continue à la communauté et en leur offrant des ressources adaptées à leurs besoins. Des études sur l'intégration d'activités en lien avec la nature pourraient avoir des effets bénéfiques sur le bien-être psychologique et physique des agriculteur-trices retraité-es. Parallèlement, avec l'avancement en âge, il serait pertinent de s'inspirer des modèles scandinaves qui offrent des services évolutifs de maintien à domicile aux personnes âgées vivant en milieu rural.

Références

- Adam, S., Missotten, P., Flamion, A., Marquet, M., Clesse, A., Piccard, S., Crutzen, C., & Schroyen, S. (2017). Vieillir en bonne santé dans une société âgiste... *NPG Neurologie - Psychiatrie - Gériatrie*, 17(102), 389-398. <https://doi.org/10.1016/j.npg.2017.05.001>
- Akben-Selcuk, E., & Aydin, A. E. (2021). Ready or not, here it comes: A model of perceived financial preparedness for retirement. *Journal of Adult Development*, 28(4), 346-357. <https://doi.org/10.1007/s10804-021-09387-z>
- Alston, M., & Kent, J. (2008). The Big Dry: The link between rural masculinities and poor health outcomes for farming men. *Journal of Sociology*, 44(2), 133-147. <https://doi.org/10.1177/1440783308089166>
- Arbuz, G. (2017). Vécu psychologique et enjeux du départ à la retraite. *Nouvelle revue de psychosociologie*, 23(1), 57-70.
- Arslan, G., & Wong, P. T. P. (2022). Measuring personal and social responsibility: An existential positive psychology approach. *Journal of Happiness and Health*, 2(1), 1-11. <https://doi.org/10.47602/johah.v2i1.5>
- AshaRani, P. V., Lai, D., Koh, J., & Subramaniam, M. (2022). Purpose in life in older adults: A systematic review on conceptualization, measures, and determinants. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(10), Article 5860. <https://doi.org/10.3390/ijerph19105860>
- Atchley, R. C. (1999). Continuity theory, self, and social structure. Dans C. D. Ryff et V. W. Marshall (Éds), *Families and retirement* (pp. 145-158). Sage Publications.
- Barclay, E., Foskey, R., & Reeve, I. (2007). *Farm succession and inheritance: Comparing Australian and international trends*. University of New England.
- Bernard, R., & Janvier, S. (2020). *Les représentations sociales de la retraite chez les personnes de 55 ans et plus vivant à Québec selon le genre, l'état de santé, le parcours professionnel et les situations économique, conjugale et familiale* [Rapport de recherche]. Observatoire de la retraite de l'Université Laval. https://www.fss.ulaval.ca/sites/fss.ulaval.ca/files/fss/sociologie/Rpt%20labo%202020_Janvier%20et%20Bernard.pdf

- Billé, M. (2017). Retraite ou retraitement ? *Nouvelle revue de psychosociologie*, 23(1), 45-55. <https://doi.org/10.3917/nrp.023.0045>
- Bone, J. K., Bu, F., Fluharty, M. E., Paul, E., Sonke, J. K., & Fancourt, D. (2022). Engagement in leisure activities and depression in older adults in the United States: Longitudinal evidence from the Health and Retirement Study. *Social Science & Medicine*, 294, Article 114703. <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2022.114703>
- Bordia, P., Read, S., & Bordia, S. (2020). Retiring: Role identity processes in retirement transition. *Journal of Organizational Behavior*, 41(5), 445-460. <https://doi.org/10.1002/job.2438>
- Bousquet, L., & Robichaud, A. (2021). *La place de l'ergothérapie en milieu agricole. Étude de besoins* [Rapport de stage inédit]. Université de Sherbrooke. https://savoirs.usherbrooke.ca/bitstream/handle/11143/18483/bousquet_laurence_ergotherapie_milieu_agricole_rapport_2021.pdf?sequence=1
- Brydsten, A., Hasselgren, C., Stattin, M., & Larsson, D. (2025). The road to retirement: A life course perspective on labor market trajectories and retirement behaviors. *Work, Aging and Retirement*, 11(1), 1-12. <https://doi.org/10.1093/workar/waad024>
- Canadian agricultural safety association. (2005). *National stress and mental survey of Canadian farmers*. https://www.casa-acsa.ca/wp-content/uploads/2005-02_National_Stress_Survey_Results.pdf
- Carstensen, L. L. (2006). The influence of a sense of time on human development. *Science*, 312(5782), 1913-1915. <https://doi.org/10.1126/science.1127488>
- Carstensen, L. L. (2021). Socioemotional selectivity theory: The role of perceived endings in human motivation. *The Gerontologist*, 61(8), 1188-1196. <https://doi.org/10.1093/geront/gnab116>
- Carstensen, L. L., Turan, B., Scheibe, S., Ram, N., Ersner-Hershfield, H., Samanez-Larkin, G. R., Brooks, K. P., & Nesselroade, J. R. (2011). Emotional experience improves with age: Evidence based on over 10 years of experience sampling. *Psychology and Aging*, 26(1), 21-33. <https://doi.org/10.1037/a0021285>
- Centre de référence en agriculture et agroalimentaire du Québec. (2004, avril). *Portrait de l'établissement et du retrait de l'agriculture au Québec* (publication no CY005). <https://www.craaq.qc.ca/data/DOCUMENTS/ECY005.pdf>
- Champagne, S. R. (2023, 23 juin). Québec va rouvrir la loi sur la protection du territoire agricole. *Le Devoir*. <https://www.ledevoir.com/politique/quebec/793379/quebec-va-rouvrir-la-loi-sur-la-protection-du-territoire-agricole/>

- Chang, E. C. (2024). Beyond dispositional optimism and pessimism: Does the tripartite model of meaning in life matter in predicting future well-being in adults? *Journal of Happiness Studies*, 25, Article 57. <https://doi.org/10.1007/s10902-024-00772-5>
- Chiswell, H. M. (2018). From generation to generation: Changing dimensions of intergenerational farm transfer. *Sociologia Ruralis*, 58(1), 104-125. <https://doi.org/10.1111/soru.12138>
- Commission de la protection du territoire agricole du Québec. (2019, août). *Rapport annuel de gestion 2018-2019*. <https://www.cptaq.gouv.qc.ca/fileadmin/la-commission/publications/rapports-annuels/cptaq-rag-2018-2019.pdf>
- Conway, S. F., Farrell, M., McDonagh, J., & Kinsella, A. (2022). ‘Farmers don’t retire’: Re-evaluating how we engage with and understand the ‘older’ farmer’s perspective. *Sustainability*, 14(5), Article 2533. <https://doi.org/10.3390/su14052533>
- Conway, S. F., McDonagh, J., Farrell, M., & Kinsella, A. (2017). Uncovering obstacles: The exercise of symbolic power in the complex arena of intergenerational family farm transfer. *Journal of Rural Studies*, 54, 60-75. <https://doi.org/10.1016/j.jrurstud.2017.06.007>
- Cooney, A., Dowling, M., Gannon, M. E., Dempsey, L., & Murphy, K. (2013). Exploration of the meaning of connectedness for older people in long-term care in context of their quality of life: A review and commentary. *International Journal of Older People Nursing*, 9(3), 192-199. <https://doi.org/10.1111/opn.12017>
- Costin, V., & Vignoles, V. L. (2020). Meaning is about mattering: Evaluating coherence, purpose, and existential mattering as precursors of meaning in life judgments. *Journal of Personality and Social Psychology*, 118(4), 864-884. <https://doi.org/10.1037/pspp0000225>
- Cousineau, L. S., & Misener, K. (2019). Volunteering as meaning-making in the transition to retirement. *Canadian Journal of Nonprofit and Social Economy Research*, 10(1). <https://doi.org/10.22230/cjnser.2019v10n1a293>
- Crego, A., Yela, J. R., Gómez-Martínez, M. Á., & Karim, A. A. (2020). The contribution of meaningfulness and mindfulness to psychological well-being and mental health: A structural equation model. *Journal of Happiness Studies*, 21(8), 2827-2850. <https://doi.org/10.1007/s10902-019-00201-y>
- Csikszentmihalyi, M., & Bouffard, L. (2017). Le point sur le flow. *Revue québécoise de psychologie*, 38(1), 65-81. <https://doi.org/10.7202/1040070ar>

- Czekierda, K., Banik, A., Park, C. L., & Luszczynska, A. (2017). Meaning in life and physical health: Systematic review and meta-analysis. *Health Psychology Review*, 11(4), 387-418. <https://doi.org/10.1080/17437199.2017.1327325>
- Daigle, M., Bergeron, D., & Ledoux, I. (2025). La démarche d'analyse inductive: principes, défis et pistes de solutions. *Revue l'infirmière clinicienne*, 22(1). <https://revue-infirmiereclinicienne.uqar.ca/wp-content/uploads/2025/02/Daigle-et-al-2025-RevueInfClinicienneVol22no1pp1-11.pdf>
- De Preter, H., Van Looy, D., & Mortelmans, D. (2013). Individual and institutional push and pull factors as predictors of retirement timing in Europe: A multilevel analysis. *Journal of Aging Studies*, 27(4), 299-307. <https://doi.org/10.1016/j.jaging.2013.06.003>
- Denton, F. T., & Spencer, B. G. (2009). What is retirement? A review and assessment of alternative concepts and measures. *Canadian Journal on Aging*, 28(1), 63-76. <https://doi.org/10.1017/S0714980809090047>
- Dewitte, L., Vandenbulcke, M., Schellekens, T., & Dezutter, J. (2021). Sources of well-being for older adults with and without dementia in residential care: Relations to presence of meaning and life satisfaction. *Aging & Mental Health*, 25(1), 170-178. <https://doi.org/10.1080/13607863.2019.1691144>
- Dibartolo, M. C., & McCrone, S. (2003). Recruitment of rural community-dwelling older adults: Barriers, challenges, and strategies. *Aging & Mental Health*, 7(2), 75-82. <https://doi.org/10.1080/1360786031000072295>
- Downey, H., Threlkeld, G., & Warburton, J. (2016). How do older Australian farming couples construct generativity across the life course?: A narrative exploration. *Journal of Aging Studies*, 38, 57-69. <https://doi.org/10.1016/j.jaging.2016.04.007>
- Dudley, D., O'Loughlin, K., Lewis, S., & Loh, V. (2020). Retirees' perceptions of goal setting: A qualitative study. *Australasian Journal on Ageing*, 39(3), e360-e367. <https://doi.org/10.1111/ajag.12798>
- Duval, R. (2003). *The retirement effects of old-age pension and early retirement schemes in OECD Countries*. OECD Economics Department Working Papers, No. 370. OECD. <https://doi.org/10.1787/308728704511>
- Ekman, I., Skott, C., & Norberg, A. (2001). A place of one's own: The meaning of lived experience as narrated by an elderly woman with severe chronic heart failure: A case study. *Scandinavian Journal of Caring Sciences*, 15(1), 60-65. <https://doi.org/10.1046/j.1471-6712.2001.1510060.x>

- Erikson, E. H., & Erikson, J. M. (1997). *The life cycle completed* (extended version). W. W. Norton & Company.
- Erikson, E. H., Erikson J. M., & Kivnick, H. Q. (1986). *Vital involvement in old age*. W. W. Norton & Company.
- Fletcher, C. M. E., Stewart, L., & Gunn, K. M. (2023). Stressors, barriers, and facilitators faced by Australian farmers when transitioning to retirement: A scoping review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(3), Article 2588. <https://doi.org/10.3390/ijerph20032588>
- Flett, G. L. (2022). An introduction, review, and conceptual analysis of mattering as an essential construct and an essential way of life. *Journal of Psychoeducational Assessment*, 40(1), 3-36. <https://doi.org/10.1177/07342829211057640>
- Fouquereau, E., Bosselut, G., Chevalier, S., Coillot, H., Demulier, V., Becker, C., & Gillet, N. (2018). Better understanding the workers' retirement decision attitudes: Development and validation of a new measure. *Frontiers in Psychology*, 9, Article 2429. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.02429>
- Fraser, C. E., Smith, K. B., Judd, F., Humphreys, J. S., Fragar, L. J., & Henderson, A. (2005). Farming and mental health problems and mental illness. *The International Journal of Social Psychiatry*, 51(4), 340-349. <https://doi.org/10.1177/0020764005060844>
- Froidevaux, A., & Hirschi, A. (2015). Managing the transition to retirement: From meaningful work to meaning in life at retirement. Dans A. De Vos, & B. van der Heijden (Éds), *Handbook of research on sustainable careers* (pp. 350-363). Edward Elgar Publishing. <https://doi.org/10.4337/9781782547037.00028>
- Fuller, J., Edwards, J., Procter, N., & Moss, J. (2000). How definition of mental health problems can influence help seeking in rural and remote communities. *The Australian Journal of Rural Health*, 8(3), 148-153. <https://doi.org/10.1046/j.1440-1584.2000.00303.x>
- Garon, S., Lavoie, C., Boivin, M., & Veil, A. (2018). Favoriser le développement de l'habitation communautaire pour les aînés en milieu rural québécois : le rôle des intervenants sociaux et en action collective. *Nouvelles pratiques sociales*, 30(1). <https://doi.org/10.7202/1054260ar>
- George, L. S., & Park, C. L. (2017). The multidimensional existential meaning scale: A tripartite approach to measuring meaning in life. *The Journal of Positive Psychology*, 12(6), 613-627. <https://doi.org/10.1080/17439760.2016.1209546>

- Glaw, X., Kable, A., Hazelton, M., & Inder, K. (2017). Meaning in life and meaning of life in mental health care: An integrative review. *Issues in Mental Health Nursing*, 38(3), 243-252. <https://doi.org/10.1080/01612840.2016.1253804>
- Gledhill, S., Abbey, J., & Schweitzer, R. (2008). Sampling methods: Methodological issues involved in the recruitment of older people into a study of sexuality. *Australian Journal of Advanced Nursing*, 26(1), 84-94. <https://doi.org/10.37464/2008.261.1796>
- Gouvernement du Québec. (2022). *Industrie agricole au Québec*. <https://www.quebec.ca/agriculture-environnement-et-ressources-naturelles/agriculture/industrie-agricole-au-quebec>
- Gouvernement du Québec. (2024). *La fierté de vieillir : plan d'action gouvernemental 2024-2029*. <https://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/fichiers/2024/24-830-02W.pdf>
- Greenblatt-Kimron, L., Kagan, M., & Zychlinski, E. (2022). Meaning in life among older adults: An integrative model. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(24), Article 16762. <https://doi.org/10.3390/ijerph192416762>
- Groupe de recherche transfert, gestion et établissement en agriculture. (2007). Quand ma ferme est mon fonds de pension. *Info-Transfert. Bulletin sur l'établissement et le transfert de ferme*, 7(8), 3-4. <https://www.agrireseau.net/era/documents/IT1007.pdf>
- Grubbström, A., & Eriksson, C. (2018). Retired farmers and new land users: How relations to land and people influence farmers' land transfer decisions. *Sociologia Ruralis*, 58(4), 707-725. <https://doi.org/10.1111/soru.12209>
- Guthrie, D., Maffly-Kipp, J., Gause, C., Kim, J., Martela, F., & Hicks, J. A. (2025). Interpersonal mattering and the experience of meaning in life. *The Journal of Positive Psychology*, 20(1), 136-150. <https://doi.org/10.1080/17439760.2024.2314289>
- Halama, P., Záhorcová, L., & Škrobáková, Ž. (2021). Meaning making in retirement transition: A qualitative inquiry into Slovak retirees. *International Journal of Qualitative Studies on Health and Well-Being*, 16(1), Article 1985414. <https://doi.org/10.1080/17482631.2021.1985414>
- Hedberg, P., Gustafson, Y., & Brulin, C. (2010). Purpose in life among men and women aged 85 years and older. *International Journal of Aging & Human Development*, 70(3), 213-229. <https://doi.org/10.2190/AG.70.3.c>
- Hedberg, P., Gustafson, Y., Brulin, C., & Aléx, L. (2013). Purpose in life among very old men. *Advances in Aging Research*, 2(3), 100-105. <https://doi.org/10.4236/aar.2013.23014>

- Heintzelman, S. J., Trent, J., & King, L. A. (2013). Encounters with objective coherence and the experience of meaning in life. *Psychological Science*, 24(6), 991-998. <https://doi.org/10.1177/0956797612465878>
- Heisel, M. J., & Flett, G. L. (2014). Do meaning in life and purpose in life protect against suicide ideation among community-residing older adults? Dans A. Batthyany & P. Russo-Netzer (Éds), *Meaning in positive and existential psychology* (pp. 303-324). Springer Science + Business Media. https://doi.org/10.1007/978-1-4939-0308-5_18
- Henning, G., Stenling, A., Bielak, A. A. M., Bjälkebring, P., Gow, A. J., Kivi, M., Muniz-Terrera, G., Johansson, B., & Lindwall, M. (2021). Towards an active and happy retirement? Changes in leisure activity and depressive symptoms during the retirement transition. *Aging & Mental Health*, 25(4), 621-631. <https://doi.org/10.1080/13607863.2019.1709156>
- Hershenson, D. B. (2016). Reconceptualizing retirement: A status-based approach. *Journal of Aging Studies*, 38, 1-5. <https://doi.org/10.1016/j.jaging.2016.04.001>
- Hicks, J. A., Trent, J., Davis, W. E., & King, L. A. (2012). Positive affect, meaning in life, and future time perspective: An application of socioemotional selectivity theory. *Psychology and Aging*, 27(1), 181-189. <https://doi.org/10.1037/a002396>
- Hill, P. L., & Weston, S. J. (2019). Evaluating eight-year trajectories for sense of purpose in the Health and Retirement Study. *Aging & Mental Health*, 23(2), 233-237. <https://doi.org/10.1080/13607863.2017.1399344>
- Institut national de santé publique du Québec. (2019). *Milieux ruraux et urbains : quelles différences de santé au Québec?* <https://www.inspq.qc.ca/santescope/milieux-ruraux-urbains>
- Institut national de santé publique du Québec. (2024). *Le vieillissement au Québec*. <https://www.inspq.qc.ca/le-vieillissement-au-quebec>
- Jacques-Jouvenot, D., & Laplante, J.-J. (2009). *Les maux de la terre : regards croisés sur la santé au travail en agriculture*. Éditions de l'Aube.
- Jolles, D., Lamarche, V. M., Rolison, J. J., & Juanchich, M. (2022). Who will I be when I retire? The role of organizational commitment, group memberships and retirement transition framing on older worker's anticipated identity change in retirement. *Current Psychology*, 42(18), 15727-15741. <https://doi.org/10.1007/s12144-022-02869-7>

- Jonsén, E., Norberg, A., & Lundman, B. (2014). Sense of meaning in life among the oldest old people living in rural area in northern Sweden. *International Journal of Old People Nursing*, 10(3), 221-229. <https://doi.org/10.1111/opn.12077>
- Jopp, D. S., Jung, S., Damarin, A. K., Mirpuri, S., & Spini, D. (2017). Who is your successful aging role model? *The Journals of Gerontology: Series B*, 72(2), 237-247. <https://doi.org/10.1093/geronb/gbw138>
- Judd, F., Jackson, H., Fraser, C., Murray, G., Robins, G., & Komiti, A. (2006). Understanding suicide in Australian farmers. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 41(1), 1-10. <https://doi.org/10.1007/s00127-005-0007-1>
- Kemp, N. (2022). *IKIGAI-KAN: Feel a life worth living*. Intertype.
- King, L. A., & Hicks, J. A. (2021). The science of meaning in life. *Annual Review of Psychology*, 72, 561-584. <https://doi.org/10.1146/annurev-psych-072420-122921>
- King, L. A., Hicks, J. A., & Abdelkhalik, J. (2009). Death, life, scarcity, and value: An alternative approach to the meaning of death. *Psychological Science*, 20(12), 1459-1462. <https://doi.org/10.1111/j.1467-9280.2009.02466.x>
- Kirkpatrick, J. (2013). Retired farmer - An elusive concept. *Choices*, 28(2), 1-5. <https://doi.org/10.22004/ag.econ.154989>
- Krause, N., & Rainville, G. (2020). Age differences in meaning in life: Exploring the mediating role of social support. *Archives of Gerontology and Geriatrics*, 88, Article 104008. <https://doi.org/10.1016/j.archger.2020.104008>
- Kristensen, M. M., Simonsen, P., Mørch, K. K. S., Pihl, M.-E. L., Rod, M. H., & Folker, A. P. (2023). "It's not that I don't have things to do. it just all revolves around me" - Men's reflections on meaning in life in the transition to retirement in Denmark. *Journal of Aging Studies*, 64, Article 101112. <https://doi.org/10.1016/j.jaging.2023.101112>
- Kubicek, B., Korunka, C., Hoonakker, P., & Raymo, J. M. (2010). Work and family characteristics as predictors of early retirement in married men and women. *Research on Aging*, 32(4), 467-498. <https://doi.org/10.1177/0164027510364120>
- La Terre de chez nous. (2012). Page YouTube. <https://www.youtube.com/@Terredecheznous>
- Laberon, S., Grotz, C., Amieva, H., Pérès, K., & Vonthron, A. (2019). Psycho-social transition to retirement and adjustment to retired life: Influence on wellbeing and mental health in retired farmers. *Ageing & Society*, 39(12), 2578-2604. <https://doi.org/10.1017/S0144686X18000648>

- Lafleur, G., & Allard, M.-A. (2006). *Santé psychologique des familles agricoles au Québec*. Institut national de santé publique du Québec. <https://www.inspq.qc.ca/jasp/sante-psychologique-des-familles-agricoles-au-quebec>
- Leinonen, T., Boets, I., Pletea, E., Vandenbroeck, S., Mehlum, I. S., Hasselhorn, H. M., & de Wind, A. (2022). A conceptual framework addressing the complex labour market dynamics of the work-to-retirement process. *European Journal of Aging*, 19(4), 1631-1637. <https://doi.org/10.1007/s10433-022-00704-3>
- Leinonen, T., Chandola, T., Laaksonen, M., & Martikainen, P. (2020). Socio-economic differences in retirement timing and participation in post-retirement employment in a context of a flexible pension age. *Ageing & Society*, 40(2), 348-368. <https://doi.org/10.1017/S0144686X18000958>
- Leith, K. H. (2006). “Home is where the heart is...or is it?": A phenomenological exploration of the meaning of home for older women in congregate housing. *Journal of Aging Studies*, 20(4), 317-333. <https://doi.org/10.1016/j.jaging.2005.12.002>
- Léouzon, R. (2021, 16 mars). La relève québécoise freinée par la hausse du prix des terres. *Le Devoir*. https://www.ledevoir.com/economie/596967/la-releve-agricole-quebecoise-freinee-par-la-hausse-du-prix-des-terres?utm_source=recirculation&utm_medium=hyperlien&utm_campaign=corps_texte
- Lepage, F., Couderc, J. P., Perrier, J. P., & Parent, D. (2011). Québec : la performance des exploitations agricoles à la suite du transfert intergénérationnel. *Économie rurale*, 324, 3-17. <https://doi.org/10.4000/economierurale.3058>
- Lewis, N. A., & Hill, P. L. (2020). Does being active mean being purposeful in older adulthood? Examining the moderating role of retirement. *Psychology and Aging*, 35(7), 1050-1057. <https://doi.org/10.1037/pag0000568>
- Li, J.-B., Dou, K., & Liang, Y. (2020). The relationship between presence of meaning, search for meaning, and subjective well-being: A three-level meta-analysis based on the meaning in life questionnaire. *Journal of Happiness Studies*, 22(1), 467-489. <https://doi.org/10.1007/s10902-020-00230-y>
- Liu, T. Y., & Allan, B. A. (2023). Previous work and meaning in life post-retirement: A reminiscence perspective. *Aging & Mental Health*, 27(1), 1-7. <https://doi.org/10.1080/13607863.2022.2036945>
- Lobley, M., Baker, J. R., & Whitehead, I. (2010). Farm succession and retirement: Some international comparisons. *Journal of Agriculture, Food Systems, and Community Development*, 1(1), 49-64. <https://doi.org/10.5304/jafscd.2010.011.009>

- Mahler, M., Sarvimäki, A., Clancy, A., Stenbock-Hult, B., Simonsen, N., Liveng, A., Zidén, L., Johannessen, A., & Hörder, H. (2014). Home as a health promotion setting for older adults. *Scandinavian Journal of Public Health*, 42(15), 36-40. <https://doi.org/10.1177/1403494814556>
- Marcoux, L., & Hébert, M. (2020). Retraite du milieu agricole : enjeux individuels, familiaux et sociaux. *Enfances, familles, générations*, 36. <https://doi.org/10.7202/1078008ar>
- Martela, F., & Steger, M. F. (2016). The three meanings of meaning in life: Distinguishing coherence, purpose, and significance. *The Journal of Positive Psychology*, 11(5), 531-545. <https://doi.org/10.1080/17439760.2015.1137623>
- Martinčėková, L., & Škrobáková, Z. (2019). Transition from work to retirement: Theoretical models and factors of adaptation. *Človek a Spoločnosť*, 22(1). <https://doi.org/10.31577/cas.2019.01.549>
- May, R. (1953). *Man's search for himself*. Norton.
- Ministère de l'Agriculture, des Pêcheries et de l'Alimentation du Québec. (2019). *Réussir votre transfert de ferme : guide d'accompagnement*. <https://numerique.banq.qc.ca/patrimoine/details/52327/4517883>
- Ministère de l'Agriculture, des Pêcheries et de l'Alimentation du Québec. (2021). *Portrait de la relève agricole au Québec, 2021*. https://cdn-contenu.quebec.ca/cdn-contenu/adm/min/agriculture-pecheries-alimentation/agriculture/devenir-agriculteur/ED_portrait_releve_agricole_MAPAQ.pdf?1595448170
- Nakamura, J., Chen, Y., VanderWeele, T. J., & Kim, E. S. (2022). What makes life purposeful? Identifying the antecedents of a sense of purpose in life using a lagged exposure-wide approach. *SSM - Population Health*, 19, Article 101235. <https://doi.org/10.1016/j.ssmph.2022.101235>
- Nakamura, J., & Csikzentmihalyi, M. (2003). The construction of meaning through vital engagement. Dans C. L. M. Keyes & J. Haidt (Éds), *Flourishing: Positive psychology and the life well-lived* (pp. 83-104). American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/10594-004>
- Ness, T. M., Hellzen, O., & Enmarker, I. (2014a). "Embracing the present and fearing the future": The meaning of being an oldest old woman in a rural area. *International Journal of Qualitative Studies on Health and Well-being*, 9(1), Article 25217. <https://doi.org/10.3402/qhw.v9.25217>

- Ness, T. M., Hellzen, O., & Enmarker, I. (2014b). "Struggling for independence": The meaning of being an oldest old man in a rural area. Interpretation of oldest old men's narrations. *International Journal of Qualitative Studies on Health and Well-being*, 9(1), Article 23088. <https://doi.org/10.3402/qhw.v9.23088>
- Newington, L., & Metcalfe, A. (2014). Factors influencing recruitment to research: Qualitative study of the experiences and perceptions of research teams. *BMC Medical Research Methodology*, 14, Article 10. <https://doi.org/10.1186/1471-2288-14-10>
- Nichols, E. G., Shreffler-Grant, J., & Weinert, C. (2021). Where have they gone? Recruiting and retaining older rural research participants. *Online Journal of Rural Nursing and Health Care*, 21(1), 179-182. <https://doi.org/10.14574/ojrnhc.v21i1.642>
- Noone, J., O'Loughlin, K., & Kendig, H. (2013). Australian baby boomers retiring 'early': Understanding the benefits of retirement preparation for involuntary and voluntary retirees. *Journal of Aging Studies*, 27(3), 207-217. <https://doi.org/10.1016/j.jaging.2013.02.003>
- Nygren, B., Al  x, L., Jonsén, E., Gustafson, Y., Norberg, A., & Lundman, B. (2005). Resilience, sense of coherence, purpose in life and self-transcendence in relation to perceived physical and mental health among the oldest old. *Aging & Mental Health*, 9(4), 354-362. <https://doi.org/10.1080/1360500114415>
- Oksanen, T., & Virtanen, M. (2012). Health and retirement: A complex relationship. *European Journal of Ageing*, 9(3), 221-225. <https://doi.org/10.1007/s10433-012-0243-7>
- Ouellet, E., Tondreau, J., Parent, D., & Perrier, J.-P. (2003). La transmission de la ferme québécoise d'une génération à l'autre : au-delà des considérations économiques, une question d'échanges, d'intégration aux tâches et de délégation du pouvoir. *Recherches sociographiques*, 44(1), 141-164. <https://doi.org/10.7202/007194ar>
- Paillé, P., & Mucchielli, A. (2016). *L'analyse qualitative en sciences humaines et sociales* (4     d.). Armand Colin.
- Parent, D. (1996). De cultivateur à chef d'entreprise agricole, la transformation socioculturelle de la ferme familiale québécoise. *Recherches sociologiques*, 37(1), 7-192. <https://doi.org/10.7202/057008ar>
- Parent, D., Jean, B., & Handfield, M. (2001). L'établissement de la relève agricole familiale : facteurs et trajectoires d'insuccès. Dans D. Lafontaine (  d.), *Choix publics et prospective territoriale : horizon 2025 : la Gaspésie : futurs anticipés* (pp. 31-41). Groupe de recherche interdisciplinaire sur le développement régional.

- Parent, D., Jean, B., & Simard, M. (2000). *Transmission et maintien de la ferme familiale : analyse des facteurs et stratégies d'établissement de la relève agricole familiale via les situations d'insuccès*. Université Laval et Agri-Gestion Laval.
- Persson, D., & Erlandsson, L.-K. (2010). Evaluating Oval-9, an instrument for detecting experiences of value in daily occupations. *Occupational Therapy in Mental Health*, 26(1), 32-50. <https://doi.org/10.1080/01642120903515284>
- Pinquart, M. (2002). Creating and maintaining purpose in life in old age: A meta-analysis. *Ageing International*, 27(2), 90-114. <https://doi.org/10.1007/s12126-002-1004-2>
- Plamondon, G., & Plamondon, L. (1982). Les éléments de la crise de la retraite. Dans M. Aumond (Éd.), *Éléments de gérontologie* (pp. 201-222). Aumond inc.
- Reitzes, D. C., & Mutran, E. J. (2016). Lingerings identities in retirement. *The Sociological Quarterly*, 47(2), 333-359. <https://doi.org/10.1111/j.1533-8525.2006.00048.x>
- Reker, G. T., & Wong, P. T. P. (2012). Personal meaning in life and psychosocial adaptation in the later years. Dans P. T. P. Wong (Éd.), *The human quest for meaning: Theories, research, and applications* (2^e éd., pp. 433-456). Routledge.
- Rigal, A., & Saïas, T. (2022). Étude du phénomène d'isolement social chez des aînés vivant en milieu rural : d'une inscription sociale à une solitude individuelle. *Enjeux et société*, 9(1), 239-271. <https://doi.org/10.7202/1087836ar>
- Riley, M. (2011). 'Letting them go' - Agricultural retirement and human-livestock relations. *Geoforum*, 42(1), 16-27. <https://doi.org/10.1016/j.geoforum.2010.08.004>
- Riley, M. (2012). 'Moving on'? Exploring the geographies of retirement adjustment amongst farming couples. *Social & Cultural Geography*, 13(7), 759-781. <https://doi.org/10.1080/14649365.2012.725136>
- Riley, M. (2016). Still being the 'Good farmer': (Non-)retirement and the preservation of farming identities in older age. *Sociologia Ruralis*, 56(1), 96-115. <https://doi.org/10.1111/soru.12063>
- Routledge, C., Wildschut, T., Sedikides, C., & Juhl, J. (2013). Nostalgia as a resource for psychological health and well-being. *Social and Personality Psychology Compass*, 7(11), 808-818. <https://doi.org/10.1111/spc3.12070>
- Roy, P., & Tremblay, G. (2015). L'expérience du stress chez les agriculteurs : une analyse du genre masculin. *Nouvelles pratiques sociales*, 27(2), 236-252. <https://doi.org/10.7202/1037690ar>

- Roy, P., Tremblay, G., & Robertson, S. (2014). Help-seeking among male farmers: Connecting masculinities and mental health. *Sociologia Ruralis*, 54(4), 460-476. <https://doi.org/10.1111/soru.12045>
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2017). *Self-determination theory: Basic psychological needs in motivation, development, and wellness*. The Guilford Press.
- Scheidt, R. J. (2012). European long-term care models: An interview with Victor Regnier. *Journal of Housing for the Elderly*, 26(1-3), 205-220. <https://doi.org/10.1080/02763893.2012.651385>
- Schnell, T., & Becker, P. (2006). Personality and meaning in life. *Personality and Individual Differences*, 41(1), 117-129. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2005.11.030>
- Sedikides, C., & Wildschut, T. (2018). Finding meaning in nostalgia. *Review of General Psychology*, 22(1), 48-61. <https://doi.org/10.1037/gpr0000109>
- Sheridan, R., Martin-Kerry, J., Hudson, J., Parker, A., Bower, P., & Knapp, P. (2020). Why do patients take part in research? An overview of systematic reviews of psychosocial barriers and facilitators. *Trials*, 21, Article 259. <https://doi.org/10.1186/s13063-020-4197-3>
- Shultz, K. S., Morton, K. R., & Weckerle, J. R. (1998). The influence of push and pull factors on voluntary and involuntary early retirees' retirement decision and adjustment. *Journal of Vocational Behavior*, 53(1), 45-57. <https://doi.org/10.1006/jvbe.1997.1610>
- Shultz, K. S., & Wang, M. (2011). Psychological perspectives on the changing nature of retirement. *The American Psychologist*, 66(3), 170-179. <https://doi.org/10.1037/a0022411>
- Smith, S. G., Froidevaux, A., Hirschi, A., & Johnson, L. U. (2024). An existential perspective on post-retirement decisions: The role of meaning in life and social identity. *Journal of Occupational and Organizational Psychology*, 97(3), 1166-1184. <https://doi.org/10.1111/joop.12508>
- Softas-Nall, S., & Woody, W. D. (2017). The loss of human connection to nature: Revitalizing selfhood and meaning in life through the ideas of Rollo May. *Ecopsychology*, 9(4), 241-252. <https://doi.org/10.1089/eco.2017.0020>
- Standridge, S. H., Dunlap, R., & Hamilton, G. (2020). Retirement and flow: Can the casual leisure pursuits of older adults in retirement create the experience of flow? *Activities, Adaptation & Aging*, 44(3), 192-209. <https://doi.org/10.1080/01924788.2019.1651177>

- Statistique Canada. (2021). *Recensement de l'agriculture de 2021 du Canada*. Repéré le 15 juillet 2022 à <https://www.statcan.gc.ca/fr/recensement-agriculture>
- Statistique Canada. (2022, mai). *Caractéristiques des exploitants agricoles, données chronologiques du Recensement de l'agriculture*. Repéré le 14 janvier 2024 à <https://www150.statcan.gc.ca/t1/tbl1/fr/tv.action?pid=3210023001>
- Statistique Canada. (2023, août). *Aperçu socioéconomique de la population agricole changeante du Canada, 2021*. Repéré le 14 janvier 2024 à <https://www150.statcan.gc.ca/n1/daily-quotidien/230825/dq230825a-fra.htm>
- Steger, M. F., Beeby, A., Garrett, S., & Kashdan, T. D. (2013). Creating a stable architectural framework of existence. Dans S. A. David, I. Boniwell, & A. Conley Ayers (Éds), *The Oxford handbook of happiness* (pp. 942-984). University Press. <https://doi.org/10.1093/oxfordhb/9780199557257.013.0070>
- Steger, M. F., & Dik, B. J. (2010). Work as meaning. Dans P. A. Linley, S. Harrington, & N. Page (Éds), *The Oxford handbook of positive psychology and work* (pp. 131-142). Oxford University Press.
- Steger, M. F., Dik, B. J., & Duffy, R. D. (2012). Measuring meaningful work: The work and meaning inventory (WAMI). *Journal of Career Assessment*, 20(3), 322-337. <https://doi.org/10.1177/1069072711436160>
- Steger, M. F., Frazier, P., Oishi, S., & Kaler, M. (2006). The meaning in life questionnaire: Assessing the presence of and search for meaning in life. *Journal of Counseling Psychology*, 53(1), 80-93. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.53.1.80>
- Steger, M. F., Oishi, S., & Kashdan, T. B. (2009). Meaning in life across the life span: Levels and correlates of meaning in life from emerging adulthood to older adulthood. *Journal of Positive Psychology*, 4(1), 43-52. <https://doi.org/10.1080/17439760802303127>
- Team, V., Bugeja, L., & Weller, C. D. (2018). Barriers and facilitators to participant recruitment to randomised controlled trials: A qualitative perspective. *International Wound Journal*, 15(6), 929-942. <https://doi.org/10.1111/iwj.12950>
- Tremblay, D.-G., & Larivière, M. (2009). Les défis de fins de carrière et la retraite : le cas du Québec. *Management & avenir*, 30(10), 127-145. <https://doi.org/10.3917/mav.030.0127>
- Turek, K., Henkens, K., & Kalmijn, M. (2024). Gender and educational inequalities in extending working lives: Late-life employment trajectories across three decades in seven countries. *Work, Aging and Retirement*, 10(2), 100-122. <https://doi.org/10.1093/workar/waac021>

- Union des producteurs agricoles. (2023). *Travailleurs de rang*. <https://www.upa.qc.ca/producteur/sante-securite-et-mieux-etre/sante-psychologique/travailleurs-de-rang>
- Wang, M., & Huang, Z. (2024). A contemporary review of employee retirement. *Current Opinion in Psychology*, 55, Article 101749. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2023.101749>
- Wang, M., & Shi, J. (2014). Psychological research on retirement. *Annual Review of Psychology*, 65, 209-233. <https://doi.org/10.1146/annurev-psych-010213-115131>
- Wang, M., & Shultz, K. S. (2010). Employee retirement: A review and recommendations for future investigation. *Journal of Management*, 36(1), 172-206. <https://doi.org/10.1177/0149206309347957>
- Ward, S. J., & King, L. A. (2017). Work and the good life: How work contributes to meaning in life. *Research in Organizational Behavior*, 37, 59-82. <https://doi.org/10.1016/j.riob.2017.10.001>
- Webster, J. D. (1993). Construction and validation of the Reminiscence Functions Scale. *Journal of Gerontology*, 48(5), 256-262. <https://doi.org/10.1093/geronj/48.5.P256>
- Weil, J., Mendoza, A. N., & McGavin, E. (2017). Recruiting older adults as participants in applied social research: Applying and evaluating approaches from clinical studies. *Educational Gerontology*, 43(12), 662-673. <https://doi.org/10.1080/03601277.2017.1386406>
- Wilkins-Laflamme, S. (2017). Religious-secular polarization compared: The cases of Quebec and British Columbia. *Studies in Religion/Sciences religieuses*, 46(2), 166-185. <https://doi.org/10.1177/0008429817695662>
- Wiseman, L., & Whiteford, G. (2009). Understanding occupational transitions: A study of older rural men's retirement experiences. *Journal of Occupational Science*, 16(2), 104-109. <https://doi.org/10.1080/14427591.2009.9686649>
- Wu, J., & Chao, Q. (2023). How older adults fulfill their retirement plans relates to positive mental health: A path model analysis of social activity and self-esteem. *Current Psychology*, 43(7), 5963-5074. <https://doi.org/10.1007/s12144-023-04735-6>
- Yasué, M., Kirkpatrick, J. B., & Davison, A. (2020). Meaning, belonging and well-being: The socio-psychological benefits of engaging in private land conservation. *Conservation and Society*, 18(3), 268-279. https://doi.org/10.4103/cs.cs_19_81

Yemiscigil, A., Powdthavee, N., & Whillans, A. V. (2021). The effects of retirement on sense of purpose in life: Crisis or opportunity? *Psychological Science*, 32(11), 1856-1864. <https://doi.org/10.1177/09567976211024248>

Appendice A
Affiche de recrutement

À LA RECHERCHE D'AGRICULTEUR(TRICE)S S'ÉTANT RETIRÉ(E)S DU MILIEU AGRICOLE

FAITES-NOUS SIGNE POUR PARTICIPER À UN PROJET DE
RECHERCHE MENÉ À L'UQTR!

Objectif :

L'étude vise à mieux comprendre l'expérience personnelle des agriculteur(trice)s s'étant retiré(e)s du milieu professionnel de l'agriculture et l'impact que ce retrait a eu dans leur vie et sur le sens qu'ils donnent à leur vie



Pour participer, vous devez :

- Être un(e) agriculteur(trice) ayant travaillé pour une exploitation agricole au Québec durant les 5 années avant la diminution des activités professionnelles
- S'être retiré(e) à plus de la majorité des activités agricoles depuis au moins 1 an
- Être âgé(e) de 65 ans et plus



Ce que votre participation implique :

- Compléter un court questionnaire pour mieux vous connaître
- Participer à une entrevue individuelle d'une durée de 60 à 90 minutes (à domicile, à distance ou par téléphone selon votre choix)



Tout contenu partagé demeure confidentiel et anonyme

Pour plus d'information :

Contactez Catherine Dupuis-Fortier, doctorante en psychologie à l'UQTR, à l'adresse courriel suivante : catherine.dupuis-fortier@uqtr.ca ou par téléphone au 819-376-5011 poste 3752

Appendice B
Formulaire d'information et de consentement

FORMULAIRE D'INFORMATION ET DE CONSENTEMENT

Titre du projet de recherche :	Étude exploratoire de la quête de sens chez les retraité(e)s du milieu agricole au Québec
Mené par :	Catherine Dupuis-Fortier, étudiante, département de psychologie, doctorat continuum d'études en psychologie profil intervention (2110), Université du Québec à Trois-Rivières
Sous la direction de :	Sylvie Lapierre, département de psychologie, Université du Québec à Trois-Rivières, professeure titulaire Marie-Michèle Lord, département d'ergothérapie, Université du Québec à Trois-Rivières, professeure régulière

Préambule

Votre participation à la recherche, qui vise à mieux comprendre la quête de sens chez les retraité(e)s du milieu agricole au Québec, serait grandement appréciée. Cependant, avant d'accepter de participer à ce projet et de signer ce formulaire d'information et de consentement, veuillez prendre le temps de lire ce formulaire. Il vous aidera à comprendre ce qu'implique votre éventuelle participation à la recherche de sorte que vous puissiez prendre une décision éclairée à ce sujet.

Ce formulaire peut contenir des mots que vous ne comprenez pas. Nous vous invitons à poser toutes les questions que vous jugerez utiles à la chercheuse responsable de ce projet de recherche. Sentez-vous libre de lui demander de vous expliquer tout mot ou renseignement qui n'est pas clair. Prenez tout le temps dont vous avez besoin pour lire et comprendre ce formulaire avant de prendre votre décision.

Objectifs et résumé du projet de recherche

L'objectif principal de cette étude est de documenter la quête de sens des agriculteur(trice)s québécois(e)s âgé(e)s ayant quitté leurs activités professionnelles du milieu agricole depuis plus d'un an.

Les sous-objectifs sont :

- 1) Dresser un portrait de la manière dont les agriculteurs perçoivent le retrait des activités agricoles.
- 2) Documenter l'impact du retrait des activités agricoles et du vieillissement sur le sens à la vie des agriculteurs.
- 3) Documenter la manière dont les agriculteurs retraités arrivent à donner (ou non) un sens à leur quotidien et/ou à leur vie après l'arrêt de l'activité professionnelle.

Nature et durée de votre participation

Votre participation à ce projet de recherche se fera en deux étapes.

Après avoir signé le présent formulaire de consentement, la première étape consiste à remplir un questionnaire qui permettra d'obtenir quelques informations (ex. : âge, type d'exploitation agricole avant la prise de la retraite) concernant les participants de l'étude. Vous recevrez par courriel électronique un lien vous permettant de remplir le questionnaire en ligne sur une plateforme web sécurisée. Ce courriel vous sera envoyé par la chercheuse principale et vous aurez 1 à 2 semaines pour répondre au questionnaire en ligne. La durée prévue pour remplir ce questionnaire est d'environ 10 minutes. Si vous n'avez pas d'ordinateur, le questionnaire sera envoyé en version papier par la poste avec une enveloppe préaffranchie pour le retour sans frais du document à l'adresse suivante : 3600 rue Sainte-Marguerite, Trois-Rivières, Québec, G9A 5H7 (département de psychologie de l'UQTR).

La deuxième étape consiste à participer à une entrevue individuelle avec la chercheuse principale d'une durée de 60 à 90 minutes. En répondant aux questions qui vous seront posées, il sera possible de recueillir votre point de vue et d'en apprendre davantage sur votre expérience personnelle de retraité du milieu agricole. L'entretien pourra être réalisé à votre convenance soit à domicile, à distance (via une plateforme telle que Zoom) ou par téléphone. L'entretien sera enregistré sur une bande audionumérique afin de permettre la transcription de l'entretien. Préalablement à l'entretien, vous aurez accès aux questions qui vous seront posées si vous souhaitez vous préparer.

Risques et inconvénients

Aucun risque n'est associé à votre participation. Le temps consacré au projet, soit environ 2 heures au total, demeure le seul inconvénient. Si jamais le fait de raconter votre expérience (ou de répondre aux questions qui vous sont posées) suscite chez vous des sentiments désagréables, n'hésitez pas à en parler avec la chercheuse principale. Celle-ci pourra vous guider vers une ressource en mesure de vous aider.

Avantages ou bénéfices

La contribution à l'avancement des connaissances au sujet de la quête de sens des agriculteur(trice)s québécois(e)s s'étant retiré(e)s des activités professionnelles du milieu agricole depuis un certain temps est le seul bénéfice prévu à votre participation. Par

ailleurs, le fait de participer à cette recherche vous offre une occasion de réfléchir et de discuter en toute confidentialité de votre expérience de la retraite en milieu agricole.

Compensation ou incitatif

Aucune compensation d'ordre monétaire ne sera accordée.

Confidentialité

Les données recueillies par cette étude seront entièrement confidentielles et ne pourront en aucun cas mener à votre identification. Votre confidentialité sera assurée par le retrait de votre nom qui sera remplacé par un code numérique. Les résultats de la recherche, qui pourront être diffusés sous forme d'essai doctoral et sous forme d'article, ne permettront pas d'identifier les participants.

Les données recueillies seront conservées dans une base de données protégée par un mot de passe. Les seules personnes qui y auront accès seront la chercheuse principale, Catherine Dupuis-Fortier, ainsi que ses directrices de recherche, Marie-Michèle Lord et Sylvie Lapierre. Toutes ces personnes ont signé un engagement à la confidentialité. Les données seront détruites à la fin des études doctorales de la chercheuse principale (au printemps 2025) par l'effacement de tous les fichiers numériques sur l'ordinateur et ne seront pas utilisées à d'autres fins que celles décrites dans le présent document.

Participation volontaire

Votre participation à cette étude se fait sur une base volontaire. Vous êtes entièrement libre de participer ou non, de refuser de répondre à certaines questions ou de vous retirer en tout temps sans préjudice et sans avoir à fournir d'explications. Si vous décidez de ne plus participer à la recherche après avoir débuté l'entrevue, le contenu enregistré de l'entretien sera conservé par la chercheuse principale aux fins d'analyse à moins d'avis contraire de votre part.

Responsable de la recherche

Pour obtenir de plus amples renseignements ou pour toute question concernant ce projet de recherche, vous pouvez communiquer avec Catherine Dupuis-Fortier, par courriel électronique à l'adresse suivante : catherine.dupuis-fortier@uqtr.ca ainsi qu'avec Marie-Michèle Lord, codirectrice du projet de recherche au numéro de téléphone suivant : 819-376-5011 poste 3752 de l'UQTR.

Surveillance des aspects éthiques de la recherche

Cette recherche est approuvée par le comité d'éthique de la recherche avec des êtres humains de l'Université du Québec à Trois-Rivières et un certificat portant le numéro CERPPE-22-10-07.10 a été émis le 12 septembre 2022.

Pour toute question ou plainte d'ordre éthique concernant cette recherche, vous devez communiquer avec la secrétaire du comité d'éthique de la recherche de l'Université du Québec à Trois-Rivières, par téléphone (819) 376-5011, poste 2129 ou par courrier électronique CEREH@uqtr.ca.

CONSENTEMENT

Engagement de la chercheuse

Moi, Catherine Dupuis-Fortier, m'engage à procéder à cette étude conformément à toutes les normes éthiques qui s'appliquent aux projets comportant la participation de sujets humains.

Consentement du participant

Je, [nom du participant], confirme avoir lu et compris la lettre d'information au sujet du projet *Étude exploratoire de la quête de sens chez les retraité(e)s du milieu agricole au Québec*. J'ai bien saisi les conditions, les risques et les bienfaits éventuels de ma participation. On a répondu à toutes mes questions à mon entière satisfaction. J'ai disposé de suffisamment de temps pour réfléchir à ma décision de participer ou non à cette recherche. Je comprends que ma participation est entièrement volontaire et que je peux décider de me retirer en tout temps, sans aucun préjudice.

☐ Je consens à être enregistré(e).

J'accepte donc librement de participer à ce projet de recherche

Participant(e):	Chercheuse :
Signature :	Signature :
Nom :	Nom : Catherine Dupuis-Fortier
Date et heure (cocher si consentement obtenu verbalement <input type="checkbox"/>) :	Date :

Résultats de la recherche

Un résumé des résultats sera envoyé aux participant(e)s qui le souhaitent. Ce résumé ne sera cependant pas disponible avant l'année 2025-2026. Indiquez l'adresse postale ou électronique à laquelle vous souhaitez que ce résumé vous parvienne :

Si cette adresse venait à changer, il vous faudra en informer la chercheuse principale.

Appendice C
Questionnaire d'informations sociodémographiques

Questionnaire sociodémographique
*Étude exploratoire de la quête de sens chez les retraité(e)s
du milieu agricole au Québec*

1. Sexe :
 - ☐ Homme
 - ☐ Femme
 - ☐ Autre : _____
2. Quel est votre âge ? _____
3. Quel est votre état civil?
 - ☐ Célibataire
 - ☐ Marié(e)
 - ☐ Conjoint(e) de fait
 - ☐ Séparé(e) ou divorcé(e)
 - ☐ Veuf(ve)
 - ☐ Autre : _____
4. Présentement, vous habitez :
 - ☐ Seul(e)
 - ☐ Avec votre conjoint(e)
 - ☐ Avec votre conjoint(e) et d'autres personnes
 - ☐ Avec d'autres personnes sans conjoint(e)
 - ☐ Autre : _____
5. Dans quel type de lieu habitez-vous?
 - ☐ Dans la maison familiale
 - ☐ En appartement
 - ☐ Au domicile d'un(e) proche
 - ☐ Dans une résidence pour aîné(e)s
 - ☐ Autre : _____
6. Quel est votre niveau de scolarité?
 - ☐ Aucun
 - ☐ Diplôme d'études primaires
 - ☐ Diplôme d'études secondaires
 - ☐ Diplôme d'études professionnelles
 - ☐ Diplôme d'études collégiales (CÉGEP)
 - ☐ Diplôme d'études universitaires
 - ☐ Autre, précisez : _____

7. Combien d'années avez-vous exercé la profession d'agriculteur(trice) au Québec?

8. Combien d'années se sont écoulées depuis votre retrait du milieu agricole?

9. Quel type d'exploitation agricole possédez ou possédiez-vous? Vous pouvez cocher plus d'une réponse.

- ☐ Élevage bovin
- ☐ Élevage ovin (agneau)
- ☐ Élevage porcin
- ☐ Élevage de moutons et de chèvres
- ☐ Élevage de chevaux et autres équidés
- ☐ Élevage d'animaux à fourrure et de lapins
- ☐ Élevage de dindons
- ☐ Exploitation de volailles et d'œufs
- ☐ Exploitation laitière
- ☐ Exploitation de fruits et légumes
- ☐ Exploitation de grains (céréales et oléagineux)
- ☐ Exploitation de maïs
- ☐ Exploitation de pommes de terre
- ☐ Acériculture
- ☐ Apiculture
- ☐ Arboriculture
- ☐ Floriculture
- ☐ Pisciculture
- ☐ Autre, précisez : _____

10. Dans quelle(s) région(s) du Québec se situe, ou se situait, votre exploitation agricole?

- ☐ Abitibi-Témiscamingue
- ☐ Bas-Saint-Laurent
- ☐ Capitale-Nationale
- ☐ Centre-du-Québec
- ☐ Chaudière-Appalaches
- ☐ Côte-Nord et Nord-du-Québec
- ☐ Estrie
- ☐ Gaspésie-Îles-de-la-Madeleine
- ☐ Lanaudière
- ☐ Laurentides
- ☐ Laval

- ☐ Mauricie
- ☐ Montérégie
- ☐ Montréal
- ☐ Outaouais
- ☐ Saguenay-Lac-Saint-Jean

Merci beaucoup d'avoir rempli ce questionnaire!

Appendice D
Canevas d'entrevue

QUESTIONS D'ENTREVUE

Étude exploratoire de la quête de sens chez les retraité(e)s du milieu agricole au Québec

Avant toute chose, merci beaucoup d'avoir accepté de prendre part à ce projet de recherche dont l'objectif principal est de documenter la quête de sens des agriculteur(trice)s québécois(e)s âgé(e)s ayant quitté leurs activités professionnelles du milieu agricole depuis plus d'un an.

Les questions ci-dessous qui vous seront posées lors de l'entretien visent à mieux comprendre votre expérience personnelle quant au retrait du milieu professionnel de l'agriculture et l'impact que ce retrait a eu dans votre vie. De plus, certaines questions visent à comprendre la manière dont vous donnez un sens à votre vie suite à l'arrêt des activités agricoles. Nous débuterons par des questions qui concernent le moment présent, pour ensuite s'intéresser aux événements du passé et terminer l'entretien par vos perceptions liées au futur.

Sachez qu'il n'y a pas de bonnes ou de mauvaises réponses aux questions qui vous seront posées. Ce qui nous intéresse aujourd'hui est d'avoir votre réel point de vue sur les différents sujets qui seront discutés durant l'entretien. Je vous rappelle que l'entretien sera enregistré afin que nous puissions transcrire les discussions qui auront cours durant celui-ci. À tout moment durant l'entretien, n'hésitez pas à communiquer avec la chercheuse principale si vous avez des questions.

Les questions suivantes concernent le présent :

1. Comment se déroule votre quotidien depuis que vous avez cessé vos activités agricoles?
 - a. Quelles sont les activités que vous réalisez et/ou vos loisirs?
 - b. Comment se portent vos relations avec vos proches (ex : proximité)?
 - c. Décrivez-moi une journée typique de votre quotidien.
2. Qu'est-ce que vos principales activités vous apportent dans la vie (ex : émotions, prises de conscience, etc.)?
 - a. Merci de donner des exemples concrets.

3. Quels sont les impacts de votre retrait professionnel sur votre vie?
 - a. Comment ces changements dus au retrait professionnel ont influencé le sens que vous donnez à votre vie?
4. Dans vos mots, expliquez-moi qu'est-ce que le sens à la vie selon vous?
 - a. Quelles sont les choses dans votre quotidien qui générèrent un sens à la vie pour vous et pourquoi?

Les questions suivantes concernent le passé :

5. Quel a été l'évènement ou les évènements marquants dans votre vie qui vous ont amené à vous retirer de vos activités agricoles?
 - a. Comment s'est passée la transition entre le travail temps plein et le retrait des activités agricoles (ex : la vitesse de la transition) et comment a-t-elle été éprouvée?
 - b. Quelles ont été les adaptations qui ont dû être faites? Expliquez.

Les questions suivantes concernent le futur :

6. Quels sont vos projets futurs ou buts pour l'avenir?
 - a. Pourquoi?
7. Comment percevez-vous les prochaines années?

Merci beaucoup pour votre temps et votre participation!