

UNIVERSITÉ DU QUÉBEC

ESSAI DE 3^E CYCLE PRÉSENTÉ À
L'UNIVERSITÉ DU QUÉBEC À TROIS-RIVIÈRES

COMME EXIGENCE PARTIELLE
DU DOCTORAT EN PSYCHOLOGIE
(PROFIL INTERVENTION)

PAR
KÉVIN GAUDREAU

LA NOSTALGIE ET LE BIEN-ÊTRE PSYCHOLOGIQUE
CHEZ LES PERSONNES ÂGÉES

JUILLET 2018

Université du Québec à Trois-Rivières

Service de la bibliothèque

Avertissement

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

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 ou cette thèse. Notamment, la reproduction ou la publication de la totalité ou d'une partie importante de ce mémoire ou de cette thèse requiert son autorisation.

UNIVERSITÉ DU QUÉBEC À TROIS-RIVIÈRES

Cet essai de 3^e cycle a été dirigé par :

Emmanuel Habimana Ph.D., directeur de recherche Université du Québec à Trois-Rivières

Jury d'évaluation de l'essai :

Emmanuel Habimana, Ph.D. Université du Québec à Trois-Rivières

Lyson Marcoux, Ph.D. (c) Université du Québec à Trois-Rivières

Philippe Landreville, Ph.D. Université Laval

Sommaire

La vieillesse implique différents changements personnels, relationnels et professionnels pouvant influencer le bien-être psychologique. Le présent essai tente de préciser s'il y existe une corrélation significative entre le niveau moyen de bien-être psychologique et le niveau moyen de nostalgie chez les aînés ? Cette recherche aborde la question à partir d'un échantillon de 30 personnes québécoises âgées de 60 ans et plus ($N = 30$). Les rencontres avec les participants ont lieu au *Laboratoire de Gérontologie* de l'UQTR. Comme il est abordé dans le contexte théorique, la nostalgie peut être nuisible à certains moments. Toutefois, elle peut aussi être bénéfique en tant que ressource d'adaptation. Plusieurs conditions influencent ces propriétés et elles sont abordées au cours de la recherche. Cet essai inclut une partie corrélationnelle entre le bien-être psychologique et la nostalgie, à partir d'instruments quantitatifs, ainsi qu'une partie qualitative impliquant des récits narratifs nostalgiques. Les résultats indiquent qu'il n'existe pas de corrélation significative entre les deux variables chez les participants¹. Toutefois, les résultats de la partie qualitative de l'essai démontrent que des affects généralement agréables sont associés aux souvenirs nostalgiques décrits et perçus comme étant majoritairement positifs. Même si les résultats associés à ces deux parties doivent être analysés de manière indépendante en excluant les liens de cause à effet, les données recueillies demeurent complémentaires. En soulignant plusieurs critiques et limites lors de la discussion, les données de cette étude permettent tout de même au lecteur d'accéder à une meilleure compréhension de la nostalgie chez les aînés québécois.

¹ Afin d'alléger la présentation du texte, le genre masculin est utilisé au cours de cet essai.

Table des matières

Sommaire	iii
Liste des tableaux.....	viii
Liste des figures	ix
Liste des abréviations.....	x
Remerciements.....	xi
Introduction.....	1
Contexte théorique	5
La nostalgie.....	6
La définition du concept	7
Les fondations de la nostalgie.....	7
Les racines du mal du pays.....	10
Distinctions entre nostalgie et mal du pays	13
La discontinuité comme condition à la nostalgie.....	15
La composition de la nostalgie	16
Dimension identitaire.....	17
Dimension sociale.....	18
Dimension affective complexe	19
Les objets nostalgiques	24
Les sous-types de nostalgies	26
La nostalgie personnelle	26
La nostalgie anticipatoire.....	27

La nostalgie historique.....	27
Les trajectoires de récits nostalgiques	28
Le scénario de rédemption.....	28
Le scénario de contamination	29
Le bien-être psychologique chez les personnes âgées	30
Approche hédoniste	35
Approche eudémoniste	36
La nostalgie et le bien-être psychologique	37
La nostalgie comme ressource identitaire et le bien-être.....	43
Nostalgie et estime de soi	44
Nostalgie et affirmation de soi.....	46
Nostalgie et compétence de soi.....	47
La nostalgie et les liens sociaux.....	49
Nostalgie et compétences interpersonnelles	49
Nostalgie et perception de soutien social	51
La nostalgie et la croissance psychologique	53
La nostalgie et le sens à la vie face à l'angoisse existentielle.....	54
Hypothèses de recherche	56
Méthode	58
Type de recherche	59
Étude corrélacionnelle	59
Analyse qualitative avec récit narratif	60

Matériel	62
Instruments de mesure	62
Inventaire quantitatif sur la nostalgie	63
Questionnaire qualitatif sur la nostalgie	68
Instrument quantitatif sur le bien-être psychologique	68
Les participants	69
Le déroulement	70
Résultats	72
L'analyse des données	73
Données sociodémographiques	74
Analyse quantitative corrélationnelle	75
Vérification de la normalité des données.....	75
Résultats de l'analyse quantitative corrélationnelle	79
Résultats de l'analyse qualitative des récits narratifs	82
Discussion	92
Conclusion	102
Références.....	105
Appendice A. Formulaire de consentement.....	125
Appendice B. Questionnaire sociodémographique.....	129
Appendice C. Grilles et statistiques provenant de SPSS pour estimer la clarté et la pertinence de l'instrument traduit sur la nostalgie (Batcho, 1995).....	131
Appendice D. Questionnaire traduit sur la nostalgie (Batcho, 1995).....	137
Appendice E. Questionnaire qualitatif semi-directif sur la nostalgie	140

Appendice F. Les échelles du bien-être psychologique (Ryff & Essex, 1992; traduction par Lapierre & Desrochers, 1997)	142
Appendice G. Annonce de recrutement	149
Appendice H. Données sociodémographiques : statistiques descriptives provenant de SPSS	151
Appendice I. Tableau et figure provenant de SPSS et vérifiant la normalité des données mesurant la nostalgie (Batcho, 1995)	158
Appendice J. Tableau et figure provenant de SPSS et vérifiant la normalité des données de l'instrument mesurant le bien-être psychologique (Ryff & Essex, 1992)... ..	163
Appendice K. Tableau 7 : Corrélations entre la nostalgie et le bien-être psychologique (SPSS).....	168
Appendice L. Tableau 8 : Test <i>t</i> pour échantillons indépendants selon les genres (SPSS).....	170
Appendice M. Éléments qualitatifs : Trajectoires de vie et continuité de l'identité dans les récits	172

Liste des tableaux

Tableau

1 Objets, émotions et trajectoires de vie dans les récits	85
2 Segments du verbatim appuyant la trajectoire des récits narratifs ($N = 30$).....	89
3 Pertinence et clarté des items mesurant la nostalgie	136
4 Données sociodémographiques : statistiques descriptives	152
5 Normalité des dimensions mesurant la nostalgie	159
6 Normalité des dimensions mesurant le bien-être psychologique	164
7 Corrélations entre la nostalgie et le bien-être psychologique (SPSS)	169
8 Test t pour échantillons indépendants selon les genres (SPSS)	171
9 Trajectoires de vie et continuité de l'identité dans les récits (segments de verbatim).....	173

Liste des figures

Figure

- 1 Histogrammes pour chaque dimension de la nostalgie 162
- 2 Histogrammes pour chaque dimension du bien-être psychologique 167

Liste des abréviations

BNI:	Batcho Nostalgia Inventory
DSM:	Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders
GWB:	General Well-Being Schedule
HM:	The Happiness Measures
LSES:	Life Satisfaction in the Elderly Scale
LSI:	Life Satisfaction Index
MUNSH:	Memorial University of Newfoundland Scale of Happiness
OHQ:	Oxford Happiness Questionnaire
OMS :	Organisation Mondiale de la Santé
PANAS:	Positive and Negative Affect Schedule
PGCMS:	Philadelphia Geriatric Center Morale Scale
PWBS:	Perceived Well-Being Scale
SHS:	Subjective Happiness Scale
SPSS:	Statistical Package for the Social Sciences
SWLS:	Satisfaction With Life Scale
UQTR :	Université du Québec à Trois-Rivières

Remerciements

La réalisation de cet essai est possible grâce à l'amour. Merci à Emmanuel Habimana, psychologue, professeur et directeur (UQTR), ainsi qu'aux nombreuses personnes ayant contribué à la réalisation de cette recherche.

Merci au *Laboratoire de Gérontologie de l'UQTR*, pour avoir permis aux répondants de participer à l'étude dans un lieu accueillant et inspirant la confiance. De plus, merci au *Centre d'Action Bénévole Laviolette de Trois-Rivières* pour son ouverture à l'idée d'une présentation de conférence sur la nostalgie au sein de son organisme.

Les participants de la recherche se sont rapidement impliqués avec enthousiasme dans le processus de participation à l'étude. Merci à toutes ces personnes qui ont accordé généreusement de leur temps pour l'avancement des connaissances au sujet de la nostalgie et du bien-être psychologique chez les personnes âgées.

« *Hey Doc, vous allez où maintenant? Vous retournez vers le futur?* »
« *Non. J'y suis déjà allé!* »

Les acteurs Michael J. Fox et Christopher Lloyd. Citation de la dernière ligne de la trilogie originale du film *Retour Vers le Futur* (1985-1990)

Introduction

La nostalgie est un sentiment de désir pour une période du passé (Sedikides & Wildschut, 2017). Selon Davalos, Merchant, Rose, Lessley et Teredesai (2015), elle serait liée à une préférence pour une époque antérieure (Hollbrook & Schindler, 1991). De plus, ce sentiment possède des propriétés profondément identitaires, sociales et affectives (Sedikides et al., 2017). Il est pertinent d'étudier la nostalgie chez les personnes âgées, puisqu'elles possèdent une longue histoire de vie et elles peuvent également se référer à une vaste gamme de souvenirs.

Le contenu nostalgique peut être principalement composé d'émotions positives (Wildschut, Sedikides, Arndt, & Routledge, 2006), d'émotions désagréables (Belk, 1990) ou d'un mélange des deux (Holak & Havlena, 1998). Par ailleurs, ce sentiment social serait vécu au moins une fois par semaine par 79 % des personnes (Wildschut, Stephan, Sedikides, Routledge, & Arndt, 2008; cité dans Sedikides, Wildschut, Arndt, & Routledge, 2008). Au cours de la vie d'un individu, la nostalgie peut se présenter environ trois fois par semaine (Cheung, Sedikides, & Wildschut, 2017). De plus, elle est vécue chez toutes les tranches d'âges (Batcho, 1995; Zhou, Sedikides, Wildschut, & Gao, 2008; cités dans Sedikides, Cheung, Wildschut, Hepper, Baldursson, & Pedersen, 2017) et par la plupart des humains (Boym, 2002; cité dans Sedikides et al., 2016). Plusieurs études indiquent la présence de caractéristiques communes universelles liées à la nostalgie, au sein de 18 cultures et cinq continents (Hepper et al., 2014; Luo, Liu, Cai,

Wildschut, & Sedikides, 2016). Ces nombreux éléments sont explorés au cours du contexte théorique et contribuent à la pertinence d'étudier le sujet.

Certains auteurs mentionnent que la nostalgie a pour fonction d'être un mécanisme équilibrant pour la santé psychologique, face aux difficultés identitaires et existentielles (Routledge, Wildschut, Sedikides, & Juhl, 2013; Sedikides, Wildschut, Routledge, Arndt, & Zhou, 2009). Ceci peut notamment être le cas chez les personnes souffrant de difficultés psychopathologiques déjà existantes et pour qui la santé mentale est affectée (Routledge et al., 2013). Il est possible qu'elle puisse permettre à la personne de se référer à d'anciens statuts comme points de référence au travers des années. Pour certains individus, la nostalgie est majoritairement vécue comme étant affectivement désagréable, alors que pour d'autres, elle est généralement vécue de manière agréable. Cependant, des conditions expliquent pourquoi elle n'est pas vécue de la même façon pour chacun. Celles-ci sont abordées au cours du présent essai.

Il existe un vif intérêt à vérifier la corrélation entre le niveau de nostalgie et le niveau de bien-être psychologique. Au cours de cette recherche, les deux variables sont étudiées auprès d'une population québécoise ciblée de personnes âgées de 60 ans et plus. Comme il est présenté dans la section théorique sur le bien-être psychologique, il s'agit d'une tranche de la population québécoise ayant fait l'objet d'études récentes au sujet du bien-être psychologique. Cependant, cette même population québécoise fait également

l'objet de très peu de recherches au sujet de la nostalgie. Il s'agit d'un principal critère d'originalité de l'essai.

Même si cette étude se concentre essentiellement sur les corrélations entre la nostalgie et le bien-être psychologique, il est intéressant d'y joindre quelques éléments de nature qualitative pour enrichir les résultats. Après la mise en place du contexte théorique, les éléments méthodologiques de la recherche sont présentés, suivis des résultats quantitatifs et qualitatifs. Une partie au sujet des discussions est également abordée afin d'interpréter les résultats et proposer des pistes pour de futures études. Finalement, la conclusion soulève différents points importants à retenir par rapport aux résultats et discussions.

Contexte théorique

Afin de mieux comprendre un sujet, il est nécessaire de retourner à ses racines. Dans le but de résumer les caractéristiques essentielles de la nostalgie d'hier à aujourd'hui, voici son historique, ainsi que ses bases théoriques.

La nostalgie

L'*Odyssée d'Ulysse* a été l'inspiration derrière les premières manifestations associées à la nostalgie (Homer, 1921). Il s'agit d'une épopée de la Grèce antique, par l'aède Homère, vers le VIII^e siècle avant Jésus-Christ. Dans cette aventure qui dura de nombreuses années, le roi d'Ithaque nommé Ulysse (*Odysseus*) participa à une série d'épreuves, dont la guerre de Troie. Face à un long voyage chargé de défis et péripéties, le héros éprouva un désir de retour vers son lieu d'origine afin d'y retrouver ses proches (Homer, 1921). Austin (2010) suggère que ce mélange d'émotions lui donna la détermination d'atteindre sa destination du royaume d'Ithaque. Dans cette histoire, la nostalgie y est présentée comme étant une ressource face à l'adversité.

Les premières recherches scientifiques à propos de la nostalgie datent du 17^e siècle et ont évolué ensuite vers différentes directions (Batcho, 2013a). Tout d'abord, la nostalgie a été présentée comme étant une maladie avec des conséquences psychosomatiques sérieuses (Bourgeois, 2008). Cependant, vers la fin du 19^e siècle, des recherches en sont également arrivées à lui associer des propriétés

adaptatives (Davis, 1979). Ces deux facettes de la nostalgie présentent de nombreuses particularités. Plusieurs définitions de la nostalgie ont été proposées et celles-ci ont évolué au fil du temps.

La définition du concept

Pour présenter la nostalgie, The New Oxford Dictionary of English (2018) suggère qu'il s'agisse d'un « désir sentimental ou affection mélancolique pour une période du passé ». Selon Le Petit Larousse (2018), le terme nostalgie (*nostos*; retour et *algos*; douleur) venant du grec se définit comme une « tristesse causée par l'éloignement du pays natal, mal du pays ». Ce dictionnaire ajoute aussi qu'il puisse s'agir d'un « regret attendri ou désir vague accompagné de mélancolie ». La définition provenant de cette référence tend à attribuer à la nostalgie une signification plus étroite avec le terme de *mal du pays*. Même si les présentations de la nostalgie varient d'un dictionnaire à l'autre, ses fondations demeurent stables et précises.

Les fondations de la nostalgie. En 1688, un médecin suisse nommé Johannes Hofer a été le premier à décrire le phénomène de la nostalgie (Sedikides et al., 2017). À ce moment, le sentiment était plutôt présenté comme étant une maladie. Hofer a observé chez plusieurs mercenaires suisses qui étaient en Italie et en France, qu'ils souffraient de symptômes associés à un désir de « retour à la maison » (Hofer, 1934; cité dans Nikelly, 2004). En plus de tenir compte des différents facteurs de stress psychologiques, environnementaux et sociaux liés à la situation, la douleur était caractérisée par

différentes manifestations comme des plaintes somatiques, une humeur basse, des palpitations cardiaques irrégulières, un manque d'énergie, des difficultés de sommeil, une perte d'appétit, de l'anxiété, des faiblesses, de la stupeur et de la fièvre (McCann, 1941; cité dans Routledge et al., 2013). Hofer a suggéré que cette nostalgie était une maladie cérébrale reliée à des causes essentiellement démoniaques. Selon lui, il y avait une présence de vibrations d'esprits animales associées à la patrie, dans les fibres du cerveau (Sedikides, Wildschut, Routledge, Arndt, Hepper, & Zhou, 2015).

Lorsque les soldats étaient de retour chez eux ou qu'ils étaient informés qu'ils allaient pouvoir bientôt retourner à la maison, leurs symptômes disparaissaient (Sedikides et al., 2015). Cependant, lorsque les gens devaient être exposés à une nostalgie constante et incessante, cela pouvait causer la folie ou même provoquer la mort (Rosen, 1975; cité dans Nikelly, 2004). Il était possible de croire que cette souffrance accompagnant la nostalgie était liée à une coupure imposée avec des objets significatifs comme le lieu de naissance, la famille, les amis et les proches qui y étaient associés (Nikelly, 2004). Plusieurs auteurs se sont aussi inspirés des travaux initiaux d'Hofer, dont Bolzinger qui s'est intéressé à l'historique du concept de nostalgie (Bolzinger, 2003).

Au cours des derniers siècles précédents, la nostalgie a été décrite comme un trouble neurologique du cerveau (Davis, 1979). Par exemple, le médecin suisse J. J. Scheuchzer (1672-1733) a suggéré que puisque les mercenaires suisses partaient d'un endroit

montagneux vers des plaines, ils auraient pu être influencés par des changements de pression atmosphérique provoquant des symptômes pathologiques (Davis, 1979). D'autres chercheurs croyaient aussi que la cause de ces symptômes était possiblement due au son des cloches à vache qui étaient entendus au travers des Alpes et qui auraient pu causer des dommages aux tympans et cerveaux des militaires (Davis, 1979).

Puisque la nostalgie nécessitait fréquemment des hospitalisations, elle a été classée dans les livres de médecine avec les maladies physiques (Sedikides et al., 2017). Elle a aussi été considérée par certains comme une psychose liée à l'immigration (Frost, 1938; cité dans Sedikides et al., 2015). Lors d'autopsies pratiquées à la fin du 18^e siècle, la nostalgie aurait été confondue à plusieurs occasions avec la tuberculose, en raison de sa ressemblance avec certains symptômes similaires dont la constipation, l'inflammation du cerveau et l'hypertension (Rosen, 1975; cité dans Nikelly, 2004). Cependant, les recherches ont confirmé que ces signes de pathologie du cerveau étaient plutôt le résultat des pensées à propos de la terre natale (Nikelly, 2004). L'aliénation et la solitude causées par la nostalgie auraient été à la source de ces symptômes. Au cours des deux siècles suivants, des écrits sur la nostalgie ont été produits dans plusieurs pays européens (Sedikides et al., 2015).

Durant le 19^e siècle, la nostalgie a été présentée comme une psychopathologie familière avec les états dépressifs observés chez les personnes séparées de la maison (Davis, 1979). Certains parlaient également d'un type de mélancolie (McCann, 1941;

Rosen, 1975). Toutefois, la plupart des auteurs s'entendaient pour dire qu'ils voyaient la nostalgie comme pathologique et problématique (Sedikides, Wildschut, Arndt et al., 2008; Sedikides, Wildschut, & Baden, 2004; cités dans Routledge et al., 2013). Même s'il n'y a jamais eu de diagnostic de nostalgie dans les manuels du *DSM 4* ou *DSM 5* lors des 20^e et 21^e siècles, il a été suggéré de considérer le *trouble d'adaptation avec humeur dépressive* comme étant le diagnostic le plus près de la nostalgie (Nikelly, 2004).

En sachant qu'Hippocrate (460-377, avant J-C) avait suggéré que la réaction nostalgique était causée par un surplus de bile noire dans le sang (Zwingmann, 1959; cité dans Sedikides et al., 2015), il est possible de constater que le fil historique de la nostalgie a été marqué par différents changements importants depuis cette époque. Durant plusieurs siècles, les études sur la nostalgie ont été associées quasi-exclusivement aux difficultés psychopathologiques liées à l'espace et au mal du pays (Fodor, 1950; McCann, 1941; Rosen, 1975). Cependant, les deux termes de mal du pays et de nostalgie n'étaient pas encore bien différenciés.

Les racines du mal du pays. L'utilisation du terme de « *homesickness* » aurait fait son apparition lors du 18^e siècle (Sedikides, Wildschut, Routledge, Arndt et al., 2015). Les premières manifestations se sont officiellement présentées en Angleterre lors de la *Révolution Industrielle* et le terme de « *heimwhe* » est apparu au 19^e siècle. Ce mot signifia « la douleur de s'ennuyer de la beauté de la terre natale ». Ensuite, lors de la *Guerre Civile Américaine* (1861-1865), le mal du pays a été caractérisé comme une

maladie du champ de bataille chez les soldats (Matt, 2007). Le nom de prostration nerveuse y a aussi été associé (Zwingmann, 1960; cité dans Nikelly, 2004).

Lors de la *Deuxième Guerre Mondiale* (1939-1945), les médecins ont décrit le mal du pays comme étant un trouble psycho-physiologique causant des dégâts chez les soldats des forces armées (Lears, 1998; cité dans Nikelly, 2004). Selon eux, les soldats éprouvaient des difficultés de flexibilité et d'adaptation face aux déplacements géographiques. Cela pouvait avoir l'effet de perturber les opérations militaires (Sedikides et al., 2015). La ressemblance était frappante avec les observations faites par Hofer chez les mercenaires suisses au 17^e siècle. Il est pertinent de souligner que plusieurs soldats français ayant combattu au sein des armées révolutionnaires et napoléoniennes ont vécu également des symptômes similaires (O'Sullivan, 2012).

Une caractéristique typique du mal du pays est la présence de désir de retour vers la terre natale (Scharp, Paxman, & Thomas, 2016). Cependant, il est intéressant de spécifier que le mal du pays et ses difficultés associées ne sont pas exclusivement vécues chez les militaires. Par exemple, des difficultés similaires peuvent aussi être présentes chez des personnes qui étudient à l'étranger (Brewin, Furnham, & Howes, 1989; Burt, 1993; Carden & Feicht, 1991; English, Davis, Wei, & Gross, 2017; Fisher & Hood, 1987; Hendrickson, Rosen, & Aune, 2011; Kazantzis & Flett, 1998; Lu, 1990; Porritt & Taylor, 1981; Poyrazli & Lopez, 2007; Scopelliti, & Tiberio, 2010; Stroebe,

Van Vliet, Hewstone, & Willis, 2000; Sun, Hagedorn, & Zhang, 2016; Thurber & Walton, 2012; Urani, Miller, Johnson, & Petzel, 2003).

McCann (1941) souligne dans ses recherches que les étudiants qui vivent le mal du pays présentent des symptômes somatiques comme des « papillons dans l'estomac », « une boule dans la gorge » (boule hystérique), une impression d'étranglement ou d'évanouissement, un sentiment de déprime, des nausées, des larmes et de l'irritabilité (McCann 1941). De plus, Fisher (1989) mentionne dans ses travaux que les étudiants anglais qui souffraient de mal du pays au collège avaient des ruminations, des distractions mentales, des problèmes de concentration, des pensées obsessionnelles de la maison et des symptômes de détresse physique (Nikelly, 2004).

Par ailleurs, quatre principales populations sont associées tout particulièrement à l'expérience du mal du pays (Jackson, 1986). Celles-ci sont les personnes immigrantes, les marins, les militaires et les étudiants durant leur première année en territoire extérieur (Batcho, 2013a; Jackson, 1986).

Il s'agit d'un trouble lié à différentes difficultés adaptatives (Vingerhoets, 2005; cité dans Scharp et al., 2016). Toutefois, il est intéressant d'ajouter que la plupart des personnes vivront le mal du pays au cours de leur vie, à des degrés d'intensité variables, et cela, peu importe leur âge (Thurber & Walton, 2012). Dans certains cas, il serait possible de croire dans le langage populaire que la nostalgie et le mal du pays puissent

désigner la même chose. Cependant, il demeure nécessaire de soulever plusieurs différences entre les deux termes.

Distinctions entre nostalgie et mal du pays. À partir des observations précédentes, il est possible de faire différents liens par rapport aux similarités entre la *nostalgie* et le *mal du pays*. Le mal du pays est davantage spécifique à l'ennui de la terre natale, du pays ou de la maison (Sedikides et al., 2015). Il est en lien avec l'aspect géographique ou environnemental d'une situation et limité au lieu d'origine (Sedikides et al., 2008). Par ailleurs, le mal du pays disparaît lorsque la personne a la possibilité de se rapprocher du lieu souhaité. Alors que pour le cas de la nostalgie, il y a généralement présence d'un désir plus large pour un temps passé ou un endroit particulier (Sedikides et al., 2008).

Ensuite, le mal du pays est davantage vécu à court terme (Brewin et al., 1989; Stroebe, Hewstone, & Willis, 2002; cités dans Sedikides et al., 2008), comparativement à la nostalgie qui est généralement plus fréquente et omniprésente au cours d'une vie (Zhou et al., 2008; cité dans Sedikides et al., 2008). Contrairement au mal du pays qui est exclusivement en lien avec le lieu d'origine comme objet de souffrance psychologique (p.ex. : déplacements des forces armées, changements d'écoles ou d'universités, immigration, etc.), la nostalgie est davantage alimentée par une grande variété de types d'objets différents (Wildschut et al., 2006). Ceux-ci sont détaillés un peu plus loin au cours de l'essai.

Selon les recherches datant de la fin du 20^e siècle de Davis (1979), les personnes associeraient davantage à la nostalgie les termes de « chaleur », « vieux moments », « enfance » et « désir ». De plus, contrairement à la compréhension précédente des chercheurs, plusieurs proposent maintenant que la nostalgie serait plutôt une émotion agréable de manière prédominante, alors que le mal du pays serait plutôt nuisible (Fisher, Murray, & Frazer, 1984; Fisher & Hood, 1987; Sedikides et al., 2008; Van Tilburg, Vingerhoets, & Van Heck, 1996).

Par exemple, lors d'une situation de transition environnementale, le mal du pays est davantage associé à l'anxiété de séparation, la rumination et la détresse (Sedikides et al., 2008). Ensuite, le mal du pays serait quasi-nécessairement toujours non-souhaité par la personne (Peters, 1985). Il est caractérisé par un degré variable de souffrance allant de la tristesse jusqu'à l'impression de manque, persistant et interférant avec les capacités de la personne à faire face aux circonstances du présent (Peters, 1985).

Scharp et al. (2016) indiquent que les personnes souffrant de mal du pays s'ennuient surtout d'activités (100 %), de famille (97 %), de sentiments associés (100 %) et d'endroits (97 %) liés à leur milieu natal. Ils ajoutent que les personnes qui en souffrent affirment que comparativement à leur nouvel environnement, leur domicile d'origine est associé à des termes comme « confortable » et « sécuritaire » (Scharp et al., 2016). Toutefois, même si le mal du pays est davantage relié à des malaises et des symptômes psychopathologiques comparativement à la nostalgie générale, il est possible que cette

dernière puisse également être une source d'émotions majoritairement désagréables. Les différentes raisons expliquant cet élément sont présentées un peu plus loin.

La présente recherche se concentre principalement sur la nostalgie en considérant le mal du pays dans ses critères d'exclusion chez les participants. Cependant, qu'il soit question de mal du pays ou de nostalgie, une condition demeure importante pour utiliser ces deux termes. Il s'agit de la coupure de la continuité entre le passé et le présent.

La discontinuité comme condition à la nostalgie

L'aspect temporel est un facteur significatif demeurant toujours en toile de fond lorsqu'il y a une expérience nostalgique. Sans cette condition, il ne serait pas possible d'utiliser le terme. La discontinuité représente une période de transition entre le passé et le présent. À ce sujet, Davis (1979) mentionne que les rêveries nostalgiques possèdent une fonction de défense pouvant servir lors de l'adaptation face à la discontinuité dans le temps. La nostalgie servirait de mécanisme afin de contrer la discontinuité du soi, en établissant une plus forte continuité de l'identité (Sedikides, Wildschut, Routledge, & Arndt, 2015).

Sedikides et al. (2016) ajoutent que la caractéristique sociale du souvenir nostalgique est en partie responsable de cette fonction favorisant l'impression de continuité de l'identité. Par ailleurs, Ju, Kim, Chang et Bluck (2016) ont découvert que les publicités impliquant des contenus nostalgiques dans le domaine de la vente

commerciale réussissaient davantage à favoriser l'impression de continuité de l'identité des clients, comparativement aux publicités ayant des contenus non-nostalgiques.

Ju et al. (2016) ajoutent que les clients développent un sentiment de loyauté à long terme pour les produits accompagnés de thèmes nostalgiques dans les publicités et qu'ils ont de plus hauts taux d'intentions d'achats pour une variété de ces produits. Cette propriété serait alimentée par l'effet de continuité de la nostalgie (Ju et al., 2016). Puisque les annonces publicitaires nostalgiques peuvent aider les personnes à se connecter avec leur identité du passé, les vendeurs utilisent cette stratégie afin de créer une relation plus solide dans le temps avec les consommateurs (Ju et al., 2016).

Il est possible que les personnes âgées puissent aussi utiliser les rêveries nostalgiques afin de tenter de favoriser la continuité de leur identité avec les phases de vie antérieures. En tenant compte de cette fonction concernant la continuité de l'identité, il est pertinent de connaître la composition de la nostalgie, afin de pouvoir mieux comprendre sa relation avec le bien-être psychologique.

La composition de la nostalgie

Selon Sedikides et al. (2017), la nostalgie est composée d'une variété de souvenirs significatifs, impliquant surtout des thèmes liés à l'enfance et aux proches. De plus, les rêveries nostalgiques sont caractérisées par la tendresse à propos d'un temps ou d'une relation et sont accompagnées d'un souhait de pouvoir retourner à cette époque

(Sedikides et al., 2017). Sedikides et al. (2016) mentionnent que les souvenirs nostalgiques sont souvent racontés avec des « lunettes roses » et que cette propriété aurait pour effet « d’embellir idéalement » la perception des souvenirs. Même si cette facette est bénéfique, les souvenirs ne correspondraient pas toujours à la réalité.

D’autres auteurs ajoutent que les rêveries nostalgiques peuvent parfois s’accompagner d’émotions positives, même si les souvenirs associés n’étaient pas réellement agréables (Leboe & Ansons, 2006). Pour certains souvenirs, la nostalgie peut causer de fausses attributions d’émotions agréables par rapport à certains souvenirs désagréables et modifier les perceptions associées. Cependant, Leboe et Ansons (2006) mentionnent que la fonction de la nostalgie servirait surtout aux personnes à générer des émotions positives, plutôt que de servir à refléter une vision juste du passé.

Quels sont les principaux éléments expliquant pourquoi est-ce que les rêveries nostalgiques ont cette fonction permettant d’embellir la perception de la réalité ? Sedikides et al. (2004) affirment que la nostalgie est un sentiment complexe et qu’il possède trois grandes dimensions : identitaire, sociale et affective.

Dimension identitaire. Puisque la nostalgie est un sentiment accompagné d’un désir pour le passé et que cela concerne fréquemment des souvenirs vécus par l’individu lui-même, il s’agit d’un sentiment intimement lié à l’identité (Sedikides, Wildschut, Routledge, & Arndt, 2015). Les rêveries nostalgiques permettent de créer une connexion

entre le *soi du passé* et le *soi du présent* (Sedikides et al., 2016). De plus, puisque les souvenirs nostalgiques sont généralement liés à l'identité de l'individu, ils sont typiquement accompagnés de souvenirs autobiographiques (Ratloff & Ennis, 2016).

Toutefois, même si les rêveries nostalgiques impliquent souvent l'individu en tant que protagoniste principal, elles concernent fréquemment des proches qui ont participé à l'histoire de vie de la personne (Sedikides et al., 2017). Pour cette raison, il est possible de mentionner qu'en plus d'être un sentiment ayant une forte composante identitaire, il s'agit également d'un sentiment ayant une dimension sociale significative.

Dimension sociale. Le contenu de la nostalgie concerne une grande variété de situations sociales impliquant la personne elle-même, en relation avec d'autres individus (Sedikides et al., 2017). Holak et Havlena (1992) mentionnent que les personnes sont surtout des membres de la famille, des amis et des partenaires de vie. De plus, une recherche a été réalisée auprès de 53 étudiants universitaires américains (44 femmes et 9 hommes), à partir de l'écoute de paroles de chansons significatives et connues par les participants (Routledge et al., 2011). Après l'écoute des paroles de ces chansons par les participants, cette étude a démontré que les souvenirs accompagnant les rêveries nostalgiques étaient fréquemment associés à des liens sociaux (Routledge et al., 2011).

Ensuite, Wildschut et al. (2006) ont fait l'analyse de 42 récits narratifs nostalgiques (29 femmes et 13 hommes) de participants âgés entre la vingtaine et la quatre-vingtaine.

Ces participants étaient invités à écrire des récits nostalgiques entre 1000 et 1500 mots. Selon les résultats de l'analyse, les objets qui ressortent le plus fréquemment des récits sont des personnes. En deuxième position, les moments de vie marquants sont également relevés (impliquant souvent des relations). Il est possible de spécifier que la nostalgie est un sentiment principalement composé d'une dimension sociale (Wildschut et al., 2006). Toutefois, en plus des composantes identitaires et sociales, il existe également une facette affective complexe.

Dimension affective complexe. Selon Sedikides et al. (2016), la nostalgie est un sentiment complexe, accompagné d'un mélange d'émotions (p.ex. : joie et tristesse). Il s'agit d'une ambivalence émotionnelle, où des émotions agréables et désagréables coexistent simultanément (Sedikides et al., 2017). Ces chercheurs mentionnent que les caractéristiques affectives qui accompagnent la nostalgie sont principalement « la chaleur », « le confort », « la rêverie », « le changement », « le calme », « les regrets » et « le succès » (Sedikides et al., 2017). De plus, plusieurs études indiquent que les rêveries nostalgiques suscitent généralement davantage d'affects positifs que d'affects désagréables (Barrett et al., 2010; Reid, Green, Wildschut, & Sedikides, 2014; Wildschut et al., 2006; cités dans Sedikides et al., 2015). Cependant, une construction psychologique équilibrée permettrait davantage à la personne de pouvoir se servir de la nostalgie en tant que ressource.

Différentes recherches mentionnent que les affects positifs sont généralement plus forts lorsqu'ils sont causés par des rêveries nostalgiques, comparativement aux souvenirs non-nostalgiques récents (Batcho, 2013b; Cheung et al., 2013; Hepper, Ritchie, Sedikides, & Wildschut; 2012; Lasaleta, Sedikides, & Vohs, 2014; Stephan, Sedikides, & Wildschut, 2012; Wildschut et al., 2006; Zhou, Wildschut, Sedikides, Shi, & Feng, 2012; Verplanken, 2012; cités dans Sedikides et al., 2015). Toutefois, même si les rêveries nostalgiques peuvent générer des affects positifs, elles n'auraient pas la capacité de diminuer davantage le niveau d'affects désagréables que les souvenirs ordinaires (Cheung et al., 2013; Wildschut, Sedikides, Routledge, Arndt, & Cordaro, 2010; cités dans Sedikides et al., 2015). Pour ces raisons, les recherches indiquent que la nostalgie possède des effets uniques, autant pour les affects agréables que les affects désagréables qui y sont associés (Sedikides et al., 2015).

Ensuite, Holak et Havlena (1998) ont fait l'analyse des composantes affectives de la nostalgie à l'intérieur de 164 récits d'expériences nostalgiques. L'âge des répondants varie entre la vingtaine et la soixante-dizaine (septantaine) et les genres ne sont pas spécifiés. L'exercice en question a consisté à demander aux participants de répondre à des questionnaires et de décrire en détails des expériences nostalgiques impliquant des personnes, des objets et des événements (Holak & Havlena, 1998). Malgré la présence du sentiment de « perte » et de la « tristesse », les résultats de l'étude démontrent que les émotions agréables les plus associées à l'intensité du niveau de la nostalgie sont « la chaleur », « la joie », « la gratitude », « l'innocence » et « l'affection ». Par ailleurs, ces

auteurs ajoutent qu'il y a fréquemment une impuissance accompagnant la nostalgie en raison de l'incapacité à pouvoir recréer l'événement passé (Holak & Havlena, 1998). Les résultats de l'étude indiquent que même s'il y a présence de joie, de surgence et de gratitude, il peut aussi y avoir simultanément une impression de perte et de désir pour l'objet perdu (Holak & Havlena, 1998). L'expérience affective de la nostalgie est complexe et généralement influencée par la teneur des émotions agréables et désagréables accompagnant les souvenirs (Sedikides et al., 2017).

Plusieurs autres auteurs affirment que les affects accompagnant la nostalgie sont constitués d'émotions agréables et désagréables au même moment (Batcho, 2007; Stephan et al., 2012; Holak & Havlena, 1998; cités dans Sedikides et al., 2017). Cependant, même si la nostalgie est composée d'une portion d'affects positifs pouvant servir de ressource d'adaptation passagère face à l'adversité (Sedikides et al., 2017), il existe des limites concernant cette caractéristique. Par exemple, Garrido (2016) s'est demandé si des effets bénéfiques similaires pour l'adaptation pouvaient également s'appliquer chez les personnes ayant des tendances dépressives et des biais attentionnels négatifs ?

Cette étude auprès de 715 personnes (279 hommes, 405 femmes et 31 non-spécifié) a reçu les résultats complétés de 664 participants âgés entre 13 et 81 ans. Les résultats de la recherche indiquent que les individus vivant davantage de passages dépressifs accompagnés de ruminations et utilisant plus de stratégies d'adaptation

dysfonctionnelles, ressentent davantage d'affects désagréables associés aux rêveries nostalgiques (Garrido, 2016). L'étude souligne que le type de personnalité et le style adaptatif de l'individu peuvent influencer les émotions qui accompagnent la nostalgie et avoir un impact plus ou moins bénéfique (ou nuisible) en tant que mécanisme d'adaptation (Garrido, 2016).

Par ailleurs, Barrett et al. (2010) mentionnent que les individus ayant des tendances plus importantes à vivre de la nostalgie peuvent ressentir de plus fortes expériences nostalgiques, lorsqu'ils sont exposés à des stimuli pouvant déclencher ce sentiment (p.ex. : écoute d'une chanson). Ils ajoutent que les indices de névrosisme et de tristesse sont davantage associés à la tendance pour une personne à être nostalgique dans son quotidien (Barrett et al., 2010). Comme pour les autres études mentionnées jusqu'ici, les résultats de cette recherche indiquent également que la nostalgie est caractérisée par un mélange de joie et de tristesse (Barrett et al., 2010). De plus, les degrés de névrosisme, d'excitabilité à la tristesse et de narcissisme influenceraient l'expérience de la nostalgie (Barrett et al., 2010; Hart et al., 2011; Köneke, 2010; cités dans Batcho & Shikh, 2016).

La nostalgie est composée d'un mélange d'affects et peut provoquer des réactions émotionnelles instantanées (Sedikides et al., 2017). Des recherches mentionnent que cette fonction de la nostalgie est assez importante pour déclencher des effets physiologiques chaleureux (ex : augmentation de la température corporelle) face aux températures froides et humides (Zhou, Chen, Wildschut, Sedikides, & Vingerhoets,

2012). Par ailleurs, la rêverie nostalgique augmenterait la patience des consommateurs lors d'un téléchargement de page Web et lorsque ceux-ci sont dans l'attente d'un produit ou d'une récompense à venir (Huang, Huang, & Wyer, 2016). Il est aussi intéressant de souligner que les propriétés affectives de la nostalgie peuvent favoriser la créativité (Shengquan, Ngan, & Hui, 2013).

Avant de conclure au sujet de la composition de la nostalgie, il est pertinent d'énumérer différents outils permettant de l'étudier : Batcho Nostalgia Inventory (BNI; Batcho, 1995), Holbrook Nostalgia Index (Hollbrook, 1993), Southampton Nostalgia Scale (Routledge, Arndt, Sedikides, & Wildschut, 2008), Index of Nostalgia Proneness (Holak, Havlena, & Matveev, 2005), Media Nostalgia Scale (Chung, 2016), Personal Nostalgia Scale (Marchegiani & Phau, 2011), Childhood Brand Nostalgia Scale (Shields & Johnson, 2016) et French Ad-Evoked Nostalgia Scale (Merchant, Ford, Dianoux, & Hermann, 2015).

Pour résumer, la nostalgie est complexe, puisqu'elle est accompagnée d'une variété d'émotions variant d'un souvenir à l'autre et d'une personne à l'autre (Sedikides et al., 2017). Par ailleurs, l'expérience émotionnelle de la nostalgie dépend précisément des thèmes qui y sont associés. Pour en connaître davantage à propos de cette caractéristique, voici les nombreux objets associés aux souvenirs nostalgiques.

Les objets nostalgiques

Puisque les personnes âgées vivent différentes pertes et deuils (ex : physiques, matérielles, relationnelles, etc.) caractérisant cette étape de vie, il est possible de se demander s'il y existe des objets particulièrement associés à la vieillesse ? Cette question est explorée au cours de l'essai, à l'intérieur de la partie qualitative.

Sedikides et al. (2008) affirment que les objets associés à la nostalgie (toutes tranches d'âges confondues) sont de cinq types. Il s'agit des personnes, des moments ou événements, des paysages, des objets matériels et des animaux de compagnie. Sedikides et al. (2008) précisent que les proches impliquent la famille, les amis, les collègues de travail ou de l'école et les partenaires de vie. Deuxièmement, les moments ou événements sont surtout reliés aux anniversaires, fêtes, vacances, rassemblements, réunions, chansons, sons et odeurs. Troisièmement, les paysages peuvent inclure différents objets comme le coucher de soleil, les montagnes, les cours d'eau, l'herbe, les fleurs, la forêt, le ciel et les étoiles. Quatrièmement, les objets matériels sont reliés à plusieurs sources comme les vêtements, les sculptures et œuvres d'arts, les monuments, les objets technologiques et moyens de transports, ainsi que les produits alimentaires et commerciaux. Cinquièmement, n'importe quelle espèce peut susciter la nostalgie au sujet d'un animal de compagnie (Sedikides et al. (2008).

Selon Hollbrook et Schindler (2003), les différentes sources pouvant déclencher la nostalgie sont des éléments liés à la terre lointaine, des rituels impliquant des proches,

des êtres aimés et de la famille, des objets impliquant une continuité et une sécurité, ainsi que des éléments ayant un lien avec l'art, la culture et le divertissement (Hollbrook et al., 2003). Par ailleurs, une autre manière de présenter les objets déclencheurs de nostalgie demeure de spécifier si ceux-ci proviennent de sources internes ou externes à l'individu (Sedikides et al., 2015).

Parmi les déclencheurs externes, il y a la musique (Nash, 2012; Routledge et al., 2011) et les paroles de chansons (Cheung et al., 2013; Routledge et al., 2011), les odeurs (Reid et al., 2014), les goûts (Supski, 2013), les objets actuels associés à des souvenirs vécus durant l'enfance (Hollbrook & Schindler, 1996; Schuman & Scott, 1989) et la température ambiante froide (Zhou et al., 2012).

Ensuite, Sedikides et al. (2015) ajoutent que les déclencheurs internes de la nostalgie sont les états d'inconfort liés à des affects désagréables (Barrett et al., 2010; Wildschut et al., 2006), l'exclusion sociale (Seehusen et al., 2013; Wildschut, Sedikides, Routledge, Arndt, & Cordaro, 2010), la solitude (Wildschut et al., 2006, 2010; Zhou et al., 2008), le manque de sens (Routledge et al., 2011; Routledge, Wildschut, Sedikides, Juhl, & Arndt, 2012), l'angoisse existentielle (Routledge et al., 2008), la discontinuité entre le passé et le présent (Sedikides et al., 2008; Sedikides et al., 2015) et l'ennui (Van Tilburg, Igou, & Sedikides, 2013). La nostalgie serait déclenchée en tant que mécanisme équilibrant face à ces inconforts (Sedikides et al., 2015). Puisque les inconforts peuvent défavoriser le bien-être psychologique, il est pertinent de souligner cette fonction de la

nostalgie pour accompagner les réflexions. Toutefois, tous les souvenirs impliquant des objets nostalgiques font partie d'un contexte particulier. Voici les principaux sous-types de nostalgies.

Les sous-types de nostalgies

Selon Stern (1992), il existe deux types de nostalgies : les rêveries personnelles et les rêveries historiques. Batcho et Shikh (2016) ajoutent également le sous-type de nostalgie anticipatoire. Dans le présent essai, il est pertinent de distinguer ces trois différents sous-types afin de diminuer les risques d'erreurs de compréhension.

La nostalgie personnelle. Ce premier sous-type consiste à ressentir un sentiment nostalgique pour un souvenir personnel impliquant l'individu lui-même par rapport à un ou plusieurs objets (Stern, 1992). Par exemple, des réunions familiales, une école, une maison ou un animal de compagnie décédé. La plupart des recherches au sujet des bienfaits de la nostalgie concernent la nostalgie personnelle (Batcho, 1998).

Il existe également un autre type de nostalgie personnelle nommée *nostalgie organisationnelle*. Ce type de nostalgie concerne un souvenir ayant été vécu en milieu professionnel ou au sein d'une organisation impliquant un groupe de collègues et une appartenance commune (Gabriel, 1993; Leunissen, Sedikides, Wildschut & Cohen, 2016). Il se distingue du souvenir nostalgique personnel général. Avant de regarder les

autres sous-types de nostalgie, il est pertinent de mentionner que les participants de la présente étude partagent exclusivement des souvenirs de nostalgie personnelle.

La nostalgie anticipatoire. Selon Batcho et al. (2016), la nostalgie anticipatoire a été peu étudiée jusqu'à aujourd'hui en tant que construit. Contrairement à la nostalgie personnelle qui implique un objet perdu dans le passé, la nostalgie anticipatoire concerne la perte d'un objet qui n'a pas encore été perdu. Ce type de nostalgie implique des scénarios imaginaires au sujet du futur de l'individu.

Batcho et al. (2016) ont exploré ce concept dans une étude réalisée auprès de 147 étudiants américains (86 femmes et 61 hommes) âgés entre 18 et 47 ans. Les résultats de cette recherche démontrent que ce type de nostalgie est davantage relié à la tendance à penser vers le futur, à se distancier de ses affects, à avoir des difficultés à prendre plaisir au moment présent, ainsi qu'à la propension à vivre de la tristesse et de plus grandes préoccupations (Batcho et al. (2016). Voici maintenant le troisième et dernier sous-type de nostalgie.

La nostalgie historique. Ce sous-type implique un sentiment nostalgique pour une époque ou un moment où l'individu n'a pas été impliqué personnellement (Stern, 1992). Par exemple, une personne née au 20^e siècle et nostalgique des époques de *Jules César* ou du *Moyen-âge*, vit une nostalgie de type historique. Comme pour la nostalgie personnelle, il est possible que les lunettes roses de la nostalgie provoquent l'idéalisation

de cultures reliées à certaines époques (ex : modes de vie simples et proches de la nature, tenues vestimentaires, etc.) et ne tiennent pas compte d'autres caractéristiques moins désirables pouvant aussi les caractériser (ex : exécutions sur les bûchers, maladies non-traitables à ces moments, etc.). Il y existe également deux types de récits expliquant les trajectoires accompagnant le sentiment nostalgique. Il s'agit de la rédemption et la contamination (McAdams, Reynolds, Lewis, Patten, & Bowman, 2001). Ces trajectoires influencent l'expérience émotionnelle de la nostalgie.

Les trajectoires de récits nostalgiques

Il est possible de relever deux principales issues par rapport à la trajectoire d'un souvenir nostalgique. Le scénario de la rédemption est surtout agréable, alors que celui de la contamination est plutôt désagréable (McAdams et al., 2001; Wildschut et al., 2006). Voici quelques caractéristiques associées à ces deux avenues.

Le scénario de rédemption. Wildschut et al. (2006) mentionnent que les personnes qui racontent des souvenirs nostalgiques difficiles et qui en sont quand même sorties grandiées au travers de cette période, vivent la rédemption. Dans une histoire teintée par un scénario de rédemption, la personne arrive à retirer quelque chose de favorable de son souvenir nostalgique qui semblait préalablement difficile. Elle peut avoir l'impression que cette expérience l'a aidé à évoluer au travers de son histoire de vie et à devenir qui elle est maintenant (McAdams et al., 2001). Lorsque le souvenir nostalgique est habité par une trajectoire rédemptrice, il permet de garder un certain espoir face à l'adversité.

Selon Wildschut et al. (2006), la trajectoire de contamination quant à elle est l'inverse de la rédemption.

Le scénario de contamination. Les mêmes auteurs (McAdams et al., 2001; Wildschut et al., 2006) expliquent à partir de leurs recherches que les personnes racontant des souvenirs nostalgiques préalablement heureux et favorables, mais qui en ressortent aujourd'hui avec de la souffrance ou une impression de gâchis, vivent un état de contamination. Ce type de scénario est surtout associé à des émotions généralement désagréables. Il est possible de comprendre que les scénarios de rédemption ou de contamination peuvent avoir une influence importante sur le niveau de bien-être psychologique associé à une expérience nostalgique spécifique.

À ce sujet, Wildschut et al. (2006) mentionnent que les rêveries nostalgiques sont généralement plus souvent associées à des scénarios de rédemption que de contamination. De plus, plusieurs auteurs affirment que les trajectoires de rédemption au cœur des récits de vie sont davantage liés au bien-être et à l'amélioration de la santé que les trajectoires de contamination (Dunlop & Tracy, 2013; McAdams & McLean, 2013; cités dans Sedikides et al., 2015).

Les résultats d'une étude menée à Hong Kong par Ye, Ng et Lam (2017) auprès de 250 étudiants universitaires (86 hommes et 164 femmes) âgés entre 16 et 26 ans, ont montré que comparativement à un souvenir non-nostalgique, les personnes utilisant des

souvenirs nostalgiques semblent attribuer une perception plus élevée de satisfaction de vie associée à cette époque, comparativement à la perception de satisfaction de vie pour le présent et le futur. Ces auteurs font l'hypothèse que cette caractéristique du souvenir nostalgique puisse avoir pour fonction de favoriser une évaluation positive du degré de satisfaction de vie pour le passé. Cela pourrait également expliquer pourquoi il y aurait davantage de scénarios de rédemption chez les participants (Wildschut et al., 2006; Ye et al., 2017). Cette dimension concernant la trajectoire de vie selon le type de scénario est explorée dans le présent essai, à l'aide d'une question qualitative.

Des ruminations au sujet de la jeunesse, de l'état de santé, de la carrière professionnelle, des nombreux accomplissements de vie ou des amis et membres décédés de la famille, peuvent se produire chez les personnes âgées et avoir un impact sur le bien-être psychologique. Le type de trajectoire du scénario nostalgique possède une importance particulière et influence l'expérience nostalgique. Avant d'explorer les différents liens entre la nostalgie et le bien-être psychologique, il est nécessaire de présenter la variable du bien-être psychologique chez les aînés.

Le bien-être psychologique chez les personnes âgées

Selon Statistique Canada (2017), les données concernant l'accroissement démographique du pays en date de Juillet 2015 confirment qu'il existe une plus grande proportion de personnes âgées de 65 ans et plus (16,1 %) que d'enfants âgés de 14 ans et moins (16,0 %). De plus, les prévisions annoncent que d'ici 2024, il y aura 20,1 % de

personnes âgées de 65 ans et plus, comparativement à 16,3 % de personnes âgées entre 0 et 14 ans (Statistique Canada, 2017). Par ailleurs, 13,7 % de la population aux États-Unis en 2012 était âgée d'au moins 65 ans. Cette même tranche de la population américaine sera estimée à atteindre environ 20,3 % en 2030 (Ortman, Velkoff, & Hogan, 2014; cité dans Kahlbaugh & Huffman, 2017).

La vieillesse implique différents événements et activités, dont la possibilité de devenir grands-parents, d'accorder plus de temps pour certaines activités qui avaient été moins réalisées au cours de la vie, de s'impliquer pour des œuvres de bienfaisance ou de bénévolat, de continuer à travailler avec un horaire allégé, d'organiser des rassemblements amicaux et familiaux, de décider de faire des achats et dépenses attendues depuis un certain moment, et bien plus. Au même moment, il est aussi connu que la vieillesse est associée à différentes épreuves, dont les changements concernant l'autonomie physique, le développement de maladies chroniques, le décès de partenaires conjugaux, d'amis et de membres de la famille, ainsi que l'approche de la fin de vie (Bohlmeijer, Roemer, Cuijpers, & Smit, 2007). Ces situations peuvent influencer le niveau de bien-être psychologique chez les personnes âgées.

Le concept du bien-être psychologique est complexe. Le Petit Larousse (2018) propose une définition générale du bien-être comme étant un « état agréable résultant de la satisfaction des besoins du corps et du calme de l'esprit ». Lapierre et al. (2013) définissent spécifiquement le bien-être psychologique à partir de l'expérience subjective

de l'individu. Dans les recherches précédentes sur le sujet, Bouffard, Dubé, Lapierre et Bastin (1996) mentionnent que le bien-être psychologique implique l'adaptation aux pertes liées au vieillissement (Lebowitz, & Niederehe, 1992), l'adoption de nouveaux rôles à l'intérieur d'une nouvelle phase de vie (Erikson, Erikson, & Kivnick, 1986), ainsi que la possibilité d'optimiser ses capacités toujours disponibles (Baltes & Baltes, 1993). De plus, Dubé, Bouffard, Lapierre et Alain (2005) présentent le bien-être psychologique comme étant multidimensionnel, non-normatif et subjectif (Bouffard & Lapierre, 1997; Diener, 1994; Labelle, Alain, Bastin, Bouffard, Dubé, & Lapierre, 2001; Lapierre, Bouffard, Dubé, Labelle, & Bastin, 2001)

En plus d'un bon nombre de recherches récentes au sujet du bien-être des aînés au Québec, Lapierre et al. (2013) affirment que la poursuite des buts personnels demeure un élément essentiel à tenir compte pour l'état de santé mentale des personnes âgées et des retraités (Bouffard & Bastin, 1992; Bouffard et al., 1996; Dubé et al., 2005; Dubé, Lapierre, Bouffard, & Alain, 2003, 2007; Dubé, Lapierre, Bouffard, & Labelle, 2000; Lapierre & Bouffard, 2009; Lapierre, Bouffard, & Bastin, 1997). Wiese (2007) confirme également cette propriété bénéfique à l'aide de l'analyse de 30 études longitudinales (Wiese, 2007). Par ailleurs, Kahlbaugh et Huffman (2017) soulignent l'importance de continuer une vie comprenant une implication active lors de la vieillesse.

Okun et Stuck (1987) présentent la définition du bien-être psychologique en s'appuyant sur des termes liés à la qualité de vie. Ils proposent qu'il s'agit d'une réaction

subjective de la personne face aux expériences vécues, variant sur une échelle allant du négatif au positif et vice-versa (Okun & Stuck, 1987; cité dans Rousseau & Dubé, 1993). Selon ces auteurs, le bien-être psychologique est propre et unique à chacun, et l'évaluation de la qualité de vie devrait être mesurée de façon personnelle.

Lawton (1983) propose que le bien-être psychologique se décrive à partir de la qualité de vie perçue par l'individu lui-même. Il est possible d'en faire l'évaluation globalement ou à partir de différentes sphères de vie spécifiques comme les activités, l'emploi ou la santé. Bradburn (1969) a aussi travaillé dans cette voie de la subjectivité et en est arrivé à proposer un modèle où le bien-être serait indépendant des éléments environnementaux.

Cependant, la définition du bien-être psychologique n'est pas toujours claire chez les chercheurs, puisqu'il semble y avoir plusieurs synonymes dans la littérature scientifique. Par exemple, les termes de « bonheur » et de « satisfaction de vie » sont retrouvés dans la revue des écrits sur le sujet (Stanley & Cheek, 2003). La satisfaction de vivre serait davantage liée à une évaluation cognitive du bien-être subjectif de la personne elle-même et de son environnement (Neugarten, Havighurst, & Tobin, 1961).

Des chercheurs ont nommé cette évaluation « cognitive-évaluative » et lui ont attribué l'appellation de « satisfaction de vivre » (Blais, Vallerand, Pelletier, & Brière, 1989; Diener, 1984; Diener, Emmons, Larsen, & Griffin, 1985). Des auteurs en sont

arrivés à proposer un modèle plus large (cognitif et affectif) du bien-être, tout en y incluant des indices spécifiques comme la satisfaction de vivre, le moral ou le bonheur (George, 1981; Horley, 1984; Kozma & Stones, 1980; cités dans Rousseau et al., 1993). En tenant compte de ces subtilités concernant le bien-être et la satisfaction, les dimensions affectives et cognitives doivent être prises en considération (Chamberlain, 1988; Diener, 1984; Stock, Okun, & Benin, 1986; Andrews & Mc Kennell, 1980; Warr, Barter, & Brownbridge, 1983; Zautra & Goodhart, 1979) afin de bien étudier le bien-être psychologique (Conte & Salomon, 1982; cité dans Rousseau et al., 1993). Pour bien l'étudier, il y existe plusieurs instruments permettant de le mesurer.

Watson, Clark et Tellegen (1988) ont développé l'instrument *Positive and Negative Affect Schedule* (PANAS) afin de mesurer les affects positifs et négatifs faisant partie du bien-être psychologique. Il existe d'autres instruments comme *The Happiness Measures* (HM; Fordyce, 1986), *Satisfaction With Life Scale* (SWLS; Diener et al., 1985), *Life Satisfaction Index A* (LSI; Neugarten, Havighurst, & Tobin, 1961), *Philadelphia Geriatric Center Morale Scale* (PGCMS; Lawton, 1975), *General Well-Being Schedule* (GWB; Dupuy, 1977), *Life Satisfaction in The Elderly Scale* (LSES; Salamon & Conte, 1984), *Perceived Well-Being Scale* (PWBS; Reker & Wong, 1984), *Memorial University of Newfoundland Scale of Happiness* (MUNSH; Kozma & Stones, 1980), ainsi que l'outil *Oxford Happiness Questionnaire* (OHQ; Hills & Argyle, 2002).

Il est pertinent de souligner que *l'Échelle de Bonheur Subjectif* est également un instrument mesurant le bien-être subjectif (Kotsou & Leys, 2017). Il s'agit d'une récente traduction en langue française de l'un des instruments les plus utilisés dans ce domaine d'étude, *The Subjective Happiness Scale* (SHS; Lyubomirsky & Lepper, 1999).

En tenant compte des nouveaux instruments mesurant des dimensions liées à la psychologie positive, il y a eu une augmentation de l'intérêt pour la recherche reliée à cette facette de la psychologie depuis la fin du 20^e siècle (Seligman & Csikszentmihalyi, 2000). Il a aussi été possible de remarquer que plusieurs auteurs ont étudié le bien-être psychologique sous différents angles (Kotsou & Leys, 2017). Deux principaux courants ressortent des études à ce sujet.

Premièrement, il y a l'approche hédoniste. Waterman (1993) définit celle-ci en mentionnant que le bien-être psychologique est associé au plaisir, mais qu'il est également étroitement lié à la réalisation de soi et au fonctionnement optimal (Ryan & Deci, 2001; cité dans Altintas & Guerrien, 2014). Deuxièmement, il y a l'approche eudémoniste. Celle-ci est définie comme étant composée d'indicateurs identifiables, dont les dimensions physiques, psychologiques et sociales (Ryan et al., 2001; cité dans Altintas et al., 2014).

Approche hédoniste

Cette approche est basée sur la quête du plaisir, de la satisfaction et du bonheur subjectif. Elle présente le bien-être psychologique comme un indice caractérisant la qualité de vie (Diener & Lucas, 1999; Kahneman, Diener, & Schwarz, 1999; cités dans Altintas et al., 2014). Le courant hédoniste se base sur une vision où les personnes vivent des affects agréables et désagréables dans leurs activités et interactions. Par exemple, lorsque la balance penche davantage du côté des affects agréables, cela aurait pour effet de susciter du plaisir et de la satisfaction (Altintas et al., 2014).

Approche eudémoniste

Dans leur instrument, Ryff et Essex (1992) proposent six échelles pour mesurer le bien-être psychologique : l'autonomie, la compétence, la croissance personnelle, les relations positives avec autrui, le sens à la vie et l'acceptation de soi. Il s'agit de l'instrument utilisé dans le présent essai pour mesurer le niveau de bien-être psychologique des personnes âgées. Bouffard et al. (1997) se sont penchés sur les caractéristiques de chacune de ces dimensions.

Selon Bouffard et al. (1997), *l'autonomie* inclue l'autodétermination et l'indépendance d'esprit. La *compétence* est associée à la capacité de maîtriser ses affaires et activités quotidiennes personnelles, se résultant en un sentiment de compétence face à son environnement. La *croissance personnelle* inclue l'actualisation du potentiel et l'ouverture à de nouvelles expériences. *Les relations positives avec autrui*

sont présentées comme étant la satisfaction et la confiance vis-à-vis les autres personnes. *Le sens à la vie* est vu comme étant la possibilité d'avoir des buts, de s'orienter vers le futur et d'associer un sens à son histoire de vie passée et présente. En dernier lieu, *l'acceptation de soi* est associée à la capacité de s'estimer dans ses forces et limites, ainsi qu'à l'attitude qu'une personne a envers elle-même (Bouffard et al., 1997).

Ryff et Essex (1992) se sont inspirés de différentes recherches théoriques (développement humain, bien-être, croissance personnelle et santé psychologique) dans la littérature scientifique pour en arriver à dresser une liste d'items appartenant à ces six catégories associées au bien-être psychologique (Bouffard et al., 1997). Lapierre et Desrochers (1997) ont traduit l'instrument en langue française, afin d'en faire la validation auprès de personnes âgées du Québec. En français, l'instrument se nomme *Les Échelles du Bien-être Psychologique*.

Lorsqu'il est question du bien-être psychologique, les manières de définir et de mesurer celui-ci dans une perspective eudémoniste varient selon le type de problématique de recherche en question et la population étudiée. Voici maintenant les différentes relations entre les deux principales variables de l'étude.

La nostalgie et le bien-être psychologique

Plusieurs chercheurs ont réalisé des études au sujet de la nostalgie en lien avec différentes propriétés liées au bien-être. Bon nombre de résultats de recherches présentés

ici peuvent nous inspirer à nous questionner à propos de l'existence de relations similaires entre les deux variables chez les personnes âgées québécoises. Puisqu'il n'y a pas de recherche consacrée à ce sujet au Québec, est-ce qu'il est possible de répéter certains résultats d'études antérieures, ou est-ce que cette population présente des particularités ?

Il est connu que contrairement aux souvenirs ordinaires, les rêveries nostalgiques favorisent l'optimisme concernant la perception que les individus ont de leur santé physique (Kersten, Cox, & Van Enkevort, 2016). L'optimisme peut avoir pour effet d'adopter davantage d'habitudes de vie favorisant des attitudes et comportements sains pour la santé (Kersten et al., 2016), afin de faire face à des comportements nuisibles comme la sédentarité ou la malnutrition. Puisque des personnes âgées québécoises sédentaires ou ayant de mauvaises habitudes alimentaires peuvent développer davantage de problèmes physiques ou psychologiques et avoir un impact sur le système de santé, serait-il possible que la nostalgie puisse parfois servir de facteur de protection ?

Les résultats précédents indiquent que les rêveries nostalgiques peuvent augmenter l'engagement de l'individu dans la réalisation de buts favorisant sa propre santé physique et diminuer les risques d'évitement lors de moments où il y aurait présence de pessimisme, d'anxiété, d'ennui ou de tristesse (Kersten et al., 2016). Il est connu que de saines habitudes de vie, comme l'activité physique, peuvent favoriser le bien-être et diminuer les risques de problèmes de santé comme les maladies du cœur ou le diabète

(Woolf & Aron, 2013; cité dans Kersten et al., 2016). Cela permet de se demander s'il y existe des fonctions motivationnelles semblables pour la nostalgie chez les aînés québécois ?

Par ailleurs, Olson, Fanning, Awick, Chung et McAuley (2014) mentionnent que l'optimisme peut influencer le bien-être chez les aînés en diminuant les affects désagréables, en encourageant des stratégies d'adaptation efficaces et en prédisposant les individus à adopter des comportements sains favorisant la santé. Il est intéressant de connaître ces différentes propriétés de la nostalgie pouvant influencer les habitudes de vie et le bien-être physique. Toutefois, même si les dimensions physiques et psychologiques peuvent se compléter, il existe davantage de recherches sur la nostalgie à propos du bien-être psychologique. La présente recherche s'y concentre prioritairement.

Par exemple, lorsque les perceptions du passé sont positives dans les souvenirs de vie, elles peuvent prédire des indices auto-rapportés d'ajustement psychologique plus élevés (Bryant, Smart, & King, 2005; Zimbardo & Boyd, 1999). Il peut y avoir une augmentation du bien-être psychologique et une diminution de la dépression et de l'anxiété (Sedikides et al., 2004). De plus, des études indiquent que les souvenirs de récits de vie chez les aînés peuvent favoriser le bien-être psychologique davantage que de simples souvenirs ordinaires (Arkoff, Meredith, & Dubanoski, 2004; Bohlmeijer et al., 2007; Peck, 2001).

En se basant sur les scénarios de contamination et de rédemption, il est possible qu'une personne âgée ayant vécu la guerre et la perte de proches puisse ne pas recevoir les effets bénéfiques de la nostalgie à partir des souvenirs de cette époque. La même chose pourrait s'appliquer chez une personne ayant eu l'obligation de quitter sa maison et vivant une détresse en se remémorant un souvenir composé d'émotions difficiles. Le présent essai sert précisément à mieux répondre à ce type de questionnement. En comprenant mieux la nostalgie vécue au cœur de la population âgée, cela aura pour utilité de mieux intervenir dans le domaine de la gérontologie.

En plus de ces circonstances particulières associées aux souvenirs nostalgiques, des facteurs liés à l'état de santé mentale pourraient aussi influencer la relation avec le bien-être psychologique. Par exemple, Verplanken (2012) mentionne dans une étude que chez les individus ayant davantage l'habitude de s'inquiéter et vivant un plus haut niveau de rumination, de tendance dépressive et d'anxiété, la nostalgie peut causer encore plus de détresse intérieure. Les effets de la nostalgie ne seraient pas toujours associés favorablement au bien-être psychologique (Verplanken, 2012).

Pour certaines personnes, il peut y avoir une impression de déception ou d'amertume par rapport au passé (Bohlmeijer et al., 2007). Toutefois, lorsque les éléments précédents ne sont pas présents de manière significative, des études indiquent que les souvenirs dans les récits de vie peuvent aider les personnes à s'adapter et faire face aux difficultés circonstancielles et développementales associées à la vieillesse

(Butler, 1974; Coleman, 1992; Wong, 1989; Wong & Watt, 1991; cités dans Bohlmeijer et al., 2007).

Lorsqu'elles sont majoritairement agréables, les réminiscences reliées à l'histoire de vie permettent de mettre en lumière des expériences adaptatives précédentes qui ont eu un succès pour la personne (Wong, 1995), renforcer une impression de continuité (Parker, 1999), trouver un sens et une cohérence à la vie (Birren, 1987; Watt & Cappeliez, 2000), favoriser la réconciliation (Coleman, 1999) et résoudre des conflits interpersonnels non-résolus jusqu'à présent (Butler, 1974; Haight, 1988). Les souvenirs dans les récits de vie peuvent aussi permettre d'alimenter une vieillesse réussie (Bohlmeijer et al., 2007; Cappeliez, O'Rourke, & Chaudhury, 2005; Wong & Watt, 1991), en favorisant le bien-être psychologique et la satisfaction de vie (Bohlmeijer et al., 2007).

En tenant compte de ces éléments, Wildschut et al. (2006) ont découvert que lorsque les souvenirs nostalgiques d'une personne sont habités par la rédemption, le sentiment de nostalgie peut provoquer des effets bénéfiques sur le bien-être psychologique en favorisant l'humeur positive (Wildschut et al., 2006). Lors des moments où les affects positifs associés aux rêveries nostalgiques ont des effets plutôt agréables, celles-ci peuvent favoriser le bien-être psychologique, car elles ont la capacité de renforcer l'ouverture à l'expérience et la créativité (Van Tilburg, Sedikides, & Wildschut, 2015).

Cependant, Baldwin (2015) mentionne que plus une personne sent qu'elle est la même dans le présent que lors du souvenir nostalgique raconté, plus la nostalgie peut favoriser un état de bien-être psychologique. Une comparaison personnelle favorable entre le présent et le moment du souvenir nostalgique peut avoir un effet positif sur le niveau de bien-être psychologique associé aux rêveries nostalgiques (Baldwin, 2015). Dans le présent essai concernant les aînés québécois, est-ce qu'il est possible que des souvenirs nostalgiques impliquant des deuils difficilement résolus (ex : décès inattendu d'un proche, déménagement imposé, pertes fonctionnelles liées au vieillissement, etc.) puissent influencer défavorablement la perception de continuité entre les époques et nuire au bien-être psychologique actuel ? Dans ce cas, la nostalgie pourrait devenir un frein plutôt qu'un levier. Cet élément est exploré au moment de l'analyse qualitative de l'essai.

Henkel, Kris, Birney et Krauss (2017) proposent dans leur contexte théorique un résumé des recherches concernant la relation entre le bien-être psychologique et la nostalgie. Ces auteurs soulignent que l'évocation de rêveries nostalgiques peut avoir autant d'effets agréables que de conséquences désagréables. Par exemple, la nostalgie en tant que ressource d'adaptation peut augmenter le sentiment de connexion sociale envers les proches et l'impression de sens à la vie, afin de diminuer la solitude et l'anxiété face à la mort (Henkel et al., 2017). Toutefois, ils indiquent également que la nostalgie peut devenir dans certains cas une stratégie malsaine lorsque la personne met prioritairement l'emphase sur le passé, car cela peut porter atteinte à son degré de bonheur, de

satisfaction et de bien-être à long terme. (Juhl, Routledge, Arndt, Sedikides, & Wildschut, 2010; Routledge, Sedikides, Wildschut, & Juhl, 2013; Wildschut et al., 2010; cités dans Henkel et al., 2017). Est-ce qu'il est possible qu'une personne âgée se remémorant un souvenir nostalgique teinté par la contamination ne retrouve pas de propriété bénéfique pour le bien-être psychologique et que cela puisse l'amener à préférer mettre l'emphase sur cette période en idéalisant le passé, plutôt qu'en allant vers l'avant ?

Les fonctions identitaires, la croissance psychologique, les liens interpersonnels, le sens à la vie et la fonction existentielle sont les principaux éléments étudiés de la nostalgie en lien avec les dimensions apparentées au bien-être psychologique. Ces dimensions existantes sont également similaires aux différentes sections du questionnaire sur le bien-être psychologique de Ryff et Essex (1992), utilisé dans la présente étude. Voici les principaux éléments à retenir concernant les résultats de ces recherches, en commençant par la nostalgie et l'identité.

La nostalgie comme ressource identitaire et le bien-être

L'aspect identitaire est un facteur pouvant influencer la manière de vivre l'expérience de la nostalgie et avoir un effet sur le sentiment de bien-être. Par exemple, Wildschut et al. (2006) ont découvert plusieurs propriétés liées à l'identité et influençant le bien-être psychologique : l'estime de soi, l'affirmation de soi et la compétence de soi.

Nostalgie et estime de soi. Une recherche a été réalisée auprès de 54 étudiants (8 hommes et 46 femmes) de *l'Université de Southampton* (Wildschut et al., 2006). Ils ont demandé aux répondants de réfléchir et d'écrire à propos d'un souvenir ordinaire (groupe contrôle) ou d'un souvenir nostalgique (groupe nostalgie). Les résultats indiquent que les personnes du groupe nostalgique (comparativement au groupe contrôle) ont eu des résultats plus forts aux échelles de mesure des liens sociaux, du regard sur soi positif et des affects agréables (Wildschut et al., 2006).

De plus, ces chercheurs ont trouvé que comparativement à de simples souvenirs, lorsque les rêveries nostalgiques sont majoritairement agréables (avec scénario de rédemption), elles peuvent avoir l'effet de favoriser l'estime de soi (Wildschut et al., 2006). L'instrument mesurant le bien-être psychologique de Ryff et Essex (1992) utilisé dans le présent essai possède une dimension mesurant l'acceptation de soi. Puisque les rêveries nostalgiques peuvent favoriser le regard sur soi positif (Wildschut et al., 2006) et être en lien avec le niveau d'acceptation personnelle, ces résultats appuient l'hypothèse d'une corrélation possible entre la nostalgie et cette dimension spécifique du questionnaire sur le bien-être psychologique.

Les auteurs Vess, Arndt, Routledge, Sedikides et Wildschut (2012) ont fait une étude auprès de 30 étudiants (15 hommes et 15 femmes) en psychologie (âge : $M = 18,8$, $ÉT = 1,19$). Dans l'échantillon, les gens qui se sont remémorés des souvenirs nostalgiques (groupe nostalgique), comparativement aux personnes qui ont imaginé des

événements positifs futurs (groupe non-nostalgique), ont été plus rapides à catégoriser sur ordinateur des attributs positifs de soi (Vess et al., 2012). Les résultats démontrent que puisque les souvenirs nostalgiques impliquent le soi comme ayant une place centrale, ceux-ci peuvent avoir comme fonction de renforcer les attributs positifs du soi lors de leur évocation dans les récits nostalgiques (Vess et al., 2012).

D'autres chercheurs s'intéressant aux contenus nostalgiques affichés sur les médias sociaux ajoutent que lorsque le soi occupe un rôle principal dans les souvenirs nostalgiques, la nostalgie peut tout particulièrement entraîner un renforcement du regard favorable sur soi (Cox, Kersten, Routledge, Brown, & Van Enkevort, 2015). En raison de cette caractéristique liée à l'identité et l'estime de soi, le contenu nostalgique affiché sur les médias sociaux susciterait davantage d'affects positifs, de satisfaction de vie et de satisfaction des besoins relationnels, comparativement à des contenus non-nostalgiques (Cox et al., 2015).

À partir de cette caractéristique identitaire, certains auteurs indiquent que les liens sociaux associés à la nostalgie peuvent nourrir une estime de soi favorable à l'aide d'un renforcement identitaire et servir à alimenter l'inspiration et la motivation (Stephan, Sedikides, Wildschut, Cheung, Routledge, & Arndt, 2015). Selon cette étude, cette fonction permet également aux personnes de pouvoir poursuivre davantage de buts personnels (Stephan et al., 2015).

Sedikides et al. (2016) mentionnent que lorsque la nostalgie est caractérisée par une impression de connexion sociale, elle peut augmenter la continuité de l'identité et favoriser l'estime de soi. Selon une approche eudémoniste, cela provoquerait des effets bénéfiques possibles sur le bien-être psychologique en augmentant le niveau de vitalité (Sedikides et al., 2016). Les caractéristiques liées à la connexion sociale de la nostalgie sont abordées plus en détails un peu plus loin.

Puisque l'instrument mesurant le bien-être psychologique de Ryff et Essex (1992) possède une dimension mesurant *l'acceptation de soi*, il est possible que ces résultats appuient l'hypothèse d'une corrélation significative entre le niveau de nostalgie et cette dimension du bien-être psychologique chez les aînés. En tenant compte de cette propriété permettant de renforcer l'estime de soi, il existe également d'autres fonctions identitaires reliées à la nostalgie (Vess et al., 2012), dont l'affirmation.

Nostalgie et affirmation de soi. Vess et al. (2012) ont fait une recherche auprès d'étudiants (24 hommes et 29 femmes) de psychologie (âge : $M = 18,5$, $ÉT = 0,91$). Les résultats indiquent que les gens exposés à des souvenirs nostalgiques présenteraient moins de difficulté à s'attribuer des erreurs liées à des causes internes, lors de rétroactions négatives. Comparativement à un souvenir ordinaire (groupe non nostalgique), la réflexion teintée de nostalgie (groupe nostalgique) pourrait avoir pour effet de diminuer les mécanismes de défense face aux échecs et servir de ressource pour l'affirmation face aux menaces contre soi (Vess et al., 2012).

Selon les mêmes auteurs, la fonction d'affirmation liée aux souvenirs nostalgiques est alimentée par un niveau favorable d'intégrité de soi et des valeurs personnelles, afin de faire face aux épreuves du présent (Vess et al., 2012). Par ailleurs, Nelson, Fuller, Choi et Lyubomirsky (2014) mentionnent que l'affirmation personnelle peut favoriser le bien-être psychologique en renforçant une image personnelle favorable de soi. Puisque la partie mesurant *l'autonomie* de l'instrument de Ryff et Essex (1992) inclue la mesure de l'intégrité de la personne âgée par rapport à ses valeurs, il est possible que ces propriétés identitaires puissent aller dans le sens d'une corrélation significative entre cette dimension du bien-être psychologique et la nostalgie. D'autres études sur la nostalgie démontrent qu'il existe une autre propriété liée à l'identité pouvant influencer le bien-être psychologique. Il s'agit de la compétence de soi (Iyer & Jetten, 2011).

Nostalgie et compétence de soi. Comme il a été mentionné plus tôt, la nostalgie peut avoir pour effet d'équilibrer l'impression de continuité de l'identité face à la discontinuité (Sedikides, Wildschut, Gaertner, Routledge, & Arndt, 2008). Iyer et Jetten (2011) ont mené une étude longitudinale auprès de 120 étudiants (23 hommes, 96 femmes et 1 non-spécifié) âgés entre 18 et 38 ans (âge : $M = 19,30$, $ÉT = 2,15$) lors de la transition vers une nouvelle université britannique. Ces chercheurs ont découvert que plus la nostalgie et le sentiment de continuité de l'identité vis-à-vis leur cercle social est élevé, plus la perception des obstacles académiques est favorisée. Ces étudiants ont également l'impression de pouvoir faire davantage face aux défis scolaires (Iyer & Jetten, 2011) et leur sentiment de compétence en est augmenté.

Ces auteurs ajoutent que lorsque l'impression de continuité de l'identité est élevée tout en gardant un lien avec un objet nostalgique, cela peut avoir comme effet d'influencer favorablement l'impact de la nostalgie dans la transition des étudiants étrangers au sein d'une nouvelle université (Iyer & Jetten, 2011). Puisque le questionnaire sur le bien-être de Ryff et Essex (1992) inclut une dimension mesurant le niveau de *compétence*, il est possible de suggérer que ces propriétés puissent également aller dans la direction d'une corrélation significative avec le niveau de nostalgie chez les personnes âgées.

De plus, les mêmes chercheurs ont rencontré 100 étudiants (16 hommes et 84 femmes) âgés entre 16 et 48 ans (âge : $M = 19,89$, $ÉT = 5,11$) à leur deuxième trimestre dans une université australienne (Iyer & Jetten, 2011). Ils ont découvert que plus le sentiment de continuité de l'identité est élevé vis-à-vis un souvenir nostalgique de leur choix lors de l'année précédente, plus cela influence la nostalgie positivement en augmentant l'excitation. Cela a aussi comme effet de diminuer le degré de tristesse dans le présent et favoriser le bien-être psychologique (Iyer & Jetten, 2011).

Ensuite, lorsque la continuité de l'identité est élevée chez les étudiants nostalgiques, cela influence ces derniers lors de la saison estivale à aller vers de nouvelles opportunités (p.ex. : trouver un emploi à l'extérieur, participer à des œuvres de charité à l'extérieur du milieu ou voyager), plutôt que de rester dans des situations familières en milieu d'origine (Iyer & Jetten, 2011).

Ces études sur l'identité ont été réalisées auprès d'échantillons composées de personnes faisant partie d'une tranche d'âge différente de celle des personnes âgées. Cependant, puisque la nostalgie est un sentiment vécu à toutes les étapes de la vie (Cheung et al., 2017), il est possible qu'elle puisse avoir des propriétés similaires chez les personnes âgées lors de situations demandant une adaptation psychologique.

Plusieurs études démontrent que la nostalgie peut également avoir des propriétés pouvant influencer les relations avec autrui. En tenant compte de la présence de la dimension des *relations positives avec autrui* à l'intérieur du questionnaire sur le bien-être psychologique de Ryff et Essex (1992), voici les différentes études qui se sont intéressées aux relations entre la nostalgie et les liens sociaux.

La nostalgie et les liens sociaux

Les rêveries nostalgiques sont associées à différentes propriétés concernant les relations sociales. Le niveau de compétence interpersonnelle et le degré de perception du soutien social sont des éléments documentés pouvant influencer le bien-être psychologique.

Nostalgie et compétences interpersonnelles. En comparant des discours narratifs nostalgiques (groupe nostalgique) et des souvenirs narratifs ordinaires (groupe contrôle) de participants, Wildschut et al. (2006) affirment que la nostalgie permettrait de solidifier symboliquement les liens sociaux des relations passées, de refléter un style

d'attachement plus sécurisé et de favoriser les compétences interpersonnelles. Il est également intéressant de souligner que ces résultats associés aux récits nostalgiques sont associés à un niveau d'anxiété plus faible, ainsi qu'un niveau d'évitement moins élevé que le groupe non-nostalgique (Wildschut et al., 2006).

De plus, selon plusieurs chercheurs, les rêveries nostalgiques peuvent pousser des individus à désirer créer des liens avec des amis impliqués dans des souvenirs nostalgiques spécifiques (Abeyta, Routledge, & Juhl, 2015; Abeyta, Routledge, Roylance, Wildschut, & Sedikides, 2015). Cependant, cette propriété serait seulement associée à la nostalgie lorsque l'aspect social est présent dans le souvenir. Ce type de fonction pousserait davantage l'individu à vouloir créer des rapprochements avec des personnes connues (Abeyta, Routledge, Roylance et al., 2015). Par ailleurs, Turner, Wildschut, Sedikides et Gheorghiu (2013) ajoutent que les souvenirs nostalgiques impliquant de personnes touchées par la maladie mentale seraient accompagnés d'une attitude davantage positive à leur égard et diminueraient la stigmatisation. La nostalgie peut avoir la capacité de réduire des préjudices et favoriser des rapprochements (Turner, Wildschut, & Sedikides, 2012).

L'aspect social associé à un souvenir nostalgique spécifique peut encourager la poursuite de buts interpersonnels, ainsi que favoriser la possibilité de faire face à des défis relationnels qui y sont associés (Abeyta, Routledge, & Juhl, 2015). Par exemple, la nostalgie pourrait contribuer aux relations plus harmonieuses. Différentes études

indiquent également que les rêveries nostalgiques peuvent aider à favoriser la perception du soutien social (Zhou et al., 2008).

Nostalgie et perception de soutien social. Les rêveries nostalgiques peuvent contribuer à un attachement sécurisé (Wildschut et al., 2006) et diminuer le sentiment de solitude en augmentant la perception du soutien social (Zhou et al., 2008). Wildschut et al. (2006) ont découvert que la nostalgie était déclenchée par la solitude, puisque les personnes qui ont un haut niveau de solitude seraient plus nostalgiques que les personnes ayant un faible niveau de nostalgie. Van Tilburg et al. (2013) ajoutent que lorsque les gens s'ennuient et deviennent plus nostalgiques, ils utilisent la nostalgie pour diminuer leur niveau d'ennui. Cela serait surtout le cas chez les personnes ayant un plus haut niveau de résilience et un degré moins élevé d'attachement évitant (Zhou et al., 2008).

La fonction sociale de la nostalgie ne serait pas associée aux mêmes bienfaits pour les personnes ayant un plus haut degré d'attachement évitant. Celles-ci se serviraient moins de la socialité en tant que facteur de protection pour faire face aux difficultés, alors que les individus qui évitent moins recevraient davantage de bénéfices liés à la caractéristique sociale de la nostalgie (Wildschut et al., 2010).

Cheung et al. (2013) ont trouvé que la capacité de la nostalgie à favoriser la perception des liens sociaux peut également augmenter le degré d'optimisme. Grâce aux sentiments d'acceptation et d'appartenance qui sont alimentés par les rêveries

nostalgiques, cette propriété concernant l'optimisme peut également être liée à la capacité de favoriser l'estime de soi (Cheung, Sedikides, & Wildschut, 2016). Cependant, cette fonction s'appliquerait surtout chez les personnes ayant des tendances nostalgiques plus élevées au cours de leur vie (Cheung et al., 2016). Les chercheurs indiquent que pour les personnes ayant un plus faible niveau de nostalgie chronique (long terme), l'induction de nostalgie passagère en laboratoire n'aurait pas les mêmes fonctions bénéfiques en tant que source d'optimisme (Cheung et al., 2016).

Cox et al. (2015) ajoutent que les contenus nostalgiques affichés par des personnes sur les réseaux sociaux sont associés à des niveaux plus élevés d'impression de connexion sociale et de bien-être subjectif. En tenant compte de cette recherche, il est possible de souligner que puisque la nostalgie est un sentiment composé d'une dimension sociale, elle peut contribuer au sentiment d'appartenance (Wildschut et al., 2006). Cette appartenance peut également être alimentée par des souvenirs nostalgiques impliquant des milieux professionnels et organisationnels (Leunissen et al., 2016).

En se basant sur ces nombreuses propriétés sociales et identitaires influençant le niveau de bien-être psychologique (Cheung et al., 2016), des études démontrent que la nostalgie peut aussi favoriser la croissance psychologique (Baldwin & Landau, 2014). La croissance psychologique est une autre dimension incluse dans l'instrument de Ryff et Essex (1992) mesurant le bien-être psychologique des personnes âgées.

La nostalgie et la croissance psychologique

Baldwin et al. (2014) ont découvert que la nostalgie peut favoriser la croissance psychologique. Selon ces chercheurs, les capacités des rêveries nostalgiques à permettre un renforcement du regard sur soi, un sentiment d'appartenance plus élevé et une augmentation du sens à la vie, pourraient y contribuer (Baldwin et al., 2014). Ces propriétés de la nostalgie combleraient un besoin de sécurité et permettraient au regard sur soi positif d'avoir un effet favorable sur la croissance psychologique (Baldwin et al., 2014). De plus, cette fonction protectrice de la nostalgie est spécifiquement possible en raison de sa capacité à pouvoir augmenter des émotions positives (Baldwin et al., 2014). Baldwin, Biernat et Landau (2015) ajoutent que les pensées nostalgiques servent de ressource afin de connecter avec le vrai soi. Cela permettrait à la personne d'être plus authentique lors de moments où il est plus difficile de se reconnaître et d'exprimer qui elle est vraiment (Baldwin et al., 2015). La croissance psychologique en est favorisée.

Les rêveries nostalgiques peuvent encourager la croissance psychologique, toutefois, elles peuvent également contribuer à une impression de sens à la vie et à une diminution de l'angoisse existentielle face à la mort (Sedikides et al., 2017). Il est pertinent de souligner que l'instrument de Ryff et Essex (1992) mesurant le bien-être psychologique des personnes âgées possède une dimension de *sens à la vie*. Voici un survol des principales conclusions tirées à ce sujet dans les études.

La nostalgie et le sens à la vie face à l'angoisse existentielle

Sedikides et al. (2015) soulignent que puisque la nostalgie peut être une source de sens à la vie, les rêveries nostalgiques possèderaient des fonctions protectrices face à l'angoisse existentielle reliée à la mort (Juhl et al., 2010; Routledge & Arndt, 2005; Routledge et al., 2008; Routledge, Juhl, Abeyta, & Roylance, 2014; Routledge et al., 2013; Sedikides, Wildschut, Arndt, & Routledge, 2006; Synnes, 2015).

Plusieurs auteurs mentionnent que la nostalgie peut être une source de sens à la vie (Davis, 1979; Sedikides et al., 2004; Juhl & Routledge, 2013; Sedikides et al., 2017; Wilson, 2005). Par exemple, Routledge et al. (2011) ont rencontré 43 étudiants universitaires (21 hommes et 22 femmes). Ils ont découvert que chez les personnes ayant un plus bas niveau de sens à la vie, la nostalgie possède la fonction équilibrante d'augmenter le niveau de vitalité et de favoriser le bien-être psychologique (Routledge et al., 2011). Selon Ryan et Deci (2001), la vitalité est associée au bien-être psychologique. De plus, l'étude démontre à partir d'une expérience d'écoute que plus une chanson est considérée comme étant significative et nostalgique pour une personne, plus cette dernière aura l'impression que la vie a un sens et qu'elle vaut la peine d'être vécue au moment de l'écoute (Routledge et al., 2011).

Ensuite, Routledge et al. (2012) ont demandé à 43 étudiants (17 hommes et 26 femmes) universitaires américains de raconter des récits nostalgiques, des souvenirs ordinaires récents et des événements futurs désirés. Les résultats de cette recherche

expérimentale démontrent que les souvenirs nostalgiques augmentent la perception de sens à la vie, comparativement à un simple événement futur désiré ou un souvenir ordinaire récent (Routledge et al., 2012). De plus, une recherche par Ju, Shin, Kim, Hyun & Park (2013) indique que l'impression de sens à la vie peut favoriser l'optimisme et alimenter le bien-être psychologique des personnes âgées.

Des recherches affirment que puisque les souvenirs nostalgiques peuvent favoriser le sens à la vie, ils peuvent également augmenter la motivation à poursuivre la réalisation de buts importants et significatifs (Sedikides et al., 2017). Comme il a été mentionné plus tôt, la poursuite de buts personnels est positivement associée au bien-être psychologique des aînés (Lapierre et al., 2013).

Cependant, une étude menée en Chine dans le champ commercial auprès de consommateurs indique que les personnes ayant un niveau plus faible de pouvoir sur leur vie ont une plus grande tendance à préférer des produits nostalgiques, plutôt que des produits non-nostalgiques (Chen, Bi, & Pang, 2016). De plus, les individus ayant un plus faible niveau de pouvoir personnel auraient davantage l'impression que leur vie est dénuée de sens et seraient portés à utiliser la nostalgie comme stratégie équilibrante pour favoriser leur impression de sens à la vie (Chen et al., 2016).

Comme il a été mentionné précédemment, le sens à la vie est l'une des dimensions mesurant le bien-être psychologique de l'instrument de Ryff et Essex (1992). Pour cette

raison, il est possible qu'il puisse y avoir une corrélation significative entre cette dimension du bien-être psychologique et le niveau de nostalgie de personnes âgées.

Voici les principaux éléments résumant les résultats des recherches au sujet de la nostalgie et du bien-être psychologique. Les auteurs mentionnent que lorsque le souvenir nostalgique est surtout agréablement vécu, il possède des propriétés identitaires pouvant favoriser l'estime, l'acceptation et l'affirmation de soi. Ensuite, la nostalgie pourrait également servir à favoriser les rapprochements sociaux, le sentiment d'appartenance et l'augmentation de la perception du soutien social. De plus, les états nostalgiques seraient déclenchés par la solitude et auraient généralement pour fonction de la diminuer à partir de ses propriétés sociales. Finalement, lorsque les souvenirs nostalgiques sont majoritairement agréables, ils favorisent la croissance psychologique et diminuent l'angoisse existentielle, puisqu'ils renforcent l'impression de sens à la vie. Ces nombreux éléments liés à la nostalgie peuvent influencer le bien-être psychologique et servir à présenter les hypothèses de recherche de la présente étude.

Hypothèses de recherche

En premier lieu, l'hypothèse initiale proposée est que plus le niveau moyen de nostalgie est élevé, plus le niveau moyen de bien-être psychologique est élevé. Il s'agit d'une corrélation positive appuyant l'idée que la nostalgie peut être un mécanisme de protection utilisé lorsque le niveau de bien-être psychologique est menacé. Toutefois, la corrélation exclue la possibilité de cause à effet. L'hypothèse nulle demeure qu'il

n'existe pas de corrélation significative entre le niveau de nostalgie moyen et le niveau de bien-être psychologique moyen chez les aînés.

Le présent essai vérifie également s'il y existe une différence significative entre le niveau moyen de nostalgie chez les hommes et le niveau moyen de nostalgie chez les femmes. À ce sujet, l'hypothèse nulle est qu'il n'y aurait pas de différence significative entre les hommes et les femmes par rapport à leur niveau moyen de nostalgie, alors que l'hypothèse alternative est qu'il existe une différence entre les genres.

Avant de vérifier les résultats, il est nécessaire de préciser que le présent essai se positionne préalablement sur l'idée d'une hypothèse de corrélation significative entre le niveau moyen de nostalgie et le niveau moyen de bien-être psychologique. Maintenant, voici l'étape présentant la méthodologie utilisée au cours de la réalisation de la recherche.

Méthode

Le présent chapitre concerne la méthodologie et est dédié à la présentation de la stratégie de recherche. Les différentes parties de la réalisation de l'essai sont le type de recherche, le devis de recherche, les instruments de mesure, les participants et leur recrutement, la collecte, le traitement et l'analyse des données.

Type de recherche

L'étude utilise prioritairement l'analyse de type corrélationnelle. Parallèlement, il y a également une partie qualitative servant à explorer quelques éléments supplémentaires des participants, au sujet du contenu de certains items du questionnaire sur la nostalgie. En tenant compte de cette caractéristique, les résultats des parties quantitative et qualitative sont analysés et interprétés individuellement et séparément.

Étude corrélationnelle

L'étude corrélationnelle consiste à explorer les tendances directionnelles entre deux variables, dans le but de connaître leur niveau de relation linéaire. En tenant compte de cette caractéristique, la relation causale entre les variables est exclue.

Analyse qualitative avec récit narratif

Dans le but de connaître des informations complémentaires pertinentes au sujet de la nostalgie, les participants de la présente étude sont invités à partager oralement un souvenir nostalgique autobiographique.

Selon Sedikides et al. (2015), même si les récits narratifs possèdent des qualités, ils ont également des limites. Par exemple, les participants qui racontent des souvenirs autobiographiques sont à risque de biais en sélectionnant certains contenus plutôt que d'autres (Sedikides et al., 2015). Toutefois, selon Baumeister, Wotman et Stillwell (1993), les récits permettent quand même de mettre en lumière des éléments subjectifs concernant le vécu quotidien des participants et devenir un outil complémentaire aux recherches expérimentales (Sedikides et al., 2015). Par ailleurs, Sedikides et al. (2015) mentionnent que plusieurs recherches utilisant des récits narratifs ont été réalisées pour étudier des émotions comme la colère (Baumeister, Stillwell, & Wotman, 1990), la honte et la culpabilité (Tangney, 1991), ainsi que les blessures sentimentales (Leary, Springer, Negel, Ansell, & Evans, 1998).

Selon Carless et Douglas (2017), le récit narratif est une méthode de recherche et une manière de théoriser des phénomènes psychologiques ou sociaux. Ces auteurs associent six principales caractéristiques au récit narratif (Carless & Douglass, 2017). Premièrement, il offre de riches connaissances sur l'expérience vécue de la personne. Deuxièmement, le récit narratif éclaire la signification de l'expérience personnelle vécue.

Troisièmement, il permet de connaître davantage d'informations au sujet de la trajectoire de vie de la personne au fil du temps. Quatrièmement, le récit narratif offre au participant la possibilité d'accorder autant son attention à propos des aspects personnels que des aspects relationnels et sociaux impliqués dans son histoire de vie. Cinquièmement, il permet de mettre en lumière des informations concernant ce qu'est la vie en tant qu'être incarné. Sixièmement, en raison de sa dimension intime et personnelle, le récit narratif implique une dimension relationnelle éthique, ainsi qu'un engagement vis-à-vis la personne qui en reçoit la confiance (Carless & Douglass, 2017).

Afin de réaliser des études auprès de personnes racontant des souvenirs nostalgiques, plusieurs chercheurs se sont intéressés aux contenus qualitatifs impliqués dans les récits narratifs autobiographiques (Abeyta, Routledge, Roylance et al., 2015; Batcho, 1998; Hart et al., 2011; Holak & Havlena, 1998; Sedikides et al., 2015; Wildschut et al., 2006; cités dans Sedikides et al., 2016). Le récit narratif semble représenter une avenue efficace, afin de favoriser l'expression des rêveries nostalgiques chez les participants rencontrés. Cependant, il demeure important de ne pas faire d'associations hâtives au sujet des interprétations qualitatives, en lien avec les données quantitatives de la recherche. Dans le présent essai, les deux types de résultats sont présentés indépendamment et ont des limites bien définies, dans le but de ne pas biaiser les interprétations et les discussions.

Malgré cette limitation, il est possible de faire ressortir plusieurs éléments pertinents à l'intérieur des récits narratifs. Les résultats de l'analyse qualitative sont discutés au cours des parties concernant les résultats et la discussion de l'étude. Cette partie de la recherche demeure une dimension complémentaire.

Matériel

Vingt-huit (28) participants sur 30 se présentent au *Laboratoire de Gérontologie* de l'Université du Québec à Trois-Rivières pour rencontrer le chercheur. À l'aide du soutien financier de la part du département de psychologie de l'UQTR, les participants reçoivent une vignette de stationnement pour leur période de participation à l'étude.

Une table, une chaise et un crayon sont nécessaires pour participer à l'entrevue. De plus, une enregistreuse vocale est utilisée pour enregistrer les récits narratifs. Les participants sont informés de l'enregistrement de la partie qualitative et acceptent de donner leur autorisation lors de la signature du consentement libre et éclairé. Le chercheur utilise également des instruments de mesure en format papier, au sujet de la nostalgie et du bien-être psychologique.

Instruments de mesure

Tout d'abord, un formulaire de consentement est présenté aux participants (voir Appendice A). Ensuite, une première étape consiste à remplir un questionnaire sociodémographique (voir Appendice B). Celui-ci comporte différentes questions

concernant le genre, l'âge, l'occupation, la situation matrimoniale, le niveau de scolarité, la fréquence du bénévolat, le degré de la satisfaction familiale et sociale, le niveau de perception du soutien social, la perception de la qualité du sommeil, ainsi que la présence possible de maladie physique et son impact sur le bien-être général.

Après ces questions préliminaires, une partie de l'étude se déroule à partir d'un questionnaire quantitatif sur la nostalgie (voir appendice D). Avant d'utiliser l'instrument, les participants écoutent le chercheur proposer une définition neutre de la nostalgie. Il s'agit d'un désir pour le passé, une affection pour un temps passé. Ensuite, les répondants passent à l'étape de l'inventaire de nostalgie de Batcho (1995). Lors de cette partie de l'étude, le chercheur nomme 20 objets nostalgiques inclus à l'intérieur d'une liste et les personnes situent leur niveau de nostalgie pour chacun de ces objets.

Lorsque cette étape est complétée, trois courtes questions qualitatives semi-directives sont posées aux participants, afin d'ajouter quelques détails complémentaires aux résultats de l'étude. Le récit narratif nostalgique est utilisé pour chaque participant. Finalement, le questionnaire sur le bien-être psychologique des personnes âgées (Ryff & Essex, 1992) est présenté aux répondants. Voici la description des instruments utilisés pour étudier la nostalgie et le bien-être psychologique au cours de la recherche.

Inventaire quantitatif sur la nostalgie. L'instrument utilisé pour l'analyse quantitative de la nostalgie est nommé *Batcho Nostalgia Inventory* (Batcho, 1995), crée

par Kristine Batcho. Cet inventaire présente une liste de 20 objets nostalgiques. Parmi ces items, le participant estime à partir d'une échelle de type Likert (1 = *Pas du tout*; 9 = *Beaucoup*), ce qui lui manque le plus à propos de lorsqu'il était plus jeune et à quel point est-ce que cela lui manque. Le protocole est compté sur un total de 180 points.

L'instrument original a été administré à 648 personnes (268 hommes et 380 femmes) entre 4 et 80 ans (Batcho, 1995). À partir de cette étude initiale, l'instrument possède un niveau de fidélité de type *split-half* de 0,78 et un niveau de fidélité de type *test-retest* de 0,84. Pour la mesure de *test-retest* de l'instrument original, un échantillon séparé de 50 personnes a été sélectionné sur une période d'une semaine (Batcho, 1995). Les coefficients alpha de Cronbach ne sont pas spécifiés.

Dans le présent projet pilote, il existe une limite à relever au sujet des qualités psychométriques de l'instrument mesurant la nostalgie. Puisque cette étude est accomplie de manière individuelle sans l'implication d'une équipe de recherche, il n'y a pas de procédure complète de traduction en langue française au sein d'une population bilingue. Pour des raisons ponctuelles et logistiques, cette limite est à considérer et sera rappelée dans la partie de discussion.

Toutefois, avant de procéder aux étapes ultérieures, Kristine Batcho a été contactée par courrier électronique le 28 Novembre 2014 afin de confirmer son accord à la traduction de son instrument. Après avoir reçu son autorisation, un comité de quatre

personnes bilingues qui étudient à l'université dans des disciplines différentes a été formé. Les membres se sont entendus afin de réaliser la tâche de traduction en langue française des quelques mots inclus dans l'inventaire de nostalgie de Batcho (1995).

Un premier membre est d'origine québécoise, pratique la profession d'avocat et est doctorant en droit à *l'Université Laval de Québec*. Un deuxième membre est d'origine haïtienne et est étudiant de maîtrise en gestion de projet à l'UQTR. Une troisième personne est d'origine québécoise et est étudiante au doctorat en psychologie (profil recherche) à l'UQTR. Les trois personnes recrutées ne se connaissent pas entre elles. Par ailleurs, elles n'ont pas eu de contact durant le processus d'évaluation de la pertinence et de la clarté de l'instrument.

En plus de la tâche de traduction, les quatre membres du comité (incluant l'étudiant) ont rempli des questionnaires sous forme d'échelle de type Likert. L'objectif a été de vérifier le niveau de clarté (1 = *Très peu clair*, 5 = *Très clair*) et de pertinence (1 = *Non pertinent*, 5 = *Très pertinent*) pour chaque item de l'instrument. Après des discussions individuelles entre le chercheur et les différents membres du comité d'évaluation au sujet des analyses de l'instrument, aucun item n'a reçu une note moyenne plus basse que le niveau intermédiaire de 3 sur 5. Trois des moyennes globales se situent au-dessus de 4 sur 5.

Pour le niveau global moyen de clarté des items de l'instrument, les résultats provenant des quatre évaluateurs sont de 4,60 ($\acute{E}T = 0,60$), de 4,55 ($\acute{E}T = 0,76$), de 4,10 ($\acute{E}T = 0,85$) et de 3,40 ($\acute{E}T = 0,60$) sur un total de cinq. Ensuite, pour le niveau global moyen de la pertinence des items de l'instrument, les résultats sont de 4,45 ($\acute{E}T = 0,51$), de 4,35 ($\acute{E}T = 0,75$), de 4,00 ($\acute{E}T = 0,79$) et de 3,55 ($\acute{E}T = 0,76$) sur un total de 5.

Chaque item est jugé comme étant suffisamment pertinent et clair afin de les conserver à l'intérieur du questionnaire. Cependant, deux items sont plus faibles dans leur degré de clarté à partir de la moyenne des quatre évaluateurs. Il s'agit des *Choses que vous avez faites* ($M = 3,25$) et des *Sentiments que vous aviez* ($M = 3,50$). Cela démontre au chercheur qu'il est nécessaire durant la passation de l'instrument de demander aux participants s'ils ont bien compris ces termes et s'ils souhaitent davantage d'explications spécifiques à propos de la signification de ces deux items. Ceci est réalisé tout au long du déroulement de la recherche.

Pour le niveau de pertinence moyen de chaque item selon les quatre évaluateurs, trois items sont plus faibles. Il s'agit de *Ne pas avoir à s'inquiéter* ($M = 3,50$), *Avoir quelqu'un sur qui dépendre* ($M = 3,25$) et *Église ou temple, etc.* ($M = 3,25$). Puisqu'ils ont une moyenne supérieure ou égale à 3,25, il demeure possible de les conserver dans le questionnaire. Cependant, à partir de cette évaluation du comité, il est nécessaire de prendre le temps au besoin de donner un exemple ou d'expliquer la raison derrière l'utilisation de chacun de ces trois items aux participants.

Afin de ne pas alourdir le présent ouvrage, les niveaux de pertinence et de clarté de chaque membre du comité ne sont pas tous mentionnés. Cependant, il est possible de consulter le Tableau 3 à l'intérieur de l'Appendice C pour plus de détails à ce sujet.

Ensuite, à partir de l'analyse factorielle de son instrument, Batcho (1995) relève cinq facteurs incluant au moins trois items pour chacun d'eux. Dans le présent essai, ce modèle est également utilisé afin de suivre la théorie originale de l'auteure. À partir de la version originale, voici les cinq facteurs et leurs items respectifs associés entre parenthèses. Premièrement, le facteur *Abstrait cognitif-comportemental* (Ne pas avoir à s'inquiéter, choses que vous avez faites, la façon dont les gens étaient, sentiments que vous aviez, avoir quelqu'un sur qui dépendre, la façon dont la société était, ne pas avoir connaissance de choses tristes ou mauvaises). Deuxièmement, le facteur *Contexte socioculturel* (Héros ou héroïnes, endroits, musique, émissions de télévision et films). Troisièmement, le facteur *Concret des expériences individuelles associées plutôt à l'enfance* (Jouets, fêtes et vacances, animal ou animaux de compagnie). Quatrièmement, le facteur *Cercle social immédiat* (Famille, quelqu'un que vous avez aimé, votre maison). Cinquièmement, le facteur *Éléments sociaux dans un contexte plus large d'expériences* (Amis, école, église ou temple, etc.). Il est possible de consulter le questionnaire traduit en langue française à l'intérieur de l'Appendice D. Après avoir présenté la portion quantitative mesurant le niveau de nostalgie des participants, voici maintenant l'instrument abordant la portion qualitative.

Questionnaire qualitatif sur la nostalgie. Afin d'accéder à quelques informations complémentaires, trois questions sont posées aux participants (voir Appendice E). La première demande *Quel est votre souvenir nostalgique le plus significatif ?* La réponse implique un récit narratif autobiographique du souvenir nostalgique et inclut différents objets décrits dans le contexte théorique du présent essai. La deuxième question interroge les sujets à propos de *Quelles sont les émotions que vous vivez en racontant ce souvenir nostalgique ?* En troisième lieu, la dernière question demande *Dans quelle mesure est-ce que vous avez l'impression que ce souvenir fait partie de votre identité et de qui vous êtes aujourd'hui ?*

À partir de ces trois questions, un tableau est présenté afin de présenter quels sont les objets les plus significatifs chez les personnes rencontrées. Ce Tableau 1, présenté à la page 84 du présent essai, inclut également le vécu affectif (émotionnel) en lien avec les souvenirs nostalgiques et la trajectoire de vie du scénario (rédemption ou contamination). Cela est abordé au cours des parties à propos des résultats et des discussions. Après avoir présenté les questionnaires au sujet de la nostalgie, voici maintenant l'instrument quantitatif mesurant le bien-être psychologique des personnes âgées.

Instrument quantitatif sur le bien-être psychologique. *Les Échelles du Bien-être Psychologique* (Ryff & Essex, 1992) est un instrument évaluant le niveau de bien-être psychologique à partir de six sous-catégories. Il a été traduit au Québec par Lapierre et

Desrochers (1997), auprès d'une population de personnes âgées. Les coefficients alpha de Cronbach pour chacune des échelles sont les suivants : *Autonomie* : $\alpha = 0,72$; *Compétence* : $\alpha = 0,76$; *Croissance personnelle* : $\alpha = 0,68$; *Relations positives avec autrui* : $\alpha = 0,84$; *Sens à la vie* : $\alpha = 0,67$ et *Acceptation de soi* : $\alpha = 0,79$ (Lapierre & Desrochers, 1997). Cependant, les propriétés concernant la fidélité de l'instrument ne sont pas spécifiées.

Lors de la passation de l'instrument dans la présente recherche, le chercheur prend le temps de lire les 84 énoncés à voix haute, en suivant l'ordre. Les participants répondent avec leur niveau d'accord, en se référant à une échelle de type Likert de 1 à 6 (1 = *Tout à fait en désaccord*, 6 = *Tout à fait en accord*). L'Appendice F présente les différentes dimensions de l'instrument traduit en langue française par Lapierre et Desrochers (1997). Voici maintenant les principales informations concernant les participants de l'étude.

Les participants

Selon l'Organisation Mondiale de la Santé (OMS), une personne est considérée âgée à partir de l'âge de 60 ans (OMS, 2018). Il s'agit d'un premier critère de sélection pour participer à la recherche. Puisque l'étude est réalisée de manière individuelle et sans l'implication d'une équipe pour effectuer les entrevues, l'échantillon est limité à 30 personnes ($N = 30$). Il contient 15 hommes et 15 femmes, âgés entre 60 et 90 ans ($M = 67$, $ÉT = 6,71$). La possibilité d'avoir une égalité du nombre de participants entre

les genres permet une meilleure précision concernant le résultat à l'hypothèse de recherche impliquant les genres. De plus, les participants sont volontaires et non-rémunérés. Un *certificat d'éthique* a été émis par l'Université du Québec à Trois-Rivières, afin de permettre la participation des sujets à la recherche.

La durée moyenne des entrevues est d'environ 75 minutes. La plus longue rencontre est de 2 h 30, alors que la plus courte est de 45 minutes. Deux entrevues nécessitent le déplacement du chercheur sur les lieux de domicile des participants à Trois-Rivières-Ouest et Cap-de-la-Madeleine. Une première personne préfère une visite à sa résidence dans un foyer pour personnes âgées et un deuxième participant demeure à la maison pour accompagner sa conjointe souffrant d'Alzheimer. Ces deux participants sont demeurés dans l'échantillon, cependant, l'influence du milieu physique représente une limitation à tenir compte dans les résultats. Cette critique est abordée lors de la section à propos des discussions. Par ailleurs, chaque participant s'est présenté à son rendez-vous et il n'y a eu aucun désistement avant ou durant la participation à l'étude. Voici maintenant comment s'effectue le déroulement de la recherche.

Le déroulement

Dans le but de recruter les participants, une affiche est diffusée dans le journal quotidien *Le Nouvelliste* de Trois-Rivières (voir Appendice G). Les personnes intéressées à participer à l'étude y retrouvent un numéro de téléphone spécifié pour communiquer avec l'étudiant. Après un premier contact téléphonique où les

coordonnées et procédures leurs sont expliquées et où ils sont invités à poser toutes questions, les participants se présentent au *Laboratoire de Gérontologie* de l'UQTR. À leur arrivée, les personnes débutent par la signature du formulaire de consentement (voir Appendice A). Elles remplissent ensuite un questionnaire sociodémographique (voir Appendice B) et enchainent avec la passation des instruments de mesure.

Les questionnaires sur la nostalgie sont répondus en premier lieu et sont suivis par le questionnaire sur le bien-être psychologique pour terminer la rencontre. Le chercheur conclut en mentionnant aux participants que s'ils le souhaitent, ils seront informés des résultats de l'étude lorsque celle-ci sera complétée. Selon la préférence de chaque participant, un résumé des résultats leur sera envoyé par la poste ou par courrier électronique.

Résultats

Après avoir collecté les données quantitatives, elles sont enregistrées dans le logiciel *SPSS*. Les données sociodémographiques, les statistiques descriptives et les corrélations sont effectuées à partir de ce logiciel spécialisé dans la compilation de données et d'analyses statistiques. Les informations sociodémographiques à propos des participants sont les premières données examinées. Ensuite, l'analyse qualitative est réalisée à partir de la rédaction écrite du *verbatim* de chaque récit narratif. Le chercheur en sélectionne les passages qui répondent le plus précisément possible aux trois questions semi-directives demandées et les éléments communs en sont tirés. Voici l'analyse des données recueillies.

L'analyse des données

Les premières analyses statistiques sont descriptives et servent à présenter l'échantillon de l'étude. Après avoir vérifié si les données respectent la *loi normale*, la démarche principale consiste à vérifier les corrélations entre les dimensions du bien-être psychologique et de la nostalgie. Le contenu qualitatif des récits narratifs est ensuite analysé de manière séparée du contenu quantitatif. Voici les résultats des données sociodémographiques.

Données sociodémographiques

Parmi les participants, vingt-huit personnes (28) sur 30 (93,3 %) sont parents d'au moins un enfant. Un participant sur deux (50 %) est marié, neuf se sont divorcés au moins une fois (30 %), deux sont en union libre (6,6 %) et quatre sont veufs ou veuves (13,3 %). Soixante et dix-sept pourcent (77 %) des personnes ont complété des études collégiales ou universitaires. Vingt-six (26) personnes sur 30 (86,6 %) n'occupent pas d'emploi rémunéré au moment de la rencontre et 28 sont retraitées (93 %). Quatorze (14) personnes (46,6 %) ne font jamais de bénévolat et 16 autres participants (53,3 %) s'y occupent au moins occasionnellement. Vingt-neuf (29) répondants (96,6 %) vivent à domicile et une participante (3,3 %) habite dans une résidence pour personnes âgées.

Un total de 5 répondants sur 30 (16,6 %) est assez insatisfait de ses relations familiales, alors que les 25 autres personnes (83,3 %) se perçoivent comme satisfaites à différents degrés. Du côté de la satisfaction des relations sociales, trois personnes (10 %) se décrivent comme étant assez insatisfaites et 27 (90 %) indiquent avoir une perception satisfaisante à différents niveaux. Pour l'élément de perception du soutien social, trois personnes (10 %) se décrivent comme insatisfaites à différents degrés et 27 autres participants (90 %) se présentent comme satisfaites à des niveaux variables. Deux personnes (6,6 %) estiment avoir une insatisfaction du sommeil, alors que 28 (93 %) se perçoivent comme satisfaites à des degrés différents.

Finalement, 5 personnes sur 30 (16,6 %) disent vivre avec une maladie physique. Parmi celles-ci, quatre (13,3 %) sont touchées par des maladies incurables et trois (10 %) sentent que leur maladie est nuisible pour leur bien-être à différents niveaux. Pour consulter tous les détails au sujet des données sociodémographiques, il est possible de consulter le Tableau 4 des statistiques descriptives à l'intérieur de l'Appendice H. Voici maintenant l'analyse corrélacionnelle entre les niveaux de nostalgie et de bien-être psychologique chez les personnes âgées.

Analyse quantitative corrélacionnelle

Avant d'analyser les corrélacions, il est nécessaire de suivre différentes étapes préliminaires afin de vérifier la validité de la moyenne, ainsi que la normalité de la distribution. Sans ces conditions, les résultats ne pourraient pas être valides.

Vérification de la normalité des données. La première étape consiste à vérifier la validité de la moyenne pour chaque variable. Du côté de l'inventaire de nostalgie, chaque dimension respecte cette validité en ayant une valeur d'écart-type toujours plus petite que la moitié de la valeur de la moyenne : Dimension 1 *Abstrait cognitif-comportemental* ($M = 30,00$, $ÉT = 8,15$), dimension 2 *Contexte socioculturel* ($M = 19,03$, $ÉT = 6,95$), dimension 3 *Concret des expériences individuelles associées plutôt à l'enfance* ($M = 12,30$, $ÉT = 5,67$), dimension 4 *Cercle social immédiat* ($M = 16,47$, $ÉT = 5,66$) et dimension 5 *Éléments sociaux dans un contexte plus*

large d'expériences ($M = 13,23$, $ÉT = 4,97$). La moyenne est également représentative des données pour le score total des dimensions de la nostalgie ($M = 91,03$, $ÉT = 21,33$).

La validité des moyennes de l'instrument mesurant le bien-être psychologique est également respectée : Dimension 1 *Autonomie* ($M = 65,17$, $ÉT = 9,32$), dimension 2 *Compétence* ($M = 68,20$, $ÉT = 8,81$), dimension 3 *Croissance personnelle* ($M = 65,23$, $ÉT = 6,82$), dimension 4 *Relations positives avec autrui* ($M = 64,77$, $ÉT = 9,05$), dimension 5 *Sens à la vie* ($M = 67,23$, $ÉT = 8,27$) et dimension 6 *Acceptation de soi* ($M = 67,80$, $ÉT = 9,25$). Puisque l'écart-type est plus petit que la moitié de la valeur moyenne pour chaque dimension de chaque instrument, il est possible de confirmer que la moyenne est également représentative des données.

La deuxième étape pour continuer à étudier la normalité de la distribution consiste à vérifier les valeurs de la médiane, de la moyenne et du mode. Ceux-ci ne représentent pas une analyse en soi, mais bien une première indication concernant la courbe normale. Pour chaque dimension de l'inventaire de nostalgie, la valeur de la médiane demeure près de celle de la moyenne : Dimension 1 *Abstrait cognitif-comportemental* ($M = 30$, $Md = 29,50$, $Mo = 32$), dimension 2 *Contexte socioculturel* ($M = 19,03$, $Md = 18$, $Mo = 16,00$), dimension 3 *Concret des expériences individuelles associées plutôt à l'enfance* ($M = 12,30$, $Md = 11,50$, $Mo = 7$), dimension 4 *Cercle social immédiat* ($M = 16,47$, $Md = 15$, $Mo = 12$ et 15 à égalité) et dimension 5 *Éléments sociaux dans un contexte plus large d'expériences* ($M = 13,23$, $Md = 13$, $Mo = 12$ et 19).

Cela s'applique tout autant pour le score total de nostalgie ($M = 91,03$, $Md = 88$, $Mo = 88, 108, 111$ et 132 à égalité).

La médiane, la moyenne et le mode sont également proches pour les échelles du bien-être psychologique : Dimension 1 *Autonomie* ($M = 65,17$, $Md = 66$, $Mo = 67$ et 75), dimension 2 *Compétence* ($M = 68,20$, $Md = 72$, $Mo = 73$ et 76), dimension 3 *Croissance personnelle* ($M = 65,23$, $Md = 65$, $Mo = 61$ et 65), dimension 4 *Relations positives avec autrui* ($M = 64,77$, $Md = 66,50$, $Mo = 71$ et 73), dimension 5 *Sens à la vie* ($M = 67,23$, $Md = 68,50$, $Mo = 66$ et 69) et dimension 6 *Acceptation de soi* ($M = 67,80$, $Md = 69$, $Mo = 66, 69$ et 73).

La troisième étape confirmant la normalité de la distribution consiste à vérifier les valeurs *d'asymétrie* et *d'aplatissement* pour chaque variable. Il est possible ici d'affirmer que cette règle est respectée. Les résultats de la division de ces valeurs avec leur valeur d'erreur standard (asymétrie et aplatissement) sont situés entre 1,96 et -1,96. Voici respectivement les valeurs d'asymétrie et d'aplatissement, pour chaque dimension de l'inventaire de nostalgie de Batcho : Dimension 1 *Abstrait cognitif-comportemental* (0,96 et 0,82), dimension 2 *Contexte socioculturel* (1,22 et -0,23), dimension 3 *Concret des expériences individuelles associées plutôt à l'enfance* (1,16 et -0,25), dimension 4 *Cercle social immédiat* (0,35 et -1,02), dimension 5 *Éléments sociaux dans un contexte plus large d'expériences* (-0,26 et -1,00) et dimension *Score total de nostalgie* (-0,09 et -0,53).

Cette condition est également respectée pour toutes les dimensions du questionnaire mesurant le bien-être psychologique, à l'exception de deux valeurs d'asymétrie : Dimension 1 *Autonomie* (-0,50 et -0,34), dimension 2 *Compétence* (-2,19 et = 0,31), dimension 3 *Croissance personnelle* (0,03 et -0,60), dimension 4 *Relations positives avec autrui* (-1,19 et -1,04), dimension 5 *Sens à la vie* (-1,58 et 0,78) et dimension 6 *Acceptation de soi* (-2,07 et 0,79). Malgré les deux valeurs d'asymétrie dépassant -1,96 (dimensions 2 et 6) et pouvant susciter la critique, les valeurs d'aplatissement de toutes les autres dimensions sont respectées.

La prochaine étape consiste à vérifier la normalité de la distribution à partir de la formule de *Shapiro-Wilk* (applicable pour les études impliquant moins de 50 participants). Ce test exige des résultats plus grands que 0,05 en tant que seuil de signification pour chaque dimension. Pour les dimensions de l'inventaire de nostalgie, les résultats indiquent $r(28) = 0,981$, $p > 0,05$ (dimension 1), $r(28) = 0,963$, $p > 0,05$ (dimension 2), $r(28) = 0,964$, $p > 0,05$ (dimension 3), $r(28) = 0,948$, $p > 0,05$ (dimension 4), $r(28) = 0,965$, $p > 0,05$ (dimension 5) et $r(28) = 0,983$, $p > 0,05$ (score total de nostalgie). Le test de la normalité confirme que toutes les données de chaque dimension de l'inventaire de la nostalgie respectent la loi normale.

Ensuite, le test de normalité *Shapiro-Wilk* est aussi appliqué pour les dimensions du questionnaire de bien-être psychologique. Les résultats indiquent $r(28) = 0,986$, $p > 0,05$ (dimension 1), $r(28) = 0,869$, $p < 0,05$ (dimension 2), $r(28) = 0,977$, $p > 0,05$ (dimension

3), $r(28) = 0,930$, $p > 0,05$ (dimension 4), $r(28) = 0,962$, $p > 0,05$ (dimension 5) et $r(28) = 0,931$, $p > 0,05$ (dimension 6). Le test de normalité confirme que la 2^e dimension *Compétence* ne respecte pas la loi normale et que la dimension 4 est égale à la limite acceptable. Il est possible de tolérer le résultat de la dimension 4, mais il s'agit d'un choix discutable selon chaque chercheur.

Dans la quasi-totalité des cas, les dimensions respectent la formule de *Shapiro-Wilk*. Cependant, il est important de rappeler que la limitation concernant la normalité de la dimension 2 du bien-être psychologique demeure un sujet de critique concernant la précision des résultats. Il est possible de consulter les Tableaux 5 et 6 ainsi que les Figures 1 et 2 présentant la normalité des données à l'intérieur des Appendices I et J. Maintenant que la loi normale est vérifiée, voici l'analyse corrélationnelle.

Résultats de l'analyse quantitative corrélationnelle. À partir des analyses statistiques des corrélations de *Pearson*, les résultats semblent généralement non-significatifs entre les dimensions du bien-être psychologique et les dimensions de nostalgie. Il est pertinent de noter que selon la correction de *Bonferroni* appliquée ici, le seuil de 0,05 doit être divisé par le nombre total de corrélations possibles pour diminuer la marge d'erreur. Cela amène le nouveau seuil retenu à être en dessous de 0,001 pour être significatif. Le Tableau 7 à l'intérieur de l'Appendice K présente les résultats des corrélations entre les deux variables du bien-être psychologique et de la nostalgie.

Pour la dimension de la nostalgie *Abstrait cognitif-comportemental*, les résultats démontrent que les corrélations sont non-significatives pour les six catégories du bien-être psychologique : $r(28) = -0,33, p > 0,001$ (autonomie), $r(28) = -0,22, p > 0,001$ (compétence), $r(28) = -0,46, p > 0,001$ (croissance), $r(28) = -0,15, p > 0,001$ (relations), $r(28) = -0,05, p > 0,001$ (sens à la vie) et $r(28) = -0,27, p > 0,001$ (acceptation).

Les corrélations sont aussi non-significatives pour la dimension *Contexte socioculturel* de la nostalgie avec toutes les catégories du bien-être : $r(28) = 0,15, p > 0,001$ (autonomie), $r(28) = -0,19, p > 0,001$ (compétence), $r(28) = -0,27, p > 0,001$ (croissance), $r(28) = -0,39, p > 0,001$ (relations), $r(28) = -0,10, p > 0,001$ (sens à la vie) et $r(28) = -0,19, p > 0,001$ (acceptation).

Ensuite, du côté de la dimension *Concret des expériences individuelles associées plutôt à l'enfance* de la nostalgie, les corrélations sont toutes non-significatives avec les catégories du bien-être psychologique : $r(28) = 0,23, p > 0,001$ (autonomie), $r(28) = -0,12, p > 0,001$ (compétence), $r(28) = -0,21, p > 0,001$ (croissance), $r(28) = -0,24, p > 0,001$ (relations), $r(28) = 0,07, p > 0,001$ (sens à la vie) et $r(28) = 0,11, p > 0,001$ (acceptation).

Les corrélations sont également non-significatives pour la dimension *Cercle social immédiat* de la nostalgie et toutes les catégories du bien-être psychologique : $r(28) = -0,08, p > 0,001$ (autonomie), $r(28) = -0,02, p > 0,001$ (compétence),

$r(28) = -0,36, p > 0,001$ (croissance), $r(28) = -0,14, p > 0,001$ (relations), $r(28) = 0,09, p > 0,001$ (sens à la vie) et $r(28) = 0,03, p > 0,001$ (acceptation).

Les corrélations sont non-significatives pour la dimension *Éléments sociaux dans un contexte plus large d'expériences* de la nostalgie et la totalité des dimensions du bien-être psychologique : $r(28) = -0,16, p > 0,001$ (autonomie), $r(28) = 0,23, p > 0,001$ (compétence), $r(28) = -0,08, p > 0,001$ (croissance), $r(28) = 0,10, p > 0,05$ (relations), $r(28) = 0,10, p > 0,001$ (sens à la vie) et $r(28) = 0,15, p > 0,001$ (acceptation).

Pour finaliser les vérifications concernant les corrélations, il est possible de souligner qu'elles sont aussi non-significatives pour la dimension mesurant le *Total* de la nostalgie et chacune des dimensions du bien-être psychologique : $r(28) = -0,08, p > 0,001$ (autonomie), $r(28) = 0,13, p > 0,001$ (compétence), $r(28) = -0,44, p > 0,001$ (croissance), $r(28) = -0,27, p > 0,05$ (relations), $r(28) = 0,01, p > 0,001$ (sens à la vie) et $r(28) = -0,10, p > 0,001$ (acceptation).

Puisqu'il n'y a pas de résultat ayant une valeur inférieure au nouveau seuil de signification de 0,001, il ne semble pas y avoir de corrélation entre le niveau de bien-être psychologique moyen et le niveau de nostalgie moyen. Il est possible de consulter les résultats dans le Tableau 7 à l'intérieur de l'Appendice K.

Afin de vérifier s'il y existe des particularités entre les hommes et les femmes, un *Test t* a été réalisé et ce dernier indique qu'il n'y a pas de différence significative entre les moyennes du niveau de nostalgie pour les deux genres ($t(28) = -0,58, p = 0,56$). La valeur du *Test de Levene* dépasse le seuil de signification de 0,05 et il n'est pas possible d'avancer qu'il existe une différence entre la moyenne des hommes ($M = 93,33, \acute{E}T = 24,32$) et la moyenne des femmes ($M = 88,73, \acute{E}T = 18,43$). L'hypothèse alternative est rejetée et l'hypothèse nulle est confirmée. Le Tableau 8 des résultats du *Test t* pour échantillons indépendants selon les genres est disponible en Appendice L. Voici maintenant les résultats de l'analyse qualitative de la recherche.

Résultats de l'analyse qualitative des récits narratifs

Au cours des 30 récits racontés sous forme d'entrevue semi-directive, une première question est demandée pour connaître les objets nostalgiques concernés : *Racontez le souvenir de votre vie personnelle qui vous rend le plus nostalgique*. Selon les objets nostalgiques faisant partie de l'inventaire de Batcho (1995), les objets les plus fréquents au cours du présent essai sont : *Quelqu'un que vous avez aimé* (11), *famille* (6), *endroits* (5), *choses que vous avez faites* (4) et *fêtes et vacances* (3). Les autres objets nostalgiques suivants sont également nommés une fois : *Amis, votre maison, ne pas avoir à s'inquiéter, avoir quelqu'un sur qui dépendre, école, sentiments que vous aviez et animal ou animaux de compagnie*. Vingt-quatre (24) participants ont nommé un seul objet nostalgique et six participants ont inclus deux objets nostalgiques impliqués dans

la même histoire de leur récit narratif. Il est possible de constater que les objets reliés aux personnes sont les plus souvent évoqués par les participants.

Une deuxième question consiste à demander aux participants quelles sont les émotions vécues lorsqu'elles racontent leur récit nostalgique : *Quelles sont les émotions que vous ressentez présentement en lien avec ce souvenir ?* À ce sujet, le Tableau 1 présente de manière détaillée les objets nostalgiques pour chaque participant, ainsi que les émotions qui lui sont associées.

Par la suite, une troisième question de l'étude a pour objectif d'explorer le passage de trajectoire de vie et la présence d'un scénario de contamination ou de rédemption pour chaque récit. Cette question est intimement reliée à la deuxième, car elle peut suggérer des indices pouvant éclairer des éléments explicatifs derrière les états affectifs associés aux récits. Cette dernière étape est réalisée à partir de la question : *Dans quelle mesure croyez-vous que ce souvenir fait plus ou moins partie de qui vous êtes aujourd'hui en tant que personne ?*

Les passages pertinents sélectionnés du *verbatim* pouvant répondre à cette troisième question sont inscrits dans le Tableau 9 à l'intérieur de l'Appendice M. À partir de l'analyse qualitative des 30 récits, il est possible de remarquer que la théorie des scénarios de contamination ou de rédemption respecte les connaissances au sujet du contenu affectif de la nostalgie. Dans la totalité des cas de scénarios de *rédemption*

(21/21 : 100 %), les personnes âgées ayant partagé des récits nostalgiques mentionnent qu'elles ressentent davantage d'émotions agréables que d'émotions désagréables en les racontant. Les termes liés aux émotions qui composent majoritairement la nostalgie sous forme de trajectoire de rédemption sont la joie, le plaisir, le bonheur, la chaleur, le bonheur, la fierté, la plénitude, la gratification, la gaieté, la paix, le réconfort, la valorisation et la sérénité. Plus de la moitié du temps (11/21 récits : 52,4 %), les participants partagent que ces émotions majoritaires sont accompagnées d'émotions désagréables secondaires, mais à un niveau moins important. Les termes associés à ces émotions secondaires sont la tristesse, l'ennui, la fébrilité, le regret, la mélancolie et la colère.

Dans l'autre moitié des participants ayant raconté un récit nostalgique de rédemption (10/21 : 47,6 %), ceux-ci affirment qu'ils ressentent exclusivement des émotions agréables associées. À partir de ces résultats, il est possible d'affirmer que les personnes âgées racontant des souvenirs nostalgiques accompagnés de trajectoire de rédemption vivent surtout des états affectifs agréables, lorsqu'elles en parlent. Ces résultats respectent le cadre théorique utilisé dans cette recherche au sujet des trajectoires de vie et des vécus émotionnels associés.

Le Tableau 1 de la page suivante présente les principaux résultats de l'étude, en incluant les données pour chacune des trois questions qualitatives.

Tableau 1

Objets, émotions et trajectoires de vie dans les récits

Numéro	Objet(s) dans le souvenir	Émotion(s)	Trajectoire/Scénario
1	<ul style="list-style-type: none"> – Quelqu'un que vous avez aimé (conjoint et enfant en bas-âge) – Fêtes et vacances (activités en famille) 	<ul style="list-style-type: none"> – Joie – Plaisir 	<ul style="list-style-type: none"> – Continuité présente – Rédemption
2	<ul style="list-style-type: none"> – Famille (enfants en bas-âges) – Endroits (fraises à la maison) 	<ul style="list-style-type: none"> – Plaisir – Bonheur 	<ul style="list-style-type: none"> – Continuité présente – Rédemption
3	<ul style="list-style-type: none"> – Endroits (ville natale) – Amis (ville natale) 	<ul style="list-style-type: none"> – Tristesse – Ennui – Plaisir – Chaleur 	<ul style="list-style-type: none"> – Continuité présente – Rédemption
4	<ul style="list-style-type: none"> – Quelqu'un que vous avez aimé (enfants en bas-âges) 	<ul style="list-style-type: none"> – Tristesse – Joie 	<ul style="list-style-type: none"> – Continuité présente – Rédemption
5	<ul style="list-style-type: none"> – Endroits (voyages) – Fêtes, vacances (voyages) 	<ul style="list-style-type: none"> – Fébrilité – Bonheur – Ennui – Fierté 	<ul style="list-style-type: none"> – Continuité présente – Rédemption
6	<ul style="list-style-type: none"> – Maison (avec mari) 	<ul style="list-style-type: none"> – Tristesse – Impuissance 	<ul style="list-style-type: none"> – Continuité absente – Contamination
7	<ul style="list-style-type: none"> – Choses que vous avez faites (forces armées) 	<ul style="list-style-type: none"> – Bonheur – Fierté 	<ul style="list-style-type: none"> – Continuité présente – Rédemption
8	<ul style="list-style-type: none"> – Famille (parents) – Sentiments que vous aviez (amour des parents en jeunesse) 	<ul style="list-style-type: none"> – Tristesse – Fierté 	<ul style="list-style-type: none"> – Continuité présente – Rédemption
9	<ul style="list-style-type: none"> – Quelqu'un que vous avez aimé (père décédé) 	<ul style="list-style-type: none"> – Tristesse – Bonheur 	<ul style="list-style-type: none"> – Continuité présente – Rédemption
10	<ul style="list-style-type: none"> – Quelqu'un que vous avez aimé (grand-mère décédée) 	<ul style="list-style-type: none"> – Joie – Bonheur 	<ul style="list-style-type: none"> – Continuité présente – Rédemption

Tableau 1

Objets, émotions et trajectoires de vie dans les récits (suite)

Numéro	Objet(s) dans le souvenir	Émotion(s)	Trajectoire/Scénario
11	– Animal ou animaux de compagnie	– Ennui – Culpabilité	– Continuité absente – Contamination
12	– Avoir quelqu'un sur qui dépendre (tante marraine décédée)	– Regret – Fierté	– Continuité présente – Rédemption
13	– Endroits (terrain près de la maison d'enfance)	– Plénitude – Tristesse	– Continuité présente – Rédemption
14	– Famille (épouse décédée)	– Mélancolie – Colère – Tristesse – Gratification	– Continuité présente – Rédemption
15	– Quelqu'un que vous avez aimé (première partenaire ; jeune adulte)	– Joie – Gaieté – Bonheur – Plaisir	– Continuité présente – Rédemption
16	– Quelqu'un que vous avez aimé (père, fratrie, grands-parents en enfance)	– Joie – Fierté	– Continuité présente – Rédemption
17	– Quelqu'un que vous avez aimé (frère décédé)	– Tristesse – Ennui	– Continuité absente – Contamination
18	– Choses que vous avez faites (plus de projets et de nouvelles choses)	– Tristesse – Échec – Nervosité	– Continuité absente – Contamination
19	– Quelqu'un que vous avez aimé (mère décédée)	– Paix – Tristesse – Regret	– Continuité présente – Rédemption
20	– École (première journée; enfance)	– Fierté – Bonheur	– Continuité présente – Rédemption
21	– Ne pas avoir à s'inquiéter (relation avec mari décédé)	– Regret – Tristesse	– Continuité absente – Contamination

Tableau 1

Objets, émotions et trajectoires de vie dans les récits (suite)

Numéro	Objet(s) dans le souvenir	Émotion(s)	Trajectoire/Scénario
22	– Fêtes, vacances (voyages)	– Regret	– Continuité absente – Contamination
23	– Quelqu'un que vous avez aimé (mère décédée à la naissance)	– Tristesse	– Continuité absente – Contamination
24	– Quelqu'un que vous avez aimé (grand-mère maternelle)	– Ennui – Réconfort	– Continuité présente – Rédemption
25	– Choses que vous avez faites (emploi avant paralysie)	– Bonheur – Valorisation – Joie	– Continuité présente – Rédemption
26	– Choses que vous avez faites (voyages) – Quelqu'un que vous avez aimé (ancienne conjointe)	– Bonheur – Sérénité – Plaisir	– Continuité présente – Rédemption
27	– Famille (frère atteint de trisomie et envoyé en centre)	– Tristesse	– Continuité absente – Contamination
28	– Famille (rassemblement familial au chalet)	– Ennui – Joie	– Continuité présente – Rédemption
29	– Famille (fils décédé)	– Peine (plus) – Joie (moins)	– Continuité absente – Contamination
30	– Endroits (boîtes à chansons)	– Plaisir – Bonheur	– Continuité présente – Rédemption

Note. Les émotions sont présentées dans l'ordre mentionné pour chaque participant.

En observant le Tableau 1, il est possible de remarquer que tous les participants (9/9 : 100 %) ayant raconté des récits teintés de *contamination* mentionnent que leurs émotions sont totalement désagréables ou spécifient qu'ils ressentent davantage d'émotions désagréables que d'émotions agréables. Les termes associés aux émotions

qui composent majoritairement la nostalgie sous forme de trajectoire de contamination sont la tristesse, l'impuissance, l'ennui, la culpabilité, le sentiment d'échec, la nervosité, le regret et la peine. À l'intérieur de la trajectoire de contamination, presque tous les participants (8/9 : 88,9 %) partagent que les émotions liées aux récits de contamination sont exclusivement désagréables, sans véritable présence d'émotions agréables identifiables. Un seul participant mentionne qu'il ressent un peu de joie, alors qu'il précise vivre surtout de la peine.

Un élément majeur à considérer est le critère d'impression d'absence de continuité de l'identité, allant de pair avec l'exclusivité des émotions désagréables associées à la trajectoire de contamination. Lorsque les personnes ont l'impression de vivre une coupure entre leur souvenir nostalgique et leur identité du présent, les émotions ressenties lorsqu'elles racontent le récit sont désagréables dans la quasi-totalité des cas. Cela appuie les résultats des différentes recherches mentionnant que les récits nostalgiques peuvent réveiller des émotions agréables, seulement lorsque les personnes sont en mesure d'avoir une impression de continuité de leur identité. Au contraire, lorsque la condition concernant la continuité de l'identité est intacte, le scénario de rédemption est présent dans la totalité des récits.

Dans le Tableau 2 suivant qui est sous forme résumée, il est possible de consulter les passages des participants (avec leur numéro respectif) appuyant la présence des deux

types de trajectoires des scénarios nostalgiques. Le Tableau 8 plus détaillé est également disponible à l'intérieur de l'Appendice L.

Tableau 2

Segments du verbatim appuyant la trajectoire des récits narratifs (N = 30)

Scénario de rédemption	Scénario de contamination
A01 : « Non, pas de rupture »	A06 : « Je n'ai pas fait ce que j'aurais voulu dans la vie »
A02 : « Il n'y a jamais eu de brisure »	A11 : « Mais j'aurais dû me battre, j'aurais dû égorger mon père »
A03 : « Qui je suis, c'est ça, je suis une rassembleuse »	A17 : « Une coupure, puis brutale. »
A04 : « Quand on va les voir, en spectacle, ce sont de beaux événements »	A18 : « Je n'ai plus le feu sacré »
A05 : « C'est sûr, j'ai vu des choses qui m'ont instruite »	A21 : « Je regrette de m'être mariée à 20 ans »
A07 : « Là aujourd'hui, je fais partie de la légion canadienne, et je revis cela »	A22 : « J'ai la nostalgie (ou le regret) de ne pas avoir pu voyager plus tôt dans ma vie »
A08 : « Cela fait que je considère que je suis une bonne personne »	A23 : « Je n'ai pas d'autre sentiment à part d'être triste et de m'imaginer ce qu'aurait été la vie si ça n'avait pas été le cas »
A09 : « Je m'en suis bien sorti »	A27 : « L'élément triste est surtout qu'on s'est perdu de vue »
A10 : « Elle m'a appris beaucoup »	A29 : « La tempête est finie mais il y a encore des dégâts »
A12 : « Si aujourd'hui j'ai réussi à faire un bon bout de chemin »	
A13 : « Et ça j'en ai encore même si je vis en campagne »	
A14 : « La vie doit continuer, il faut s'en sortir »	

Tableau 2

Segments du verbatim appuyant la trajectoire des récits narratifs (N = 30) (suite)

Scénario de rédemption	Scénario de contamination
A15 : « J'ai appris aussi la tolérance et la patience »	
A16 : « C'est ce qui a fait la personne que je suis aujourd'hui »	
A19 : « Je pense que j'y ressemblais beaucoup »	
A20 : « Et cela me rend forte »	
A24 : « On dirait que c'est son énergie qui m'aide à remonter »	
A25 : « C'est valorisant, satisfaisant »	
A26 : « J'ai aussi appris que pour être bien dans la vie, il ne faut pas avoir d'attentes »	
A28 : « Rassembler la famille, manger ensemble et partager des joies et des peines avec les enfants, petits enfants. Pas mal dans ce sens que je vois une certaine similitude »	
A30 : « Je pense que ça a développé une sensibilité, qui est restée »	

Malgré les résultats qualitatifs de cet essai, il n'est pas possible d'affirmer que la nostalgie et le bien-être psychologique vont globalement dans le sens d'une corrélation positive ou négative. Il serait également imprudent de mentionner que le niveau élevé de nostalgie globale puisse provoquer directement un niveau de bien-être psychologique élevé, même dans les cas de la continuité intacte de l'identité et de la rédemption.

À partir de l'observation du tableau 1, il est pertinent de souligner qu'avec la présence d'une impression de continuité de l'identité, il est possible que des émotions agréables soient associées. Toutefois, il est important de spécifier que cela peut se produire seulement à partir d'objets particuliers spécifiques et non avec la totalité des objets nostalgiques dans la vie d'un individu. Les émotions variées semblent associées à certains souvenirs spécifiques et non liées nécessairement à un niveau de nostalgie globalement élevé dans la vie de tous les jours. Il n'est pas possible de faire des généralisations à propos de ces résultats. Toutefois, cette réflexion est poussée plus loin au courant de la discussion.

Discussion

Puisque les analyses statistiques n'ont pas fait ressortir de corrélation significative entre le niveau moyen de la nostalgie et le niveau moyen de bien-être psychologique chez les participants de l'étude, il n'est pas possible d'affirmer que ces variables vont dans le même sens ou dans le sens contraire. Ces résultats sont possiblement influencés par la présence de variables extérieures, les limitations liées aux instruments, ainsi que la méthodologie utilisée.

Il est possible que les personnes ayant un niveau faible ou élevé de nostalgie ne vivent pas les mêmes émotions (autant agréables que désagréables), pour chacun des objets énumérés dans l'inventaire de nostalgie de Batcho (1995). Puisque les participants ont raconté un seul souvenir nostalgique et qu'ils ont accordé leur attention sur celui-ci, ils n'ont pas pu aborder les questions qualitatives en incluant une grande variété d'autres objets nostalgiques.

Si l'expérience de la nostalgie était vécue de manière identique pour chacun des items abordés, il y aurait de plus fortes possibilités que les corrélations puissent se révéler significatives. Cette limitation empêche la présente étude de répondre à ce questionnement, car elle nécessiterait une analyse plus approfondie de la composition affective de chaque objet nostalgique du questionnaire.

En se basant sur les corrélations non-significatives, ces résultats peuvent révéler que la nostalgie est bel et bien un *sentiment complexe* impliquant des émotions très variables d'une personne à l'autre et d'un souvenir à l'autre. En d'autres mots, la nostalgie ne serait pas vécue de la même manière pour chaque individu, et cela, pour chaque situation. D'un côté, un répondant X peut associer majoritairement des émotions agréables (p.ex. : réconfort, joie) à un haut niveau de nostalgie. Tandis que de l'autre côté, un répondant B pourrait également avoir un haut niveau de nostalgie, tout en y associant des émotions plutôt désagréables (p.ex. : regrets, tristesse). La conception de la nostalgie différerait individuellement pour chaque objet. Cet élément peut expliquer partiellement pourquoi il ne semble généralement pas y avoir de corrélations significatives entre les dimensions de la nostalgie et la plupart des sous-sections du bien-être psychologique.

Puisque la nostalgie est surtout vécue agréablement pour certains objets et plus difficilement pour d'autres, la tendance à ressentir du bien-être associé pourrait varier énormément d'un objet à l'autre. Il est possible de suggérer que les résultats de cet essai pourraient être différents dans le cadre d'une étude utilisant des instruments mesurant la nostalgie de manière moins générale. Il pourrait être intéressant de se servir de cette recherche afin d'étudier plus spécifiquement le bien-être psychologique et la nostalgie, selon des objets nostalgiques spécifiques ayant des similarités. Par exemple, les participants pourraient répondre à ce type d'étude en racontant des souvenirs à propos d'objets nostalgiques communs, à l'intérieur de groupes déterminés. De cette manière, il

serait possible de comparer pour chaque répondant si chaque objet et souvenir nostalgique serait associé à un contenu émotionnel équivalent et similaire.

Puisqu'il n'est pas possible de deviner le contenu affectif accompagnant chaque objet nostalgique de l'inventaire sur la nostalgie de Batcho (1995), une manière de rendre les résultats plus précis pourrait être de créer un instrument précisant le vécu émotionnel pour chaque objet nostalgique spécifique. Une étude utilisant ce type d'instrument pourrait également présenter des résultats non-significatifs, toutefois, cette avenue demeurerait tout de même une piste envisageable afin d'approfondir les connaissances au sujet de la nostalgie. Par ailleurs, un plus grand échantillon de plusieurs centaines de personnes pourrait être une avenue intéressante afin de réaliser une étude corrélacionnelle de plus grande envergure.

Il y a d'autres zones grises concernant la méthodologie utilisée. Par exemple, lors de l'étape de traduction en langue française de l'instrument original de Batcho (1995), la passation n'a pas été réalisée auprès d'une population anglophone. En tenant compte des limites logistiques, ce risque méthodologique a été pris en sachant que les mots à l'intérieur de l'instrument étaient courts et simples à traduire, en comparaison à un instrument qui aurait pu impliquer de plus longues phrases.

Ensuite, il existe une critique à soulever concernant le contenu des souvenirs nostalgiques. Vingt-quatre (24) participants ont raconté un souvenir incluant seulement

un objet nostalgique, alors que six participants ont mentionné deux objets impliqués dans leur récit. Pour de futures recherches, il pourrait être possible de demander aux participants d'inclure un même nombre d'objets nostalgiques, afin d'avoir des données plus similaires pour l'échantillon complet. Il est aussi essentiel de souligner que les propriétés des instruments ne sont possiblement pas les seules raisons pouvant expliquer l'absence de corrélation significative.

Il est possible qu'il puisse y avoir des variables inconnues ayant influencé les résultats. Le niveau de solitude des personnes peut être une variable ayant eu un impact, sans qu'elle ait été directement étudiée dans l'étude. Par ailleurs, deux personnes ont été rencontrées à leur domicile. Les lieux physiques, ainsi que les stimuli extérieurs, ont possiblement teinté l'atmosphère des rencontres de manière différente avec celles qui ont eu lieu à l'UQTR.

Il est aussi important de souligner qu'il existe plusieurs pistes pouvant alimenter les discussions au sujet des résultats de la partie qualitative de l'étude. Selon Sutipan, Intarakamhang et Macaskill (2017), le type d'intervention de psychologie positive basé sur la réminiscence des souvenirs est le plus efficace afin de promouvoir et maintenir le bien-être psychologique des personnes âgées en santé. De plus, une étude par Maillard, Antoine et Billiet (2012) démontre que la rétrospective de vie peut aider les personnes âgées institutionnalisées à diminuer le niveau de détresse psychologique et les affects dépressifs. La présente recherche s'est basée sur cette

qualité exceptionnelle du récit narratif, afin de créer un climat propice aux confidences des participants lors de la partie qualitative du projet.

Toutefois, un élément intéressant à soulever de la partie qualitative de l'étude concerne le degré d'intensité affective de chaque émotion accompagnant la rêverie nostalgique spécifique. Même si certains participants mentionnent un plus grand nombre d'émotions désagréables qu'agréables associées aux souvenirs, cela ne signifie pas que l'expérience de la nostalgie est globalement plus nuisible que bénéfique.

En prenant l'exemple d'un participant mentionnant qu'il se sent en colère, triste et mélancolique face au décès de sa conjointe, il ajoute également qu'il ressent aujourd'hui de la gratification en parlant de cette femme décédée. Il est possible de remarquer que cela puisse quand même l'amener à vivre un scénario de type rédemption. Le nombre d'émotions différentes énumérées dans un récit ne serait pas automatiquement un signal représentatif de l'expérience complète d'un souvenir nostalgique spécifique.

C'est à ce moment qu'il est possible de constater que sans cette démarche qualitative complémentaire, il pourrait y avoir des possibilités de juger rapidement la nature de la nostalgie accompagnant un souvenir et de se tromper sur sa trajectoire réelle de la rédemption ou de la contamination. Cependant, grâce aux paroles des participants, il est davantage possible de découvrir qu'une seule émotion agréable parmi plusieurs

émotions désagréables peut quand même la diriger vers une trajectoire bénéfique de *rédemption*.

La raison derrière cette donnée pourrait être l'intensité de ces émotions et non la quantité. Si cette recherche avait utilisé exclusivement un questionnaire écrit, sans avoir réalisé une courte entrevue qualitative additionnelle, il n'aurait pas été possible de connaître cette précision et de comprendre des subtilités affectives pour chaque souvenir nostalgique raconté. Il s'agit d'une force non-négligeable de la présente recherche.

À partir des résultats, il est également possible de remarquer que les personnes ayant une impression de coupure de continuité de leur identité avec le souvenir nostalgique vivent davantage de scénario de contamination et de souffrance en le racontant. Puisque les résultats qualitatifs semblent démontrer que les émotions désagréables accompagnent généralement les souvenirs nostalgiques accompagnés d'une coupure dans l'impression de continuité de leur identité, il est possible de proposer dans ce cas que la nostalgie sert plutôt de mécanisme d'adaptation régressif. L'individu peut idéaliser une période passée, plutôt que de vivre aisément le moment présent.

Par ailleurs, même lorsque l'impression de continuité de l'identité est présente et que le scénario est associé à la rédemption, la présente étude ne permet pas d'affirmer que la nostalgie puisse encourager le bien-être psychologique lorsqu'elle est utilisée de manière généralisée dans la vie d'une personne. Cette recherche ne peut pas non plus

affirmer si le mécanisme psychologique associé à la nostalgie serait globalement sain ou néfaste pour l'adaptation à long terme chez la personne âgée. Il est plutôt prudent de mentionner qu'il puisse être possible que la nostalgie soit dans certains cas un mécanisme d'adaptation passager face à l'adversité. Toutefois, ces résultats ne font pas la promotion de la nostalgie en tant que mode de vie à adopter au courant de la vieillesse. Des études supplémentaires sont nécessaires pour aller plus loin à ce sujet.

Il est également nécessaire de souligner que la nostalgie en tant que ressource serait surtout possible à l'intérieur d'un courant de pensée de *psychologie positive*. Comme il a été mentionné au début de la recherche, la nostalgie est un sentiment humain normal universel et pouvant servir de point de repère identitaire afin de s'adapter à des situations ponctuelles passagères pouvant menacer l'intégrité du soi. Cependant, cette fonction ne semble pas être une avenue à encourager chez les individus souffrant déjà de troubles de santé mentale comme la dépression.

Un autre élément à tenir compte en tant que limite à cette étude est la présence d'un échantillon peu spécifique à une situation de vie. En dehors de la condition d'absence de dépression et de l'âge minimum requis de 60 ans, il n'y a pas eu d'autre critère d'exclusion ou d'inclusion afin de participer à l'étude. Comparativement à la présente recherche, il serait possible que la nostalgie et le bien-être psychologique puissent avoir un degré de corrélation significatif pour certaines populations particulières. Par exemple, les personnes immigrantes, les groupes de personnes ayant des maladies physiques, les

individus qui accompagnent des proches malades, ou les personnes âgées veuves, pourraient présenter d'autres particularités. Des études auprès de populations plus précises pourraient servir à reconnaître s'il existe des réalités différentes appartenant à certains groupes spécifiques de la population des personnes âgées.

Une facette pertinente à explorer pourrait être d'approfondir la question de la nostalgie anticipatoire (Batcho & Shikh, 2016) chez les personnes âgées qui devront faire face à une future perte. Une séparation à venir de la maison familiale, un déménagement imminent vers une résidence pour personnes âgées ou le développement d'une maladie chronique ou dégénérative en sont plusieurs exemples. La nostalgie anticipatoire pourrait également être étudiée chez les proches-aidants de 60 ans et plus, auprès de personnes ayant des déficits physiques ou psychologiques en développement comme les maladies d'Alzheimer et de Parkinson. Puisque la routine de vie sera touchée par l'apparition d'une maladie dégénérative, il est possible de se demander comment est-ce que les personnes vivent la nostalgie anticipatoire en comparaison avec la vie conjugale passée jusqu'à maintenant ? Quelle serait la relation entre la nostalgie anticipatoire et le bien-être psychologique chez les personnes âgées ayant des maladies, ainsi que chez les proches-aidants qui en sont touchés ? Est-ce que les personnes vivant ce type de nostalgie vivraient davantage de difficultés psychopathologiques au cours de cette épreuve de vie ?

Finalement, il est possible que les rêveries nostalgiques puissent servir de facteur de protection afin de diminuer les risques de développement de difficultés psychologiques durant une épreuve ponctuelle associée à la vieillesse. Il est également probable que la nostalgie demeure un moyen pouvant contribuer à favoriser la santé mentale lors de moments demandant une adaptation, plutôt qu'une ressource augmentant le bien-être psychologique et guérissant les troubles mentaux. Cependant, cette étude ne permet pas de confirmer s'il existe une corrélation significative entre le bien-être psychologique et la nostalgie chez les personnes rencontrées de 60 ans et plus.

Conclusion

Comme mentionnent Sedikides et Wilchut (2016), la nostalgie peut être un sentiment prosocial et devenir un moteur de motivation afin d'avancer favorablement vers l'avenir. Cependant, les résultats de la présente étude nous amènent à reconnaître que la relation entre le bien-être psychologique et la nostalgie est beaucoup plus complexe qu'elle peut le paraître.

Il existe différents aspects pouvant limiter les propriétés bénéfiques de la nostalgie en lien avec le bien-être psychologique des personnes âgées québécoises. Même si les informations qualitatives démontrent que les rêveries nostalgiques suscitent des émotions agréables lorsque les personnes vivent un scénario de rédemption et qu'elles ont une impression de continuité de l'identité, les corrélations demeurent non-significatives entre les deux variables.

Il est possible que ces résultats soient expliqués par la grande variation d'émotions pouvant accompagner spécifiquement chaque type d'objet nostalgique. Les affects associés à la nostalgie changeraient d'un souvenir à l'autre et ne seraient pas toujours vécues de façon similaire, même s'il s'agit du même sentiment. Ces différences s'appliqueraient pour chaque souvenir nostalgique spécifique et influenceraient son expérience propre.

Comme il a été mentionné au cours de la discussion, de futures recherches pourraient cibler différentes dimensions plus approfondies de la nostalgie, afin d'en augmenter la précision. Par exemple, étudier la corrélation entre le sentiment nostalgique et le bien-être psychologique auprès de populations âgées vivant des situations spécifiques comme les personnes veuves, les personnes immigrantes, les personnes ayant une maladie physique quelconque, ou les proches-aidants (aidants naturels) de personnes malades, etc. En comparaison avec la présente recherche adressée à la population générale et qui implique divers portraits de personnes âgées, il est possible que des résultats différents et propres à certains groupes respectifs puissent en ressortir.

Turnert, Wildschut et Sedikides (2017) mentionnent que les souvenirs nostalgiques d'adultes qui impliquent également des personnes âgées, peuvent servir de ressource afin de favoriser l'attitude envers les aînés et diminuer l'âgisme. Même si les résultats des corrélations entre le niveau moyen de nostalgie et le niveau moyen de bien-être psychologique chez les personnes âgées demeurent majoritairement non-significatifs, la motivation derrière cette recherche a été de tenter de mieux comprendre la nostalgie dans toute son intégrité, en sortant du portrait totalement idéalisé ou pessimiste qui peut lui être associé dans les médias et dans le langage populaire.

Références

- Abeyta, A. A., Routledge, C., & Juhl, J. (2015). Looking back to move forward: Nostalgia as a psychological resource for promoting relationship goals and overcoming relationship challenges. *Journal of Personality and Social Psychology*, *109*(6), 1029-1044. doi: 10.1037/pspi0000036
- Abeyta, A. A., Routledge, C., Roylance, C., Wildschut, R. T., & Sedikides, C. (2015). Attachment related avoidance and the social and agentic content of nostalgic memories. *Journal of Social and Personal Relationships*, *32*(3), 406-413. doi: 10.1177/0265407514533770
- Altintas, E., & Guerrien, A. (2014). Profil motivationnel et bien-être psychologique dans l'âge avancé. *Canadian Journal of Behavioural Science*, *46*(2), 95-106. doi: 10.1037/a0027239
- Andrews, F. M., & Mc Kennell, A.C. (1980). Measures of self-reported well-being: Their affective, cognitive and other components. *Social Indicators Research*, *8*(2), 127-155. doi: 10.1007/BF00286474
- Arkoff, A., Meredith, M. G., & Dubanoski, P. J. (2004). Gains in well-being achieved through retrospective-proactive life review by independent older women. *Journal of Humanistic Psychology*, *44*(2), 204-214. doi: 10.1177/0022167804263065
- Austin, N. (2010). Homeric nostalgia. *The Yale Review*, *98*(2), 37-64. doi: 10.1111/j.1467-9736.2010.00598.x
- Baldwin, M. (2015). *Bringing the past to the present: Temporal self-comparison processes moderate nostalgia's effect on well-being* (Dissertation de doctorat inédite), Université du Kansas, États-Unis. Repéré à <http://hdl.handle.net/1808/19012>
- Baldwin, M., Biernat, M., & Landau, M. J. (2015). Remembering the real me: Nostalgia offers a window to the intrinsic self. *Journal of Personality and Social Psychology*, *108*(1), 128-147. doi: 10.1037/a0038033
- Baldwin, M., & Landau, M. J. (2014). Exploring nostalgia's influence on psychological growth. *Self and Identity*, *13*(2), 162-177. doi: 10.1080/15298868.2013.772320
- Baltes, P. B., & Baltes, M. M. (Éds). (1993). *Successful aging. Perspectives from the behavioral sciences*. New York, NY: Cambridge University Press.

- Barrett, F. S., Janata, P., Grimm, K. J., Robins, R. W., Wildschut, T., & Sedikides, C. (2010). Music-evoked nostalgia: Affect, memory, and personality. *Emotion, 10*(3), 390-403. doi: 10.1037/a0019006
- Batcho, K. I. (1995). Nostalgia: A psychological perspective. *Perceptual and Motor Skills, 80*(1), 131-143. doi: 10.2466/pms.1995.80.1.131
- Batcho, K. I. (1998). Personal nostalgia, worldview, memory, and emotionality. *Perceptual and Motor Skills, 87*(2), 411-432. doi: 10.2466/pms.1998.87.2.411
- Batcho, K. I. (2007). Nostalgia and the emotional tone and content of song lyrics. *The American Journal of Psychology, 120*(3), 361-381. Repéré à <http://www.jstor.org/stable/20445410>
- Batcho, K. I. (2013a). Nostalgia: The bittersweet history of a psychological concept. *History of Psychology, 16*(3), 165-176. doi: 10.1037/a0032427
- Batcho, K. I. (2013b). Nostalgia: Retreat or support in difficult times? *American Journal of Psychology, 126*, 355-367. doi: 10.5406/amerjpsyc.126.3.0355
- Batcho, K. I., & Shikh, S. (2016). Anticipatory nostalgia: Missing the present before it's gone. *Personality and Individual Differences, 98*, 75-84. doi: 10.1016/j.paid.2016.03.088
- Baumeister, R. F., Stillwell, A., & Wotman, S. R. (1990). Victim and perpetrator accounts of interpersonal conflict: Autobiographical narratives about anger. *Journal of Personality and Social Psychology, 59*(5), 994-1005. doi: 10.1037/0022-3514.59.5.994
- Baumeister, R. F., Wotman, S. R., & Stillwell, A. M. (1993). Unrequited love: On heartbreak, anger, guilt, scriptlessness, and humiliation. *Journal of Personality and Social Psychology, 64*(3), 377-394. doi: 10.1037/0022-3514.64.3.377
- Belk, R. (1990). The role of possessions in constructing and maintaining a sense of past. *Advances in Consumer Research, 17*, 669-674. <http://www.acrwebsite.org/volumes/7083/volumes/v17/NA-17>
- Birren, J. E. (1987). The best of all stories. *Psychology Today, 21*, 91-92.
- Blais, M., Vallerand, R. J., Pelletier, L. G., & Brière, N. M. (1989). L'Échelle de satisfaction de vie : validation canadienne-française du Satisfaction With Life Scale. *Revue canadienne des sciences du comportement, 21*(2), 210-223. doi: 10.1037/h0079854

- Bohlmeijer, E., Roemer, M., Cuijpers, P., & Smit, F. (2007). The effects of reminiscence on psychological well-being in older adults: A meta-analysis. *Aging & Mental Health, 11*(3), 291-300. doi: 10.1080/13607860600963547
- Bolzinger, A. (2003). Il y a deux-cent ans, première thèse parisienne sur la nostalgie. *L'évolution Psychiatrique, 68*(1), 97-107. doi: 10.1016/S0014-3855(03)00010-0
- Bouffard, L., & Bastin, É. (1992). La perspective future, facteur de santé mentale chez les personnes âgées. *Santé mentale au Québec, 17*(2), 227-249. doi: 10.7202/502079ar
- Bouffard, L., Dubé, M., Lapierre, S., & Bastin, É. (1996). Le bien-être psychologique des personnes âgées par la poursuite des buts personnels. Étude Pilote. *Revue québécoise de psychologie, 17* (2), 115-135. Repéré à http://acsmcn.ca/CLIENTS/1-acsmcn/docs/upload/sys_docs/identite_et_aines.pdf
- Bouffard, L., & Lapierre, S. (1997). La mesure du bonheur. *Revue québécoise de psychologie, 18*(2), 271-311.
- Bourgeois, M. L. (2008). La nostalgie : psychopathologie de l'exil et du paradis perdu. *Annales médico-psychologiques, revue psychiatrique, 166*(6), 447-452. doi: 10.1016/j.amp.2008.05.009
- Bradburn, N. M. (1969). *The structure of psychological well-being*. Chicago, NY: Adline.
- Brewin, C. R., Furnham, A., & Howes, M. (1989). Demographic and psychological determinants of homesickness and confiding among students. *British Journal of Psychology, 80*(4), 467-477. doi: 10.1111/j.2044-8295.1989.tb02336.x
- Bryant, F. B., Smart, C. M., & King, S. P. (2005). Using the past to enhance the present: Boosting happiness through positive reminiscence. *Journal of Happiness Studies, 6*(3), 227-260. doi: 10.1007/s10902-005-3889-4
- Burt, D. B. (1993). Concentration and academic ability following transition to university: An investigation of the effects of homesickness. *Journal of Environmental Psychology, 13*(4), 333-342. doi: 10.1016/S0272-4944(05)80255-5
- Butler, R. N. (1974). Successful aging and the role of the life review. *Journal of the American Geriatrics Society, 22*(12), 529-535. doi: 10.1111/j.1532-5415.1974.tb04823.x

- Cappeliez, P., O'Rourke, N., & Chaudhury, H. (2005). Functions of reminiscence and mental health in later life. *Aging & Mental Health*, 9(4), 295-301. doi: 10.1080/13607860500131427
- Carden, A. I., & Feicht, R. (1991). Homesickness among American and Turkish college students. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 22(3), 418-428. doi: 10.1177/0022022191223007
- Carless, D., & Douglas, K. (2017). Narrative research. *The Journal of Positive Psychology*, 12(3), 307-308. doi: 10.1080/17439760.2016.1262611
- Chamberlain, K. (1988). On the structure of subjective well-being. *Social Indicators Research*, 20(6), 581-604. doi: 10.1007/BF03359559
- Chen, H., Bi, S., & Pang, J. (2016). The effect of power on consumers nostalgia preferences. *Acta Psychologica Sinica*, 48(12), 1589-1599. doi: 10.3724/SP.J.1041.2016.01589
- Cheung, W.-Y., Sedikides, C., & Wildschut, T. (2016). Induced nostalgia increases optimism (via social-connectedness and self-esteem) among individuals high, but not low, in trait nostalgia. *Personality and Individual Differences*, 90, 283-288. doi: 10.1016/j.paid.2015.11.028
- Cheung, W.-Y., Sedikides, C., & Wildschut, T. (2017). Nostalgia proneness and reduced prejudice. *Personality and Individual Differences*, 109, 89-97. doi: 10.1016/j.paid.2016.12.045
- Cheung, W.-Y., Wildschut, T., Sedikides, C., Hepper, E. G., Arndt, J., & Vingerhoets, A. J. (2013). Back to the future: Nostalgia increases optimism. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 39(11), 1484-1496. doi: 10.1177/0146167213499187
- Chung, M. Y. (2016). *Development and validation of a media nostalgia scale* (Thèse de doctorat inédite). Pennsylvania State University, États-Unis. Repéré à http://etda.libraries.psu.edu/files/final_submissions/11667
- Coleman, P. G. (1992). Personal adjustment in late life: Successful aging. *Reviews in Clinical Gerontology*, 2(1), 67-78. doi: 10.1017/S0959259800003014
- Coleman, G. P. (1999). Creating a life story: The task of reconciliation. *The Gerontologist*, 39(2), 133-139. doi: 10.1093/geront/39.2.133

- Cox, C. R., Kersten, M., Routledge, C., Brown, M., E., & Van Enkevort, A. E. (2015). When past meets present: The relationship between website-induced nostalgia and well-being. *Journal of Applied Social Psychology, 45*(5), 282-299. doi: 10.1111/jasp.12295
- Davalos, S., Merchant, A., Rose, G. M., Lessley, B. J., & Teredesai, A. M. (2015). The good old days: An examination of nostalgia in Facebook posts. *International Journal of Human-Computer Studies, 83*, 83-93. doi: 10.1016/j.ijhcs.2015.05.009
- Davis, F. (1979). *Yearning for yesterday: A sociology of nostalgia*. New York, NY: Free Press.
- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin, 95*(3), 542-575. doi: 10.1037/0033-2909.95.3.542
- Diener, E. (1994). Assessing subjective well-being: Progress and opportunities. *Social Indicators Research, 31*(2), 103-157. doi: 10.1007/BF01207052
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment, 49*(1), 71-75. doi: 10.1207/s15327752jpa4901_13
- Diener, E., & Lucas, R. E. (1999). Personality and subjective well-being. Dans D. Kahneman, E. Diener, & N. Schwarz. (Éds), *Well-Being: The foundations of hedonic psychology* (pp. 213-229). New York, NY: Russell Sage Foundation.
- Dubé, M., Bouffard, L., Lapierre, S., & Alain, M. (2005). La santé mentale par la gestion des projets personnels : une intervention auprès de jeunes retraités. *Santé mentale au Québec, 30*(2), 321-344. doi: 10.7202/012151ar
- Dubé, M., Lapierre, S., Bouffard, L., & Alain, M. (2003). Actualisation du potentiel, buts personnels et bien-être psychologique chez les jeunes retraités. *Interactions, 7*(2), 71-88. Repéré à http://www.usherbrooke.ca/psychologie/fileadmin/sites/psychologie/espace-etudiant/Revue_Interactions/Volume_7_no_2/V7N2_DUBE_LAPIERRE_BOUFFARD_ALAIN_p71-88.pdf
- Dubé, M., Lapierre, S., Bouffard, L., & Alain, M. (2007). Impact of a personal goal management program on the subjective well-being of young retirees. *European Review of Applied Psychology, 57*(3), 183-192. Repéré à http://www.researchgate.net/publication/247281611_Impact_of_a_personal_goals_management_program_on_the_subjective_well-being_of_young_retirees

- Dubé, M., Lapierre, S., Bouffard, L., & Labelle, R. (2000). Le bien-être psychologique par la gestion des buts personnels : une intervention de groupe auprès des retraités. *Revue québécoise de psychologie*, 21(2), 255-280. Repéré à <http://www.researchgate.net/publication/232435514>
- Dunlop, W. L., & Tracy, J. L. (2013). Sobering stories: Narratives of self-redemption predict behavioral change and improved health among recovering alcoholics. *Journal of Personality and Social Psychology*, 104(3), 576-590. doi: 10.1037/a0031185
- Dupuy, H. J. (1977). The general well-being schedule. Dans I. McDowell & C. Newell (Éds), *Measuring health: A guide to rating scales and questionnaire* (pp. 206-213). New York, NY: Oxford University Press.
- English, T., Davis, J., Wei, M., & Gross, J. J. (2017). Homesickness and adjustment across the first year of college: A longitudinal study. *Emotion*, 17(1), 1-5. doi: 10.1037/emo0000235
- Erikson, E. H., Erikson, J. M., & Kivnick, H. Q. (1986). *Vital involvement in old age*. New York, NY: Norton.
- Fisher, S. (1989). *Homesickness, cognition and health*. Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.
- Fisher, S., & Hood, B. (1987). The stress of the transition to university: A longitudinal study of psychological disturbance, absent-mindedness and vulnerability to homesickness. *British Journal of Psychology*, 78(4), 425-441. doi: 10.1111/j.2044-8295.1987.tb02260.x
- Fisher, S., Murray, K., & Frazer, N. (1984). The transition from home to boarding school: A diary-style analysis of the problems and worries of boarding school pupils. *Journal of Environmental Psychology*, 4(3), 211-221. doi: 10.1016/S0272-4944(84)80042-0.
- Fodor, N. (1950). Varieties of nostalgia. *Psychoanalytic Review*, 37(1), 25-38. Repéré à <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/labs/articles/14827974>
- Fordyce, M. W. (1986). The psychap inventory: A multi-scale test to measure happiness and its concomitants. *Social Indicators Research*, 18(1), 1-33. doi: 10.1007/BF00302530
- Gabriel, Y. (1993). Organizational nostalgia: Reflections on "The Golden Age". Dans S. Fineman (Éd.), *Emotion in organizations* (pp. 118-141). London, UK: Sage.

- Garrido, S. (2016). The influence of personality and coping style on the affective outcomes of nostalgia: Is nostalgia a healthy coping mechanism or rumination? *Personality and Individual Differences*. doi: 10.1016/j.paid.2016.07.021
- George, L. K. (1981). Subjective well-being: Conceptual and methodological issues. Dans C. F. Eisdorfer (Éd.), *Annual review of gerontology and geriatrics* (pp. 345-382), New York, NY: Springer.
- Haight, B. K. (1988). The therapeutic role of a structured life review process in homebound elderly subjects. *Journal of Gerontology*, 43(2), 40-44. doi: 10.1093/geronj/43.2.P40
- Hart, C. M., Sedikides, C., Wildschut, T., Arndt, J., Routledge, C., & Vingerhoets, A. J. (2011). Nostalgic recollections of high and low narcissists. *Journal of Research in Personality*, 45, 238-242. doi: 10.1016/j.jrp.2011.01.002
- Hendrickson, B., Rosen, D., & Aune, R. K. (2011). An analysis of friendship networks, social connectedness, homesickness, and satisfaction levels of international students. *International Journal of Intercultural Relations*, 35(3), 281-295. doi: 10.1016/j.ijintrel.2010.08.001
- Henkel, A., Kris, A., Birney, S., & Krauss, K. (2017). The functions and value of reminiscence for older adults in long-term residential care facilities. *Memory*, 25(3), 425-435. doi: 10.1080/09658211.2016.1182554
- Hepper, E. G., Ritchie, T. D., Sedikides, C., & Wildschut, T. (2012). Odyssey's end: Lay conceptions of nostalgia reflect its original Homeric meaning. *Emotion*, 12, 102-119. doi: 10.1037/a0025167
- Hepper, E. G., Wildschut, T., Sedikides, C., Ritchie, T. D., Yung, Y.-F., Hansen, N., ... Zhou, X. (2014). Pancultural nostalgia: Prototypical conceptions across cultures. *Emotion*, 14(4), 733-747. doi: 10.1037/a0036790
- Hills, P., & Argyle, M. (2002). The Oxford Happiness Questionnaire: A compact scale for the measurement of psychological well-being. *Personality and Individual Differences*, 33(7), 1073-1082. doi: 10.1016/S0191-8869(01)00213-6
- Holak, S. L., & Havlena, W. J. (1992). Nostalgia: An exploratory study of themes and emotions in the nostalgic experience. *Advances in Consumer Research*, 19(1), 380-387. Repéré à <http://www.acrwebsite.org/search/view-conference-proceedings.aspx?Id=7324>

- Holak, S. L., & Havlena, W. J. (1998). Feelings, fantasies, and memories: An examination of the emotional components of nostalgia. *Journal of Business Research*, 42, 217-226. doi: 10.1016/S0148-2963(97)00119-7
- Holak, S. L., Havlena, W. J., & Matveev, A. (2005). Exploring nostalgia in Russia: Testing the Index of Nostalgia Proneness. *Association for Consumer Research*, 195-200.
- Hollbrook, M. B. (1993). Nostalgia and consumption preferences: Some emerging patterns of consumer tastes. *Journal of Consumer Research*, 20(2), 245-256. doi: 10.1086/209346
- Hollbrook, M. B., & Schindler, R. (1996). Market segmentation based on age and attitude toward the past: Concepts, methods, and findings concerning nostalgic influences on customer tastes. *Journal of Business Research*, 37(1), 27-39. doi: 10.1016/0148-2963(96)00023-9
- Hollbrook, M. B., & Schindler, R. (2003). Nostalgic bonding: exploring the role of nostalgia in the consumption experience. *Journal of Consumer Behaviour*, 3(2), 107-127. doi: 10.1002/cb.127
- Homer. (1921). *The Odyssey*. London, England: G. Bell and Sons.
- Huang, X., Huang, Z., & Wyer, R. S. (2016). Slowing down in the good old days: The Effect of nostalgia on consumer patience. *Journal of Consumer Research*, 43(3). doi: 10.1093/jcr/ucw033
- Iyer, A., & Jetten, J. (2011). What's left behind: Identity continuity moderates the effect of nostalgia on well-being and life choices. *Journal of Personality and Social Psychology*, 101(1), 94-108. doi: 10.1037/a0022496
- Jackson, S. W. (1986). *Melancholia and depression: From Hippocratic times to modern times*. New Haven, CT: Yale University Press.
- Ju, H., Shin, J. W., Kim, C. W., Hyun, M. H., & Park, J. W. (2013). Mediation effect of meaning in life on the relationship between optimism and well-being in community elderly. *Archives of Gerontology and Geriatrics*, 56(2), 309-313. doi: 10.1016/j.archger.2012.08.008
- Ju, I., Kim, J., Chang, J. M., & Bluck, S. (2016). Nostalgic marketing, perceived self-continuity, and consumer decisions. *Management Decision*, 54(8), 2063-2083. doi: 10.1108/MD-11-2015-0501

- Juhl, J., & Routledge, C. (2013). Nostalgia bolsters perceptions of a meaningful self in a meaningful world. Dans J. A. Hicks & C. Routledge (Éds), *The experience of meaning in Life: Classical perspectives, emerging themes, and controversies* (pp. 213-226). Springer Science+Business Media Dordrecht. doi: 10.1007/978-94-007-6527-6_17
- Juhl, J., Routledge, C., Arndt, J., Sedikides, C., & Wildschut, T. (2010). Fighting the future with the past: Nostalgia buffers existential threat. *Journal of Research in Personality, 44*(3), 309-314. doi: 10.1016/j.jrp.2010.02.006
- Kahlbaugh, P., & Huffman, L. (2017). Personality, emotional qualities of leisure, and subjective well-being in the elderly. *The International Journal of Aging and Human Development, 85*(2), 164-184. doi: 10.1177/0091415016685329
- Kazantzis, N., & Flett, R. (1998). Family cohesion and age as determinants of homesickness in university students. *Social Behavior and Personality, 26*(2), 195-202. doi: 10.2224/sbp.1998.26.2.195
- Kersten, M., Cox, C. R., & Van Enkevort, E. A. (2016). An exercise in nostalgia: Nostalgia promotes health optimism and physical activity. *Psychology & Health, 31*(10), 1166-1181. doi: 10.1080/08870446.2016.1185524
- Kotsou, I., & Leys, C. (2017). Échelle de bonheur subjectif (SHS) : propriétés psychométriques de la version française de l'échelle (SHS-F) et ses relations avec le bien-être psychologique, l'affect et la dépression. *Canadian Journal of Behavioural Science, 49*(1), 1-6. doi: 10.1037/cbs0000060
- Kozma, A., & Stones, M. J. (1980). The measurement of happiness: Development of the Memorial University of Newfoundland Scale of Happiness (MUNSH). *Journal of Gerontology, 35*(6), 906-912. doi: 10.1093/geronj/35.6.906
- Labelle, R., Alain, M., Bastin, É, Bouffard, L., Dubé, M., & Lapierre, S. (2001). Bien-être et détresse psychologique : vers un modèle hiérarchique cognitivo-affectif. *Revue québécoise de psychologie, 22*(1), 71-87. Repéré à <http://psycnet.apa.org/psycinfo/2001-11242-002>
- Lapierre, S., & Bouffard, L. (2009). Poursuite de buts personnels et santé mentale. Présentation. *Revue québécoise de psychologie, 30*(2), 5-13. Repéré à http://oraprdnt.uqtr.quebec.ca/pls/public/docs/FWG/GSC/Publication/1935/45/3974/1/48763/11/F1120188375_30_2_005.pdf

- Lapierre, S., Bouffard, L., & Bastin, É. (1997). Personal goals and subjective well-being in later life. *International Journal of Aging and Human Development*, 45(4), 287-303. doi: 10.2190/HU3J-QDHE-LT1J-WUBN
- Lapierre, S., Bouffard, L., Dubé, M., Labelle, R., & Bastin, É. (2001). Aspirations and well-being in old age. Dans P. Schmuck & K. M. Sheldon (Éds), *Life goals and well-being. Towards a positive psychology of human striving* (pp. 102-115). Toronto, QC: Hogrefe & Huber Publishers.
- Lapierre, S., & Desrochers, C. (1997). *Traduction et validation des Échelles de bien-être psychologique de Ryff*. (Manuscrit non publié). Université du Québec à Trois-Rivières, QC, Canada.
- Lapierre, S., Miquelon, P., Desjardins, S., Marcoux, L., Dubé, M., Bouffard, L., & Alain, M. (2013). L'importance des projets personnels pour la santé mentale et le bien-être des aînés : un programme d'intervention. *Le Partenaire*, 21(2), 8-11. Repéré à <http://aqrp-sm.org/publications-de-laqrp/revue-le-partenaire/publications-libres/volume-21-no-2-hiver-2013>
- Lasaleta, J. D., Sedikides, C., & Vohs, K. D. (2014). Nostalgia weakens the desire for money. *Journal of Consumer Research*, 41, 713-729. doi: 10.1086/677227
- Lawton, M. P. (1975). The Philadelphia Geriatric Center Morale Scale: A revision. *Journal of Gerontology*, 30(1), 85-89. doi: 10.1093/geronj/30.1.85
- Lawton, M. P. (1983). Environment and other determinants of well-being in older people. *The Gerontologist*, 23(4), 349-357. doi: 10.1093/geront/23.4.349
- Leary, M. R., Springer, C., Negel, L., Ansell, E., & Evans, K. (1998). The causes, phenomenology, and consequences of hurt feelings. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74(5), 1225-1237. doi: 10.1037/0022-3514.74.5.1225
- Leboe, J. P., & Ansons, T. L. (2006). On misattributing good remembering to a happy past: An investigation into the cognitive roots of nostalgia. *Emotion*, 6(4), 596-610. doi: 10.1037/1528-3542.6.4.596
- Lebowitz, B. D., & Niederehe, G. (1992). Concepts and issues in mental health and aging. Dans J. E. Birren, R. B. Sloane, & G. D. Cohen (Éds), *Handbook of mental health and aging* (pp. 3-26). New York, NY: Academic Press.
- Le Petit Larousse. (2018). *Dictionnaire Le Petit Larousse*. Paris : Éditions Larousse.

- Leunissen, J. M., Sedikides, C., Wildschut, T., & Cohen, T. R. (2016). Organizational nostalgia increases work meaning and mitigates the negative effects of burnout on turnover intentions. *Journal of Occupational Health Psychology*. doi: 10.1037/ocp0000059
- Lu, L. (1990). Adaptation to British universities: Homesickness and mental health of Chinese students. *Counselling Psychology Quarterly*, 3(3), 225-232. doi: 10.1080/09515079008254253
- Luo, Y. L., Liu, Y., Cai, H., Wildschut, T., & Sedikides, C. (2016). Nostalgia and self enhancement: Phenotypic and genetic approaches. *Social Psychological and Personality Science*, 7(8), 857-866. doi: 10.1177/1948550616660158
- Lyubomirsky, S., & Lepper, H. S. (1999). A measure of subjective happiness: Preliminary reliability and construct validation. *Social Indicators Research*, 46(2), 137-155. doi: 10.1023/A:1006824100041
- Maillard, C., Antoine, P., & Billiet, C. (2012). Effets de la rétrospective de vie sur la détresse psychologique et le bien-être subjectif de personnes âgées institutionnalisées. Étude pilote. *Journal de thérapie comportementale et cognitive*, 22(4), 151-160. doi: 10.1016/j.jtcc.2012.07.007
- Marchegiani, C., & Phau, I. (2011). Development and validation of the Personal Nostalgia Scale. *Journal of Marketing Communications*, 19(1), 22-43. doi: 10.1080/13527266.2010.542078
- Matt, S. J. (2007). You can't go home again: Homesickness and nostalgia in U.S. history. *Journal of American History*, 94(2), 469-497. doi: 10.2307/25094961
- McAdams, D. P., Reynolds, J., Lewis, M., Patten, A. H., & Bowman, P. J. (2001). When bad things turn good and good things turn bad: Sequences of redemption and contamination in life narratives and their relation to psychosocial adaptation in midlife adults and in students. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 27(4), 474-485. doi: 10.1177/0146167201274008
- McCann, W. H. (1941). Nostalgia: A review of the literature. *Psychological Bulletin*, 38(3), 165-182. doi: 10.1037/h0057354
- Merchant, A., Ford, J. B., Dianoux, C., & Hermann, J. L. (2015). Development and validation of an emic scale to measure ad-evoked nostalgia in France. *The Review of Marketing Communications*, 35(4), 706-729. doi: 10.1080/02650487.2015.1090049

- Nash, J. E. (2012). Ringing the chord: Sentimentality and nostalgia among male singers. *Journal of Contemporary Ethnography*, 41(5), 581-606. doi: 10.1177/0891241611429943
- Nelson, S. K., Fuller, J. A., Choi, I., & Lyubomirsky S. (2014). Beyond self-protection: Self-affirmation benefits hedonic and eudaimonic well-being. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 40(8), 998-1011. doi: 10.1177/0146167214533389
- Neugarten, B. L., Havighurst, R. J., & Tobin, S. S. (1961). The development of an instrument of life satisfaction. *Journal of Gerontology*, 16, 134-143.
- Nikelly, A. G. (2004). The anatomy of nostalgia: From pathology to normality. *International Journal of Applied Psychoanalytic Studies*, 1(2), 182-199. doi: 10.1002/aps.66
- Okun, M. A., & Stock, W. A. (1987). The construct validity of subjective well-being measures: An assessment via quantitative synthesis. *Journal of Community Psychology*, 15(4), 481-492. doi: 10.1002/1520-6629(198710)15:4<481::AID-JCOP2290150406>3.0.CO;2-E
- Olson, E. A., Fanning, J. T., Awick, E. A., Chung, H. D., & McAuley, E. (2014). Differential trajectories of well-being in older adult women: The role of optimism. *Applied Psychology: Health and Well-Being*, 6(3), 362-380. doi: 10.1111/aphw.12033
- Organisation Mondiale de la Santé (OMS, 2018). *Vieillesse*. Repéré à <http://www.who.int/topics/ageing/fr>
- O'Sullivan, L. (2012). The time and place of nostalgia: Re-situating a French Disease. *Journal of the History of Medicine and Allied Sciences*, 67(4), 626-649. doi: 10.1093/jhmas/jrr058
- Parker, R. G. (1999). Reminiscence as continuity: Comparison of young and older adults. *Journal of Clinical Geropsychology*, 5, 147-157. doi: 10.1023/A:1022931111622
- Peck, D. M. (2001). Looking back at life and its influence on subjective well-being. *Journal of Gerontological Social Work*, 35(2), 3-20. doi: 10.1300/J083v35n02_02
- Peters, R. (1985). Reflections on the origin and aim of nostalgia. *The Journal of Analytical Psychology*, 30(2), 135-148. doi: 10.1111/j.1465-5922.1985.00135.x

- Porritt, D., & Taylor, D. (1981). An exploration of homesickness among student nurses. *Australian and New Zealand Journal of Psychiatry*, 15(1), 57-62. doi: 10.3109/00048678109159411
- Poyrazli, S., & Lopez, M. D. (2007). An exploratory study of perceived discrimination and homesickness: A comparison of international students and American students. *The Journal of Psychology: Interdisciplinary and Applied*, 141(3), 263-280. doi: 10.3200/JRLP.141.3.263-280
- Ratliff, E. M., & Ennis, M. (2016). This is your song: Using participants music selections to evoke nostalgia and autobiographical memories efficiently. *Psychomusicology: Music, Mind, and Brain*, 26(4), 379-384. doi: 10.1037/pmu0000167
- Reid, C. A., Green, J. D., Wildschut, T., & Sedikides, C. (2014). Scent-evoked nostalgia. *Memory*, 23(2), 157-166. doi: 10.1080/09658211.2013.876048
- Reker, G. T., & Wong, P. T. (1984). Psychological and physical well-being in the elderly: The perceived well-being scale (PWB). *Canadian Journal on Aging*, 3(1), 23-32. doi: 10.1017/S0714980800006437
- Rosen G. (1975). Nostalgia: A "forgotten" psychological disorder. *Psychological Medicine*, 5(4), 340-354. doi: 10.1017/S003329170005697X
- Rousseau, J., & Dubé, M. (1993). Déterminants personnels, relationnels et environnementaux du bien-être psychologique des personnes âgées. *Revue québécoise de psychologie*, 14(3), 3-29. Repéré à <http://cat.inist.fr/?aModele=afficheN&cpsidt=3955458>
- Routledge, C., & Arndt, J. (2005). Time and terror: Managing temporal consciousness and the awareness of mortality. Dans A. Strathman & J. Joireman (Éds), *Understanding behaviour in the context of time: Theory, research, and applications* (pp. 59-84). Mahwah, NJ: Erlbaum.
- Routledge, C., Arndt, J., Sedikides, C., & Wildschut, T. (2008). A blast from the past: The terror management function of nostalgia. *Journal of Experimental Social Psychology*, 44(1), 132-140. doi: 10.1016/j.jesp.2006.11.001
- Routledge, C., Juhl, J., Abeyta, A., & Roylance, C. (2014). Using the past to promote a peaceful future: Nostalgia proneness mitigates existential threat induced nationalistic self-sacrifice. *Social Psychology*, 45, 339-346. doi: 10.1027/1864-9335/a000172

- Routledge, C., Juhl, J., Arndt, J., Wildschut, T., Sedikides, C., Hart, C. M., ... Vingerhoets, A. J. (2011). The past makes the present meaningful: Nostalgia as an existential resource. *Journal of Personality and Social Psychology*, *101*(3), 638-652. doi: 10.1037/a0024292
- Routledge, C., Sedikides, C., Wildschut, T., & Juhl, J. (2013). Finding meaning in one's past: Nostalgia as an existential resource. Dans K. Markman, T. Proulx, & M. J. Lindberg (Éds), *The psychology of meaning* (pp. 297-316). Washington, DC: American Psychological Association. doi: 10.1037/14040-015
- 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. doi: 10.1111/spc3.12070
- Routledge, C., Wildschut, T., Sedikides, C., Juhl, J., & Arndt, J. (2012). The power of the past: Nostalgia as a meaning-making resource. *Memory*, *20*(5), 452-460. doi: 10.1080/09658211.2012.677452
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2001). On happiness and human potentials: A review of research on hedonic and eudaemonic well-being. *Annual Review of Psychology*, *52*, 141-166. doi: 10.1146/annurev.psych.52.1.141
- Ryff, C. D., & Essex, M. J. (1992). The interpretation of life experience and well-being: The sample case of relocation. *Psychology and Aging*, *7*(4), 507-517. doi: 10.1037/0882-7974.7.4.507
- Salamon, M. J., & Conte, V. A. (1984). *Life satisfaction in the elderly scale (LSES)*. Florida, FL: Psychological Assessment Resources.
- Scharp, K. M., Paxman, C. G., & Thomas, L. J. (2016). I want to go home: Homesickness experiences and social-support-seeking practices. *Environment and Behavior*, *48*(9), 1175-1197. doi: 10.1177/0013916515590475
- Schuman, H., & Scott, J. (1989). Generations and collective memories. *American Sociological Review*, *54*(3), 359-381. doi: 10.2307/2095611
- Scopelliti, M., & Tiberio, L. (2010). Homesickness in university students: the role of multiple place attachment. *Environment and Behavior*, *42*(3), 335-350. doi: 10.1177/0013916510361872
- Sedikides, C., Cheung, W-Y., Wildschut, T., Hepper, E., Baldursson, E., & Pedersen, B. (2017). Nostalgia motivates pursuit of important goals by increasing meaning in life. *European Journal of Social Psychology*. doi: 10.1002/ejsp.2318

- Sedikides, C., & Wildschut, T. (2016). Past forward: Nostalgia as a motivational force. *Trends in Cognitive Sciences*, 20(5), 319-321. doi: 10.1016/j.tics.2016.01.008
- Sedikides, C., & Wildschut, T. (2017). Finding meaning in nostalgia. *Review of General Psychology*. Advance online publication. doi: 10.1037/gpr0000109
- Sedikides, C., Wildschut, T., Arndt, J., & Routledge, C. (2006). Affect and the self. Dans J. P. Forgas (Éd), *Affect in social thinking and behavior: Frontiers in social psychology* (pp. 197-215). New York, NY: Psychology Press.
- Sedikides, C., Wildschut, T., Arndt, J., & Routledge, C. (2008). Nostalgia. Past, present and future. *Association for Psychological Science*. 17(5), 304-307. doi: 10.1111/j.1467-8721.2008.00595.x
- Sedikides, C., Wildschut, T., & Baden, D. (2004). Nostalgia: Conceptual issues and existential functions. Dans J. Greenberg, S. Koole, & T. Pyszczynski (Éds), *Handbook of experimental existential psychology* (pp. 200-214). New York, NY: Guilford Press.
- Sedikides C., Wildschut, T., Cheung, W.-Y., Routledge, C., Hepper, E. G., Arndt, J., ... Vingerhoets, A. J. (2016). Nostalgia fosters self-continuity: Uncovering the mechanism (social connectedness) and consequence (eudaimonic well-being). *Emotion*, 16(4), 524-539. doi: 10.1037/emo0000136
- Sedikides, C., Wildschut, T., Gaertner, L., Routledge, C., & Arndt, J. (2008). Nostalgia as enabler of self continuity. Dans F. Sani (Éd.), *Self continuity: Individual and collective perspectives* (pp. 227-239). New York, NY: Psychology Press.
- Sedikides, C., Wildschut, T., Routledge, C., & Arndt, J. (2015). Nostalgia counteracts self-discontinuity and restores self-continuity. *European Journal of Social Psychology*, 45(1), 52-61. doi: 10.1002/ejsp.2073
- Sedikides, C., Wildschut, T., Routledge, C., Arndt, J., Hepper, E. G., & Zhou, X. (2015). To nostalgize: Mixing memory with affect and desire. *Advances in Experimental Social Psychology*, 51, 189-273. doi: 10.1016/bs.aesp.2014.10.001
- Sedikides, C., Wildschut, T., Routledge, C., Arndt, J., & Zhou, X. (2009). Buffering acculturative stress and facilitating cultural adaptation: Nostalgia as a psychological resource. Dans R. S. Wyer, C. Chiu, & Y. Hong (Éds), *Understanding culture: Theory, research and application* (pp. 351-368). New York, NY: Psychology Press.

- Seehusen, J., Cordaro, F., Wildschut, T., Sedikides, C., Routledge, C., Blackhart, G. C., ... Vingerhoets, A. J. (2013). Individual differences in nostalgia proneness: The integrating role of the need to belong. *Personality and Individual Differences, 55*(8), 904-908. doi: 10.1016/j.paid.2013.07.020
- Seligman, M. E., & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive psychology. An introduction. *American Psychologist, 55*(1), 5-14. doi: 10.1037/0003-066X.55.1.5
- Shengquan, Y., Ngan, R. Y., & Hui, A. N. (2013). The state, not the trait, of nostalgia increases creativity. *Creativity Research Journal, 25*(3), 317-323. doi: 10.1080/10400419.2013.813797
- Shields, A. B., & Johnson, J. W. (2016). Childhood brand nostalgia: A new conceptualization and scale development. *Journal of Consumer Behavior, 15*(4), 359-369. doi: 10.1002/cb.1578
- Stanley, M., & Cheek, J. (2003). Well-being and older people: A review of the literature. *Canadian Journal of Occupational Therapy, 70*(1), 51-59. doi: 10.1177/000841740307000107
- Statistique Canada. (2017). *Estimations de la population du Canada : âge et sexe, 1^{er} juillet 2015*. Repéré à <http://www.statcan.gc.ca/daily-quotidien/150929/dq150929b-fra.htm>
- Stephan, E., Sedikides, C., & Wildschut, T. (2012). Mental travel into the past: Differentiating recollections of nostalgic, ordinary, and positive events. *European Journal of Social Psychology, 42*(3), 290-298. doi: 10.1002/ejsp.1865
- Stephan, E., Sedikides, C., Wildschut, T., Cheung, W.-Y., Routledge, C., & Arndt, J. (2015). Nostalgia-evoked inspiration: Mediating mechanisms and motivational implications. *Personality and Social Psychology Bulletin, 41*(10), 1395-1410. doi: 10.1177/0146167215596985
- Stern, B. B. (1992). Historical and personal nostalgia in advertising text: The fin de siècle effect. *Journal of Advertising, 21*(4), 11-22. doi: 10.1080/00913367.1992.10673382
- Stock, W. A., Okun, M. A., & Benin, M. (1986). Structure of subjective well-being among the elderly. *Psychology and Aging, 1*(2), 91-102. Repéré à <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/3267396>
- Stroebe, M., Van Vliet, T., Hewstone, M., & Willis, H. (2000). Homesickness among students in two cultures: Antecedents and consequences. *British Journal of Psychology, 93*(2), 147-168. doi: 10.1348/000712602162508

- Sun, J., Hagedorn, L. S., & Zhang, Y. L. (2016). Homesickness at college: Its impact on academic performance and retention. *Journal of College Student Development, 57*(8), 943-957. doi: 10.1353/csd.2016.0092
- Supski, S. (2013). Aunty Sylvie's sponge: Food making, cookbooks and nostalgia. *Cultural Studies Review, 19*(1), 28-49. Repéré à <http://epress.lib.uts.edu.au/journals/index.php/csrj/article/viewFile/3074/3419>
- Sutipan, P., Intarakamhang, U., & Macaskill, A. J. (2017). The impact of positive psychological interventions on well-being in healthy elderly people. *Journal of Happiness Studies, 18*(1), 269-291. doi: 10.1007/s10902-015-9711-z
- Synnes, O. (2015). Narratives of nostalgia in the face of death: The importance of lighter stories of the past in palliative care. *Journal of Aging Studies, 34*, 169-176. doi: 10.1016/j.jaging.2015.02.007
- Tangney, J. P. (1991). Moral affect: The good, the bad, and the ugly. *Journal of Personality and Social Psychology, 61*(4), 598-607. doi: 10.1037/0022-3514.61.4.598
- The New Oxford Dictionary of English. (2018). Oxford, Angleterre: Oxford University Press.
- Thurber, C. A., & Walton, E. A. (2012). Homesickness and adjustment in university students. *Journal of American College Health, 60*(5), 415-419. doi: 10.1080/07448481.2012.673520
- Turner, R. N., Wildschut, T., & Sedikides, C. (2012). Dropping the weight stigma: Nostalgia improves attitudes toward persons who are overweight. *Journal of Experimental Social Psychology, 48*(1), 130-137. doi: 10.1016/j.jesp.2011.09.007
- Turner, R. N., Wildschut, T., Sedikides, C., & Gheorghiu, M. (2013). Combating the mental health stigma with nostalgia. *European Journal of Social Psychology, 43*(5), 413-22. doi: 10.1002/ejsp.1952
- Turner, R. N., Wildschut, T., & Sedikides, C. (2017). Fighting ageism through nostalgia. *European Journal of Social Psychology, 1-13*. doi: 10.1002/ejsp.2317
- Urani, M. A., Miller, S. A., Johnson, J. E., & Petzel, T. P. (2003). Homesickness in socially anxious first year college students. *College Student Journal, 37*(3), 392-399.

- Van Tilburg, W. A., Igou, E. R., & Sedikides, C. (2013). In search of meaningfulness: Nostalgia as an antidote to boredom. *Emotion, 13*(3), 450-461. doi: 10.1037/a0030442
- Van Tilburg, W. A., Sedikides, C., & Wildschut, T. (2015). The mnemonic muse: Nostalgia fosters creativity through openness to experience. *Journal of Experimental Social Psychology, 59*, 1-7. doi: 10.1016/j.jesp.2015.02.002
- Van Tilburg, M. A., Vingerhoets, A. J., & Van Heck, G. L. (1996). Homesickness: A review of the literature. *Psychological Medicine, 26*(5), 899-912. doi: 10.1017/S0033291700035248
- Verplanken, B. (2012). When bittersweet turns sour: Adverse effects of nostalgia on habitual worriers. *European Journal of Social Psychology, 42*(3), 285-289. doi: 10.1002/ejsp.1852
- Vess, M., Arndt, J., Routledge, C., Sedikides, C., & Wildschut, T. (2012). Nostalgia as a resource for the self. *Self and Identity, 11*(3), 273-284. doi: 10.1080/15298868.2010.521452
- Warr, P., Barter, J., & Brownbridge, G. (1983). On the independence of the negative and positive affect. *Journal of Personality and Social Psychology, 44*(3), 644-651. Repéré à <http://psycnet.apa.org/index.cfm?fa=buy.optionToBuy&id=1983-27211-001>
- Waterman, A. S. (1993). Two conceptions of happiness: Contrasts of personal expressiveness (eudaimonia) and hedonic enjoyment. *Journal of Personality and Social Psychology, 64*(4), 678-691. doi: 10.1037/0022-3514.64.4.678
- Watson, D., Clark, A. L., & Tellegen, D. (1988). Development and validation of brief measures of positive and negative affect: The PANAS scales. *Journal of Personality and Social Psychology, 54*(6), 1063-1070. doi: 10.1037//0022-3514.54.6.1063
- Watt, L. M., & Cappeliez, P. (2000). Integrative and instrumental reminiscence therapies for depression in older adults: Intervention strategies and treatment effectiveness. *Aging & Mental Health, 4*(2), 166-177. doi: 10.1080/13607860050008691
- Wiese, B. S. (2007). Successful pursuit of personal goals and subjective well-being. Dans B. R. Little, K. Salmela-Aro, & S. D. Phillips (Éds), *Personal project pursuit* (pp. 301-328). Mahwah, NJ: Earlbaum.
- Wildschut, T., Sedikides, C., Arndt, J., & Routledge, C. (2006). Nostalgia: Content, triggers, functions. *Journal of Personality and Social Psychology, 91*(5), 975-993. doi: 10.1037/0022-3514.91.5.975

- Wildschut, T., Sedikides, C., Routledge, C., Arndt, J., & Cordaro, F. (2010). Nostalgia as a repository of social connectedness: The role of attachment-related avoidance. *Journal of Personality and Social Psychology*, 98(4), 573-586. doi: 10.1037/a0017597
- Wilson, J. L. (2005). *Nostalgia: Sanctuary of meaning*. Cranbury, NJ: Associated University Press.
- Wong, P. T. (1989). Personal meaning and successful aging. *Canadian Psychology*, 30(3), 516-525. doi: 10.1037/h0079829
- Wong, P. T. (1995). The processes of adaptive reminiscences. Dans B. K. Haight & J. D. Webster (Éds), *Art and science of reminiscing: Theory, research, methods, and applications* (pp. 23-35). New York, NY: Springer.
- Wong, P. T., & Watt, L. M. (1991). What types of reminiscence are associated with successful aging? *Psychology and Aging*, 6(2), 272-279. doi: 10.1037/0882-7974.6.2.272
- Ye, S., Ng, T. K., & Lam, C. L. (2017). Nostalgia and temporal life satisfaction. *Journal of Happiness Studies*, 1-14. doi: 10.1007/s10902-017-9884-8
- Zautra, A., & Goodhart, D. (1979). Quality of life indicators: A review of the literature. *Community Mental Review*, 4(1), 2-8. doi: 10.1300/J257v04n01_01
- Zhou, X., Chen, X., Wildschut, T., Sedikides, C., & Vingerhoets, A. J. (2012). Heartwarming memories: Nostalgia maintains physiological comfort. *Emotion*, 12(4), 678-684. doi: 10.1037/a0027236
- Zhou, X., Sedikides, C., Wildschut, T., & Gao, D.-G. (2008). Counteracting loneliness. On the restorative function of nostalgia. *Association for Psychological Science*, 19(10), 1023-1029. doi: 10.1111/j.1467-9280.2008.02194.x
- Zhou, X., Wildschut, T., Sedikides, C., Shi, K., & Feng, C. (2012). Nostalgia: The gift that keeps on giving. *Journal of Consumer Research*, 39(1), 39-50. doi: 10.1086/662199
- Zimbardo, P. G., & Boyd, J. N. (1999). Putting time in perspective: A valid, reliable individual-differences metric. *Journal of Personality and Social Psychology*, 77(6), 1271-1288. doi: 10.1037/0022-3514.77.6.1271

Appendice A
Formulaire de consentement

UQTR



Université du Québec
à Trois-Rivières

Savoir. Surprendre.

LETTRÉ D'INFORMATION

Invitation à participer au projet de recherche : « *La nostalgie et le bien-être chez les personnes âgées* »

Kévin Gaudreault
Département de psychologie
Études de 3^e cycle en psychologie

Votre participation à la recherche, qui vise à mieux comprendre la tendance entre le niveau de nostalgie moyen et le niveau de bien-être moyen chez les aînés, serait grandement appréciée. Il s'agit d'une étude corrélationnelle.

Objectifs

Les objectifs de ce projet de recherche sont de permettre à différentes personnes âgées de s'exprimer à propos de leurs états nostalgiques et d'y explorer la tendance possible avec leur niveau de bien-être. Les renseignements donnés dans cette lettre d'information visent à vous aider à comprendre exactement ce qu'implique votre éventuelle participation à la recherche et à prendre une décision éclairée à ce sujet. Nous vous demandons donc de lire le formulaire de consentement attentivement et de poser toutes les questions que vous souhaitez poser. Vous pouvez prendre tout le temps dont vous avez besoin avant de prendre votre décision.

Tâche

Votre participation à ce projet de recherche consiste à répondre à 2 questionnaires. Un premier sur la nostalgie et un deuxième sur le bien-être psychologique. Chaque participant pourra raconter un souvenir nostalgique verbalement (ou par écrit s'il le préfère). Une seule rencontre avec l'étudiant est nécessaire. Celle-ci est d'une durée d'environ 30 à 45 minutes. Ce processus, sous forme de participation volontaire individuelle à l'UQTR, portera sur la nostalgie et explorera également le bien-être psychologique du participant. La nostalgie et le bien-être seront mis en corrélation, sans relation causale.

Risques, inconvénients, inconforts

La durée de la rencontre (30-45 minutes) est un inconvénient de la recherche.

Bénéfices

La contribution à l'avancement des connaissances au sujet de la nostalgie et du bien-être sont les bénéfices directs prévus à votre participation.

Confidentialité

Les données recueillies par cette étude sont entièrement confidentielles et ne pourront en aucun cas mener à votre identification. Votre confidentialité sera assurée à l'aide de noms fictifs. Les résultats de la recherche, qui pourront être diffusés sous forme d'essai doctoral, ne permettront pas d'identifier les participants.

Les données recueillies (enregistrements/papiers) seront conservées et la seule personne qui y aura accès sera : l'étudiant lui-même. Elles seront détruites à la fin du processus de recherche 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 et de vous retirer en tout temps sans préjudice et sans avoir à fournir d'explications. Le refus de participer n'aura aucun effet sur les services qui vous sont offerts par les différents partis impliqués dans ce projet.

Responsable de la recherche

Pour obtenir de plus amples renseignements ou pour toute question concernant ce projet de recherche, vous pouvez communiquer avec le responsable : Kévin Gaudreault, étudiant au Doctorat (D.Ps.) en psychologie - Téléphone : *** ***. Adresse courriel : *****. Cette recherche sur la nostalgie est menée sous la supervision de Monsieur Emmanuel Habimana (Ph.D.), professeur au département de psychologie.

Question ou plainte concernant l'éthique 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 [no de certificat] a été émis le [date d'émission]. 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.



FORMULAIRE DE CONSENTEMENT
Engagement de l'étudiant

Moi, Kévin Gaudreault, 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, _____, confirme avoir lu et compris la lettre d'information au sujet du projet : « *La nostalgie et le bien-être chez les personnes âgées* ». 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.

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

Participante ou participant :	Étudiant :
Signature :	Signature :
Nom :	Nom :
Date :	Date :

Appendice B
Questionnaire sociodémographique

<p>1. Êtes-vous de sexe masculin ou féminin?</p> <p><input type="checkbox"/> Homme</p> <p><input type="checkbox"/> Femme</p>	<p>2. Veuillez indiquer votre âge.</p> <p>_____ ans</p> <p>3. Quelle est votre nationalité :</p> <p>_____</p>	<p>4. Avez-vous des enfants?</p> <p><input type="checkbox"/> Oui</p> <p><input type="checkbox"/> Non</p>
<p>5. Diplôme le plus élevé que vous avez obtenu :</p> <p><input type="checkbox"/> Aucun diplôme</p> <p><input type="checkbox"/> D.E.S., D.E.P., A.E.P. (études secondaires)</p> <p><input type="checkbox"/> D.E.C. (études collégiales)</p> <p><input type="checkbox"/> Certificat (études universitaires)</p> <p><input type="checkbox"/> Baccalauréat</p> <p><input type="checkbox"/> Maîtrise</p> <p><input type="checkbox"/> Doctorat</p>	<p>6. Au cours de la dernière année, avez-vous consulté un professionnel de la santé mentale (psychologue, travailleur social, psychiatre, etc.)?</p> <p><input type="checkbox"/> Non Passez à la question 7</p> <p><input type="checkbox"/> Oui répondez aux questions suivantes</p> <p>a) Nombre de rencontres : _____</p>	<p>7. Avez-vous un emploi rémunéré?</p> <p>Oui <input type="checkbox"/> Non <input type="checkbox"/></p> <p>8. Êtes-vous retraité(e)?</p> <p>Oui <input type="checkbox"/> Non <input type="checkbox"/></p> <hr/> <p>9. Vous faites du bénévolat :</p> <p><input type="checkbox"/> 1 – Jamais</p> <p><input type="checkbox"/> 2 – Occasionnellement</p> <p><input type="checkbox"/> 3 – Chaque mois</p> <p><input type="checkbox"/> 4 – Chaque semaine</p> <p><input type="checkbox"/> 5 – Chaque jour</p>
<p>10. Êtes-vous satisfait(e) de vos relations familiales?</p> <p><input type="checkbox"/> 1 – Extrêmement insatisfait(e)</p> <p><input type="checkbox"/> 2 – Très insatisfait(e)</p> <p><input type="checkbox"/> 3 – Assez insatisfait(e)</p> <p><input type="checkbox"/> 4 – Assez satisfait(e)</p> <p><input type="checkbox"/> 5 – Très satisfait(e)</p> <p><input type="checkbox"/> 6 – Extrêmement satisfait(e)</p>	<p>11. Êtes-vous satisfait(e) de vos relations sociales (avec vos amis, collègues, voisins)?</p> <p><input type="checkbox"/> 1 – Extrêmement insatisfait(e)</p> <p><input type="checkbox"/> 2 – Très insatisfait(e)</p> <p><input type="checkbox"/> 3 – Assez insatisfait(e)</p> <p><input type="checkbox"/> 4 – Assez satisfait(e)</p> <p><input type="checkbox"/> 5 – Très satisfait(e)</p> <p><input type="checkbox"/> 6 – Extrêmement satisfait(e)</p>	<p>12. Quelle est votre situation?</p> <p><input type="checkbox"/> Célibataire</p> <p><input type="checkbox"/> Marié(e)</p> <p><input type="checkbox"/> Divorcé(e)</p> <p><input type="checkbox"/> Séparé(e)</p> <p><input type="checkbox"/> Union libre</p> <p><input type="checkbox"/> Veuf(ve)</p>
<p>13. Vivez-vous en résidence pour ainé(e)s?</p> <p><input type="checkbox"/> Non</p> <p><input type="checkbox"/> Oui</p> <p>15. Comment décrivez-vous votre sommeil?</p> <p><input type="checkbox"/> 1 – Extrêmement insatisfait(e)</p> <p><input type="checkbox"/> 2 – Très insatisfait(e)</p> <p><input type="checkbox"/> 3 – Assez insatisfait(e)</p> <p><input type="checkbox"/> 4 – Assez satisfait(e)</p> <p><input type="checkbox"/> 5 – Très satisfait(e)</p> <p><input type="checkbox"/> 6 – Extrêmement satisfait(e)</p> <p>17. Si oui, votre maladie est-elle incurable?</p> <p><input type="checkbox"/> Oui</p> <p><input type="checkbox"/> Non</p> <p><input type="checkbox"/> Ne s'applique pas</p>	<p>14. Comment vous décrivez votre perception de votre soutien social?</p> <p><input type="checkbox"/> 1 – Extrêmement insatisfait(e)</p> <p><input type="checkbox"/> 2 – Très insatisfait(e)</p> <p><input type="checkbox"/> 3 – Assez insatisfait(e)</p> <p><input type="checkbox"/> 4 – Assez satisfait(e)</p> <p><input type="checkbox"/> 5 – Très satisfait(e)</p> <p><input type="checkbox"/> 6 – Extrêmement satisfait(e)</p> <p>16. Êtes-vous touché(e) par une maladie physique?</p> <p><input type="checkbox"/> Oui</p> <p><input type="checkbox"/> Non</p> <p>18. À quel degré est-ce que cette maladie nuit à votre bien-être?</p> <p><input type="checkbox"/> 1 – Extrêmement</p> <p><input type="checkbox"/> 2 – De façon importante</p> <p><input type="checkbox"/> 3 – Assez</p> <p><input type="checkbox"/> 4 – Un peu</p> <p><input type="checkbox"/> 5 – Aucunement</p>	

Appendice C

Grilles et statistiques provenant de SPSS pour estimer la clarté et la pertinence de l'instrument traduit sur la nostalgie (Batcho, 1995)

Traduction en langue française de *Batcho Nostalgia Inventory* (1995)

Veillez indiquer le niveau de clarté des termes utilisés pour chacun des 20 items :

1 : TRÈS PEU CLAIR

5 : TRÈS CLAIR

1. Famille

1 2 3 4 5

2. Héros ou héroïnes

1 2 3 4 5

3. Ne pas avoir à s'inquiéter

1 2 3 4 5

4. Endroits

1 2 3 4 5

5. Musique

1 2 3 4 5

6. Quelqu'un que vous avez aimé

1 2 3 4 5

7. Amis

1 2 3 4 5

8. Choses que vous avez faites

1 2 3 4 5

9. Jouets

1 2 3 4 5

10. La façon dont les gens étaient
1 2 3 4 5
11. Sentiments que vous aviez
1 2 3 4 5
12. Émissions de télévision, films
1 2 3 4 5
13. École
1 2 3 4 5
14. Avoir quelqu'un sur qui dépendre
1 2 3 4 5
15. Fêtes, vacances
1 2 3 4 5
16. La façon dont la société était
1 2 3 4 5
17. Animal ou animaux de compagnie
1 2 3 4 5
18. Ne pas avoir connaissance de choses tristes ou mauvaises
1 2 3 4 5
19. Église ou temple, etc.
1 2 3 4 5
20. Votre maison
1 2 3 4 5

Traduction en langue française de *Batcho Nostalgia Inventory* (1995)

Veillez indiquer le niveau de pertinence de chacun des 20 items de cet inventaire :

1 : NON PERTINENT

5 : TRÈS PERTINENT

1. Famille

1 2 3 4 5

2. Héros ou héroïnes

1 2 3 4 5

3. Ne pas avoir à s'inquiéter

1 2 3 4 5

4. Endroits

1 2 3 4 5

5. Musique

1 2 3 4 5

6. Quelqu'un que vous avez aimé

1 2 3 4 5

7. Amis

1 2 3 4 5

8. Choses que vous avez faites

1 2 3 4 5

9. Jouets

1 2 3 4 5

10. La façon dont les gens étaient

1 2 3 4 5

11. Sentiments que vous aviez

1 2 3 4 5

12. Émissions de télévision, films

1 2 3 4 5

13. École

1 2 3 4 5

14. Avoir quelqu'un sur qui dépendre

1 2 3 4 5

15. Fêtes, vacances

1 2 3 4 5

16. La façon dont la société était

1 2 3 4 5

17. Animal ou animaux de compagnie

1 2 3 4 5

18. Ne pas avoir connaissance de choses tristes ou mauvaises

1 2 3 4 5

19. Église ou temple, etc.

1 2 3 4 5

20. Votre maison

1 2 3 4 5

Tableau 3

Pertinence et clarté des items mesurant la nostalgie

		Statistiques							
		Clarté instrument Nostalgie 1	Clarté instrument Nostalgie 2	Clarté instrument Nostalgie 3	Clarté instrument Nostalgie 4	Pertinence instrument Nostalgie 1	Pertinence instrument Nostalgie 2	Pertinence instrument Nostalgie 3	Pertinence instrument Nostalgie 4
N	Valide	20	20	20	20	20	20	20	20
	Manquant	0	0	0	0	0	0	0	0
Moyenne		4,1000	3,4000	4,5500	4,6000	3,5500	4,0000	4,3500	4,4500
Erreur standard de la moyenne		,19057	,13377	,16975	,13377	,16975	,17770	,16662	,11413
Médiane		4,0000	3,0000	5,0000	5,0000	4,0000	4,0000	4,5000	4,0000
Mode		5,00	3,00	5,00	5,00	4,00	4,00	5,00	4,00
Ecart type		,85224	,59824	,75915	,59824	,75915	,79472	,74516	,51042
Variance		,726	,358	,576	,358	,576	,632	,555	,261
Asymétrie		-,204	1,245	-1,389	-1,245	-,587	,000	-,697	,218
Erreur standard d'asymétrie		,512	,512	,512	,512	,512	,512	,512	,512
Kurtosis		-1,617	,783	,412	,783	,151	-1,366	-,762	-2,183
Erreur standard de Kurtosis		,992	,992	,992	,992	,992	,992	,992	,992
Plage		2,00	2,00	2,00	2,00	3,00	2,00	2,00	1,00
Minimum		3,00	3,00	3,00	3,00	2,00	3,00	3,00	4,00
Maximum		5,00	5,00	5,00	5,00	5,00	5,00	5,00	5,00
Somme		82,00	68,00	91,00	92,00	71,00	80,00	87,00	89,00
Percentiles	10	3,0000	3,0000	3,0000	4,0000	2,1000	3,0000	3,0000	4,0000
	20	3,0000	3,0000	4,0000	4,0000	3,0000	3,0000	4,0000	4,0000
	25	3,0000	3,0000	4,0000	4,0000	3,0000	3,0000	4,0000	4,0000
	30	3,3000	3,0000	4,3000	4,0000	3,0000	3,3000	4,0000	4,0000
	40	4,0000	3,0000	5,0000	5,0000	3,4000	4,0000	4,0000	4,0000
	50	4,0000	3,0000	5,0000	5,0000	4,0000	4,0000	4,5000	4,0000
	60	4,6000	3,0000	5,0000	5,0000	4,0000	4,0000	5,0000	5,0000
	70	5,0000	4,0000	5,0000	5,0000	4,0000	4,7000	5,0000	5,0000
	75	5,0000	4,0000	5,0000	5,0000	4,0000	5,0000	5,0000	5,0000
	80	5,0000	4,0000	5,0000	5,0000	4,0000	5,0000	5,0000	5,0000
90	5,0000	4,0000	5,0000	5,0000	4,0000	5,0000	5,0000	5,0000	

Appendice D

Questionnaire traduit sur la nostalgie (Batcho, 1995)

L'instrument *Nostalgia Inventory* est développé par la psychologue Krystine Batcho en 1995. Son but est de mesurer la fréquence et la profondeur de la nostalgie. L'inventaire est calculé en faisant la moyenne des résultats donnés à tous les items. Plus le résultat est élevé, plus la personne tend à être nostalgique.

En utilisant l'échelle suivante, ENCERCLEZ un chiffre pour indiquer **ce qui vous manque le plus lorsque vous étiez plus jeune et à quel point ceci vous manque.**

1 : PAS DU TOUT

9 : BEAUCOUP

Famille

1 2 3 4 5 6 7 8 9

Héros ou héroïnes

1 2 3 4 5 6 7 8 9

Ne pas avoir à s'inquiéter

1 2 3 4 5 6 7 8 9

Endroits

1 2 3 4 5 6 7 8 9

Musique

1 2 3 4 5 6 7 8 9

Quelqu'un que vous avez aimé

1 2 3 4 5 6 7 8 9

Amis

1 2 3 4 5 6 7 8 9

Choses que vous avez faites

1 2 3 4 5 6 7 8 9

Jouets

1 2 3 4 5 6 7 8 9

La façon dont les gens étaient

1 2 3 4 5 6 7 8 9

Sentiments que vous aviez

1 2 3 4 5 6 7 8 9

Émissions de télévision, films

1 2 3 4 5 6 7 8 9

École

1 2 3 4 5 6 7 8 9

Avoir quelqu'un sur qui dépendre

1 2 3 4 5 6 7 8 9

Fêtes, vacances

1 2 3 4 5 6 7 8 9

La façon dont la société était

1 2 3 4 5 6 7 8 9

Animal ou animaux de compagnie

1 2 3 4 5 6 7 8 9

Ne pas avoir connaissance de choses tristes ou mauvaises

1 2 3 4 5 6 7 8 9

Église ou temple, etc.

1 2 3 4 5 6 7 8 9

Votre maison

1 2 3 4 5 6 7 8 9

Appendice E
Questionnaire qualitatif semi-directif sur la nostalgie

1) Racontez le souvenir de votre vie personnelle qui vous rend le plus nostalgique :

2) Quelles sont les émotions que vous vivez présentement en racontant ce souvenir :

3) Dans quelle mesure croyez-vous que ce souvenir fait plus ou moins partie de qui vous êtes aujourd'hui comme personne :

Appendice F
Les échelles du bien-être psychologique
(Ryff & Essex, 1992; traduction par Lapierre & Desrochers, 1997)

Consignes : Ce questionnaire comporte des énoncés qui peuvent s'appliquer à votre situation. Il n'y a pas de bonnes ou mauvaises réponses. Il s'agit de répondre honnêtement et spontanément. Nous vous demandons de lire chaque énoncé attentivement et de dire s'ils décrivent votre façon d'être ou d'agir. Utilisez l'échelle de 1 (Tout à fait en désaccord) à 6 (Tout à fait d'accord) pour indiquer si les descriptions contenues dans les énoncés se rapportent à vous.

1 = Tout à fait en désaccord, tout à fait faux

2 = Passablement en désaccord

3 = Plus ou moins en désaccord

4 = Plus ou moins d'accord

5 = Passablement d'accord

6 = Tout à fait d'accord, tout à fait vrai

AUTONOMIE

- (-) 1. Il m'arrive parfois de changer ma façon de penser ou d'agir pour ressembler davantage aux gens qui m'entourent.
- (+) 7. Je ne crains pas de faire entendre mes opinions, même lorsqu'elles sont opposées à celles de la plupart des gens.
- (+) 13. Habituellement, mes décisions ne sont pas influencées par ce que font les autres.
- (-) 19. J'ai tendance à me soucier de ce que les autres pensent de moi.
- (+) 25. Me sentir bien dans ma peau est plus important pour moi que d'être approuvé(e) par autrui.
- (-) 31. J'ai tendance à me laisser influencer par les gens qui ont des opinions fermes.
- (+) 37. Les gens me persuadent rarement de faire des choses que je ne veux pas faire.
- (-) 43. C'est plus important pour moi d'être en harmonie avec les autres que de rester seul(e) avec mes principes.
- (+) 49. J'ai confiance en mes propres opinions, même si elles vont à l'encontre du consensus général.
- (-) 55. Il m'est difficile de faire entendre mes propres opinions sur des sujets controversés.
- (-) 61. Je change souvent d'idée lorsque mes amis ou ma famille sont en désaccord avec mes décisions.
- (+) 67. Je ne suis pas du genre à céder aux pressions sociales dans ma façon de penser ou d'agir.
- (-) 73. Je me soucie de la façon avec laquelle les gens évaluent les choix que j'ai faits dans ma vie.
- (+) 79. Je me juge à partir de ce que je considère important et non à partir des valeurs que les autres trouvent importantes.

COMPÉTENCE

- (+) 2. De façon générale, je sens que j'ai le contrôle de la situation dans laquelle je vis.
- (-) 8. Les exigences de la vie de tous les jours me dépriment souvent.
- (-) 14. Je me sens différent(e) des gens et de la communauté dans laquelle je vis.
- (+) 20. Je me débrouille plutôt bien avec les responsabilités de la vie quotidienne.
- (-) 26. Je me sens souvent dépassé(e) par mes responsabilités.
- (+) 32. Si ma situation me rendait malheureux(se), je prendrais des moyens efficaces pour la changer.
- (-) 38. En général, je m'occupe bien de mes finances et de mes affaires personnelles.
- (-) 44. Je trouve stressant de ne pas réaliser toutes les choses que j'ai à faire chaque jour.
- (+) 50. Je suis bon(ne) pour organiser mon temps afin d'y intégrer toutes les choses qui doivent être faites.
- (+) 56. Mes journées sont très occupées, mais je tire satisfaction à réaliser tout ce que j'ai à faire.
- (-) 62. Je me sens frustré(e) lorsque j'essaie de planifier mes activités quotidiennes, car je ne parviens jamais à accomplir tout ce que j'avais prévu de faire.
- (+) 68. Mes efforts pour trouver le genre d'activités et de relations dont j'ai besoin furent vraiment fructueux.
- (-) 74. J'ai de la difficulté à organiser ma vie de façon satisfaisante.
- (+) 80. Je suis parvenu(e) à me construire un foyer et un style de vie qui me plaisent beaucoup.

CROISSANCE PERSONNELLE

- (-) 3. Je ne suis pas intéressé(e) par les activités qui m'ouvriraient à de nouveaux horizons.
- (+) 9. De façon générale, j'ai l'impression d'en apprendre toujours plus sur moi-même au fur et à mesure que le temps passe.
- (+) 15. Je suis le genre de personne qui aime essayer de nouvelles choses.
- (-) 21. Je ne veux pas essayer de nouvelles façons de faire les choses; ma vie est bien telle qu'elle est.
- (+) 27. Je pense qu'il est important de vivre de nouvelles expériences qui remettent en question notre façon de se voir et de voir le monde.
- (-) 33. À bien y penser, je ne me suis pas vraiment amélioré(e) avec les années.
- (+) 39. Selon moi, les gens de tous âges sont en mesure de continuer à grandir intérieurement et à se développer.
- (+) 45. Avec le temps, j'ai compris beaucoup de choses sur la vie et cela a fait de moi une personne plus forte et plus capable.
- (+) 51. Avec le temps, j'ai l'impression de m'être développé(e) beaucoup en tant que personne.
- (-) 57. Je n'aime pas me retrouver dans des situations nouvelles qui m'obligent à changer mes façons habituelles de faire les choses.
- (+) 63. Pour moi, la vie fut un processus continu d'apprentissage, de changement et de croissance.
- (+) 69. J'aime réaliser à quel point ma façon de voir les choses a changé et mûri avec les années.
- (-) 75. J'ai renoncé depuis longtemps à faire de grandes améliorations ou de

RELATIONS POSITIVES AVEC AUTRUI

- (+) 4. La plupart des gens me voient aimant(e) et affectueux(se).
- (-) 10. Il m'a été difficile et frustrant de maintenir des relations proches et intimes avec les autres.
- (-) 16. Je me sens souvent seul(e), car j'ai peu d'amis intimes avec qui partager mes intérêts et mes inquiétudes.
- (+) 22. J'aime les conversations personnelles avec les membres de ma famille ou avec des amis.
- (+) 28. Je trouve ça important d'être à l'écoute lorsque mes amis proches me racontent leurs problèmes.
- (-) 34. Il n'y a pas beaucoup de gens qui veulent m'écouter quand j'ai besoin de parler.
- (+) 40. J'ai le sentiment de récolter beaucoup de mes amitiés.
- (-) 46. Il me semble que la plupart des gens ont plus d'amis que moi.
- (+) 52. Les gens me décriraient comme étant une personne généreuse prête à partager son temps avec les autres.
- (-) 58. Je n'ai pas vécu beaucoup de relations chaleureuses et pleines de confiance avec les autres.
- (-) 64. J'ai souvent l'impression d'être à part des autres lorsqu'il est question d'amitié.
- (+) 70. Je sais que je peux avoir confiance en mes amis et ils savent qu'ils peuvent me faire confiance.
- (-) 76. Je trouve ça difficile de m'ouvrir vraiment lorsque je parle avec les autres.
- (+) 82. Mes amis et moi sympathisons à propos de nos problèmes respectifs.

SENS À LA VIE

- (+) 5. Je me sens bien lorsque je pense à ce que j'ai accompli dans le passé et à ce que j'espère accomplir dans le futur.
- (-) 11. Je vis un jour à la fois sans vraiment penser au futur.
- (-) 17. Je tends à me concentrer sur le présent, car le futur m'apporte presque toujours des problèmes.
- (+) 23. J'ai une direction dans la vie et ma vie a un sens.
- (-) 29. Mes activités quotidiennes me semblent souvent insignifiantes et sans importance.
- (-) 35. Je ne sais pas trop ce que j'essaie d'accomplir dans la vie.
- (-) 41. Dans le passé, j'avais l'habitude de me fixer des buts à atteindre, mais maintenant cela me semble être une perte de temps.
- (+) 47. J'aime faire des plans pour le futur et travailler à les réaliser.
- (+) 53. Je suis une personne active lorsque vient le temps de réaliser mes projets.
- (+) 59. Il y a des gens qui errent sans but dans la vie, mais je ne suis pas l'un d'eux.
- (-) 65. J'ai parfois l'impression d'avoir tout fait ce qu'il y avait à faire dans la vie.
- (+) 71. Mes buts dans la vie furent plus une source de satisfaction que de frustration.
- (+) 77. Je trouve cela satisfaisant de penser à ce que j'ai accompli dans la vie.
- (-) 83. Tout compte fait, je ne suis pas si certain(e) que ma vie ait compté pour quelque chose.

ACCEPTATION DE SOI

- (+) 6. Lorsque je fais le bilan de ma vie, je suis heureux(se) de la tournure des événements.
- (+) 12. En général, j'ai confiance en moi et je suis positif(ve) envers moi-même.
- (-) 18. Je pense que plusieurs personnes que je connais ont retiré beaucoup plus de la vie que je n'ai pu le faire moi-même.
- (-) 24. Si j'en avais la chance, il y a beaucoup de choses de moi-même que je changerais.
- (+) 30. J'aime la plupart des aspects de ma personnalité.
- (+) 36. J'ai fait des erreurs dans le passé, mais, tout compte fait, je pense que tout s'est arrangé pour le mieux.
- (-) 42. À bien des égards, je suis déçu(e) de mes réalisations dans la vie.
- (+) 48. Dans l'ensemble, je suis fier(ère) de ce que je suis et de la façon dont je mène ma vie.
- (-) 54. J'envie plusieurs personnes pour la vie qu'elles mènent.
- (-) 60. L'attitude que j'ai envers moi-même n'est sans doute pas aussi positive que celle que la plupart des gens ont envers eux-mêmes.
- (-) 66. Il m'arrive plusieurs fois de me réveiller et de me sentir découragé(e) de la façon dont j'ai vécu ma vie.
- (+) 72. Le passé a eu ses hauts et ses bas, mais, en général, je ne voudrais pas le changer.
- (+) 78. Lorsque je me compare à des amis ou à des connaissances, je me sens bien dans ma peau.
- (-) 84. Tout le monde a ses faiblesses, mais je semble en avoir plus que les autres.

Note : Les items des diverses échelles sont répartis (en prenant successivement un item de chaque échelle) de façon à former un seul questionnaire continu. Les réponses aux items cotés négativement sont inversées dans la procédure finale de compilation, de sorte que des scores élevés indiquent une cote élevée pour la dimension évaluée. Cet instrument est reproduit avec la permission des auteurs.

Appendice G
Annonce de recrutement

Candidat(e)s recherché(e)s

Nous sommes à la recherche de personnes âgées de 60 ans et plus, pour participer à une étude nommée :

La nostalgie et le bien-être chez les personnes âgées

Vous êtes invité(e)s à participer à une étude à propos de la nostalgie et du bien-être psychologique. À partir de deux questionnaires, cette recherche a pour but de mieux comprendre la tendance entre ces deux variables chez les aînés. Le temps nécessaire pour y répondre est d'environ 45 minutes et les rencontres avec les participant(e)s ont lieu à l'UQTR, au Laboratoire de Gérontologie.

Les données recueillies de la part des volontaires demeurent confidentielles. Les personnes doivent ne pas souffrir de dépression majeure pour y participer. Pour plus d'informations ou pour participer à l'étude, veuillez communiquer dès maintenant avec le chercheur aux coordonnées suivantes :

- Courriel : *****@****.** ou téléphone : (***) ***-**** (veuillez laisser votre nom et numéro de téléphone sur la boîte vocale pour un retour d'appel)
- Kévin Gaudreault, étudiant au doctorat (D. Ps.) en psychologie
- Cette étude sur la nostalgie est menée sous la supervision de Monsieur Emmanuel Habimana (Ph. D.), professeur titulaire au Département de psychologie.

Appendice H

Données sociodémographiques : statistiques descriptives provenant de SPSS

Tableau 4

Données sociodémographiques : statistiques descriptives

Sexe

		Fréquence	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
Valide	Femme	15	50,0	50,0	50,0
	Homme	15	50,0	50,0	100,0
	Total	30	100,0	100,0	

Âge

		Fréquence	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
Valide	60	2	6,7	6,7	6,7
	61	5	16,7	16,7	23,3
	62	2	6,7	6,7	30,0
	63	2	6,7	6,7	36,7
	64	2	6,7	6,7	43,3
	65	4	13,3	13,3	56,7
	67	3	10,0	10,0	66,7
	69	2	6,7	6,7	73,3
	70	3	10,0	10,0	83,3
	74	1	3,3	3,3	86,7
	77	3	10,0	10,0	96,7
	90	1	3,3	3,3	100,0
	Total		30	100,0	100,0

Diplôme

		Fréquence	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
Valide	Aucun	1	3,3	3,3	3,3
	D.E.S., D.E.P., A.E.P. (secondaires)	6	20,0	20,0	23,3
	D.E.C. (collégiale)	5	16,7	16,7	40,0
	Certificat universitaire	7	23,3	23,3	63,3
	Baccalauréat	9	30,0	30,0	93,3
	Maîtrise	2	6,7	6,7	100,0
	Total		30	100,0	100,0

Enfants

		Fréquence	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
Valide	Non	2	6,7	6,7	6,7
	Oui	28	93,3	93,3	100,0
	Total	30	100,0	100,0	

Emploi rémunéré

		Fréquence	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
Valide	Non	26	86,7	86,7	86,7
	Oui	4	13,3	13,3	100,0
	Total	30	100,0	100,0	

Retraité

		Fréquence	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
Valide	Non	2	6,7	6,7	6,7
	Oui	28	93,3	93,3	100,0
	Total	30	100,0	100,0	

Bénévolat

		Fréquence	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
Valide	Jamais	14	46,7	46,7	46,7
	Occasionnellement	5	16,7	16,7	63,3
	Chaque mois	2	6,7	6,7	70,0
	Chaque semaine	8	26,7	26,7	96,7
	Chaque jour	1	3,3	3,3	100,0
	Total	30	100,0	100,0	

Satisfaction famille

		Fréquence	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
Valide	Assez insatisfait	5	16,7	16,7	16,7
	Assez satisfait	4	13,3	13,3	30,0
	Très satisfait	14	46,7	46,7	76,7
	Extrêmement satisfait	7	23,3	23,3	100,0
	Total	30	100,0	100,0	

Satisfaction sociale

		Fréquence	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
Valide	Assez insatisfait	3	10,0	10,0	10,0
	Assez satisfait	10	33,3	33,3	43,3
	Très satisfait	15	50,0	50,0	93,3
	Extrêmement satisfait	2	6,7	6,7	100,0
	Total	30	100,0	100,0	

Situation

		Fréquence	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
Valide	Marié	15	50,0	50,0	50,0
	Divorcé	9	30,0	30,0	80,0
	Union libre	2	6,7	6,7	86,7
	Veuf	4	13,3	13,3	100,0
	Total	30	100,0	100,0	

Résidence aînés

		Fréquence	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
Valide	Non	29	96,7	96,7	96,7
	Oui	1	3,3	3,3	100,0
	Total	30	100,0	100,0	

Perception soutien social

		Fréquence	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
Valide	Très insatisfaisant	2	6,7	6,7	6,7
	Assez insatisfaisant	1	3,3	3,3	10,0
	Assez satisfaisant	5	16,7	16,7	26,7
	Très satisfaisant	13	43,3	43,3	70,0
	Extrêmement satisfaisant	9	30,0	30,0	100,0
	Total	30	100,0	100,0	

Perception sommeil

		Fréquence	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
Valide	Extrêmement insatisfaisant	1	3,3	3,3	3,3
	Assez insatisfaisant	1	3,3	3,3	6,7
	Assez satisfaisant	12	40,0	40,0	46,7
	Très satisfaisant	10	33,3	33,3	80,0
	Extrêmement satisfaisant	6	20,0	20,0	100,0
	Total	30	100,0	100,0	

Maladie physique

		Fréquence	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
Valide	Non	25	83,3	83,3	83,3
	Oui	5	16,7	16,7	100,0
	Total	30	100,0	100,0	

Maladie incurable

		Fréquence	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
Valide	Non	1	3,3	3,3	3,3
	Oui	4	13,3	13,3	16,7
	Ne s'applique pas	25	83,3	83,3	100,0
	Total	30	100,0	100,0	

Maladie nuisible bien-être

		Fréquence	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
Valide	Assez	1	3,3	3,3	3,3
	De façon importante	1	3,3	3,3	6,7
	Extrêmement	1	3,3	3,3	10,0
	Aucunement	2	6,7	6,7	16,7
	Ne s'applique pas	25	83,3	83,3	100,0
	Total	30	100,0	100,0	

		Numéro du participant	Sexe	Âge	Enfants	Diplôme	Emploi rémunéré	Retraité
N	Valide	30	30	30	30	30	30	30
	Manquant	0	0	0	0	0	0	0
Moyenne		15,50	,50	66,90	,93	2,77	,13	,93
Erreur standard de la moyenne		1,607	,093	1,226	,046	,248	,063	,046
Médiane		15,50	,50	65,00	1,00	3,00	,00	1,00
Mode		1 ^a	0 ^a	61	1	4	0	1
Ecart type		8,803	,509	6,713	,254	1,357	,346	,254
Variance		77,500	,259	45,059	,064	1,840	,120	,064
Plage		29	1	30	1	5	1	1
Minimum		1	0	60	0	0	0	0
Maximum		30	1	90	1	5	1	1
Somme		465	15	2007	28	83	4	28

a. Présence de plusieurs modes. La plus petite valeur est affichée.

		Bénévolat	Satisfaction famille	Satisfaction sociale	Situation	Résidence aînés	Perception soutien social
N	Valide	30	30	30	30	30	30
	Manquant	0	0	0	0	0	0
Moyenne		1,23	4,77	4,53	2,03	,03	4,87
Erreur standard de la moyenne		,252	,184	,142	,260	,033	,202
Médiane		1,00	5,00	5,00	1,50	,00	5,00
Mode		0	5	5	1	0	5
Ecart type		1,382	1,006	,776	1,426	,183	1,106
Variance		1,909	1,013	,602	2,033	,033	1,223
Plage		4	3	3	4	1	4
Minimum		0	3	3	1	0	2
Maximum		4	6	6	5	1	6
Somme		37	143	136	61	1	146

		Perception sommeil	Maladie physique	Maladie incurable	Maladie nuisible bien- être
N	Valide	30	30	30	30
	Manquant	0	0	0	0
Moyenne		4,60	,17	1,80	5,63
Erreur standard de la moyenne		,195	,069	,088	,176
Médiane		5,00	,00	2,00	6,00
Mode		4	0	2	6
Ecart type		1,070	,379	,484	,964
Variance		1,145	,144	,234	,930
Plage		5	1	2	4
Minimum		1	0	0	2
Maximum		6	1	2	6
Somme		138	5	54	169

Appendice I

Tableau et figure provenant de SPSS et vérifiant la normalité des données mesurant la nostalgie (Batcho, 1995)

Tableau 5

Normalité des dimensions mesurant la nostalgie

Dimension	<i>M</i>	<i>ÉT</i>	<i>Mo</i>	<i>Md</i>
1. A.C-C.	30,00	8,15	32,00	29,50
2. C.S-C.	19,03	6,95	16,00	18,00
3. C.E.I.E.	12,30	5,67	7,00	11,50
4. C.S.I.	16,47	5,66	12/15	15,00
5. E.S.C.L.	13,23	4,97	12/19	13,00
Total Nost.	91,03	21,33	88/108/111/132	88,00

Note. Les modes ayant des résultats multiples sont séparés par des barres obliques.

Dimension 1

	Valide	30
	Manquant	0
Moyenne		30,00
Erreur standard de la moyenne		1,489
Médiane		29,50
Mode		32
Ecart type		8,154
Variance		66,483
Asymétrie		,409
Erreur standard d'asymétrie		,427
Kurtosis		,679
Erreur standard de Kurtosis		,833
Plage		38
Minimum		13
Maximum		51
Somme		900

Dimension 2

	Valide	30
	Manquant	0
Moyenne		19,03
Erreur standard de la moyenne		1,268
Médiane		18,00
Mode		16
Ecart type		6,946
Variance		48,240
Asymétrie		,519
Erreur standard d'asymétrie		,427
Kurtosis		-,191
Erreur standard de Kurtosis		,833
Plage		28
Minimum		8
Maximum		36
Somme		571

Dimension 3

	Valide	30
	Manquant	0
Moyenne		12,30
Erreur standard de la moyenne		1,035
Médiane		11,50
Mode		7
Ecart type		5,670
Variance		32,148
Asymétrie		,497
Erreur standard d'asymétrie		,427
Kurtosis		-,211
Erreur standard de Kurtosis		,833
Plage		22
Minimum		4
Maximum		26
Somme		369

Dimension 4

	Valide	30
	Manquant	0
Moyenne		16,47
Erreur standard de la moyenne		1,032
Médiane		15,00
Mode		12 ^a
Ecart type		5,655
Variance		31,982
Asymétrie		,148
Erreur standard d'asymétrie		,427
Kurtosis		-,852
Erreur standard de Kurtosis		,833
Plage		19
Minimum		7
Maximum		26
Somme		494

Dimension 5

	Valide	30
	Manquant	0
Moyenne		13,23
Erreur standard de la moyenne		,907
Médiane		13,00
Mode		12 ^a
Ecart type		4,967
Variance		24,668
Asymétrie		-,111
Erreur standard d'asymétrie		,427
Kurtosis		-,831
Erreur standard de Kurtosis		,833
Plage		18
Minimum		4
Maximum		22
Somme		397

Tests de normalité

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistiques	ddl	Sig.	Statistiques	ddl	Sig.
Nostalgie Dimension 1 Cognitif- Comportementale	,123	30	,200 [*]	,981	30	,859

*. Il s'agit de la borne inférieure de la vraie signification

a. Correction de signification de Lilliefors

Tests de normalité

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistiques	ddl	Sig.	Statistiques	ddl	Sig.
Nostalgie Dimension 2 Contexte Socio-Culturel	,126	30	,200 [*]	,963	30	,372

Tests de normalité

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistiques	ddl	Sig.	Statistiques	ddl	Sig.
Nostalgie Dimension 3 Expér. Individu. Enfance	,092	30	,200 [*]	,964	30	,389

Tests de normalité

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistiques	ddl	Sig.	Statistiques	ddl	Sig.
Nostalgie Dimension 4 Cercle Social Immédiat	,136	30	,167	,948	30	,148

Tests de normalité

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistiques	ddl	Sig.	Statistiques	ddl	Sig.
Nostalgie Dimension 5 Social Plus Large	,111	30	,200 [*]	,965	30	,411

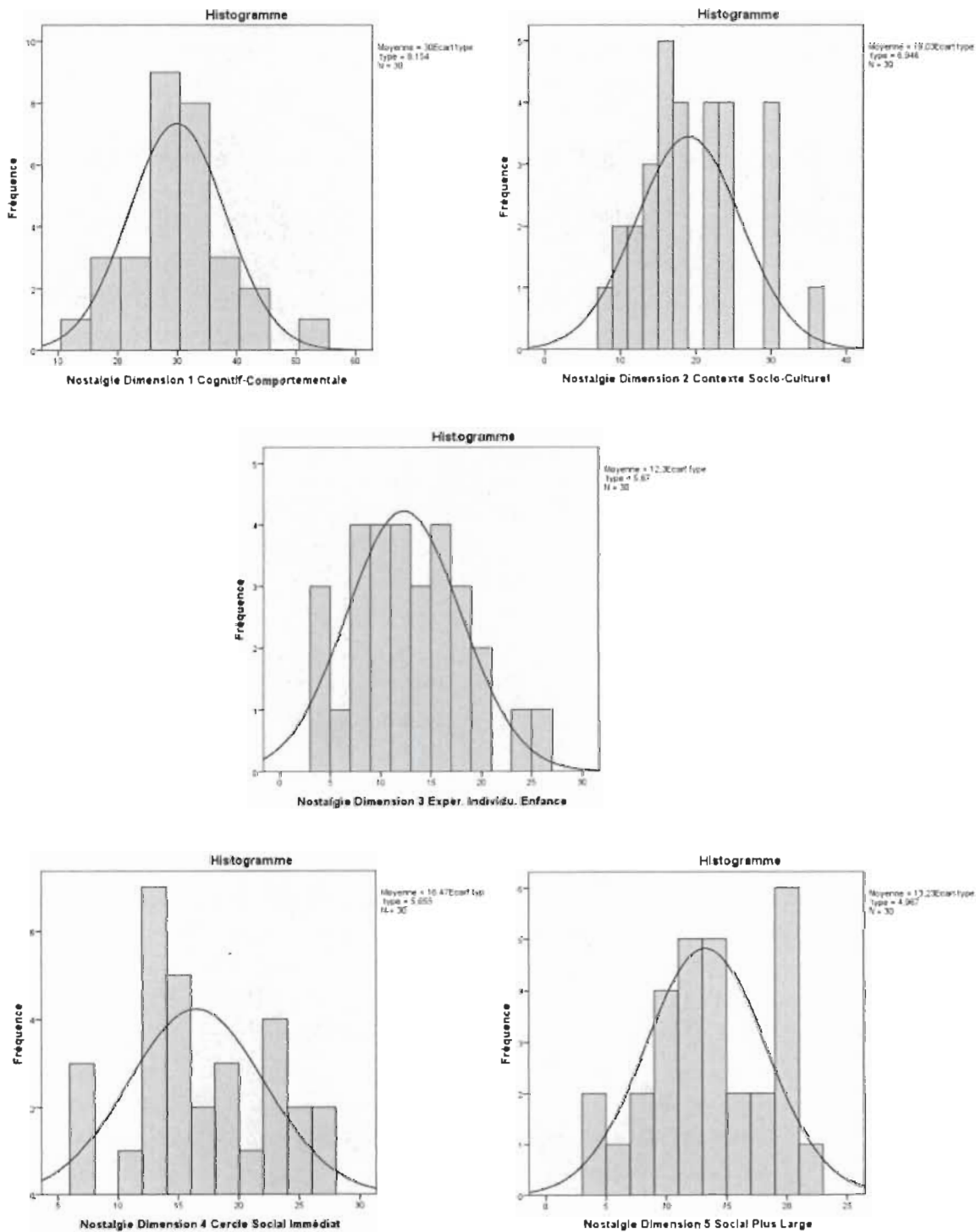


Figure 1. Histogrammes pour chaque dimension de la nostalgie

Appendice J

Tableau et figure provenant de SPSS et vérifiant la normalité des données de l'instrument mesurant le bien-être psychologique (Ryff & Essex, 1992)

Tableau 6

Normalité des dimensions mesurant le bien-être psychologique

Dimension	<i>M</i>	<i>ÉT</i>	<i>Mo</i>	<i>Md</i>
1. Autonomie	65,17	9,32	67/75	66,00
2. Compétence	68,20	8,81	73/76	72,00
3. Croissance	65,23	6,82	61/65	65,00
4. Relations	64,77	9,05	71/73	66,50
5. Sens à la vie	67,23	8,27	66/69	68,50
6. Acceptation	67,80	9,25	66/69/73	69,00

Note. Les résultats ayant des modes multiples sont séparés par des barres obliques.

Dimension 1 : Autonomie

	Valide	30
	Manquant	
Moyenne	65,17	
Erreur standard de la moyenne	1,701	
Médiane	66,00	
Mode	67 ^a	
Ecart type	9,315	
Variance	86,764	
Asymétrie	-,213	
Erreur standard d'asymétrie	,427	
Kurtosis	-,281	
Erreur standard de Kurtosis	,833	
Plage	40	
Minimum	44	
Maximum	84	
Somme	1955	

Dimension 2 : Compétence

	Valide	30
	Manquant	
Moyenne	68,20	
Erreur standard de la moyenne	1,608	
Médiane	72,00	
Mode	73 ^a	
Ecart type	8,806	
Variance	77,545	
Asymétrie	-,937	
Erreur standard d'asymétrie	,427	
Kurtosis	-,257	
Erreur standard de Kurtosis	,833	
Plage	34	
Minimum	47	
Maximum	81	
Somme	2046	

Dimension 3 : Croissance

	Valide	30
	Manquant	
Moyenne	65,23	
Erreur standard de la moyenne	1,245	
Médiane	65,00	
Mode	61 ^a	
Ecart type	6,821	
Variance	46,530	
Asymétrie	,012	
Erreur standard d'asymétrie	,427	
Kurtosis	-,502	
Erreur standard de Kurtosis	,833	
Plage	26	
Minimum	52	
Maximum	78	
Somme	1957	

a. Présence de plusieurs modes. La plus petite valeur est affichée.

Dimension 4 : Relations

	Valide	30
	Manquant	
Moyenne	64,77	
Erreur standard de la moyenne	1,652	
Médiane	66,50	
Mode	71 ^a	
Ecart type	9,047	
Variance	81,840	
Asymétrie	-,510	
Erreur standard d'asymétrie	,427	
Kurtosis	-,864	
Erreur standard de Kurtosis	,833	
Plage	32	
Minimum	45	
Maximum	77	
Somme	1943	

Dimension 5 : Sens

	Valide	30
	Manquant	
Moyenne	67,23	
Erreur standard de la moyenne	1,511	
Médiane	68,50	
Mode	66 ^a	
Ecart type	8,274	
Variance	68,461	
Asymétrie	-,676	
Erreur standard d'asymétrie	,427	
Kurtosis	,647	
Erreur standard de Kurtosis	,833	
Plage	37	
Minimum	45	
Maximum	82	
Somme	2017	

Dimension 6 : Acceptation

	Valide	30
	Manquant	
Moyenne	67,80	
Erreur standard de la moyenne	1,688	
Médiane	69,00	
Mode	66 ^a	
Ecart type	9,245	
Variance	85,476	
Asymétrie	-,886	
Erreur standard d'asymétrie	,427	
Kurtosis	,654	
Erreur standard de Kurtosis	,833	
Plage	38	
Minimum	44	
Maximum	82	
Somme	2034	

Tests de normalité

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistiques	ddl	Sig.	Statistiques	ddl	Sig.
Échelle Autonomie	,093	30	,200 [*]	,986	30	,957

*. Il s'agit de la borne inférieure de la vraie signification.

a. Correction de signification de Lilliefors

Tests de normalité

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistiques	ddl	Sig.	Statistiques	ddl	Sig.
Échelle Compétence	,214	30	,001	,869	30	,002

Tests de normalité

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistiques	ddl	Sig.	Statistiques	ddl	Sig.
Échelle Croissance	,076	30	,200 [*]	,977	30	,746

Tests de normalité

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistiques	ddl	Sig.	Statistiques	ddl	Sig.
Échelle Relations	,188	30	,008	,930	30	,049

Tests de normalité

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistiques	ddl	Sig.	Statistiques	ddl	Sig.
Échelle Sens	,174	30	,021	,962	30	,352

Tests de normalité

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistiques	ddl	Sig.	Statistiques	ddl	Sig.
Échelle Acceptation	,148	30	,094	,931	30	,052

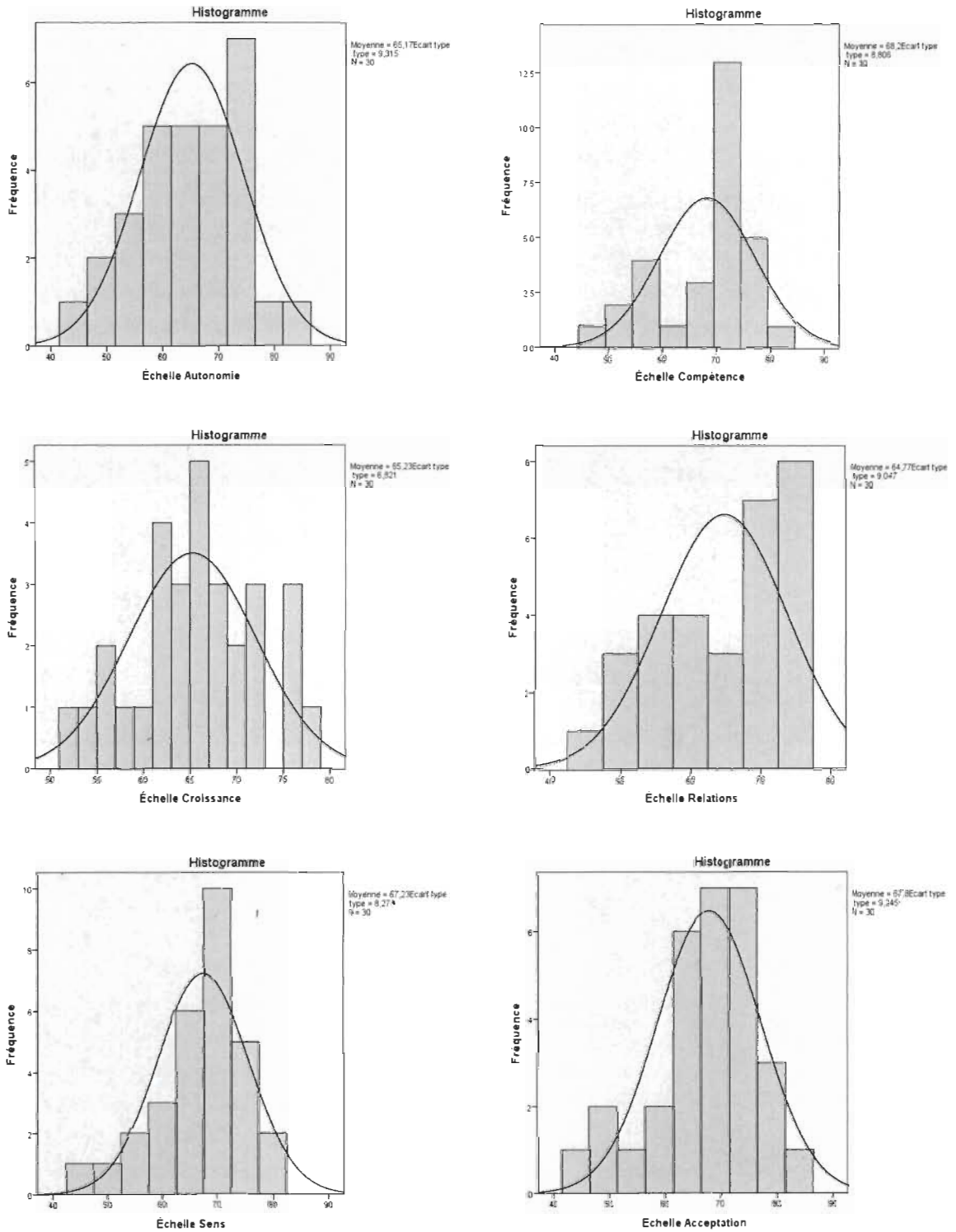


Figure 2. Histogrammes pour chaque dimension du bien-être psychologique

Appendice K

Tableau 7 : Corrélations entre la nostalgie et le bien-être psychologique (SPSS)

Tableau 7

Corrélations entre la nostalgie et le bien-être psychologique (SPSS)

		Nostalgie Dimension 1 Cognitif- Comportementale	Nostalgie Dimension 2 Contexte Socio- Cultuel	Nostalgie Dimension 3 Expér. Individu Enfance	Nostalgie Dimension 4 Cercle Social Immédiat	Nostalgie Dimension 5 Social Plus Large	Total Nostalgie	Echelle Autonomie	Échelle Compétence	Échelle Croissance	Échelle Relations	Échelle Sens	Échelle Acceptation
Nostalgie Dimension 1 Cognitif- Comportementale	Corrélation de Pearson Sig. (bilatérale)	1	,246	,534**	,176	,398	,743**	-,334	-,222	-,459*	-,153	-,054	-,270
			,190	,002	,353	,030	,000	,071	,239	,011	,420	,776	,148
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
Nostalgie Dimension 2 Contexte Socio-Cultuel	Corrélation de Pearson Sig. (bilatérale)	,246	1	,220	,411	,438	,689**	,151	-,193	-,269	-,393*	-,102	-,194
		,190		,242	,024	,016	,000	-,425	,306	,150	,032	,593	,304
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
Nostalgie Dimension 3 Expér. Individu, Enfance	Corrélation de Pearson Sig. (bilatérale)	,534**	,220	1	,359	,159	,674**	,226	-,123	-,210	-,242	,068	,110
		,002	,242		,051	,401	,000	,231	,518	,266	,198	,723	,561
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
Nostalgie Dimension 4 Cercle Social Immédiat	Corrélation de Pearson Sig. (bilatérale)	,176	,411*	,359	1	,249	,620**	-,079	-,016	-,363*	-,139	,085	,026
		,353	,024	,051		,185	,000	,677	,934	,049	,463	,654	,893
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
Nostalgie Dimension 5 Social Plus Large	Corrélation de Pearson Sig. (bilatérale)	,398	,438*	,159	,249	1	,636**	-,160	,233	-,084	,099	,101	,147
		,030	,016	,401	,185		,000	,399	,215	,659	,601	,595	,439
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
Total Nostalgie	Corrélation de Pearson Sig. (bilatérale)	,743**	,689**	,674**	,620**	,636**	1	-,077	-,130	-,435*	-,265	,010	-,096
		,000	,000	,000	,000	,000		,687	,492	,016	,158	,957	,613
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
Échelle Autonomie	Corrélation de Pearson Sig. (bilatérale)	-,334	,151	,226	-,079	-,160	-,077	1	-,035	,069	-,125	,001	,253
		,071	,425	,231	,677	,399	,697		,853	,716	,510	,995	,178
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
Échelle Compétence	Corrélation de Pearson Sig. (bilatérale)	-,222	-,193	-,123	-,016	,233	-,130	-,035	1	,265	,459*	,578**	,727**
		,239	,306	,518	,934	,215	,492	,853		,157	,011	,001	,000
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
Échelle Croissance	Corrélation de Pearson Sig. (bilatérale)	-,459*	-,269	-,210	-,363*	-,084	-,435*	,069	,265	1	,213	,256	,297
		,011	,150	,266	,049	,659	,016	,716	,157		,258	,173	,111
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
Échelle Relations	Corrélation de Pearson Sig. (bilatérale)	-,153	-,393*	-,242	-,139	,099	-,265	-,125	,459*	,213	1	,514**	,452*
		,420	,032	,198	,463	,601	,158	,510	,011	,258		,004	,012
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
Échelle Sens	Corrélation de Pearson Sig. (bilatérale)	-,054	-,102	,068	,085	,101	,010	,001	,578**	,256	,514**	1	,710**
		,776	,593	,723	,654	,595	,957	,995	,001	,173	,004		,000
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
Échelle Acceptation	Corrélation de Pearson Sig. (bilatérale)	-,270	-,194	,110	,026	,147	-,096	-,253	,727**	,297	,452*	,710**	1
		,148	,304	,561	,893	,439	,613	,178	,000	,111	,012	,000	
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30

** La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral).

* La corrélation est significative au niveau 0.05 (bilatéral).

Appendice L

Tableau 8 : Test t pour échantillons indépendants selon les genres (SPSS)

Tableau 8

Test t pour échantillons indépendants selon les genres (SPSS)

Statistiques de groupe

	Sexe	N	Moyenne	Ecart type	Moyenne erreur standard
Total Nostalgie	Femme	15	88,73	18,425	4,757
	Homme	15	93,33	24,324	6,280

Test des échantillons indépendants

		Test de Levene sur l'égalité des variances		Test t pour égalité des moyennes					Intervalle de confiance de la différence à 95 %	
		F	Sig.	t	ddl	Sig. (bilatéral)	Différence moyenne	Différence erreur standard	Inférieur	Supérieur
Total Nostalgie	Hypothèse de variances égales	1,738	,198	-,584	28	,564	-4,600	7,879	-20,739	11,539
	Hypothèse de variances inégales			-,584	26,087	,564	-4,600	7,879	-20,793	11,593

Appendice M

Éléments qualitatifs : Trajectoires de vie et continuité de l'identité dans les récits

Tableau 9

Trajectoires de vie et continuité de l'identité dans les récits (segments de verbatim)

Rédemption (continuité présente)	Contamination (continuité brisée)
<p>A01 : Non, pas de rupture. Je suis divorcée de mon mari mais c'est correct. J'avance, à chaque jour je me couche et je me dis qu'aujourd'hui j'ai appris quelque chose de nouveau, c'est ça que j'aime.</p> <p>A02 : Cela fera toujours partie de mon identité, parce que je n'ai jamais abandonné le côté fermier si vous voulez. J'ai toujours été avec des animaux, j'ai toujours été avec des plantes, des arbres. J'ai toujours été là-dedans. (...) Il n'y a jamais eu de brisure... Je ne suis pas parti pour m'en aller en ville.</p> <p>A03 : Peut-être plus forte humainement encore. Qui je suis, c'est ça, je suis une rassembleuse. Puis j'aime tisser des liens. (...) Et si je veux aller les voir, j'ai contact. Je peux me faire plaisir.</p> <p>A04 : Quand on va les voir, en spectacle, ce sont de beaux événements. (...) Nos parents nous ont inculqué cela, au départ. (...) Avoir des nouvelles régulièrement, c'est ce que je veux. Savoir qu'ils vont bien, c'est ce que je veux aussi. Et si je peux les aider, je peux le faire, je leur ai offert.</p> <p>A05 : Cela fait beaucoup partie de ce que je suis dans le moment. C'est sûr, j'ai vu des choses qui m'ont instruite.</p>	<p>A06 : J'aurais aimé vivre dans cette maison-là, c'était une place idéale. (...) Il a brisé mon rêve (larmes). (...) Je n'ai pas fait ce que j'aurais voulu dans la vie.</p> <p>A11 : Mes parents avaient décidé de m'acheter un chien. (...) Quand mes parents se sont divorcés, ils m'ont caché qu'il s'était sauvé mais ils s'en étaient débarrassés. (...) Je n'ai pas eu de lien avec ma sœur, mon père et ma mère pendant 40 ans. Je suis partie à 18 ans. (...) J'étais une petite fille, j'étais obéissante, je m'occupais de ma sœur. Mais j'aurais dû me battre, j'aurais dû égorger mon père.</p> <p>A17 : C'est une belle mort pour lui, mais pour ceux qui restent, qui l'entourent... Cela a été beaucoup plus pénible, parce qu'on ne s'attendait pas à cela. (...) Une coupure, puis brutale. (...) C'est comme cela que ça fait partie de ma vie maintenant, puisque je n'ai pas d'autre choix. Je ne peux pas le ramener là.</p> <p>A18 : C'est une période de ma vie qui a été tellement difficile et tellement importante, je ne peux pas l'oublier et faire abstraction de cela. (...) Il faut que je me ramène à cela. Ça reste dans le domaine des souvenirs. (...) J'ai de la misère à trouver des choses qui vont m'emballer. J'en fais, mais ce n'est pas comme avant. Je n'ai plus le feu sacré (...).</p>

Tableau 9

Trajectoires de vie et continuité de l'identité dans les récits (segments de verbatim) (suite)

Rédemption (continuité présente)	Contamination (continuité brisée)
<p>A07 : Là aujourd'hui, je fais partie de la légion canadienne, et je revis cela. (...) Je suis bien quand je suis avec eux-autres. Cela fait partie de moi.</p> <p>A08 : C'est ce qui fait ce que je suis aujourd'hui. L'amour que j'ai reçu, la manière que j'ai été éduqué. (...) Cela fait que je considère que je suis une bonne personne. J'essaie de le transmettre le plus possible à ma fille. J'espère que je réussis.</p> <p>A09 : Une grosse peine autour de cela, mais je suis heureuse quand même aujourd'hui et je le remercie pour ce qu'il nous a laissé. (...) Je suis contente de voir aujourd'hui, malgré les épreuves que j'ai pu avoir, que j'ai toujours été une femme forte. Je m'en suis bien sorti.</p> <p>A10 : C'était une femme forte et tout cela, donc j'ai appris avec elle à être assez forte, à pouvoir vaincre des choses, à ne pas prendre mort aux dents lorsqu'il nous arrive quelque chose. (...) Elle m'a appris beaucoup.</p> <p>A12 : Si aujourd'hui j'ai réussi à faire un bon bout de chemin et à réaliser certaines choses, même si ce n'est pas grand-chose. En d'autres mots, m'en tirer mieux. (...) C'est grâce à elle.</p>	<p>A21 : J'ai l'impression que j'ai perdue quelques années de bonheur, ce n'était pas drôle. J'ai des enfants qui vont assez bien mais parfois je regarde bon fils et c'est le portrait de son père. (...) Je regrette de m'être mariée à 20 ans. Si c'était à refaire... Ce serait différent, je prendrais mon temps. Je suis partie de chez mes parents pour me marier.</p> <p>A22 : J'ai la nostalgie ou le regret de ne pas avoir pu voyager plus tôt dans ma vie. Ça ne relève pas de ressentiment... Parce que je comprends le contexte dans lequel on vivait à ce moment là.</p> <p>A23 : Souvent je me demande comment cela aurait été avec elle et je me dis « pauvre elle ». Mourir si jeune et ne pas avoir la chance de connaître plus sa famille et de vivre. (...) Je ne suis pas choqué, je n'ai pas de colère... Je n'ai pas d'autre sentiment à part d'être triste et de m'imaginer ce qu'aurait été la vie si ça n'avait pas été le cas.</p> <p>A27 : L'élément triste est surtout qu'on s'est perdu de vue peut de temps après et de la façon dont ça s'est fait. Ça a été un choc là. J'ai 70 ans aujourd'hui et j'en parle là. Ça fait 55 ans de ça, c'est quelque chose.</p>

Tableau 9

Trajectoires de vie et continuité de l'identité dans les récits (segments de verbatim) (suite)

Rédemption (continuité présente)	Contamination (continuité brisée)
<p>A13 : Cela fait partie de moi, ce qui me vient, dans le sentiment de liberté. (...) L'importance de la nature, l'importance des espaces ouverts, le sentiment de liberté que ça me procure. Le côté campagne, mais aussi appartenance à ces racines-là de campagne, de grandeur et plénitude et tout ça. Et ça j'en ai encore même si je vis en campagne, mais je ne vis pas sur une ferme, ou dans un espace qui ressemble à cela.</p> <p>A14 : Je pense que si on réfléchit bien aux différents événements qui peuvent nous arriver, on finirait par trouver une leçon ou un aspect qui est gratifiant. L'événement du décès d'un être cher m'habite toujours. Je suis en contact avec des amis, assez régulièrement. Le nom de mon épouse revient et même mon amie de cœur actuelle, cite des exemples de mon épouse défunte. (...) La vie doit continuer, il faut s'en sortir.</p> <p>A15 : Ça fait partie de moi parce que premièrement j'étais un citadin. La première idée que j'ai c'est que j'étais quelqu'un de la ville qui sortait avec une fille de la campagne. Aussi en connaissant ses parents, j'ai appris aussi la tolérance et la patience. (...) Et j'ai eu le besoin d'aller à ses funérailles, après 45 ans. (...) C'est peut-être la fidélité à une famille, un groupe de personnes.</p> <p>A16 : C'est ce qui a fait la personne que je suis aujourd'hui. De l'empathie pour les gens, être sensible aux autres, aimer rendre service, tout faire pour que les enfants soient heureux, c'est tout cela que ça m'a fait.</p>	<p>A29 : Avec le temps ça s'est apaisé, mais c'est encore là quand même... la tempête est finie mais il y a encore des dégâts. Ça serre, ça monte, j'ai de la peine... ça fait 13 ans et on pleure encore. Un enfant ça ne passe pas. Moi j'ai été voir un psychiatre, j'étais fou en « osti ». Autant parfois ça me rend de bonne humeur. Quand j'entends certaines chansons que lui il aimait, je suis de bonne humeur... heureux, c'est nostalgique. Quand je suis de bonne humeur, c'est une nostalgie aussi. Mais la nostalgie pour voir c'est plus de la peine qu'autre chose.</p>

Tableau 9

Trajectoires de vie et continuité de l'identité dans les récits (segments de verbatim) (suite)

Rédemption (continuité présente)	Contamination (continuité brisée)
<p>A19 : Aujourd'hui, cela fait partie de la vie, de mon histoire, de ce que je suis dans la vie, d'avoir des responsabilités très jeune, d'être amenée vers cela... D'être quelqu'un de très responsable, très maternelle... En fait moi j'ai pris sa place en peu de temps. (...) Je pense que j'y ressemblais beaucoup.</p>	
<p>A20 : L'école moi j'aimais cela, j'étais bonne aussi et j'étais autonome. Ma mère surtout, elle m'a appris à être autonome jeune. Je suis une personne autonome, indépendante, quelqu'un qui a une curiosité. Dynamique aussi, enthousiaste. (...) Et cela me rend forte.</p>	
<p>A24 : Ça me reconforte dans ce que je suis parce que je me reconnais beaucoup dans ce qu'elle pouvait être. (...) C'est bien important parce que si j'ai un down, c'est son image... C'est ce qu'elle est... On dirait que c'est son énergie qui m'aide à remonter. (...) Parce qu'au niveau des valeurs, au niveau du sens de la vie et qu'elle vaut la peine d'être vécue... (...) Toutes ces valeurs-là me viennent d'elle. C'est ce que moi j'en ai décodé de sa vie.</p>	
<p>A25 : C'est dans 95 % de qui je suis aujourd'hui. C'est correct, ce que j'ai été c'était la vie que j'adorais. Une belle vie, ça fait partie de moi aujourd'hui. (...) Je me sentais quasiment comme autrefois quand je travaillais... C'est un bon sentiment ça. C'est valorisant, satisfaisant... J'étais tellement contente de moi là.</p>	

Tableau 9

Trajectoires de vie et continuité de l'identité dans les récits (segments de verbatim) (suite)

Rédemption (continuité présente)	Contamination (continuité brisée)
<p>A26 : Qui je suis devenu aujourd'hui ce n'est pas juste l'abandon de cette personne-là, c'est aussi la dépression qui fait qu'aujourd'hui... j'ai aussi appris que pour être bien dans la vie, il ne faut pas avoir d'attentes. (...). Pour être heureux dans la vie, première chose c'est de ne pas avoir d'attentes. (...) Et pour moi c'est important. Aussitôt que je suis capable financièrement de me libérer, quelques milliers de dollars, j'ai toujours un projet dans ma tête... et là je pars.</p>	
<p>A28 : Présentement on essaie de reproduire ça mais, à tous les Dimanche. Rassembler la famille, manger ensemble et partager des joies et des peines... avec les enfants, petite enfants, pas mal dans ce sens-là que je vois une certaine similitude.</p>	
<p>A30 : Ah c'est une grosse partie. Parce que notre génération qui a pataugé dans cela, on est la conséquence de ça. Je pense que ça a développé une sensibilité, qui est restée. À une certaine musique, à une certaine poésie, un certain feeling. Vouloir recréer les boites à chanson, on n'y arriverait pas, c'est trop. Voilà.</p>	

Note. Afin d'alléger le document, les segments du *verbatim* les plus précis ont été sélectionnés.