

Les cahiers de l'Interfédé



# Le récit de vie en formation Sens et enjeux dans le secteur de l'insertion socioprofessionnelle



n°14

> Décembre 2014



**« L'individu est le produit d'une histoire dont  
il cherche à devenir le sujet. »**

Vincent de Gaulejac

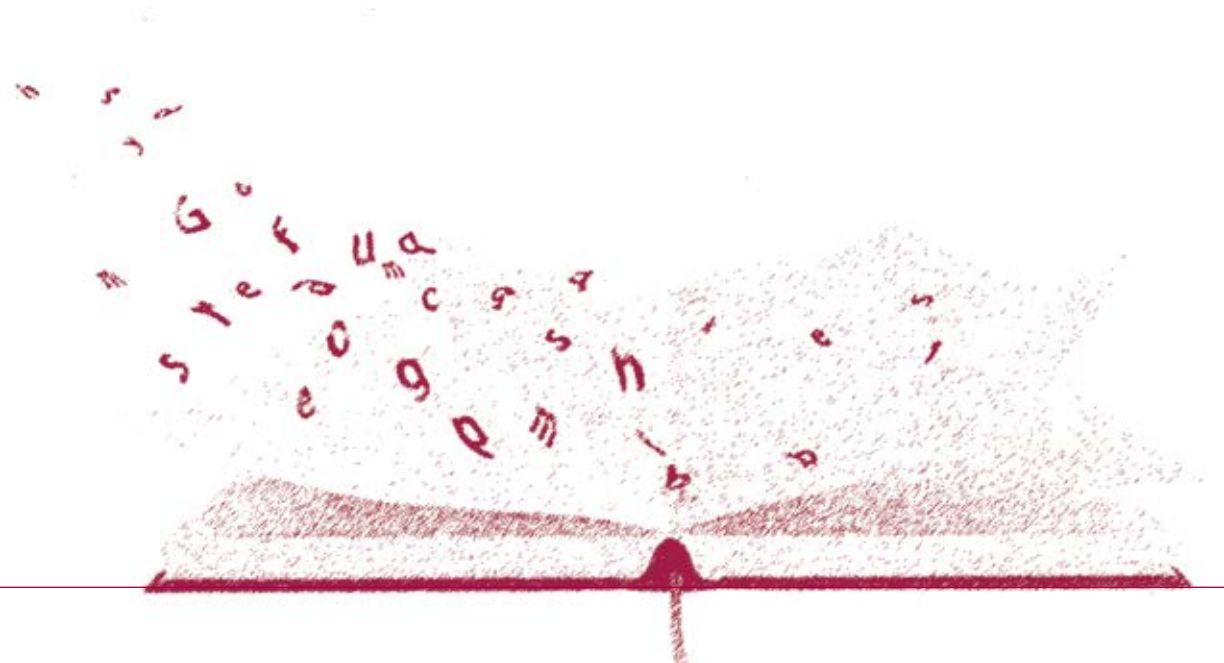
*Le récit de vie en formation est une démarche mobilisatrice qui requiert une implication de chacun  
et qui ouvre les possibles.*

*Devenir sujet de son histoire en travaillant la façon dont celle-ci agit en nous.*

*Réfléchir individuellement et collectivement au sens de son histoire en prenant conscience des facteurs  
historiques, sociaux, économiques et familiaux qui la conditionnent.*

*Voilà ce que propose et permet la démarche de récit de vie en formation.*

*Cette démarche ne s'improvise pas !*





# Table des matières

Préambule .....	5
Introduction .....	9
<b>Première partie</b>	
<b>Le récit de vie en formation</b>	
1. Le récit de vie : une pratique à la mode .....	11
2. Le récit de vie : une démarche pour revisiter son histoire autour d'un thème .....	11
3. Le récit de vie en formation .....	13
4. Vers une perspective d'émancipation .....	16
5. En guise de synthèse .....	17
<b>Deuxième partie</b>	
<b>Une formation « récit de vie » avec des professionnels du secteur des CISP</b>	
1. Introduction : de l'expérimentation à la question du transfert .....	19
2. Une formation : pour qui, comment et pour quoi ? .....	19
3. Un thème porteur de sens .....	20
4. Un « contrat » pour poser le cadre .....	21
5. Notre démarche de travail .....	22
6. Les supports proposés .....	23
6.1. La carte d'identité professionnelle .....	23
6.2. Le blason .....	23
6.3. L'arbre généalogique .....	24
6.4. La ligne de vie .....	26
6.5. Une ressource pour la route .....	29
6.6. Un exercice de futurisation .....	30
6.7. Un objet symbolique du parcours professionnel .....	30
7. En guise de synthèse .....	31
<b>Troisième partie</b>	
<b>Questions et réflexions des participants à la formation</b>	
1. Introduction .....	33
2. L'expérimentation de la démarche de récit de vie : un incontournable ! .....	33
3. Un contexte à interroger .....	35
4. L'indispensable contrat .....	36
5. Et avec « notre » public ? .....	38
6. Une place centrale pour le narrateur .....	40
7. La posture du formateur-animateur .....	41
8. Les mots de la fin .....	42
<b>Quatrième partie</b>	
<b>Du bon usage du récit de vie en formation dans le secteur des CISP</b>	
1. Introduction .....	45
2. Permettre une expression différente de soi, une construction identitaire et un tissage de liens .....	45
3. Construire sa posture de formateur-animateur .....	48
4. Se questionner avant de se lancer .....	50
5. Pour terminer... ..	52
Bibliographie .....	53



Ce Cahier de l'Interfédé témoigne d'une expérience de formation continuée de travailleuses et travailleurs du secteur des CISP sur la méthodologie des récits de vie en formation. Il identifie des points de repères pour celles et ceux qui souhaiteraient proposer aux stagiaires une démarche de récit de vie qui s'inscrit dans une perspective émancipatrice.

Véronique Albert a tenu la plume pour rendre compte de ce travail collectif.



# Préambule

La formation continuée des travailleurs et des travailleuses est une des missions de l'Interfédé<sup>1</sup>. Chaque année, un programme de formation est proposé aux travailleurs du secteur. Les modules organisés répondent à des besoins multiples. Ils contribuent à soutenir le développement des compétences professionnelles individuelles et collectives des travailleurs et des équipes au service des actions menées dans les Centres d'insertion socioprofessionnelle<sup>2</sup> (CISP) avec les stagiaires engagés en formation, avec des hommes et des femmes en recherche d'emploi définis comme « éloignés de l'emploi » ou « peu qualifiés ».

L'idée de rédiger un Cahier de l'Interfédé consacré au récit de vie est né dans ce contexte. Chaque année, la Commission pédagogique de l'Interfédé<sup>3</sup> arrête un programme de formation. En 2011-2012, un module « récit de vie en formation » a été proposé pour la première fois<sup>4</sup>.

## L'exposition de soi, une évidence

Dans le secteur de l'insertion socioprofessionnelle en général et dans les CISP en particulier, il est souvent demandé aux personnes de raconter leur histoire que ce soit pour accéder à la formation, pour identifier leurs compétences, pour élaborer leur projet professionnel, pour travailler des compétences nécessaires à l'exercice de certains métiers où la relation à l'autre est importante... Dans le cadre des formations ou des processus d'orientation, les professionnels utilisent des supports ou des méthodologies ayant à voir avec le récit de vie. La dimension d'exposition de soi est bien présente.

## Et les professionnels s'interrogent

Raconter son histoire, pour quoi? Au nom de quoi? Pour aider qui? Des informations recueillies, qui en fera quoi? Du côté de celui qui « reçoit » cette histoire, quelles sont les compétences nécessaires pour offrir une véritable écoute, pour permettre une mise en mouvement porteuse pour celui ou celle qui raconte?

Raconter son histoire, dans quel contexte? À l'heure de l'activation des demandeurs d'emploi, des menaces qui pèsent sur les statuts, de l'insécurité des situations, quelles balises poser pour garantir la sécurité et la sérénité nécessaires à une prise de parole sur soi?

Quelles conditions réunir pour que le récit de vie soutienne la formation et soit au service du projet socioprofessionnel de la personne? Les questions sont nombreuses. Elles soulignent l'enjeu à la fois éthique et politique que constitue la mise en mot par « les stagiaires » de leur histoire. Les personnes fragilisées doivent souvent raconter leur histoire. Elles le font parfois par habitude, tant elles ont intégré que c'était une clé pour obtenir une aide, un soutien, pour passer la porte d'une institution et recevoir de l'attention.

1 Interfédération des EFT/OISP.

2 Les Centres d'insertion socioprofessionnelle – ex Entreprise de formation professionnelle (EFT) et Organisme d'insertion socioprofessionnelle (OISP).

3 La Commission pédagogique de l'Interfédé réunit un membre du Conseil d'administration pour chacune des fédérations qui composent l'Interfédé (ACFI, AID, ALEAP, CAIPS et Lire et Ecrire en Wallonie), la coordination pédagogique et le secrétaire général de l'Interfédé. Elle a pour mission de piloter la politique de formation continuée des travailleurs du secteur des CISP.

4 Le module sera proposé au cours de 3 programmes de formation successifs.

Elles le font en livrant l'intime, le personnel aux dossiers administratifs. Elles racontent leur vie à d'autres dont elles ne connaîtront souvent pas grand-chose, inscrites dans une relation d'emblée inégalitaire.

S'appuyer sur la méthodologie des récits de vie en formation relève d'une autre posture professionnelle, demande qu'une autre relation se crée pour s'inscrire dans une perspective d'émancipation. Dès lors, comment la démarche de récit de vie va-t-elle se décaler de ces pratiques et créer un espace qui ouvre aux stagiaires des possibles, qui leur permet de se réapproprier leur histoire pour avancer ?

## Une construction collective de savoirs

Le module de formation proposé aux professionnels du secteur des CISP s'intitule « *Le récit de vie en formation, un outil de formation : initiation* ». D'emblée, le récit de vie est situé dans une perspective de formation. Au terme du module, les professionnels ont été initiés à la méthodologie. Il n'était pas question d'en faire des experts, mais d'ouvrir un champ possible pour leurs pratiques professionnelles.

L'approche pédagogique consistait à « *s'initier aux outils de la méthodologie des récits de vie en vivant une démarche de formation selon cette méthodologie* »<sup>5</sup>. Il ne s'agissait pas de parler de la méthodologie sans la vivre. Il était question d'expérimenter cette démarche pour s'interroger ensemble sur la pertinence et les conditions d'utilisation de la méthode dans les contextes professionnels.

Le module de formation a été animé par deux formatrices : Véronique Herman, permanente au Cefoc<sup>6</sup> et Véronique Albert, sociologue et formatrice indépendante. Toutes deux ont eu l'occasion de vivre, d'utiliser et de se former à cette méthodologie. Véronique Herman<sup>7</sup> a, pour le Cefoc, co-rédigé une étude<sup>8</sup> sur l'utilisation et les enjeux de la méthodologie des récits de vie en formation dans un contexte d'éducation permanente. « *En donnant une large place aux parcours d'expériences, cet ouvrage pose un regard critique : à quelles conditions une telle approche par le récit de vie s'inscrit-elle dans une perspective d'éducation permanente ? Quels change-*

*ments sont visés, pour la construction du sujet et pour son action sociale ?* »<sup>9</sup> Véronique Albert<sup>10</sup> est l'auteure de ce Cahier de l'Interfédé qui a vu le jour grâce à la réflexion et la collaboration des deux formatrices entre elles et avec les participants des groupes de formation réussis.

## Une publication

Le module a été organisé trois fois. Chaque fois, le dernier jour de formation, la coordinatrice pédagogique de l'Interfédé ayant en charge l'accompagnement du module a été invitée à partager les réflexions des participants quant au transfert et à l'usage de la méthodologie dans le secteur des CISP.

Très vite, participants, formatrices et responsable pédagogique ont évoqué l'idée de communiquer leurs travaux à d'autres professionnels du secteur. Dans un contexte de formation socioprofessionnelle marqué par l'activation et l'accompagnement individualisé des demandeurs d'emploi dans lequel une partie des demandeurs d'emploi sont contraints d'être en formation, et dans la perspective d'offrir aux stagiaires des CISP un cadre soutenant et émancipateur, le partage des balises évoquées quant à l'usage de la méthodologie et des supports du récit de vie s'imposait.

5 Programme de formation de l'Interfédé 2001-2012, descriptif du module de formation Récit de vie, p.13.

6 Le Centre de Formation Cardijn est une association d'éducation permanente, reconnue par la Fédération Wallonie-Bruxelles. Y sont développées des formations pour des adultes issus ou solidaires des milieux populaires. Et ce, dans le monde du travail, les paroisses, les quartiers, les villages, les associations ou les cités. Ces différentes formations proposent de s'interroger sur le sens de la vie et de réfléchir au « comment vivre ensemble » de manière citoyenne, dans une société plus démocratique et plus solidaire. <http://www.cefoc.be/-En-quelques-mots-> consulté le 5 décembre 2014.

7 Véronique Herman a suivi une formation au récit de vie à l'UCL.

8 Depasse J., Herman V., « Raconter pour relier. Une pratique du récit de vie en Education permanente », Namur, Cefoc, 2012.

9 <http://www.cefoc.be/Methodologie-en-Education>, consulté le 5 décembre 2014.

10 Véronique Albert s'est formée au récit de vie à l'UCL et à Traces de vie. Elle est membre du réseau international de sociologie clinique. Elle inscrit également son approche dans les valeurs de l'éducation permanente.





Car si la démarche de récit de vie permet à chacun, à chacune de dire « je », elle ne peut le garantir que dans un cadre sécurisant et bienveillant, tant pour les stagiaires, que pour les professionnels et leurs institutions.

C'est parce que nous en sommes convaincus que ce Cahier a vu le jour. Il doit beaucoup aux participants des trois groupes en formation. Leur implication a permis un travail d'une grande richesse. Leurs questions sur la méthodologie du récit de vie, leurs impasses dans certains contextes institutionnels, leurs témoignages permettent d'ancrer la réflexion dans la réalité des professionnels du secteur.

Que chacun et chacune soient remerciés pour son apport dans la construction collective de savoir qui a pu s'élaborer dans chaque groupe de formation.

Bonne lecture,

Marina MIRKES

*Coordinatrice pédagogique de l'Interfédé*









# Introduction

Que faut-il entendre par « récit de vie » et par « récit de vie en formation » ?

**La première partie** de ce Cahier tente de répondre modestement à ces questions.

Elle pointe également combien la pratique du récit de vie est à la mode. Pas étonnant que nous la retrouvions dans le secteur des CISP. Néanmoins, inscrire la démarche de récit de vie dans une perspective d'émancipation et ainsi permettre aux stagiaires de se réapproprier leur histoire pour développer leur pouvoir de formation représente un réel défi. Un cadre est à construire et différentes dimensions de l'histoire sont à articuler : individuelle, familiale, sociale. Ces différents éléments sont développés dans la première partie.

**La seconde partie** présente les formations en récit de vie menées avec des professionnels du secteur des CISP au sein du dispositif de formation continuée proposée par l'Interfédé. Nous prenons le temps de décrire le chemin parcouru avec les participants des trois groupes de formation. Quelles étaient les perspectives de ces formations au récit de vie ? Comment un contrat a été passé avec les participants et pourquoi ? Quels ont été les supports utilisés et la méthodologie suivie ? Autant de questions qui sont abordées pour permettre au lecteur de bien saisir le déroulement de ces trois formations qui ont été « un lieu d'expérimentation ». Celui-ci a permis aux participants de vivre une démarche de récit de vie en formation et aux deux formatrices de mieux saisir les réalités institutionnelles et organisationnelles du secteur des CISP.

C'est ensemble, dans une dynamique de co-construction, et avec le soutien de la coordinatrice pédagogique de l'Interfédé<sup>11</sup> que s'est construite la réflexion sur le transfert de la démarche du récit de vie en formation dans le secteur de l'insertion socioprofessionnelle. **La troisième partie** fait écho de cette réflexion et des questions qui en découlent.

**La quatrième partie** souligne combien mettre en place une démarche de récit de vie ne s'improvise pas. Construire un cadre sécurisant et une posture de formateur/animateur pour créer un espace où une expression différente de soi est possible, nécessite un réel travail réflexif. Cette dernière partie aborde ces différents aspects afin que la démarche de récit de vie s'inscrive dans une perspective d'émancipation.

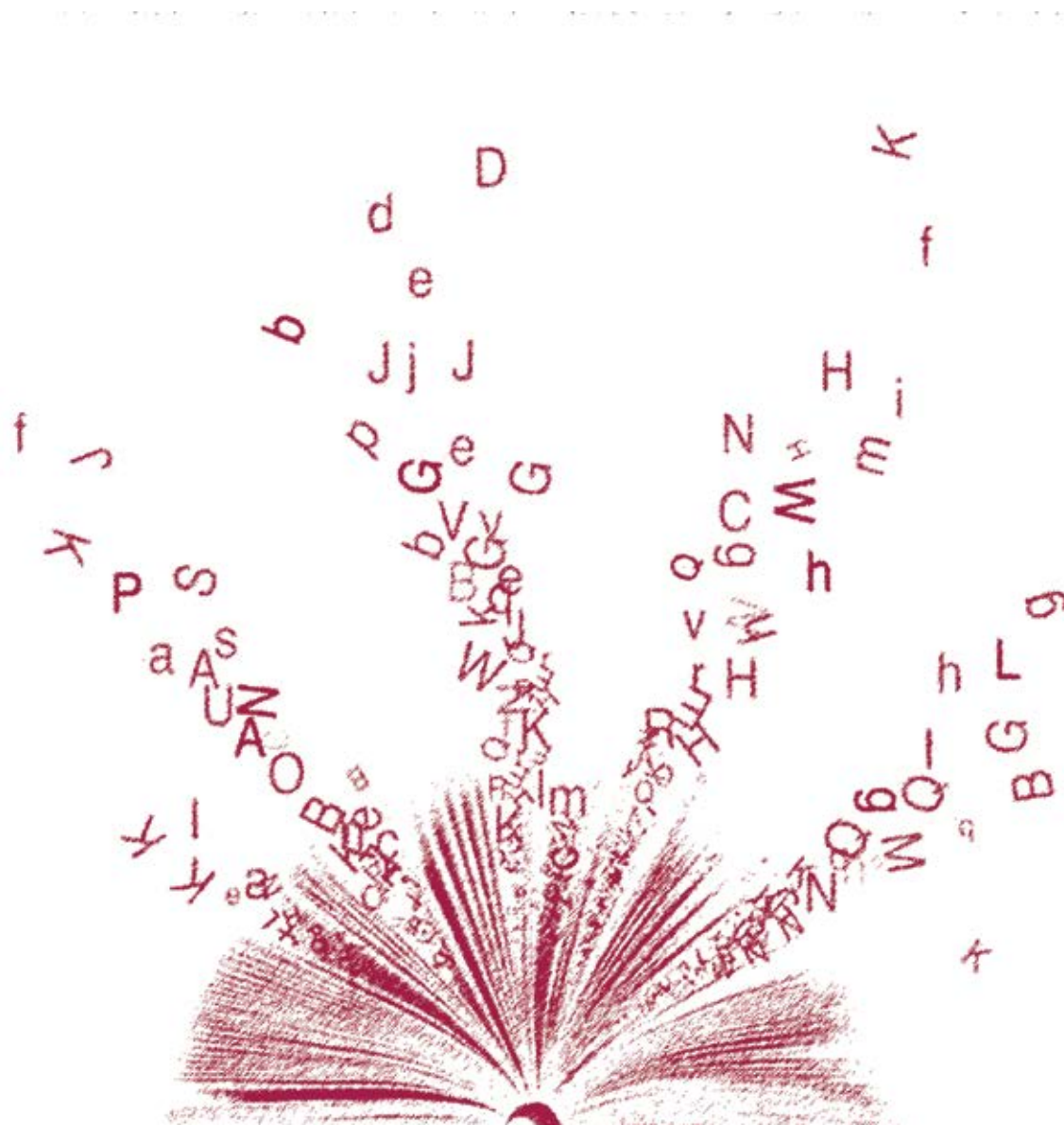
Bonne lecture,

Véronique Albert

<sup>11</sup> La coordination pédagogique de l'Interfédé assure un accompagnement méthodologique de l'ensemble du programme de formation et de chacun des modules en particulier.

*Le texte qui suit :*

- › *présente ce que nous entendons par récit de vie en formation et insiste sur l'importance de s'inscrire dans une perspective d'émancipation ;*
- › *retrace l'expérience de la "recherche formation" sur le récit de vie proposée aux professionnels du secteur des CISP : objectifs, contrat, démarche de travail, supports utilisés ;*
- › *fait écho des questions et des vigilances élaborées avec les participants à la formation sur le récit de vie en formation pour le transfert de la démarche de récit de vie dans le secteur des CISP ;*
- › *donne des balises pour développer le récit de vie en formation dans le secteur de l'insertion socioprofessionnelle dans une perspective émancipatrice.*





# Première partie

## Le récit de vie en formation

### 1. Le récit de vie : une pratique à la mode

Se raconter, raconter sa vie semble être une pratique très répandue aujourd'hui dans notre société. Il suffit de voir le nombre de biographies publiées, d'émissions TV qui explorent des histoires de vie ou de penser aux réseaux sociaux tels Facebook pour illustrer ce propos. Nous sommes donc dans un contexte culturel favorable à ce type de démarche.

Pas étonnant dès lors que l'approche en récit de vie connaisse un franc succès. Mais attention, chaque fois que nous nous racontons, qu'une personne se raconte, nous ne sommes pas nécessairement dans une démarche de récit de vie telle que nous allons la présenter.

Le contexte culturel favorable ne doit pas nous empêcher de souligner les impasses et les dangers potentiels, de rappeler le sens et l'importance du cadre, de nommer les enjeux d'une démarche en récit de vie au service du sujet c'est-à-dire qui lui permet de devenir davantage acteur de sa vie et acteur social.

### 2. Le récit de vie : une démarche pour revisiter son histoire autour d'un thème

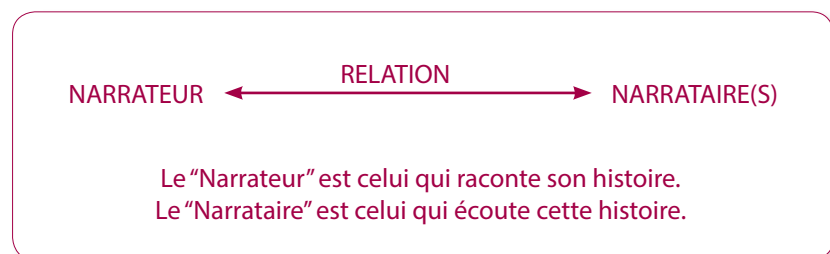
La démarche de récit de vie invite la personne à faire une narration de sa vie, à construire du sens. Elle l'invite à revisiter le passé, à se situer dans le présent pour construire l'avenir. Ce travail peut permettre de changer le rapport à son histoire et d'ouvrir le champ des possibles.

Le récit de vie se fait autour d'un thème qui est la porte d'entrée et le fil conducteur pour revisiter son histoire. Ce thème est parlant pour les personnes qui décident d'entrer dans la démarche. Elles ont de ce thème une expérience personnelle et singulière. À titre d'exemple : le rapport au savoir, l'engagement, les lieux de vie, l'écriture, la honte, le rapport à l'argent, etc. Le thème sert de fil conducteur à l'ensemble de la démarche.

Autour d'un thème, les personnes sont invitées à raconter leur histoire de vie. Raconter, c'est trier, tisser des liens, renouer les fils. C'est mettre en lien ses souvenirs, ses représentations des événements passés. C'est articuler différents moments de sa vie en leur donnant un sens. Raconter, faire de sa vie une histoire c'est aussi se reconnaître et être reconnu par ceux qui écoutent cette histoire.

Le récit de sa vie se fait toujours dans un contexte. Il prend naissance dans une relation. Il met face à face, ce que dans le jargon nous appelons, un narrateur, qui raconte son histoire, et un narrataire à qui est adressé le récit, qui l'écoute et le reçoit. Ce qu'une personne raconte n'est pas sans lien avec le lieu où elle le raconte. Son expression est aussi fonction de ses inter-

locuteurs. Il est indispensable de s'interroger sur le cadre construit pour permettre l'expression de soi. Le contrat mis en place avec les participants est un outil important pour que ceux-ci soient acteurs dans le dispositif et non captifs du dispositif.



En adressant son histoire à un autre, nous la revisitons, nous la remettons à jour pour nous-mêmes, nous la questionnons et entrons dans une démarche réflexive. Nous la déconstruisons pour la recomposer autrement.

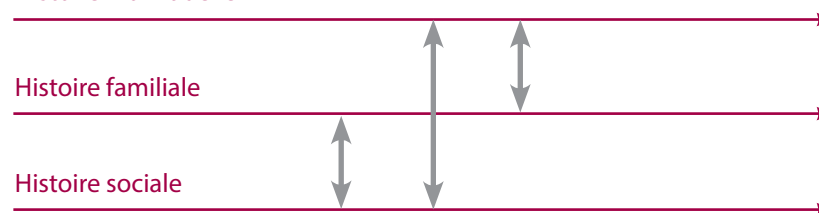
Si nous ne pouvons changer notre histoire, nous pouvons changer le regard que nous portons sur notre histoire et notamment en prenant conscience de nouvelles dimensions.

Revisiter son histoire avec la démarche du récit de vie suppose en effet de prendre en considération différentes dimensions : individuelle, familiale et sociale<sup>12</sup>. L'histoire personnelle est imbriquée dans une histoire familiale, elle-même imbriquée dans une histoire sociale. Avec la démarche en récit de vie, nous pouvons repérer des processus sociaux qui sont des éléments essentiels dans le processus de construction de l'identité.

Cette approche permet d'inscrire les histoires singulières dans une perspective collective et historique et de percevoir à la fois le poids des déterminants sociaux et la force des ressorts personnels et collectifs. La prise de conscience de déterminismes familiaux et sociaux sur les trajectoires individuelles, loin d'écraser le sujet, peut le libérer et ouvrir au changement. L'histoire n'est pas jouée d'avance. Elle reste ouverte.

Le schéma ci-dessous met en évidence l'articulation indispensable entre ces trois niveaux. Ce qui se joue à un niveau n'est pas sans impact sur les autres niveaux.

#### Histoire individuelle



À travers un récit, nous découvrons une histoire singulière, mais aussi une histoire familiale et en arrière-plan l'histoire sociale, l'histoire collective, la grande Histoire avec ses éléments marquants comme les guerres, les crises économiques, les mouvements migratoires, etc. Autant d'éléments qui soulignent l'ancrage de chacun dans une société à un moment donné, dans un contexte donné, avec les impacts sur les trajectoires personnelles.

J-P. Sartre disait : « *Qu'as-tu fait de ce que l'on a fait de toi ?* » Cette question souligne l'incontournable articulation entre l'individu et le social.

Vincent de Gaulejac dit : « *L'individu est le produit d'une histoire dont il cherche à devenir le sujet* ». Une autre manière de nous faire comprendre que l'individu est à la fois le produit d'une histoire, l'acteur d'une histoire et un producteur d'histoire.

**« L'individu est produit par l'histoire :** son identité s'est construite à partir, d'une part des événements personnels qu'il a vécus et qui font la trame de sa biographie, histoire singulière et unique, et d'autre part des éléments communs à sa famille, son milieu, à sa classe d'appartenance qui le positionne comme un être sociohistorique.

<sup>12</sup> Derrière la dimension sociale, nous mettons tant la dimension économique, politique, culturelle. Nous faisons référence à la grande Histoire.



**L'individu est acteur de l'histoire :** *s'il est un produit de l'histoire, il en est également un producteur. Il est porteur d'historicité, c'est-à-dire de capacité à intervenir sur ce qui le produit, d'agir sur les déterminations, non pas pour les supprimer, mais pour en modifier les effets. Et c'est cette capacité d'action qui le situe en tant que sujet dans un mouvement dialectique entre ce qu'il est et ce qu'il devient.*

**L'individu est producteur d'histoire :** *par ses activités fantasmatiques, sa mémoire, sa parole, ses écrits, l'homme fabrique des reconstructions du passé, comme s'il voulait, faute d'en contrôler le cours, au moins en maîtriser le sens.»<sup>13</sup>*

Le récit de vie permet de saisir les relations multiples et profondes entre l'être de l'individu et l'être de la société. Il permet de saisir les conditionnements sociaux et d'ouvrir le champ des possibles.

*Le récit de vie : une démarche pour revisiter son histoire :*

- › *autour d'un thème,*
- › *dans un contexte à prendre en considération,*
- › *en articulant différentes dimensions : individuelle, familiale et sociale.*

### 3. Le récit de vie en formation

Le récit de vie renvoie à une diversité de pratiques. Il peut être réalisé à des fins de recherche, il représente alors le matériau de base pour le chercheur. Il peut s'inscrire dans le cadre de pratiques thérapeutiques<sup>14</sup>. Nous le retrouvons également dans les ateliers d'écriture en récit de vie<sup>15</sup>. Il s'inscrit également dans des pratiques d'intervention comme les séminaires d'implication et de recherche initiés notamment par Vincent de Gaulejac<sup>16</sup> au sein de l'Institut international de Sociologie clinique<sup>17</sup> et qui se développent en Belgique dans le cadre de l'Ecole des parents et des éducateurs<sup>18</sup> (EPE).

Le récit de vie est aussi une méthodologie à laquelle il est fait référence dans la cadre de la formation d'adultes. L'ASIHIVIF<sup>19</sup> (Association Internationale des Histoires de Vie en Formation) part du postulat suivant :

*« Le recours aux histoires de vie en formation d'adultes permet à l'apprenant de mener un travail de conscientisation de son expérience, de ses modes d'apprentissage et de ses savoirs "insus" en les transformant en savoirs explicites et mobilisables dans le processus de formation dans lequel il se trouve engagé. »<sup>20</sup>*

Dans notre approche, nous situons le récit de vie dans un contexte de formation en nous référant également aux grilles de lecture de la sociologie clinique.

**Proposer une démarche de récit de vie en formation, c'est croire qu'il est possible d'offrir aux personnes un espace de réflexion où le rapport de soi à soi peut se transformer, où la connaissance de soi et le regard porté sur sa vie, son histoire peut devenir moteur dans le chemin qui s'ouvre avec l'inscription à une formation.**

*« Les récits de vie en formation peuvent contribuer parmi d'autres démarches réflexives, à réintroduire la question du sens. »<sup>21</sup>*

Cette approche repose sur l'idée que l'individu est porteur de "savoirs". « L'être humain (...) un sujet capable d'énoncer un savoir sur sa propre existence et sur son histoire »<sup>22</sup>. Le sujet est reconnu comme porteur de savoirs. De

<sup>13</sup> Gaulejac, V. (de) (2013).

<sup>14</sup> Consultations psychologiques spécialisées à l'Université Catholique de Louvain.

<sup>15</sup> Ateliers animé par Annemarie Trekker.

<sup>16</sup> Séminaire « Roman familial et trajectoire sociale ».

<sup>17</sup> Et aujourd'hui dans le cadre du Réseau International de Sociologie Clinique (RISC)

<sup>18</sup> Voir les séminaires proposés à l'EPE par Annemarie Trekker et Isabelle Seret.

<sup>19</sup> Cette association a été créée à l'initiative de Gaston Pineau, de Pierre Dominicé et de Guy de Villers.

<sup>20</sup> Niewiadomski, C. et Delory-Momberger, C. (2013).

<sup>21</sup> Bliez-Sullerot, N. Et Mevel, Y. (2004) pp.15.

<sup>22</sup> Gaulejac, V. (de) Postface in Niewiadomski, C. (2012).

savoirs parfois implicites, diffus, à peine conscients, non formulés. De savoirs sur soi, sur son histoire individuelle et familiale, sur ses expériences de formation, sur le monde social, etc. Tout cela constitue un rapport à son histoire et construit une certaine estime de soi. Remettre à jour ces différents savoirs, c'est ouvrir le champ des possibles pour l'avenir, pour les choix à poser. Et comme le dit Guy de Villers : « *L'adulte en se réappropriant son histoire, se réapproprie son pouvoir de formation* ». <sup>23</sup>

Ce travail pourrait réinterroger l'entrée en formation et le sens de cette décision ou obligation. Rechercher dans son histoire les éléments sur lesquels une personne peut s'appuyer pour avancer dans sa formation, les retravailler, les rendre plus lisibles, plus disponibles, identifier des mécanismes sociaux qui influencent ses choix peut être une piste intéressante pour soutenir : « son pouvoir de formation ».

Élaborer des « savoirs de soi », permet de rendre présent à l'esprit des aspects oubliés, de réduire les méconnaissances et de réinterroger le rapport à son histoire tant au niveau individuel, familial ou social.

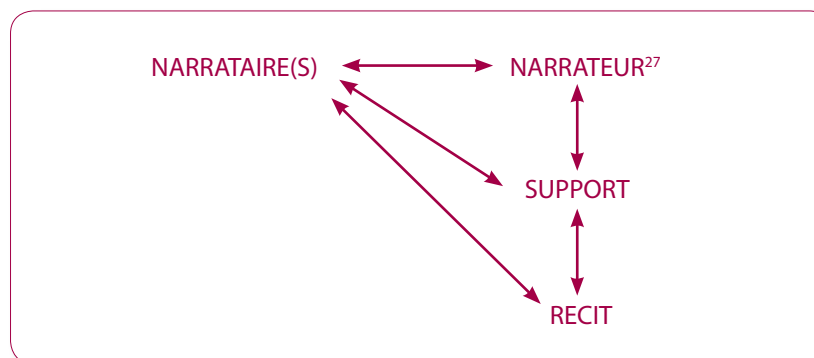
L'implication et les savoirs de soi sont au rendez-vous de cette démarche. La façon dont une personne raconte son existence affecte sa vie. La manière dont quelqu'un dit sa vie raconte aussi sa vie. C'est un travail passionnant qui est ici possible et qui ouvre à une aventure existentielle.

Pour les adultes en formation, l'enjeu est de se réapproprier leur histoire pour se réapproprier leur pouvoir de formation. La démarche en récit de vie permet d'élaborer des « savoirs de soi » et offre en quelque sorte une « remise à niveau de soi ».

*« En se racontant, en exprimant par la parole, ou par l'écriture, son trajet ou ses expériences morales, le narrataire ne travaille pas seulement sur ce qui s'est passé, mais aussi, et surtout sur ce qui est possible, il travaille sur des possibilités d'agir en "connaissance de soi". »*  
Régis Malet

Le sujet est au cœur du dispositif de récit de vie en formation. C'est le sujet réflexif<sup>24</sup>, le sujet auteur, le sujet subjectif, le sujet sociohistorique, le sujet acteur qui est en quelque sorte convoqué.

Le **sujet auteur** est celui qui va réaliser et présenter des traces de son histoire de vie en relation avec le thème proposé. En effet, chaque narrateur réalise un support au départ duquel il partage son récit de vie. Il fait en quelque sorte « parler le support ». Le support est un élément tiers qui soutient l'expression du sujet et qui permet de trianguler la relation. Ce support est, à titre d'exemple, l'arbre généalogique, la ligne de vie, un dessin, un objet<sup>25</sup>. Il est important de noter que « (...) ces récits singuliers ne sont pas des copies conformes de la vie en réalité, mais bien la représentation que chacun se fait de celle-ci »<sup>26</sup>.



La présentation du support convoque le sujet auteur, mais également le **sujet subjectif**. Les narrataires se mettent à l'écoute « (...) du sujet subjectif, celui qui éprouve des sentiments, des émotions, des affects face à cette histoire dont il est le produit, mais qu'il s'approprie de manière singulière. »<sup>28</sup>

<sup>23</sup> Notes personnelles. Intervention de Guy de Villers dans le cadre de la formation théorique sur le récit de vie (UCL, CPS, 2009).

<sup>24</sup> Comme cela vient d'être développé dans les paragraphes précédents.

<sup>25</sup> Différents supports seront présentés dans la deuxième partie de ce Cahier.

<sup>26</sup> Trekker, A. Lettre en ligne de l'EPE, Novembre 2014.

<sup>27</sup> Le "Narrateur" est celui qui raconte son histoire ; le "Narrataire" est celui qui écoute cette histoire. Dans notre dispositif, il y a plusieurs narrataires étant donné que la démarche se fait en groupe.

<sup>28</sup> Trekker, A. Lettre en ligne de l'EPE. Novembre 2014.





Quand le support le permet, il est affiché ou disposé au milieu du groupe. Cette « exposition » fait apparaître comment chaque narrateur se l'approprié. Des différences et des points communs peuvent alors se dégager ainsi que des hypothèses de sens.

Dans l'approche proposée, le récit de vie se fait en groupe, il y a donc plusieurs narrateurs. Cela suppose une double exigence : l'implication personnelle de chacun et la mobilisation de la réflexivité collective. Le croisement des récits permet de faire apparaître des éléments transversaux aux différents récits, de quitter les explications individuelles et d'énoncer des hypothèses de compréhension renvoyant à une lecture plus sociétale.

Ainsi nous partons « (...) à travers les axes théoriques proposés et la co-construction de liens et de sens avec le groupe sur les traces du **sujet sociohistorique**, car dès la naissance l'individu humain s'inscrit dans une histoire familiale et sociale dont il est le produit, mais dont il va chercher à devenir l'histoire. De quelle histoire chacun et chacune d'entre nous a-t-il hérité ?<sup>29</sup> »

Le récit de l'un permet des résonances, des prises de conscience pour ceux qui écoutent. La différence ou la proximité des histoires met au travail chacun des participants. Le groupe est un peu comme le représentant de la société. Il accueille le récit et en ce sens reconnaît celui qui l'exprime. Le groupe est une réelle richesse pour l'analyse.

*« Si tu regardes dans les yeux de quelqu'un, tu y verras ta propre image. »*

Léonard de Vinci

À travers l'écoute de récits d'histoires singulières, nous redécouvrons comment la grande Histoire traverse les trajectoires de chacun.

Enfin, c'est le **sujet acteur** qui peut être convoqué. Ce « (...) *sujet acteur qui se révèle par ses actes, ses prises de position et ses valeurs à travers la mise en œuvre de son histoire, c'est dire ce qu'il ou elle a fait de ce qu'on a fait d'elle et/ou de lui en référence à Sartre et aux notions de déterminisme et de liberté.*<sup>30</sup> »

Le travail en récit de vie implique fortement les participants qu'ils soient narrateur ou narrataire. Avec la démarche de récit de vie en formation, le sujet s'engage de manière volontaire dans un questionnement personnel sur son histoire de vie. Il est invité à explorer des éléments constitutifs de son parcours de vie, pour en faire ensuite le récit. En croisant son histoire avec celles des autres participants et en l'articulant à l'histoire sociale, il peut la regarder différemment.

Pour entrer dans une telle démarche, il est indispensable qu'un contrat clair soit passé entre participants et avec les formateurs/animateurs<sup>31</sup>.

Le contrat comprend des règles fondamentales comme la confidentialité, le respect de chacun, l'écoute, la co-construction, etc. Son objectif est de garantir un climat qui favorise au maximum l'expression et la mise au travail des récits de vie. Sans contrat, le dispositif risque des dérives. Nous revenons de manière détaillée sur le contrat dans la seconde partie de ce Cahier. Le contrat permet de construire un cadre sécurisant indispensable à ce type de démarche.

*Le récit de vie en formation est :*

- › *une démarche réflexive autour d'un thème où la question du sens est travaillée ;*
- › *une approche qui reconnaît l'individu comme porteur de "savoirs", de "savoirs de soi" et lui permet de se réapproprier son "pouvoir de formation" ;*
- › *une méthodologie qui convoque le sujet auteur, le sujet subjectif, le sujet sociohistorique et le sujet acteur ;*
- › *une démarche qui repose sur un contrat clair.*

29 Trekker, A. Lettre en ligne de l'EPE. Novembre 2014.

30 Trekker, A. Lettre en ligne de l'EPE. Novembre 2014.

31 Nous parlons de formateurs/animateurs pour souligner la posture particulière à construire quand on anime une démarche en récit de vie. Le croisement des savoirs et la co-construction sont au cœur du dispositif.



## 4. Vers une perspective d'émancipation

Quand l'Interfédé décide de proposer une démarche de formation à la méthodologie du récit de vie aux travailleurs du secteur, elle le fait dans une perspective d'émancipation des stagiaires.

Inscrire la démarche de récit de vie dans une perspective d'émancipation n'est pas si simple à garantir dans un contexte de plus en plus marqué par le contrôle, la responsabilisation individuelle, l'évaluation et l'urgence.

La démarche de récit de vie vise à (re) donner au narrateur le pouvoir sur sa vie. Conscient des déterminismes et des influences qui s'exercent sur lui, mais aussi de ses ressources, il peut maintenir une marge de manœuvre – si petite soit-elle – et construire sa vie. Sortir de l'illusion individualiste où tout dépend de la personne et articuler l'histoire personnelle, familiale et sociale est une option qui peut en surprendre plus d'un.

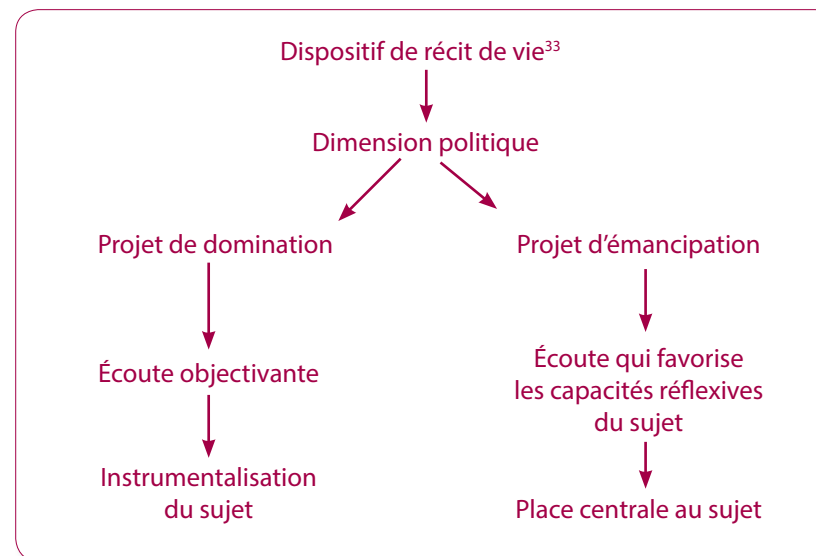
Par ailleurs, nous observons que pour les personnes fragilisées, se raconter est parfois devenu une manière de faire et d'être dans leur rapport aux institutions. Se raconter pour donner aux professionnels les infos nécessaires, se raconter pour obtenir ce que l'on demande, se raconter, car on imagine que c'est ce qui est attendu.

Dans une démarche de récit de vie en formation, le stagiaire ne raconte pas son histoire pour que le professionnel le comprenne, mais pour que lui-même se comprenne mieux et si le professionnel le comprend mieux ce sera un plus.

**Le stagiaire ne raconte pas son histoire pour remplir au mieux un dossier et donner à d'autres institutions les informations dont elles ont besoin, mais pour lui permettre de développer son « pouvoir de formation ». L'usage instrumental du récit de vie est cependant un réel risque. Le récit de vie sert alors plutôt celui qui écoute que le narrateur qui devient alors en quelque sorte « captif du dispositif ».**

Développer un dispositif de récit de vie en formation qui permette aux personnes de reprendre du pouvoir sur leur vie relève parfois du défi. Cela demande qu'un contrat clair soit établi et qu'un espace soit créé qui mette en place toutes les protections nécessaires.

Les enjeux sociopolitiques de l'usage du récit de soi ne peuvent être ignorés. Si le récit de soi peut avoir une fonction de résistance et d'émancipation, il peut également donner lieu à des formes d'assujettissement. Comme le souligne Christophe Niewiadomski : « *l'injonction sociale à la réalisation individuelle s'articule parfois avec le développement d'une culture du "management de soi" imposant à l'acteur social de découvrir en lui-même les ressources de son intégration sociale, de son employabilité, de sa réussite professionnelle, occultant du même coup l'ensemble des surdéterminations sociales qui pèsent sur lui* »<sup>32</sup>.



<sup>32</sup> Niewiadomski, C. : « Entre ombre et lumière : rapport à l'écriture et déterminants biographiques » in Revue Cliopsy n°10, 2013, p. 99.

<sup>33</sup> Ce schéma s'inspire de Christophe Niewiadomski : « Recherche biographique et clinique narrative. Entendre et écouter le Sujet contemporain » Erès, 2012.



Ce n'est donc pas un récit de soi pour alimenter le registre compassionnel ou favoriser une psychologisation des problèmes sociaux. Ce n'est pas non plus une démarche qui renvoie aux individus la responsabilité de leur devenir en oblitérant le poids des contextes. La démarche en récit de vie s'inscrit dans un projet d'émancipation des participants qui, en se réappropriant leur histoire, se positionnent comme acteur. Cette démarche les relie à d'autres et fait apparaître la grande Histoire, traversée de rapports sociaux et de luttes sociales.

**L'enjeu de la démarche de récit de vie est une reconnaissance de soi par soi et de soi par autrui. Être reconnu, se sentir exister n'est-il pas un passage indispensable pour se reconnaître ensuite capable de poursuivre un chemin de formation ?**

*« La mise au jour, par un sujet, des savoirs "insus" qui sont les siens et qui restent en friche, ou du moins sous-utilisés – par ce qu'ils sont largement méconnus de lui – est, en soi, une action sociale à portée émancipatrice. La méconnaissance et la sous-estimation, par un individu, de ce que ses expériences et sa vie recèlent de savoir, de savoir-faire et de culture constituent à la fois des inhibitions de son potentiel de création et une aliénation au modèle académique, savant, universitaire de la culture (...). L'un des effets manifeste de la méconnaissance et de la sous-estimation des savoirs dont je dispose, c'est le maintien dans la position sociale et culturelle que j'occupe. »<sup>34</sup>*

## 5. En guise de synthèse

Le récit de vie en formation est...

- › une **narration**, c'est faire de sa vie une histoire. Et raconter, c'est trier, tisser des liens, renouer les fils, se reconnaître et être reconnu ;
- › une **production**, cela questionne les conditions de production. Se raconter se fait toujours dans un cadre qu'il importe de préciser ;
- › une émergence du **sujet**, le narrateur est au cœur du dispositif. Réfléchir sur sa vie c'est convoquer le sujet réflexif. Dire « je », c'est exister comme personne, être reconnu comme tel avec son point de vue sur son histoire ;
- › une **construction** de sens – il est toujours provisoire. Avec le récit, le narrateur revisite son passé, peut se situer dans le présent et construire son avenir ;
- › une **reconnaissance** de soi par soi et de soi par autrui ;
- › une **(re)traversée** de son histoire en articulant histoire individuelle, familiale et sociale ;
- › une **réappropriation** de son histoire et celle-ci peut changer le rapport à son histoire.

*Le récit de vie s'inscrit dans une perspective d'émancipation des personnes. Cela suppose que les stagiaires soient acteurs du dispositif et non captifs de celui-ci.*

<sup>34</sup> Lainé, A. (1998) « Faire de sa vie une histoire », Paris, Desclée de Brouwer. p. 102-103, cité par Niewiadomski (2013).





## Deuxième partie

# Une formation au récit de vie avec des professionnels du secteur des CISP

### 1. Introduction : de l'expérimentation à la question du transfert

Dans le cadre de la formation, l'option pédagogique a été de faire expérimenter aux participants la démarche de récit de vie afin d'élaborer au départ de cette expérience des questions et des vigilances pour le développement de celle-ci dans le secteur des Centres d'insertion socioprofessionnelle.

Nous pouvons qualifier les modules de formation « de lieux d'expérimentation » nous ayant permis de vivre la démarche et de questionner ensuite son transfert dans le secteur.

Dans cette deuxième partie, nous décrivons la formation réalisée. Nous mettons l'accent sur les perspectives poursuivies, sur le thème choisi, sur le contrat passé avec les participants, sur la méthodologie et les différents supports utilisés.

### 2. Une formation : pour qui, comment et pour quoi ?

Cette formation s'adresse aux formatrices et formateurs en CISP, ou à toute personne chargée d'accompagner les stagiaires dans leur parcours

de formation. Les participants sont invités à s'impliquer, à expérimenter pour eux-mêmes des outils de la méthodologie des récits de vie dans une démarche de "recherche-formation". L'expérimentation permet d'élaborer questions et réflexions quant à la mise en place avec son public de cette démarche. Faire soi-même l'expérience de la mise en récit de son parcours nous paraît une condition essentielle pour ensuite la proposer à d'autres.

#### **Pour qui ?**

*Pour des formateurs du secteur.*

#### **Comment ?**

*Par une expérimentation de la démarche de récit de vie autour du thème « mon parcours de formation et mon parcours de vie professionnelle ».*

#### **Pour quoi ?**

*Pour réfléchir à la pertinence, au sens et aux conditions de transfert de la démarche des récits de vie dans les contextes professionnels des participants.*

Les perspectives de cette « recherche-formation » sont les suivantes.

- › S'initier aux outils de la méthodologie des récits de vie par une expérimentation.
- › Situer la démarche proposée dans la diversité des pratiques de récits de vie.
- › Réfléchir à la pertinence, au sens et aux conditions d'utilisation de la démarche des récits de vie dans les contextes professionnels des participants.
- › Travailler le thème du rapport au travail, s'interroger sur la place du travail dans les trajectoires de chacun, mais aussi collectivement sur la place du travail dans nos sociétés.

### 3. Un thème porteur de sens

Un groupe de formation en récit de vie se construit autour d'un thème qui rejoint un champ d'expériences partagées par les participants. **Le thème de ce module est « mon parcours de formation et mon parcours de vie professionnelle ».**

Le choix de ce thème n'est pas le fruit du hasard. La question de la formation et du travail traversent la réalité quotidienne des professionnels du secteur. Elle est au cœur de leur pratique. Par ailleurs, chacun d'entre eux a une expérience personnelle de son parcours de formation et de son parcours professionnel de laquelle découle un certain rapport au savoir, à la formation et au travail. Leur proposer de faire un retour sur leur parcours personnel peut être une ressource dans l'accompagnement et la formation qu'ils proposent. Cela permet de travailler davantage en « connaissance de soi ». En effet, prendre conscience de la valeur travail dans son parcours est intéressant quand on est amené à rencontrer des personnes qui ne donnent peut-être pas au travail la même place et la même importance en fonction d'une histoire de vie très différente<sup>35</sup>.

Ce thème prend aussi tout son sens vu que les stagiaires sont aux prises avec la question de leur formation et de leur insertion professionnelle. Mettre au travail cette problématique dans une démarche en récit de vie permet également de la resituer dans un contexte sociétal auquel seront articulées les trajectoires individuelles. Une occasion de comprendre des enjeux transversaux qui peuvent expliquer des trajectoires professionnelles parsemées de ruptures et où le retour à l'emploi est parfois devenu une chimère.

#### *Pertinence du thème choisi.*

- › *Il permet aux formateurs un travail sur leur propre trajectoire (de formation et professionnelle) et des prises de conscience. Cette meilleure connaissance de soi peut être un plus pour l'accompagnement des stagiaires.*
- › *Les stagiaires avec lesquels travaillent les professionnels sont en recherche de formation, de travail, sont amenés à faire le point sur leur parcours de formation et leur parcours professionnel. Le thème est donc une question sociale en miroir de ce que vivent les stagiaires.*
- › *Les stagiaires sont directement victimes des évolutions qui marquent le monde du travail. Il est pertinent tant pour les participants à la formation que pour leurs stagiaires de comprendre comment les trajectoires individuelles sont articulées à un contexte social<sup>36</sup>.*

<sup>35</sup> Nous ne faisons pas écho du travail d'élaboration réalisé par les participants autour du thème. Cette option nous permet de respecter la confidentialité des propos échangés dans les différents modules en ne revenant pas sur les trajectoires personnelles partagées. L'objet de cette publication étant de nous centrer sur la démarche suivie et sur les questions du transfert de celle-ci dans le secteur.

<sup>36</sup> Cet encadré s'inspire de Depasse, J et Herman, V. (2012).

## 4. Un « contrat » pour poser le cadre

Cette formation repose sur l'implication de chaque participant<sup>37</sup>. Dès le démarrage, un contrat au niveau du cadre de travail dans la formation est passé avec les participants.

Le récit de vie « expose le narrateur ». Chaque participant prend en quelque sorte le risque de dévoiler un peu de son histoire. Il est dès lors indispensable de construire un cadre pour que cette expression puisse se faire dans les meilleures conditions.

Le contrat balise cet espace d'expression et dit quelque chose de la posture des différents acteurs. Avec le contrat, chacun devient garant du cadre. Le contrat comprend des règles fondamentales. Son objectif est de garantir un climat qui favorise au maximum l'expression de chacun et la mise au travail des récits de vie<sup>38</sup>.

Dans le cadre de la formation, nous avons mis en évidence les éléments qui suivent pour baliser notre cadre de travail.

- › **Volontariat** : j'entreprends cette démarche de formation et de recherche de façon volontaire et en toute liberté. Même si elle m'est recommandée par une instance qui paie ma formation.
- › **Confidentialité** : ce qui se dit dans le groupe appartient au groupe. Cela signifie que les autres peuvent me faire confiance et que je peux leur faire confiance. Rien de ce qui concerne l'histoire de chacun ne sortira de l'espace de la formation.
- › **Implication et liberté d'implication** : la formation par les récits de vie exige un travail d'implication personnelle. Je m'engage dès lors à devenir tour à tour narrateur, narrataire et "analyste". Je détermine moi-même les limites de ce que je veux apporter et je respecte les limites fixées par les autres.
- › **Écoute bienveillante et empathique** : je m'engage à adopter une attitude d'écoute, de bienveillance, de respect et de tolérance.

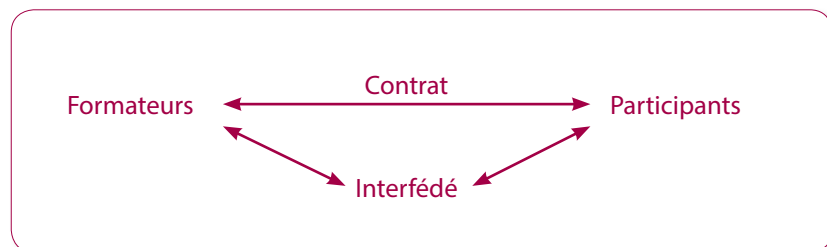
- › **Confrontations respectueuses et constructives** : j'évite d'interpréter les apports des autres participants au travers de ma propre histoire. Je ne me permets pas de faire des interprétations sauvages.
- › **Formulation d'hypothèses** : mes analyses sont formulées sous la forme d'hypothèses et c'est le narrateur qui, en dernière instance, les valide.
- › **Assiduité et respect des horaires** : je participe à toutes les rencontres du début à la fin et je respecte les horaires.
- › **Co-construction des savoirs** : le groupe s'inscrit dans une perspective de croisement des savoirs. Il en est de même pour les formatrices, elles ne se situent pas dans un rapport de détention de savoir, mais dans un processus de co-construction du savoir.

Chaque membre du groupe de formation est garant de ce cadre et veille à le rappeler s'il lui apparaissait qu'une règle n'est pas respectée.

Ce contrat entre les formateurs et les participants est aussi soutenu par la coordination pédagogique de l'Interfédé. C'est en ce sens que nous pouvons parler d'un contrat triangulaire. Si un contrat est passé entre formateurs et participants, il est essentiel que le troisième acteur soit en accord avec celui-ci. Dans notre situation, l'Interfédé comme organisateur de la formation valide les différentes dimensions du contrat et s'engage également à le respecter.

<sup>37</sup> L'Interfédé, par le biais de la coordinatrice pédagogique, en amont de la formation avait pris soin de vérifier avec chaque participant le caractère volontaire de sa démarche et de spécifier que la formation consisterait en une expérimentation de la démarche de récit de vie et non en un développement théorique.

<sup>38</sup> Dans le cadre de la formation, les formateurs-animateurs ont posé le cadre en laissant au groupe la possibilité de le compléter. Nous pourrions imaginer également de le construire avec les participants sans pour autant que des dimensions essentielles soient oubliées.



Le contrat soutient la démarche de récit de vie. Il est essentiel de prendre le temps de poser ces différents aspects et de permettre à chaque participant de s'engager.

Le contrat peut être co-construit avec le groupe ou apporté par les formateurs. Quelle que soit l'option, il importe de ne pas passer cette étape, car elle a un impact sur la poursuite du travail.

## 5. Notre démarche de travail

Dans le cadre des trois modules de formation, nous avons mis au travail différents supports comme la carte d'identité professionnelle, le blason, l'arbre généalogique, la ligne de vie, l'objet symbolique, etc.

Pour chacun des supports proposés, nous poursuivons **une démarche en différents temps** :

- › un temps de préparation individuelle pour permettre à chacun de réaliser le support proposé ;
- › un temps de présentation de sa production par le narrateur à l'ensemble du groupe ;
- › un temps d'écoute et d'accueil par les narrataires, place est faite aux émotions, aux résonnances ;

- › un temps d'analyse et d'élaboration d'hypothèses pour chaque récit individuel, mais aussi de manière plus transversale sur les différents récits ;
- › un temps d'appropriation qui permet à chaque participant de souligner ce qui fait sens pour lui après avoir exploré ce support et entendu l'apport des autres ; c'est aussi un moment pour exprimer ce qui est éventuellement difficile dans la démarche ;
- › un temps « méta » où se pose la question du transfert de la démarche dans la réalité professionnelle des participants<sup>39</sup>.

Le temps de la préparation individuelle permet à chacun de faire le point pour soi et avec soi et de réaliser son support. Les supports sont exposés et présentés par le narrateur au groupe. Celui-ci n'est pas interrompu pendant sa présentation. Ensuite, un temps est consacré à l'accueil des résonnances, aux émotions, aux réflexions que suscitent la présentation et le support. Vient alors le temps de l'analyse, où une vigilance particulière est portée à l'articulation des dimensions individuelle, familiale et sociétale.

Le croisement de différents récits permet aussi de faire une analyse plus transversale et d'élaborer des hypothèses sur des processus sociaux à l'œuvre. Avec le temps d'appropriation, place est faite au recul réflexif : qu'est-ce qui fait sens pour chacun dans le travail réalisé sur ce support ? C'est aussi le moment où l'on peut interroger les fondements de la démarche du récit de vie, analyser de manière transversale la thématique.

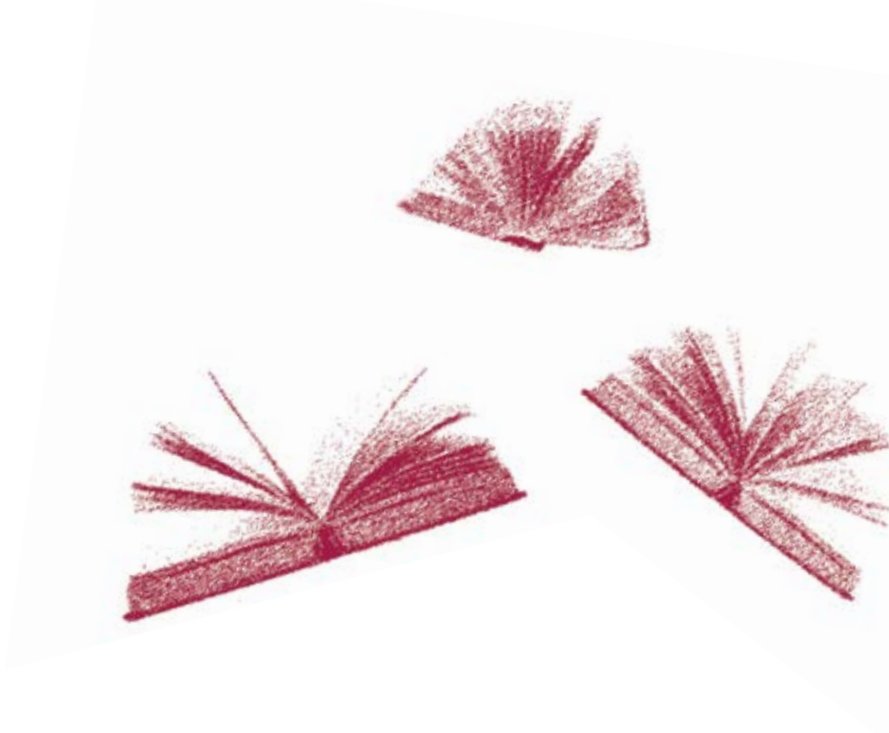
Enfin, le temps « méta » est consacré à l'élaboration de questions et de vigilances pour le transfert de la démarche avec le public du secteur de l'insertion socioprofessionnelle. Ce dernier point est essentiel dans notre démarche. S'il est présent après chaque support, la dernière journée de formation est consacrée pour une grande partie à ce questionnement.

<sup>39</sup> Ce temps est spécifique à cette formation vu l'objectif de transfert de la démarche dans le secteur.



*Une démarche de travail en différents temps :*

- › *un temps de préparation individuelle,*
- › *un temps de présentation au groupe,*
- › *un temps d'écoute et d'accueil,*
- › *un temps d'analyse et d'élaboration d'hypothèses,*
- › *un temps d'appropriation,*
- › *un temps « méta » sur la question de transfert de la démarche.*



## 6. Les supports proposés

Dans ce point, nous présentons les différents supports<sup>40</sup> proposés lors des trois modules de formation. Nous mettons en évidence le pourquoi ces supports sont proposés et ce qu'ils permettent de travailler.

### 6.1. La carte d'identité professionnelle

Cet exercice réalisé lors du premier module permet une présentation de soi au groupe. Il demande déjà une certaine implication et une plongée dans la thématique. C'est comme un premier exercice d'échauffement.

Chaque participant est invité à réaliser sa carte d'identité professionnelle en complétant les phrases proposées et en répondant à la question posée. Il la présente oralement sans support papier.

Se présenter, avec comme support « la carte d'identité professionnelle », est une première façon de dire « je », de s'impliquer, de se situer.

Il est intéressant de souligner combien répondre à la question du métier n'est pas simple parfois. Les participants partagent souvent combien il est complexe pour eux de faire comprendre le travail et le métier qui est le leur.

*Ma carte d'identité professionnelle.*

- › *Mon prénom est...*
- › *Mon institution est...*
- › *Mes champs d'intervention sont...*
- › *Les personnes avec lesquelles je travaille sont...*
- › *Mon métier est...*
- › *Comment suis-je concerné par le thème de la formation ?*

<sup>40</sup> Certains supports ont été utilisés avec un groupe et pas avec un autre.

## 6.2. Le blason

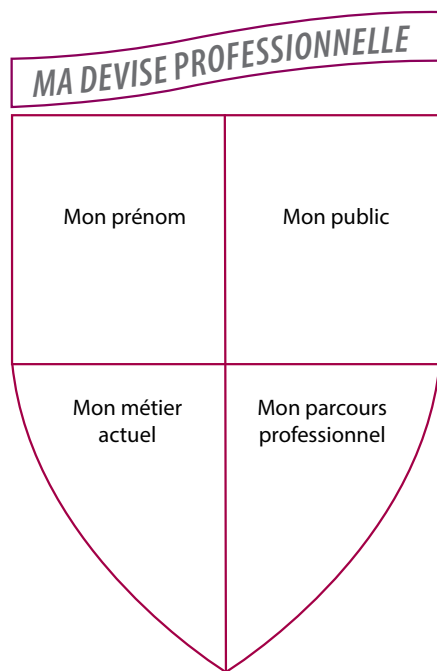
Chaque participant est invité à réaliser son blason<sup>41</sup> sur une grande feuille. Il y inscrit au-dessus sa devise au niveau professionnel.

Ensuite, par **le dessin**, il symbolise dans les différentes cases de son blason ce qu'il aimerait dire :

- › de son prénom,
- › du public avec lequel il travaille,
- › de son métier actuel,
- › de son parcours professionnel.

Cet outil est riche. Le dessin et la symbolique permettent une expression différente et évoquent des aspects moins évidents à nommer.

Le blason est affiché. Il peut rester en toile de fond pendant la poursuite du travail. Des liens peuvent alors être faits avec des éléments déjà présents dans le blason et des éléments apportés dans les supports proposés par la suite.



## 6.3. L'arbre généalogique

*«Lorsque tu ne sais pas où tu vas, arrête-toi, retourne-toi et regarde d'où tu viens.»*  
Proverbe africain

Le travail en récit de vie est un travail autour de l'identité. Deux dimensions essentielles sont à prendre en considération : l'appartenance et la continuité.

L'arbre généalogique explore l'identité d'appartenance. La ligne de vie explorera la dimension temporelle, la recherche de la continuité, mais aussi des tournants, des ruptures d'une trajectoire de vie.

Travailler sur l'arbre généalogique, c'est permettre à chacun de retisser ses liens d'appartenance, de prendre conscience de ses héritages en les situant dans un contexte sociohistorique.

*«On ne chante bien que dans les branches de son arbre généalogique.»*  
René Char

Pour réaliser l'arbre généalogique, la consigne était la suivante :

- › reconstituer mon arbre généalogique des ascendants : deux générations, deux lignées.
- › indiquer pour chaque personne sa date de naissance, les lieux de naissance, de vie, son (ses) diplôme(s), sa (ses) profession(s).
- › pointer un (ou des) ascendant(s) plus significatif(s) au niveau des savoirs transmis.
- › faire apparaître éventuellement des personnes marquantes (réseau) dans mon parcours de formation ou professionnel.

<sup>41</sup> Le blason a été proposé au moment de la présentation dans les modules deux et trois.



Avec ce support, nous parcourons les différents temps de la démarche en récit de vie : de la préparation individuelle au temps plus méta où se pose la question du transfert dans la réalité professionnelle des participants.

Sans entrer dans le contenu des arbres présentés, nous voudrions néanmoins mettre en évidence quelques éléments intéressants d'un point de vue méthodologique et au niveau de l'analyse transversale.

Pour soutenir la réflexion et l'analyse, il est intéressant d'observer dans les arbres généalogiques réalisés différents éléments :

- › comment sont appelés les ascendants ?
- › comment sont nommées les professions ?
- › comment sont reliés les différents membres de la famille ?
- › comment interviennent les couleurs ?
- › comment est utilisée la feuille ?
- › comment se présente le narrateur dans son arbre ?
- › quelles sont les informations oubliées ?

Ces observations peuvent être porteuses de sens et permettre d'ouvrir la réflexion, de tisser des liens tant pour le narrateur que pour le groupe.

De manière transversale, nous avons observé au cœur des arbres généalogiques présentés différents éléments significatifs :

- › la question des **valeurs** traverse les arbres généalogiques. Ce n'est pas étonnant, mais il est important de le souligner, car la famille est un lieu de transmission de celles-ci. Chaque famille décline la valeur travail à sa manière et en fonction du contexte sociétal dans lequel elle est plongée,

- › la thématique du **genre** joue aussi un rôle dans le parcours de formation et le parcours professionnel. Nous l'avons travaillée pendant la formation. Être femme ou homme dans le rapport à la formation et à la profession est loin d'être neutre,
- › les dimensions de « **permission** » ou « **d'obligation** » sont également très présentes. L'obligation de poursuivre un certain cursus ou au contraire la permission de prendre le chemin qui correspond davantage à ses désirs,
- › la problématique de la **mobilité sociale** (ascendante ou descendante) est également bien présente avec parfois le sentiment de honte ou de fierté qui en découle,
- › les **savoirs** transmis, valorisés, permettent aussi des éclairages porteurs. Ils redonnent une place à certains ascendants même si ces savoirs ne sont pas socialement reconnus,
- › les questions de **loyauté familiale**, les secrets, les modèles ou contre modèles que représente la famille d'origine sont autant d'éléments intéressants à explorer.

La grande Histoire apparaît dans l'histoire familiale et permet de souligner combien le contexte sociopolitique et économique peut influencer les histoires individuelles. La famille est inscrite dans la société et nous inscrit dans celle-ci.

Tout au long de la démarche, une attention particulière est portée au narrateur. Il est invité à dire ce qui le frappe dans son arbre généalogique en rapport avec le thème, ce qui lui apparaît comme éclairant, mais également ce qui l'interpelle dans le récit des autres, les convergences et les divergences, les liens possibles à établir. Cela en restant bien attentif à la

règle d'hypothèses. En effet, les réflexions ont le statut d'hypothèses à explorer et non de certitudes qui enfermeraient l'analyse. Une place est faite également à l'expression de ce qui a été facile ou non dans la réalisation, la présentation et l'analyse de son arbre généalogique.

## 6.4. La ligne de vie

La ligne de vie explore la dimension temporelle, la recherche de la continuité, mais aussi des tournants, des ruptures d'une trajectoire de vie.

Nous parcourons ensemble la démarche de travail que nous avons suivie avec la ligne de vie. Nous présentons «la farandole des foulards» pour montrer l'attention accordée à l'accueil du narrateur et de son récit. Nous pointons enfin des thématiques présentes dans différentes lignes ainsi que quelques réflexions autour de la forme donnée à la ligne de vie et du moment où le narrateur raconte.

### *La démarche de travail*

La consigne était la suivante :

- › réaliser le tracé « libre » de ma ligne de vie personnelle centrée sur mon parcours de formation et sur mon parcours professionnel (chacun choisit le point de départ qui a pour lui du sens) ;
- › indiquer en arrière fond, des événements objectifs de l'histoire (la grande ou la petite) qui ont influencé mon parcours, en dessous mon vécu personnel ;
- › pointer les périodes homogènes, les continuités, les moments de transition, de ruptures, les tournants, les rencontres, les influences...

Comme pour l'arbre généalogique, les différents temps ont été retraversés : de la préparation individuelle au temps plus « méta ».

Avec « la farandole des foulards », nous avons accordé une attention particulière au temps d'écoute et d'accueil où les émotions et les résonances peuvent s'exprimer.

### *La farandole des foulards : un moment intense*

Pour cette « farandole des foulards » chaque narrataire est invité à choisir dans une multitude de foulards (différentes couleurs, textures, formes...) celui (ceux) qui symbolise(nt) ce qu'il ressent après avoir entendu le récit du narrateur. Ces foulards sont comme le lien que chaque narrataire tisse en termes d'empathie, de sens avec le narrateur. Ils parlent de ce qui a frappé, touché le narrataire dans l'histoire de vie qui vient de lui être partagée. Une fois les foulards choisis, ceux-ci sont déposés, sans un mot, sur ou autour du narrateur qui les reçoit en silence. Ensuite, seulement, chacun dit quelques mots du sens de « son foulard ». Ce temps se termine en donnant la parole au narrateur. Quel est son ressenti ? Comment cela lui parle-t-il ?

Reprenons quelques phrases entendues du côté des narrataires et des narrateurs à propos de la « farandole des foulards ».

*« Avec les foulards, j'ai pu trouver les mots et dire des choses qu'autrement je ne serais pas arrivée à exprimer. »*

*« Je trouve intéressant de ne pas être tout de suite dans le verbal. De se laisser sentir tout d'abord. De laisser parler les couleurs, les textures et ainsi de donner forme à son ressenti et à ce que j'ai envie d'en partager à l'autre. »*

*« J'ai aimé recevoir ces différents foulards. Je les ai accueillis, je trouvais cela enveloppant. »*

*« Ce n'est pas toujours évident pour moi d'être le centre de l'attention. »*

*« Il y avait pour moi une bienveillance collective qui a été porteuse. »*



Oui, « la farandole des foulards » permet de dire des choses que l'on n'imaginait peut-être pas. Elle ouvre aussi à une diversité de ressentis et de points de vue. Tout cela représente une véritable richesse pour l'analyse. Il est cependant important de respecter chacun dans ses possibles et ses limites comme à tout autre moment.

### *Des thématiques transversales*

Dans le travail réalisé sur les lignes de vie, nous pouvons noter combien les **lieux** et les **déplacements** sont des éléments marquants. Le retour à l'âge adulte vers l'endroit où l'on est né et où l'on a vécu comme enfant ou, au contraire, le déplacement pour trouver le travail que l'on cherche ou pour suivre un conjoint qui a trouvé du travail ailleurs. Les lieux sont une dimension importante dans une ligne de vie. Ils ancrent les personnes, les relie ou leur permettent de s'éloigner. Ils ont un impact important sur la vie de chacun.

Pour les **femmes** – mais les deux premiers groupes étaient majoritairement féminins – un lien évident apparaît entre l'histoire professionnelle et l'histoire familiale : le mariage ou l'installation en couple, l'arrivée des enfants représente souvent des moments décisifs dans la trajectoire professionnelle.

Les trajectoires sont aussi marquées par des « **événements bousculants** » comme la fin d'un contrat, des conditions précaires de travail, des tensions au travail. Des événements difficiles, mais qui, dans bon nombre de trajectoires, ont été pour les personnes des occasions de « rebondir », de faire un autre choix, de s'ouvrir à un autre chemin. Les personnes soulignent néanmoins l'importance de ne pas minimiser la souffrance et les difficultés présentes à ces moments de vie même si l'issue a été positive.

La problématique des **valeurs** est également très présente. Les valeurs font poser des choix professionnels. Changer de travail pour un autre plus en cohérence avec une manière de voir la vie, avec une utilité sociale plus grande.

Dans une société marquée par la valeur travail, nous retrouvons dans les lignes de vie l'importance de la reconnaissance sociale par les diplômes, par le travail. C'est un enjeu qui traverse les différentes lignes de vie. Le sentiment de fierté ou de honte n'est jamais loin

La grande Histoire fait aussi son apparition dans les histoires singulières (la crise économique, les restructurations, les statuts précaires, etc.)

### *Du côté de la forme*

La forme donnée à la ligne de vie est également porteuse de sens. Qu'est-ce que cette représentation signifie pour le narrateur ?

Par exemple :

- › les trois petits points qui finissent un certain nombre de lignes,
- › des lignes qui montent et qui descendent,
- › des lignes avec des périodes bien distinctes,
- › des lignes tout en couleur ou au contraire tout en noir,
- › des lignes dessinées dans un petit coin de feuille ou qui ont besoin de plusieurs feuilles pour se déployer,
- › des lignes en rond qui ne sont accessibles au narrateur que par l'intermédiaire du narrateur.

La manière dont le temps est inscrit dans la ligne de vie des personnes est également porteuse de sens. Y a-t-il des dates inscrites ? Des âges sont-ils notés ? Ou au contraire, aucun repère temporel n'apparaît. Qu'est-ce que cela signifie pour le narrateur ? Quel sens a cette manière de présenter sa ligne ?

Par quoi la personne démarre-t-elle sa ligne et pourquoi ? Deux questions également intéressantes. Par exemple, une personne démarre sa trajectoire par les maternelles, car elle n'a pas eu, dit-elle, la chance d'y aller alors

qu'une autre la commence à la fin de ses humanités, car c'est le moment où elle a pu enfin choisir ce qu'elle voulait faire. Autant d'éléments qui peuvent être porteurs de sens à explorer avec la personne.

Être attentif à ces différents aspects, c'est être vigilant à la façon dont la personne raconte son existence. La manière dont quelqu'un dit sa vie affecte sa vie et raconte aussi sa vie. Refléter ces éléments au narrateur peut lui permettre de creuser ce que cela évoque pour lui.

### *Le moment de sa vie où le narrateur se raconte*

La façon de raconter sa vie est également différente en fonction des âges de la vie. Les enjeux face à la vie professionnelle sont différents selon les périodes de notre vie.

Pour les jeunes, c'est le moment du choix, de l'ancrage, de trouver leur place dans un groupe social, de se positionner, et cela en lien avec leur histoire à la fois personnelle et familiale. Les pressions peuvent être nombreuses tant au niveau des attentes du marché du travail que du milieu familial. Cela n'est pas sans lien avec la place donnée à la valeur "travail". C'est toute la question de l'existence sociale qui est posée à cet âge de la vie.

Pour les personnes entre 35 et 50 ans, l'enjeu est d'évoluer, d'avancer, éventuellement de se repositionner. Faire le point sur ses expériences passées et en tirer des enseignements sont deux dimensions bien présentes à cet âge de la vie. C'est aussi à ce moment que l'on peut rencontrer les crises de la mi-vie où des valeurs de la première partie de la vie peuvent être délaissées pour prendre une nouvelle orientation et élargir ainsi le champ des possibles.

Pour les personnes qui arrivent à la fin de leur parcours professionnel, l'enjeu est plutôt de rassembler différents aspects de leur parcours pour en repérer le sens et la dynamique sous-jacente. C'est aussi le moment parfois de s'ouvrir à d'autres intérêts, de s'autoriser de nouveaux apprentissages plus en accord avec son rythme personnel.

Cette réflexion un peu rapide sur les différents âges de la vie permet néanmoins de souligner que l'enjeu par rapport à la réalisation de son récit n'est pas le même selon le moment de sa vie auquel le narrateur se raconte. Dans les trois groupes de formation, nous avons eu la chance d'avoir des participants de différents âges. Nous avons pu percevoir ces enjeux d'ancrage, d'évolution, de repositionnement, de repérage de sens et d'ouverture.

La proximité temporelle et l'intensité émotionnelle d'événements douloureux vécus sont aussi à prendre en considération. Ces événements sont-ils proches ou plus lointains ? Un travail de prise de recul a-t-il pu être réalisé ? Certains participants peuvent être aux prises avec des choses qui ne sont pas « digérées ». Tous ces éléments peuvent influencer la manière de raconter.

Dans un des groupes, un participant est interpellé par la manière « sereine » avec laquelle un autre a pu raconter son histoire vu les événements forts qui sont partagés.

Le narrateur confie alors au groupe :

*« C'est la première fois que je le raconte avec une telle sérénité. Et cette sérénité me permet encore d'augmenter l'apaisement. Si je peux le faire ainsi, c'est aussi parce que j'ai beaucoup travaillé tout cela. C'était une question de vie ou de mort. »*

Le narrateur peut parfois être surpris par cette sérénité, car lui découvre les événements pour la première fois et a peut-être besoin de temps pour les « digérer ». Ces événements peuvent entrer en résonance avec des éléments de sa propre ligne de vie. Le croisement des différentes histoires permet un travail intéressant.

À l'inverse du témoignage ci-dessus, les événements vécus peuvent encore être très douloureux. Il est alors plus difficile de se raconter. D'où l'importance du contrat qui permet de créer un espace où ne rien retenir et ne rien forcer est une balise pour le travail. L'animateur se doit d'être vigilant au cadre et à l'intensité émotionnelle des échanges.





### Un fil tissé

Les participants soulignent souvent combien le travail sur la ligne de vie permet de faire apparaître à posteriori des liens nouveaux entre des événements disparates. C'est un peu comme si un fil se tissait et qu'une certaine cohérence voyait le jour.

Réaliser sa ligne de vie, la présenter, permet de dire « je », de donner son point de vue, de prendre une place d'acteur et de devenir le sujet de son histoire.

### 6.5. Une ressource pour la route

Ce support a comme objectif de permettre aux participants d'articuler passé, présent, futur et d'identifier des ressources mobilisables pour leur trajectoire professionnelle future.

L'enjeu de la démarche : l'actualisation des potentialités pour ouvrir des possibles.

La consigne proposée :

- › pointer un moment, un événement important de mon parcours de formation ou de mon parcours professionnel ;
- › qu'est-ce que ce moment m'a appris ?
- › quelles ressources personnelles ai-je mobilisées ?
- › qu'est-ce que je peux déposer dans ma « boîte à outils » pour poursuivre le chemin ? Représenter symboliquement les ressources.

Le tableau suivant était le support pour le temps de préparation individuelle.

Moments importants	Ce que j'ai appris	Ressources personnelles mobilisées	Boîte à outils Des ressources pour la route

Les participants sont invités à nommer trois moments importants dans leur parcours de formation ou leur parcours professionnel. Pour chacun de ces moments, ils pointent ce qu'ils ont appris et les ressources mobilisées. Enfin, dans un dernier temps, ils symbolisent ce qu'ils peuvent déposer, grâce à ce moment porteur, comme compétences, savoir-faire, savoir-être, attitudes, croyances dans leur boîte à outils pour la poursuite de leur chemin professionnel. Pour le symboliser, ils reçoivent des feuilles A5 cartonnées sur lesquelles ils dessinent leurs « ressources pour la route ».

Lors du partage en groupe, chacun raconte un moment important retenu dans sa trajectoire, ce qu'il en a appris, les ressources qu'il a mobilisées. Ensuite, dans une « boîte à outils » collective, il dépose après l'avoir présenté au groupe la représentation symbolique d'une ressource acquise réalisée sur le support cartonné. Au terme du travail, chacun reprend sa ressource pour la poursuite de son chemin.

Ce support a créé une dynamique inattendue dans un des groupes. Au lieu de reprendre, chacun, au terme du travail, sa représentation symbolique de ses ressources, les participants se les ont échangées. Comment en sont-ils arrivés là ?





Lors du partage en groupe, une participante a dit : « *Je trouve cette ressource que tu soulignes importante et je n'y pense pas pour moi, alors que je pourrais la mobiliser* ». La personne qui partageait cette ressource a répondu : « *Mais, je partage avec toi sans problème* ».

À l'issue du travail sur ce support, un échange de ressources s'est improvisé entre les participants. Et l'un de dire : « *J'emporte ta ressource. Je peux moi aussi mobiliser cette ressource et grâce à ta représentation symbolique, je vais peut-être y penser.* »

## 6.6. Un exercice de futurisation

Ce support invite les participants à se tourner vers l'avenir et à lever les contraintes. Il ouvre les possibles. Il convoque l'écriture comme outil réflexif porteur.

La consigne proposée :

En quelques lignes, écrivez-nous : « *Comment je me vois dans deux ans au niveau de mon travail...* »

Après un temps de préparation individuelle, les personnes lisent leur texte au groupe.

Tous les participants ont mis en évidence combien le temps d'écriture permet de rassembler ses idées et de structurer sa pensée. Beaucoup de participants ont témoigné que le passage par l'écrit les invitait à réfléchir, à ouvrir des portes, à se questionner pour demain.

Des beaux textes, touchants et porteurs « d'essentiel » L'écriture est un merveilleux outil réflexif.

« *Écrire, c'est exprimer le plus justement possible ce que votre cœur vous dicte.* »

C. Lamy

## 6.7. Un objet symbolique du parcours professionnel

Pour tester un autre type de support, nous avons demandé aux participants d'apporter un objet symbolisant leur parcours professionnel.

Concrètement, un participant dépose son objet. Le groupe émet des hypothèses sur le sens de cet objet par rapport à la vie professionnelle de cette personne. Cela est possible, car le groupe a entendu la personne sur les supports précédents<sup>42</sup>. Ensuite, la personne qui a déposé son objet retient les hypothèses qui lui parlent et nomme les raisons qui l'ont poussée à choisir cet objet. Comment cet objet parle d'elle, de son parcours et comment il la touche.

Pour terminer cette présentation des différents supports explorés dans les trois groupes de formation, une vigilance à nommer : celle du temps. Prendre le temps et se donner le temps. Surtout si les émotions sont au rendez-vous. Prendre le temps également entre les différents récits pour que chacun puisse faire la transition. Nous avons préféré ne pas proposer un support supplémentaire afin d'éviter une pression horaire. Ce qui reste essentiel c'est d'articuler passé, présent, futur avec les différents supports.

<sup>42</sup> Nous avons utilisé ce support avec le groupe de 2013 qui n'a pas réalisé le chemin professionnel

## 7. En guise de synthèse

Le travail en récit de vie repose sur un **contrat clair**. Le contrat n'a rien de magique et n'est pas tout puissant. Il est un outil qui donne à la fois des permissions et des protections. Il permet au formateur-animateur et aux participants d'être «OK» pour avancer dans la démarche.

### Une démarche de travail en différents temps :

- › un temps de préparation individuelle,
- › un temps de présentation au groupe, temps d'écoute et d'accueil,
- › un temps d'analyse et d'hypothèses,
- › un temps d'appropriation,
- › un temps «méta» sur la question de transfert de la démarche.

### Les supports proposés :

- › la carte d'identité professionnelle,
- › le blason,
- › l'arbre généalogique,
- › la ligne de vie,
- › une ressource pour la route,
- › un exercice de futurisation,
- › un objet symbolique du parcours professionnel.

Ces différents supports ont permis aux participants d'**expérimenter** la démarche de récit de vie afin d'élaborer des vigilances pour la développer avec les stagiaires. La question du **transfert** mobilise le groupe.

La démarche à réaliser avec les stagiaires ne peut être **en aucun cas un « copier/coller »** de ce que nous avons réalisé avec les groupes de formation. La thématique et les supports doivent être choisis pour répondre au mieux aux attentes et aux ressources des participants, aux questions qui les mobilisent et aux finalités poursuivies.





# Troisième partie

## Questions et réflexions des participants à la formation

### 1. Introduction

Dans cette troisième partie, en partant des témoignages des participants aux trois modules de formation, nous mettons en évidence des questions et des réflexions quant au transfert de la démarche de récit de vie en formation avec les stagiaires.

Comme l'ont exprimé les professionnels du secteur, « *on ne mesure pas toujours ce que l'on demande aux stagiaires* ». Cette réflexion permet de souligner l'importance d'avoir soi-même expérimenté la démarche. C'est l'objet du premier point.

Les participants ont ensuite interrogé les contextes institutionnels dans lesquels ils sont plongés avec les stagiaires. Certains sont parfois peu propices au développement de ce type de démarche. La vigilance est de mise.

Le contrat est pour tous les participants un outil indispensable. Sa nécessité n'est pas remise en question. Toutefois, les participants énoncent qu'il est parfois complexe d'arriver à le concrétiser dans certaines situations. Le débat est ouvert.

Pour poursuivre, le zoom est mis sur le public : comment développer cette démarche avec les stagiaires qui fréquentent les différents centres. En fonction des caractéristiques de ceux-ci – de leur histoire, de leur rapport à la langue, à l'écrit, etc. – à quoi être vigilants pour rester bienveillants et pertinents ?

Ensuite, les participants soulignent combien il est important que le narrateur occupe une place centrale dans le dispositif. Cela soulève différentes réflexions sur lesquelles nous nous arrêtons. Tout cela n'est pas sans lien avec la posture du formateur-animateur qui fait l'objet du point suivant.

Les « mots de la fin » de cette troisième partie sont laissés aux participants. Ils évoquent à leur façon le sens et la portée de la démarche de récit de vie qu'ils ont pu vivre.

### 2. L'expérimentation de la démarche de récit de vie : un incontournable !

Le module de formation proposé aux professionnels du secteur leur a permis d'expérimenter la démarche de récit de vie en formation pour eux-mêmes, et autour d'un thème porteur de sens. Expérimenter pour soi-même la démarche est une condition indispensable avant de la proposer à d'autres.

**« On ne mesure pas toujours ce que l'on demande aux stagiaires » dit une participante après avoir réalisé et présenté son arbre généalogique. Faire son récit permet de mesurer de l'intérieur ce que cela représente même si l'expérience est différente pour chacun.**

Reprenons quelques témoignages de participants qui prolongent cette réflexion.

*« Je sens que je serai plus dans l'empathie, car j'ai moi-même fait l'expérience. »*

*« J'ai été surprise des émotions qui ont été les miennes en partageant mon histoire. Cela me pose la question du transfert possible avec mon public. »*

*« La formation en récit de vie m'a permis de faire un choix important pour moi, de me remettre en route, de reprendre un cursus de formation que je n'avais pas osé réaliser, de mettre les choses en place. Il y a eu un véritable déclic, alors cela peut sans doute aussi se produire pour d'autres. Cela me donne envie de travailler cette démarche dans les groupes que j'anime. »*

Plonger dans son histoire, s'exposer, se raconter devant un groupe, (re) toucher à des émotions inattendues, entendre le récit d'autres, autant de dimensions qui peuvent nous entraîner sur des chemins nouveaux faits de découvertes, d'émotions, de reconnaissance, de mobilisation...

Expérimenter la démarche, permet d'être sensibilisé et peut être davantage ouvert, « empathique » avec le public que l'on accompagne. Avoir fait soi-même l'expérience permet également de réfléchir à ce qu'il est possible de faire dans son contexte de travail, aux limites qui existent. L'expérimentation de la démarche permet d'en saisir le sens, les enjeux et les apports. C'est une source possible de motivation pour la proposer à d'autres.

Pour inviter les stagiaires à raconter leur histoire, avoir exploré la sienne est indispensable. Comme le souligne Christophe Niewiadomski : « Plus on sait qui on est et comment on fonctionne, plus il devient évident de se questionner sur ce qui vient de nous et ce qui vient de l'autre dans la relation ». C'est pour le formateur une manière de pouvoir travailler en « connaissance de soi » et de ne pas mélanger son histoire et celles des autres.

Dans le module d'initiation, le thème choisi était, comme nous l'avons développé précédemment, porteur de sens pour des formateurs dans le secteur de l'insertion socioprofessionnelle. Prendre conscience d'éléments qui marquent sa trajectoire de formation et sa trajectoire professionnelle, c'est identifier des processus à l'œuvre dans sa trajectoire et mettre à jour des éléments qui peuvent avoir un impact dans l'accompagnement des stagiaires. Les propos qui suivent en témoignent.

*« J'ai reçu en héritage "quand on veut on peut". Or, certains stagiaires sont parfois dans un contexte très différent, leur marge de choix est plus limitée, leur capital santé ou social moindre. Cela me fait réfléchir. »*

*« Pour moi, c'est important d'être le pilote de ma vie. C'est une conviction que j'ai. Mais, je me rends compte que pour certains stagiaires, cette manière de penser n'est pas du tout évidente. »*

Si les formateurs perçoivent des différences entre eux et les stagiaires, à d'autres moments, c'est la proximité d'expérience dans les trajectoires qui est mise en évidence avec des effets contrastés. C'est le cas par exemple quand les formateurs sont eux aussi dans une situation de travail précaire (statut précaire, contrat à durée déterminée, contrat dépendant de subsides ou d'appel à projets...).

*« Nous avons à les accompagner en étant nous-mêmes par moment en situation de précarité au niveau du travail. Je prends conscience de cet aspect et de comment il peut parfois interférer dans le travail. En sollicitant mon empathie ou en créant une tension et une moindre écoute. Cela peut varier. »*

Faire l'expérience pour soi de la démarche de récit de vie est source d'apprentissages multiples et notamment pour sa position de formateur-animateur. C'est un incontournable avant de se lancer dans l'animation d'un groupe de récit de vie.



*Expérimenter la démarche de récit de vie permet :*

- › *de mesurer le travail d'implication que cela représente,*
- › *de prendre conscience des enjeux et du sens de la démarche,*
- › *d'être sensibilisé aux émotions que ce travail peut générer,*
- › *de souligner les aspects plus sociétaux présents dans les trajectoires individuelles,*
- › *d'être vigilant aux conditions pour réaliser cette démarche dans un contexte de formation,*
- › *de développer un accompagnement « en connaissance de soi »,*
- › *d'être davantage à l'écoute des stagiaires.*

### 3. Un contexte à interroger

*« Dans quelle mesure notre contexte de travail et notre cadre institutionnel permettent-ils ou non de développer une pratique de récit de vie ? »*

Tout au long des trois modules de formation, les participants n'ont cessé d'interroger le contexte et le cadre institutionnel qui sont les leurs pour envisager le transfert de la démarche de récit de vie dans leur réalité de travail.

À travers quelques témoignages, nous soulignons des obstacles à la mise en place d'une démarche de récit de vie. Le type de public, la manière dont celui-ci entre dans le dispositif de formation, les contraintes liées à la formation, les caractéristiques des groupes, mais aussi les multiples casquettes que portent les professionnels, et enfin, l'institution elle-même peuvent représenter des obstacles au développement de la démarche dans une perspective d'émancipation.

#### Du côté des stagiaires

*« Les personnes qui sont en face de nous ne sont pas toujours demandeuses. Certaines sont envoyées par l'ONEM et donc contraintes d'être là. »*

**Une démarche de récit de vie ne peut pas être imposée.** Le volontariat et la liberté d'implication sont deux éléments essentiels du contrat. Dans des contextes de contrainte, il est important de travailler avec les personnes le sens et l'apport que peut avoir pour elles une démarche en récit de vie. L'issue d'une telle réflexion peut être que les personnes ne s'engagent pas dans la démarche. Cette décision ne doit pas leur porter préjudice.

*« Dans les groupes que j'accompagne, il y a des entrées permanentes. Cela signifie que les stagiaires qui sont en face de moi varient sans cesse. C'est presque impossible d'avoir un groupe identique d'une semaine à l'autre et parfois j'ai des groupes de plus de 15 personnes. »*

Ce témoignage souligne deux aspects importants : le nombre de personnes et la continuité dans le groupe. Il est impossible dans un tel contexte d'imaginer développer une démarche de récit de vie. Il faudra alors faire preuve de créativité : comment est-il possible de diviser un groupe, de créer une régularité avec certaines personnes, etc. Ne pas prendre en considération

ces aspects, c'est risquer de mettre à mal les stagiaires, mais aussi les formateurs.

## Du côté des professionnels

*« J'ai une double casquette dans ma fonction. Je suis celle qui accompagne, mais aussi celle qui contrôle. »*

Les doubles casquettes posent en effet question. Quand le formateur est à la fois celui qui accompagne et celui qui contrôle la présence en formation, qui rappelle à l'ordre, peut-il construire un cadre où une parole pourra s'exprimer « en toute liberté » ?

Cette situation n'est pas exceptionnelle. Si une institution, une équipe, un formateur prend l'option de proposer une démarche de récit de vie aux stagiaires, elle/il devra traiter la question. Un module récit de vie n'est pas mis en place pour contrôler ou pour obtenir de l'information sur les stagiaires.

Être attentif au cadre créé est indispensable pour qu'un réel travail de réflexivité puisse se réaliser à travers la démarche de récit de vie. Dans certains contextes institutionnels, la réflexion sur cette question pourrait conduire à confier la démarche de récit de vie à un intervenant extérieur.

## Du côté des institutions

*« Dans nos institutions, le discours est parfois celui de l'efficacité, des chiffres. La démarche de récit de vie prend du temps et on ne peut pas toujours voir rapidement les effets qu'elle produit. »*

Ce qui est questionné ici c'est le sens, la pertinence de cette démarche quand le discours ambiant, la pression des pouvoirs subsidiaires et du monde politique mettent en évidence d'autres dimensions. Faire reconnaître ce type de démarche est alors parfois difficile.

*« Je suis parfois découragée, car la question du sens est un peu oubliée par l'institution. Cela m'invite à être encore plus vigilante au contrat et aux balises que je mets en place. »*

*« Je me rends compte que les conditions pour développer ce genre de démarche ne sont pas toujours réunies, mais ce dispositif redonne sens à mon travail. »*

Ces deux témoignages mettent au centre la question du sens. Sens perdu ou retrouvé. Il y a une invitation à ouvrir le débat entre les différents acteurs de l'institution. Le contrat peut être un outil pour alimenter ce débat, car il implique l'ensemble des acteurs (les stagiaires, les formateurs, l'institution) et il pose les questions du cadre et du sens.

## 4. L'indispensable « contrat » !

*« J'ai senti le cadre et cela m'a permis de m'exprimer, de laisser venir les émotions et de m'impliquer dans la démarche. »*

*« Quel impact et quelle force que cette démarche, mais je n'oublie pas que nous étions tous volontaires. »*

Ces témoignages soulignent bien ce qui est en jeu au moment du contrat : la création d'un cadre qui permette de plonger dans la démarche.

Comment donner au « contrat » son rôle de protection et de permission ? Protection apportée par la confidentialité, l'écoute bienveillante, la formulation d'hypothèses, etc. Permission grâce au caractère volontaire de la démarche, à la liberté d'implication, au respect de la différence, etc. Comment faire pour que le stagiaire sente que « le contrat » est là pour lui, pour le groupe, pour permettre l'expression, l'élaboration, l'analyse, la construction collective en un mot pour permettre le développement d'une véritable démarche réflexive dans une perspective d'émancipation ?





Le cadre « non menaçant et protecteur » indispensable à construire permet de créer une autre relation. Une relation de « confiance » même si elle reste marquée par le rapport social dans lequel elle s'inscrit (un formateur et un stagiaire). Être conscient de ces différents aspects permet d'y être plus vigilant.

Le cadre doit être clair et chacun des participants en accord avec ce à quoi il s'engage. La démarche sous obligation est impossible voir contradictoire avec le dispositif.

De plus, il y a des moments dans la vie d'une personne où ce travail est possible et d'autres moments où il sera plus complexe à réaliser. Comment oser l'imposer ? C'est ce dont témoigne un participant : *« Je peux vous raconter aujourd'hui ma trajectoire de cette manière, car j'ai fait la paix avec moi-même. Je n'aurais pas dit les choses de la même façon il y a deux ans et je ne sais même pas si j'aurais pu les dire. »*

Il est donc essentiel qu'un contrat soit passé. Mais le mot « contrat » est-il le meilleur ? Dans l'approche en récit de vie, le terme « contrat » est utilisé pour baliser les règles de fonctionnement, les engagements attendus de chacun. Les participants ont questionné la pertinence de ce terme dans leur contexte de travail et avec le public qui est le leur. Ils ont mis en évidence que les contrats signés par les stagiaires sont parfois nombreux. Contrat avec l'ONEM, contrat avec l'institution, signature du règlement d'ordre intérieur. Alors, dans le cadre de la démarche en récit de vie, ce contrat représenterait une signature de plus, un papier de plus, une formalité de plus ? Le contrat ne risque-t-il pas d'être également perçu comme un manque de confiance, comme du contrôle dans un contexte où il est souvent utilisé pour vérifier, pour souligner l'engagement à sens unique.

Cette réflexion a poussé certains participants à imaginer de changer le nom et de parler par exemple de « charte ». D'autres ont proposé au contraire de garder le nom, mais de profiter de l'occasion pour reparler du contrat et de son sens fort afin de se décaler en quelque sorte de pratiques qui parfois galvaudent son sens. Certains mettaient également en évidence la force symbolique d'apposer sa signature, c'est une reconnaissance du stagiaire comme sujet et partenaire.

La forme que prend le contrat a également été questionnée. Certains travaillent avec des publics en difficulté avec la lecture et l'écriture ou avec la langue française. Leur proposer un contrat écrit n'a pas vraiment de sens. Le contrat peut aussi être présenté en utilisant des symboles. Être vigilant à la forme est nécessaire pour faire de ce contrat un réel outil.

Ce qui est remis en question ce n'est pas la raison d'être du contrat, mais le nom qu'il porte et la confusion que ce nom peut générer ainsi que la forme qu'il prend en fonction du public concerné.

Tous ces débats autour du mot contrat, de sa forme, de son contenu ont fait émerger une réflexion : pour mettre en place une démarche de récit de vie ne faut-il pas créer des « brèches » ou des « bulles » ? Créer des « bulles », des lieux protégés pour arriver à développer une implication et une plongée authentique dans son histoire de vie. Créer des « brèches », car il y a une invitation à une autre manière de faire, de se dire, de réfléchir son histoire par rapport à certaines démarches habituelles. La perspective d'émancipation s'inscrit dans cette « brèche ».

Chaque formateur dans son contexte de travail et en fonction du public qui est le sien aura à imaginer le nom, la forme qu'il donne à cette étape indispensable qui précède le démarrage de la démarche et qui permet un travail d'implication et d'élaboration. Construire le contrat avec les participants, le nommer charte pour le décaler, le faire sous forme de dessin, l'afficher..., autant de pistes à creuser pour qu'il soit signifiant et porteur.

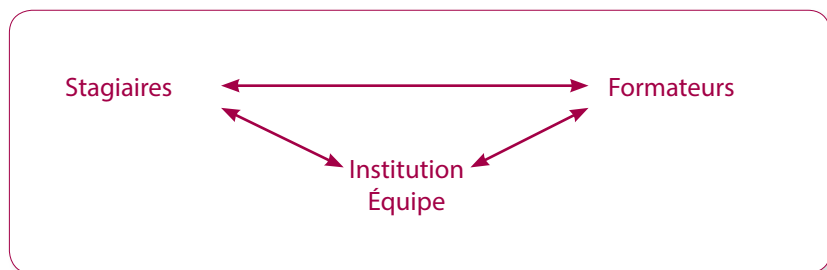
Si le contrat entre les participants et le formateur est essentiel, il est aussi important que le contrat entre le formateur et ses collègues et ses responsables soit, lui aussi, clarifié.

**Ce qui est en jeu c'est tout d'abord la confidentialité. Il est impossible de réaliser cette démarche en ayant comme mandat implicite ou explicite de rendre compte de certaines informations concernant les stagiaires participant à la démarche de récit de vie.**

« Dans le cadre de mon travail, j'ai besoin de sentir que l'équipe me soutient dans cette démarche, qu'elle est OK avec le cadre mis en place. Pour moi, c'est essentiel pour mettre les chances de mon côté. J'ai besoin de partager avec l'équipe le sens, les conditions nécessaires de cette démarche, car il est certain qu'elle va avoir un impact sur notre travail à tous. »

Ce témoignage illustre combien la réussite de cette démarche repose sur tous et qu'il est difficile de la porter seul. Être soutenus et compris quant au sens et aux enjeux de la démarche sont des éléments indispensables.

C'est du contrat triangulaire qu'il est aussi question.



Le contrat entre les stagiaires et les formateurs doit être soutenu, porté par les contrats qui relient l'institution et les formateurs, mais aussi l'institution et les stagiaires. C'est une garantie pour la réussite de la démarche. L'institution doit clarifier avec les stagiaires et les formateurs qu'elle soutient la démarche de récit de vie, son sens, sa portée et qu'elle respecte la confidentialité des propos et la démarche volontaire comme balise pour le fonctionnement du groupe. Les différents acteurs doivent être au clair et d'accord sur ces aspects afin de valider le travail qui va démarrer.

## 5. Et avec « notre » public ?

Derrière cette question « et avec notre public ? » se pose clairement la question du transfert de la démarche du récit de vie avec les stagiaires et se cachent également d'autres questions mises en évidence par les participants.

Quelles sont les caractéristiques de « notre public » ? Comme formateurs/ animateurs sommes-nous prêts à entendre certains récits ? Quels thèmes proposés qui soient significatifs et porteurs pour « notre public » ? Quels supports utilisés qui soient pertinents ? C'est sur ces différentes questions que les participants apportent leurs réflexions.

Les participants ont tous souligné l'importance d'être vigilants aux fragilités et aux parcours des personnes qui composent leurs groupes.

« Certains de nos stagiaires ont des histoires douloureuses. Quels sens pour eux d'y replonger ? Et moi, est-ce que je suis prête à entendre ? »

« Nous avons dans nos groupes des personnes qui ont vécu le génocide, je ne pense pas que cela soit le lieu pour retraverser cela et je ne me sens pas les épaules pour le faire. »

« J'ai dans mes groupes des personnes qui ont été abusées. Je ne me sens pas prête à gérer cela. Et je pense que ce ne serait pas évident pour le groupe non plus qui doit continuer à se voir par la suite. »

Être attentif au groupe, à ses caractéristiques, à ses forces et ses fragilités et voir en fonction de tout cela si, comme formateur, je me sens **prêt à offrir cette démarche**, est une question essentielle à se poser.

Les témoignages qui suivent mettent en évidence **le sens** que certains participants donnent à la démarche en fonction du « public » qui est le leur.



*« Je travaille avec des personnes migrantes et je trouve intéressant de pouvoir leur proposer un travail autour de leurs racines. Cela a tout son sens. »*

*« Je travaille avec des apprenants (alpha) et je crois que le récit de vie peut leur permettre de voir d'où ils viennent et où ils veulent aller. Cela permet de retrouver un fil conducteur. Mais je me rends compte que je me pose la même question pour moi. Où veux-je aller aujourd'hui ? Nous sommes un peu tous en questionnement sur le sens. »*

Retraverser son histoire, non pour sombrer dans son passé, mais pour y souligner également ce qui a été porteur, ce qui a permis de poursuivre la route. Le regard que nous posons sur hier, détermine notre manière de nous voir aujourd'hui et de construire demain. Entamer un travail de récit de vie avec les stagiaires c'est les inviter à regarder leur histoire avec leurs deux yeux, tant celui qui pointe les éléments douloureux que celui qui nomme les moments porteurs. C'est aussi les inviter à situer leur histoire dans un contexte plus large, dans une histoire sociale qui permet de comprendre autrement les éléments douloureux ou porteurs.

Les participants ont également posé la question de **la pertinence du thème** en fonction de leur public.

*« Pour ma part, je travaille en collaboration avec une Initiative Locale d'Accueil et choisir un thème autour des origines, de ce qui fait la fierté d'appartenance peut être intéressant. »*

*« Le public avec lequel je travaille se forme à l'accompagnement et à la garde d'enfants. Choisir le thème de l'accompagnement ou de la famille pourrait être intéressant. »*

Comme nous l'avons déjà souligné, le thème participe à cadrer la démarche. On ne peut parler de toute sa vie, il faut pouvoir prendre une porte d'entrée. Trouver la porte la plus porteuse pour le public est une réflexion indispensable à mener.

Les participants ont aussi questionné **les supports** à explorer avec le public qui est le leur. Il y a place pour la créativité en fonction des réalités des différents groupes que l'on rencontre dans le secteur de l'insertion socioprofessionnelle.

*« Quand je travaille avec des personnes qui ne savent ni lire ni écrire comment inventer des supports qui leur soient accessibles et qui permettent de soutenir l'expression. »*

Les objets, le photolangage, les postures, le dessin, etc. autant de supports possibles à inventer. Les supports utilisés se doivent de soutenir l'expression et non de rappeler à l'autre ses limites.

*« Les personnes avec lesquelles nous travaillons se disent souvent "nulles". Il importe d'être vigilants aux supports utilisés pour ne pas renforcer cette image, pour permettre une prise de conscience des ressources que chacun a dans son sac à dos. Ce travail ouvre alors à une autre manière de regarder les choses et c'est cela qui est essentiel pour les stagiaires avec lesquels je travaille. »*

Oui, l'enjeu de la démarche de récit de vie est aussi l'estime de soi. Comment les supports proposés vont-ils stimuler la personne et non la casser. La reconnaissance par autrui de son parcours, de ses souffrances, de ses traversées, de ses potentialités peut aider une personne à avancer et la pertinence des supports n'est pas une question anecdotique.



## 6. Une place centrale pour le narrateur

Dans le dispositif, une place centrale est donnée au narrateur, une attention particulière est portée à celui qui raconte son histoire. Il décide ce qu'il partage et ce qu'il garde pour lui. Il ne prend pas un chemin qui lui est proposé s'il ne désire pas s'y engager. Il s'agit de respecter le choix du narrateur, si un aspect qu'il a mis en évidence interpelle le groupe où questionne le formateur alors que lui ne désire pas aller plus loin, son choix est primordial.

*« Dans un des groupes de formation, un participant avait mis dans son arbre généalogique un point d'interrogation à la place de sa grand-mère paternelle. Cela a très vite mobilisé le groupe. L'envie de creuser, de voir l'impact de cette façon de présenter les choses était bien présente. Or, le narrateur n'était pas mobilisé par ce point d'interrogation. Ses questions étaient ailleurs. »*

Une interpellation peut être formulée autour de ce point d'interrogation, mais le formateur et le groupe n'imposeront pas le chemin à prendre et au contraire rejoindront le narrateur dans le questionnement qui est le sien.

Quand nous écoutons un récit, la parole de l'autre ramène à soi. Rester centré sur le narrateur, sur ce qu'il veut, ce qu'il sent, sur ce qui est porteur pour lui pour le moment est essentiel. Cela n'empêche pas la formulation d'hypothèses.

*« Je suis arrivé à aller très loin quand j'ai exposé et travaillé mon récit de vie, je me demande si notre public de stagiaires pourra aller si loin ? »*

Tout d'abord que signifie le « loin » ? Cette perception est sans doute terriblement subjective. Ce qui m'apparaît « loin » peut apparaître « peu » pour un autre. Ce qui m'apparaît comme un pas de souris est pour l'autre un pas de géant. Ce qui compte, c'est que chacun aille jusqu'où il peut, jusqu'où il veut aller pour le moment. « Ni forcer, ni retenir<sup>43</sup> ». Par ailleurs, il ne faut pas sous-estimer le travail d'élaboration qui découle des moments de formation. Le travail se poursuit entre les séances et après les séances.

*« Quand on commence à raconter, il se peut que l'on aille au-delà de ce que l'on imaginait dire ».*

Cette réflexion souligne que le narrateur peut être surpris de ce qu'il a partagé. Surpris d'avoir raconté un pan de sa vie qu'il n'imaginait pas nommer. C'est sans doute le cadre créé qui permet cette expression, mais il est important de vérifier avec la personne qu'elle est OK avec cela, de voir ce qu'elle a besoin d'en dire et d'entendre également le groupe.

Lorsque le narrateur se raconte, il bricole avec les souvenirs qui sont les siens. Il donne sens à sa vie. Si le récit repose sur des faits objectivables, le narrateur va leur donner une signification bien personnelle et subjective. Cela construit la représentation qu'il se fait de son passé. Dans son récit, chaque narrateur met en évidence certains éléments et en laisse d'autres dans l'ombre. Il y a des silences et des omissions. Ceux-ci ont du sens. Ne pas « forcer » les silences, les accueillir, les laisser être et quand le narrateur le souhaite, avancer, poursuivre le travail.

Le croisement des différentes trajectoires permet aussi à chaque narrateur des prises de conscience d'enjeux sociaux, de conflits qui traversent l'ensemble de la société. Ce croisement permet d'aller plus loin, de prendre de la hauteur, d'articuler les dimensions individuelle, familiale et sociétale. Chaque narrateur pourra ainsi s'approprier le travail d'analyse réalisé dans une perspective de co-construction. Tout ce travail permet une forme de dégageant et de reprise de pouvoir sur sa vie. C'est convoqué comme nous l'avons noté dans la première partie : le sujet sociohistorique et le sujet acteur.

Donner une place centrale au narrateur suppose également une certaine posture pour le formateur-animateur. C'est l'objet du point suivant.

<sup>43</sup> Balise entendue lors de la participation à des séminaires d'implication à l'Institut International de Sociologie Clinique (Paris).



## 7. La posture du formateur-animateur

Le formateur qui anime une démarche de récit de vie en formation doit adopter une certaine posture. Celle-ci va parfois le décaler d'une posture où il doit « transmettre des savoirs ».

Dans la démarche en récit de vie, le formateur-animateur reconnaît le stagiaire comme porteur de savoirs, d'histoire et s'inscrit dans une démarche de co-construction.

*« L'être humain (...) un sujet capable d'énoncer un savoir sur sa propre existence et sur son histoire. »*

Christophe Niewiadomski

Aider le stagiaire à construire du sens, à faire des liens, à se comprendre pour mieux avancer, voilà ce qui motive le formateur-animateur.

**« Il se raconte et j'en fais quoi ? » questionnait un participant. À cette question posée par un participant, nous aurions envie de répondre par une autre : « il se raconte et cela lui fait quoi ? ».**

En d'autres mots, comment cela permet-il au stagiaire un regard différent sur son histoire ? Quelle lecture de sa trajectoire et quelles perspectives futures s'ouvrent à lui ?

C'est pour le sujet qui se raconte que le dispositif est mis en place. Le formateur-animateur et le groupe le soutiennent dans l'élaboration, dans la construction de sens. Et pour le soutenir, le formateur-animateur a besoin tant de compétences méthodologiques que de compétences d'accompagnement et de connaissances lui permettant d'articuler différents niveaux d'analyse (de l'individuel au sociétal).

La posture à adopter permet de donner la parole aux participants et non de prendre la parole. Prendre, dans le sens de confisquer, d'instrumentaliser ou de parler à la place.

L'autre se raconte pour mieux se comprendre, voilà l'enjeu, voilà le défi de la posture à prendre.

Cela suppose aussi de pouvoir accueillir les émotions qui peuvent surgir.

*« J'ai vraiment eu beaucoup d'émotions en présentant mon arbre généalogique. J'ai moi-même été surprise de cela. Pour me soutenir, quand je parlais, quand je racontais, je regardais mon arbre. »*

*« J'ai parfois la crainte de la profondeur dans laquelle la démarche peut nous conduire. Suis-je OK pour cela et avec cela ? »*

Il est difficile d'imaginer faire un travail de récit de vie sans que les émotions ne soient sollicitées. Il faut pouvoir être prêt à les accueillir, à permettre que des mots soient mis ou que des silences se fassent. Offrir une écoute émotionnelle appartient aussi à ce qui est attendu de celui qui anime la démarche de récit de vie.

*« Et si je suis touchée et que les larmes me viennent quand le stagiaire partage son histoire ? Je fais quoi ? », se demande une participante.*

Nous pouvons, comme formateur-animateur, être touchés par le récit de l'autre. Pouvoir le dire, nommer les choses et prendre un peu de distance sera alors nécessaire. C'est une façon pour l'autre de nous sentir « humains ». L'essentiel est d'arriver à gérer son émotion pour ne pas la faire porter au narrateur. Être ému est humain et sain. Être submergé par ses émotions demande à être retravaillé impérativement pour laisser au narrateur son espace d'expression.

Il importe de souligner que la démarche de récit de vie en formation n'est pas un travail thérapeutique, mais elle permet de réaliser un travail existentiel qui ne peut faire l'économie des émotions. Être au clair avec soi, avec le langage des émotions, avec ses limites et ses possibles comme formateur-animateur est une force pour ce travail d'accompagnement.

L'accompagnement de la démarche de récit de vie en formation demande une authentique présence humaine construite sur l'écoute, le respect et la confiance mutuelle. Cette posture doit soutenir le travail de la parole, le travail réflexif dans lequel la personne et le groupe s'engagent.

Animer à deux formateurs est également une garantie pour le travail même si les conditions matérielles, financières ne le permettent pas toujours. Être deux, c'est se donner les moyens d'être vigilants aux multiples dimensions, c'est permettre aussi des résonnances différentes. C'est offrir au groupe une présence, un soutien et un accompagnement plus intense. C'est permettre un croisement des regards pour réaliser la mise en perspective des différents récits et l'élaboration d'analyses en lien avec le thème choisi.

## 8. Les mots de la fin

Pour terminer cette troisième partie, nous laissons la parole aux participants.

Ils soulignent combien la démarche de récit de vie que nous avons pu vivre ensemble a été une expérience porteuse à différents niveaux.

### L'ouverture à une démarche réflexive

La démarche de récit de vie permet à la réflexivité de se déployer.

*« On se remet en question, on s'interroge sur le sens, sur les valeurs à l'œuvre. »*

*« C'est tout un travail d'élaboration qui s'enclenche. On se repose des questions sur son parcours du fait de l'avoir raconté et d'avoir entendu d'autres raconter le leur. »*

*« Avec ce travail, je me pose des questions que je ne m'étais jamais posées avant. Je suis aussi allée interroger mes parents. C'est intéressant. »*

### Une reconnaissance de soi

La démarche de récit de vie en formation ouvre aussi à la reconnaissance de soi nous disent les participants.

*« Les autres m'ont renvoyé des choses que je n'imaginai pas. Cela m'aide à faire un peu la paix avec moi. »*

*« Avoir dit "je" pour raconter mon histoire m'aide. Je me raconte souvent à travers le point de vue des autres. »*

### Une expérience humaine riche

*« Quelle densité humaine dans les échanges que nous avons eu aujourd'hui ! »*

Cette réflexion a été faite par un groupe au terme d'une des journées.

Ensemble, nous avons tenté de mettre en évidence les éléments qui avaient selon eux permis cette « densité humaine », cette « humanité partagée ».

Voilà quelques-unes des hypothèses énoncées :

- › le contrat de départ et le cadre créé participent à une mise en confiance qui permet l'implication,
- › le dévoilement progressif et le respect du rythme de chacun témoignent du souci de reconnaître chacun dans son cheminement. La confiance s'installe progressivement,
- › l'organisation de l'espace<sup>45</sup> soutient l'expression de chacun et souligne le souci d'être à l'écoute. Cette organisation permet l'échange dans le groupe et la co-construction.

<sup>45</sup> Selon les différents temps de travail les participants se retrouvent autour des tables ou en rond sans table ou occupent des espaces différents de la pièce.



## Un travail de dégagement

Les participants ont mis en évidence le travail de dégagement permis par la démarche.

*« Le fait de raconter permet de se libérer, de se dégager. Je me sens plus légère. »*

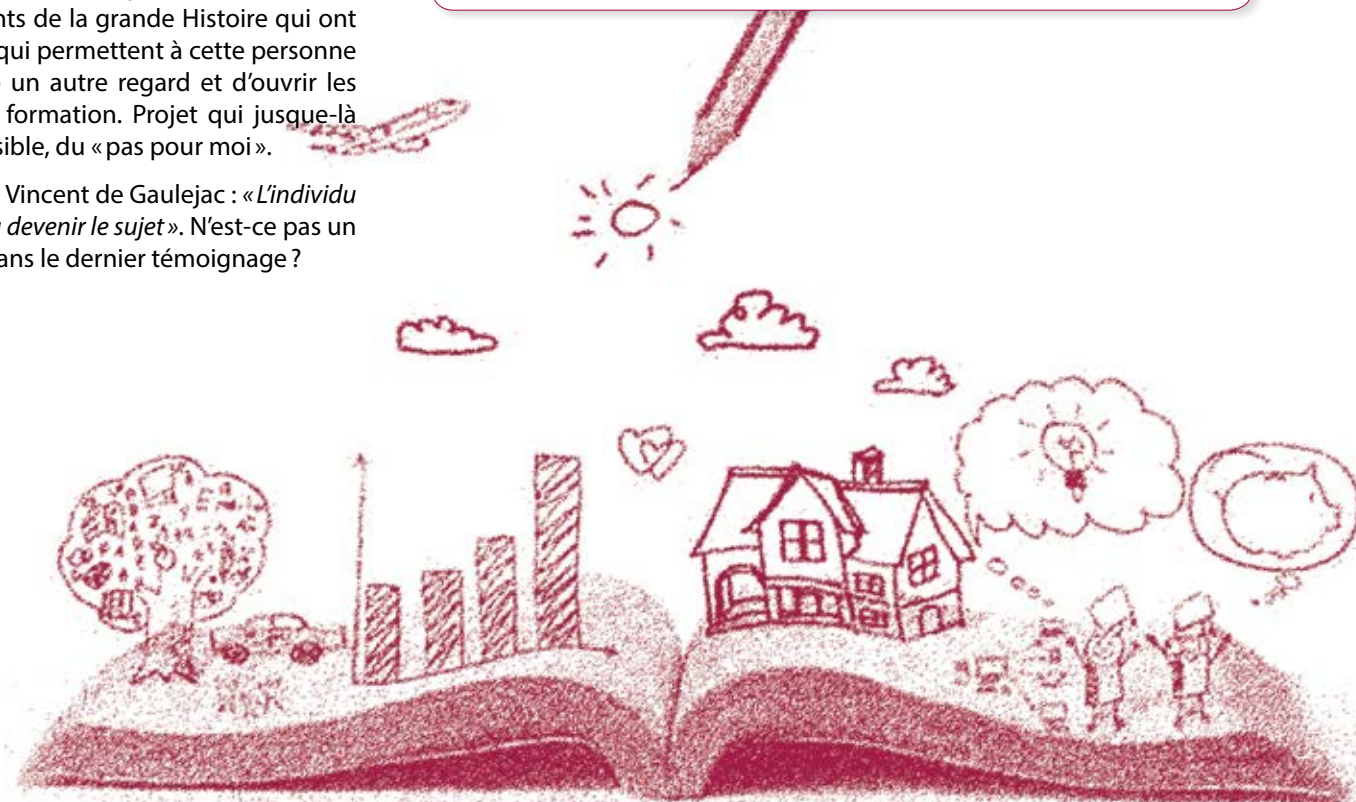
*« J'ai fait des prises de conscience de certains obstacles qui m'empêchaient de reprendre une formation. Je me sens à présent avec l'envie de franchir le pas. »*

Le thème a permis une mise en perspective de questions qui traversent la problématique de la formation et du travail. Le témoignage repris ci-dessus en est porteur entre les lignes. Ce sont des prises de conscience de certaines valeurs familiales, de moments de la grande Histoire qui ont joué dans la trajectoire de ce participant, qui permettent à cette personne de se dégager, de poser sur son histoire un autre regard et d'ouvrir les possibles en décidant de reprendre une formation. Projet qui jusque-là semblait appartenir au monde de l'impossible, du « pas pour moi ».

Nous ouvrons ce Cahier avec la phrase de Vincent de Gaulejac : « L'individu est le produit d'une histoire dont il cherche à devenir le sujet ». N'est-ce pas un peu ce chemin qui semble avoir été pris dans le dernier témoignage ?

*Pour les participants, la démarche en récit de vie a permis :*

- › une démarche réflexive ;
- › une reconnaissance de soi ;
- › une expérience humaine riche ;
- › un tissage de liens ;
- › un travail de dégagement ;
- › une ouverture des possibles.









# Quatrième partie

## Du bon usage du récit de vie en formation dans le secteur des CISP

### 1. Introduction

Dans cette quatrième et dernière partie, nous attirons l'attention sur trois points.

Nous soulignons que le dispositif de récit de vie en formation doit permettre une expression différente de soi, une construction identitaire et un tissage de liens. C'est essentiel pour s'inscrire dans une perspective d'émancipation.

Nous mettons ensuite en évidence combien être animateur-formateur de cette démarche ne s'improvise pas et suppose de construire une posture particulière.

Pour clôturer, nous faisons un inventaire non exhaustif de questions à se poser avant de démarrer l'aventure du récit de vie en formation.

### 2. Permettre une expression différente de soi, une construction identitaire et un tissage de liens

La démarche de récit de vie permet de se raconter différemment et de créer un autre rapport aux professionnels.

*« On n'a pas l'habitude de se raconter ainsi. C'est une expérience d'expression de soi particulière qui peut entraîner des surprises, des émotions, des réflexions. Un travail intense et intéressant. »*

Ce témoignage d'un participant à la formation souligne que la démarche proposée crée une expression de soi différente. Il ne s'agit pas seulement de raconter sa vie. En effet, à tout moment de notre vie, nous nous racontons, entrons-nous pour autant dans une démarche de récit de vie ? La réponse est non.

Pourtant, loin de nous l'idée de faire une ligne de démarcation entre ce qui est et ce qui n'est pas une démarche de récit de vie. Il est important cependant de souligner que des ingrédients doivent être présents pour entrer dans cette démarche.

Comme nous l'avons déjà souligné, raconter sa vie est parfois devenu, pour les personnes précarisées, une démarche habituelle dans leur rapport aux professionnels et aux institutions. Certains imaginent même que c'est ce que l'on attend d'eux. Raconter sa vie pour que « l'autre » sache, pour que « l'autre » comprenne. Raconter tout ce qui ne va pas pour obtenir l'aide dont on a besoin.

Dans la démarche de récit de vie en formation, l'enjeu est différent. L'occasion est donnée à chaque participant de souligner dans son histoire à la fois des aspects oubliés, des aspects positifs ou plus difficiles, des ressources mobilisées. Le narrateur se raconte pour mieux « se » comprendre, pour mieux saisir les questions et les enjeux en présence dans son histoire, dans sa trajectoire de vie et dans la grande Histoire. L'écoute, le questionnement des narrateurs, les hypothèses de compréhension articulant histoire individuelle, familiale et sociale sont autant d'éléments qui peuvent aider à progresser dans la compréhension de soi et du monde qui nous entoure.

La mise en mot de son histoire permet au narrateur des prises de conscience. Il peut redécouvrir son histoire, élaborer des liens entre différents moments de son histoire, se la réapproprier, nommer des ressemblances ou des différences avec les histoires des autres et ouvrir des pistes pour l'avenir. C'est une autre relation à son histoire qui peut voir le jour et en quelque sorte une autre relation à soi-même, voire une autre relation aux autres. Regarder hier d'une autre manière permet de poser un regard nouveau sur aujourd'hui et sur demain.

Cette façon de raconter son histoire peut également permettre aux professionnels de voir les stagiaires d'une tout autre manière.

*« J'ai été surprise de ce que tu nous as partagé. Je n'imaginais pas que tu étais porteur de tout cela », dit une participante après le partage par un autre participant de sa ligne de vie.*

Il est souvent difficile d'imaginer ce qui se cache comme histoire, comme événements derrière un visage.

Cette façon différente de se raconter peut permettre à chacun des participants, mais également aux professionnels des prises de conscience et un regard différent sur les personnes.

*« De la façon dont on parle des gens, dit Françoise Henrotte, dépend la façon dont on les traite. »*

Ce regard « neuf » n'est donc pas anodin pour le travail quotidien d'accompagnement et de formation, dans la relation à l'autre.

Permettre une expression différente de soi, c'est reconnaître à chacun un droit à la parole, c'est reconnaître au narrateur son point de vue, c'est reconnaître la richesse de chaque histoire. Chacun avance sur son chemin de vie avec « son » histoire.

*« Il ne faut pas considérer que la richesse des récits est réservée aux parcours de vie extraordinaires ! »* Catherine Lavolette<sup>46</sup>.

Si nous pouvons facilement dire que chaque histoire est unique et importante, il peut parfois y avoir, dans le déroulement de la démarche en récit de vie, des comparaisons entre les participants pouvant conduire certains à penser que leur histoire est moins attrayante, moins « rebondissante ».

L'échange entre deux participants de la formation est à ce titre intéressant.

*« Quand je vois ta trajectoire et la mienne, je me dis que pour moi c'est calme, une vie presque banale... »*

Et le second participant de répondre :

*« On peut grandir autrement que dans la souffrance. Ne t'excuse pas de ne pas avoir choisi la rupture. Je trouve justement ton histoire très éclairante. »*

Dire et redire que chacun fait avec son histoire. Se rappeler que l'enjeu est la réappropriation de son histoire pour devenir plus acteur de sa vie est capital.

<sup>46</sup> Lavolette, C. (2013) « Se construire au sein d'un collectif. Neuf mères de l'ombre se racontent. » p.40-55.



Offrir un temps d'écoute de son histoire à quelqu'un, c'est une façon de lui dire la valeur qui est la sienne. Cela peut surprendre une personne surtout si sa représentation est « *je ne suis pas quelqu'un de très intéressant* ». C'est aussi laisser la place à des histoires qui peuvent apparaître sans histoires.

Être reconnu, pouvoir dire « je » et se sentir relié et exister comme personne est un enjeu crucial avec le public des CISP. La démarche touche à l'identité de chacun.

*« Le terme d'identité contient une contradiction puisqu'il signifie à la fois ce qui est semblable, identique (idem), et ce qui est différent, ce qui se singularise. Cette dynamique contradictoire est au cœur des processus identitaires. L'individu se définit toujours et de façon indissociable par rapport aux autres et par rapport à lui-même. Il a besoin d'appartenir à un ensemble, une famille, un groupe, une classe, un peuple... et d'être reconnu comme membre particulier de sa communauté d'appartenance. Le besoin d'identification et le besoin de différenciation sont opposés et complémentaires. Cette dialectique existentielle lui permet de s'affirmer comme sujet unique et singulier, "à nul autre pareil", et pourtant semblable à tous les siens. »<sup>47</sup>*

La démarche de récit de vie permet cette reconnaissance comme sujet unique, mais également de tisser des liens, de nommer les éléments qui traversent les différentes trajectoires et qui nous relient aux autres.

*« Pour se sentir exister socialement, les individus ont besoin de se réaliser dans le rôle qui leur est propre avec toute la reconnaissance et le respect d'autrui. Que ce soit en individuel ou dans un groupe de paroles, et particulièrement avec des narrateurs et narratrices "fracturés" dans leur vie affective et relationnelle, professionnelle, familiale et/ou culturelle, la pratique du récit de vie permet un premier type de reconnaissance (...) »<sup>48</sup>*

La reconnaissance que peuvent apporter le groupe, les narrateurs, les formateurs-animateurs est essentielle. Le narrateur est reconnu avec son expérience de vie et son savoir sur celle-ci. Ils se relient à d'autres.

*« Les histoires ne sont pas les mêmes et pourtant. La vie de l'un peut éclairer la vie de l'autre. »*  
Jeanne Benameur

Les regards croisés sur les différentes trajectoires peuvent apporter un plus de sens, un moindre isolement, un tissage de liens.

*« (...) la démarche biographique ranime et vivifie toute la question du lien en général, fondamental dans la vie des sujets-acteurs, depuis la toute petite enfance jusqu'aux grands âges de la vie. Nous sommes en effet de plus en plus interpellés par le nombre grandissant d'individus éloignés des autres, repoussés dans les abîmes sociaux des hardes d'exclus, d'exilés, de désinscrits, de décrochés, de fragilisés, de déshumanisés. Donner la parole à ces "inexistants", avec le désir de comprendre les "cassures" de leur parcours de vie et leur réalité de tous les jours, en tentant aussi de construire de la connaissance avec eux et non pas sur ou pour eux, c'est vouloir reconstituer du lien, tissage microcosmique qui fait que nos sociétés ont encore la volonté de croire à l'édification d'une histoire commune sociale et humaine. »<sup>49</sup>*

Cette expression différente de soi, cette construction identitaire et ce tissage de liens supposent, comme nous l'avons déjà noté, qu'un contrat soit passé. Un contrat qui permet que tous soient partenaires dans la démarche (stagiaires, formateurs, équipe, institution) et que le cadre soit clair afin que l'engagement et l'implication puissent être au rendez-vous.

Nous avons trop souvent entendu des démarches qui se mettent en place sans que ce temps pour poser le cadre ne soit pris au démarrage du processus. Quelle violence ! Quel manque de respect que de forcer une personne à se dire si ce n'est pas sa volonté et sans lui avoir garanti un cadre sécurisant et bienveillant.

Néanmoins, le contrat ne met pas à l'abri de tous les risques. S'il balise un cadre, il ne va pas tout régler, ce serait illusoire que de le croire. Il est un outil, un élément tiers que chaque participant, chaque formateur peut solliciter quand des questions se posent.

La posture à construire et à adopter comme formateur-animateur est également à travailler pour inscrire la démarche de récit de vie dans une perspective d'émancipation.

<sup>47</sup> De Gaulejac, V. "Les sources de la honte". Desclée de Brouwer, p.81.

<sup>48</sup> Lavolette, C. (2013) Récits de vie. Construction de sens et de lien. Introduction. Les Politiques sociales, 1 & 2.

<sup>49</sup> Lavolette, C. (2013) Récits de vie. Construction de sens et de lien. Introduction. Les Politiques sociales, 1 & 2.

### 3. Construire « sa » posture de formateur-animateur

**« On n'est pas prêt à faire cela avec nos stagiaires pour le moment », nous partageaient des participants à la formation.**

La troisième partie de ce Cahier a bien mis en évidence que proposer une démarche de récit de vie dans le cadre d'une formation organisée dans un CISP ne s'improvise pas et ne peut se faire dans n'importe quel cadre institutionnel.

Les conditions institutionnelles doivent d'être interrogées afin de vérifier que la démarche pourra se développer de manière pertinente et respectueuse pour les participants et pour les formateurs-animateurs.

Garantir ce type de travail, suppose également que les formateurs-animateurs soient formés et qu'ils aient pu expérimenter la démarche de récit de vie pour eux-mêmes. Ensuite, chaque animateur-formateur aura à s'interroger. Peut-il offrir une écoute, une présence, une démarche de travail et une analyse qui permettent d'inscrire la pratique de récit de vie dans une perspective d'émancipation ? Voilà une question capitale

Y répondre par l'affirmative, c'est être vigilant à construire une posture où les dimensions méthodologiques, d'écoute complexe, de questionnement, de réflexivité et d'éthique sont prises en considération.

*Entrer dans une démarche de récit de vie en formation avec un groupe, c'est adopter à la fois :*

- › *une posture méthodologique,*
- › *une posture d'écoute complexe,*
- › *une posture de questionnement,*
- › *une posture de réflexivité,*
- › *une posture éthique.*





## Développer une posture méthodologique

Comme formateur-animateur, prendre en considération la dimension méthodologique, c'est réfléchir aux thèmes pertinents et aux supports porteurs en fonction des participants et de leurs caractéristiques. C'est aussi se questionner comme formateur sur la démarche proposée.

Dans cette posture méthodologique, le formateur-animateur est vigilant :

- › à structurer la démarche en différents temps : préparation, présentation, accueil, questions, analyse, appropriation,
- › à choisir un thème porteur de sens pour le public avec lequel il travaille,
- › à trouver des supports pertinents en fonction de son public,
- › à mettre le narrataire au cœur du dispositif,
- › à soutenir le groupe dans la démarche : expression, analyse, réappropriation...
- › à garder le fil avec le thème choisi.

## Développer une posture d'écoute complexe.

*« Qu'est-ce que j'écoute et avec quel objectif ? » est une question importante à garder en tête comme formateur-animateur.*

Chacun de nous écoute en fonction de son histoire. Cela suppose que le formateur-animateur ait pu réaliser un travail sur celle-ci, pour ne pas « mélanger » son histoire à celle des participants, pour pouvoir entendre ce que ceux-ci lui partagent et l'accueillir. C'est aussi garder présent dans son écoute, l'objectif d'émancipation et le lien avec le thème mis au travail dans le groupe.

L'écoute complexe est une écoute qui articule différents niveaux d'analyse : l'individuel, le familial, le social. Cela suppose un croisement des savoirs venus des sciences humaines (psychologie, sociologie, sociologie clinique, philosophie, droit, économie...). Clarifier ses référents théoriques est donc utile.

Entendre la dimension émotionnelle du récit relève aussi de l'écoute complexe. Les émotions sont comme « l'horloge de la subjectivité », nous dit Vincent de Gaulejac. Il importe de pouvoir leur laisser une place, de permettre au narrateur de les déposer et de les travailler.

Dans cette posture d'écoute complexe, le formateur-animateur est attentif :

- › aux indices affectifs,
- › au ton de la voix,
- › aux tournures des phrases,
- › aux mots utilisés,
- › aux attitudes du narrateur et du groupe,
- › aux différents niveaux d'analyse à articuler : l'individuel, le familial, le sociétal,
- › aux croisements des disciplines.

## Développer une posture de questionnement

*« Ce ne sont pas les réponses, mais les questions qui vous font évoluer. »*

Patrice Ras

La posture de questionnement apparaît comme une évidence. Pourtant adopter cette posture ne va pas toujours de soi et nécessite un travail de tous les instants.

Trouver la bonne question ! Celle qui permet à l'autre de se dire, de se raconter et déjà parfois de mieux se comprendre. Celle qui fait sens pour l'autre et qui ne sera pas source, comme le dit Bourdieu, de « violence symbolique », d'imposition d'une manière de voir. Celle qui permet un recadrage et une ouverture du champ des possibles. Celle qui permet au narrateur et au groupe de cheminer.

C'est un « questionnement teinté d'humanité » que va développer le formateur-animateur. Un questionnement sous-tendu par sa qualité d'écoute, par sa présence chaleureuse, par sa disponibilité, par son ouverture d'esprit.

Dans cette posture, le formateur-animateur cherche :

- › à trouver les questions ouvertes qui permettent au narrateur et au groupe de progresser dans leurs réflexions,
- › à ouvrir d'autres regards et d'autres possibles.

## Développer une posture de réflexivité

*« Plus on sait qui on est et comment on fonctionne, plus il devient évident de se questionner sur ce qui vient de nous et ce qui vient de l'autre dans la relation. »*

Christophe Niewiadomski

La réflexivité est un processus qui permet un retour de la pensée sur elle-même. L'esprit analytique et critique sont ici conviés et c'est le formateur-animateur et sa pratique qui sont le sujet et l'objet de la démarche réflexive.

Cela suppose d'avoir réalisé pour soi-même un travail sur son histoire de vie et d'être soutenu comme formateur-animateur. Avoir des lieux pour mettre en mot sa pratique de formateur-animateur en récit de vie, pour la réfléchir, pour se remettre en question et pour s'outiller est indispensable.

C'est aussi pouvoir être deux dans l'animation d'un groupe quand cela est possible. C'est une garantie supplémentaire pour pouvoir mener de manière pertinente un processus de récit de vie en formation. Être deux, c'est croiser les regards, croiser les savoirs, c'est enrichir l'accompagnement de la démarche en récit de vie.

## Développer une posture éthique

Le formateur-animateur ne peut pas faire l'économie d'une réflexion éthique. Il réfléchit au contrat passé et aux conditions qu'il crée afin de faire du récit de vie en formation un espace d'émancipation où la violence symbolique n'est pas une fois de plus au rendez-vous.

L'enjeu est d'offrir aux stagiaires « un plus de sens ». Ne pas raconter sa vie une fois de plus, pour raconter. Mais comprendre les enjeux en présence et ouvrir des possibles. Ne pas faire un « tour de honte » supplémentaire, de « confiscation » de la parole ou encore de « sensation d'être nul ».

L'enjeu est de permettre aux stagiaires de travailler leur vie. Car comme l'écrit Vincent de Gaulejac (2008) « *Le récit de vie permet au sujet de travailler sa vie. Raconter son histoire est un moyen de jouer avec le temps de la vie, de reconstruire son passé, de supporter le présent et d'embellir l'avenir.* ».

Dans cette posture, le formateur-animateur est vigilant :

- › à questionner les enjeux de la démarche,
- › à développer un dispositif de récit de vie porteur d'un projet d'émancipation du sujet,
- › à travailler le contrat tant avec l'institution qu'avec les participants
- › à développer une démarche de récit de vie où l'aspect volontaire et confidentiel de la démarche est présent.



## 4. Se questionner avant de se lancer

Raconter sa vie n'est jamais neutre tant pour le narrateur que pour le (ou les) narrataire(s).

Le formateur-animateur se doit d'être vigilant à différentes dimensions qui vont de l'ancrage institutionnel de la démarche à sa posture en passant par les questions de sens et d'éthique. In fine la question centrale n'est-elle pas : pour quoi solliciter le récit ? Quel est le sens de la démarche proposée ? S'inscrit-elle dans une perspective d'émancipation qui redonne aux participants leur pouvoir d'agir ?

*Les participants aux trois modules ont identifié différentes questions qu'ils estiment nécessaires de se poser avant de se lancer dans une démarche de récit de vie en formation. Nous les avons regroupées autour des six thématiques suivantes :*

- › le sens de la démarche,
- › le cadre institutionnel,
- › le contrat,
- › les spécificités du public,
- › la posture de formateur-animateur,
- › la démarche méthodologique.

### Le sens de la démarche

- › Quel est le sens de mettre en place une démarche de récit de vie de formation avec les stagiaires ?
- › Quelles sont les finalités poursuivies ? Pour répondre aux demandes de qui ?
- › Ce projet s'inscrit-il dans une perspective d'émancipation ? Comment faire en sorte de l'y inscrire en identifiant les obstacles éventuels pour mieux les dépasser ?
- › ...

### Le cadre institutionnel

- › Quel est le cadre institutionnel dans lequel cette démarche prend naissance ?
- › La démarche est-elle soutenue par les différents acteurs de l'institution ?
- › Est-ce un projet d'équipe ou solitaire ?
- › Ce cadre est-il porteur ou non ?
- › Comment informer les partenaires de la démarche et de son sens ?
- › Comment s'assurer que la démarche ne soit pas instrumentalisée ?
- › ...



## Le contrat

- › Le contrat triangulaire soutient-il la confidentialité, le caractère volontaire de la démarche ?
- › Le contrat passé avec les participants reprend-il les balises de confidentialité, de choix, de liberté d'implication, etc. ?
- › Si non, quels sont les risques et la pertinence de la démarche ?
- › Peut-on avancer avec ceux qui sont volontaires ?
- › Quelle forme donner au contrat pour que les participants se l'approprient ?
- › ...

## Les spécificités du public

- › Quelles sont les caractéristiques du public auquel la démarche de récit de vie serait proposée ?
- › La démarche semble-t-elle pertinente et réaliste ? Pour répondre à cette question, différentes dimensions peuvent être prises en considération comme le nombre de participants dans le groupe, la fréquence des rencontres, le turn-over dans les groupes, la complexité de certaines histoires, la dynamique du groupe, etc.
- › ...

## La posture de formateur-animateur

- › Quel est le mandat "habituel" du formateur-animateur dans l'institution ?
- › Comment celui-ci est-il compatible avec la posture de formateur-animateur de la démarche de récit de vie en formation ?
- › Le formateur-animateur a-t-il expérimenté pour lui-même la démarche de récit de vie ?
- › Quelles sont les formations suivies qui peuvent être un soutien pour le formateur-animateur ?
- › Quelles sont ses ressources pour développer une écoute complexe, une démarche méthodologique, un questionnement, etc. ?
- › Comment le formateur-animateur est-il soutenu dans sa démarche et relié à d'autres pour partager sa pratique ?
- › ...

## La démarche méthodologique

- › Quel thème choisir pour que celui-ci soit porteur de sens pour les stagiaires ?
- › Un thème dont chacun a une expérience singulière et une connaissance.
- › Un thème qui permet de revisiter son histoire, de comprendre les enjeux personnels, familiaux et sociétaux qui la traversent et d'ouvrir des possibles.
- › Comment à travers ce thème "mobiliser" et non "écraser" ?
- › Quels sont les supports les plus parlants en fonction des caractéristiques des stagiaires ?



- › À quel moment de la formation, cela est-il le plus pertinent de proposer la démarche de récit de vie ?
- › ...

Cette liste de questions pourrait se poursuivre.

Elle permet de mettre en évidence des éléments importants à interroger avant de démarrer.

## 5. Pour terminer

Il nous reste à souhaiter à toutes celles et à tous ceux qui feront le choix de vivre avec leurs stagiaires une démarche de récit de vie en formation, de le faire en gardant à l'esprit les questions et vigilances élaborées tout au long de ce Cahier afin d'inscrire cette démarche dans une perspective d'émancipation pour tous et toutes.

*« Chaque groupe "histoire de vie" constitue en fait une aventure tant pour l'animateur que pour les personnes qui socialisent leurs récits. »<sup>50</sup>*

Oui, c'est à chaque fois une nouvelle aventure.

Que l'aventure soit belle et porteuse...



<sup>50</sup> C.Niewiadomski (2012) p.61.



# Bibliographie

**Bliez-Sullerot, N et Mevel, Y.** (2004) *Récits de vie en formation. L'exemple des enseignants.* L'Harmattan.

**Bruner, J.** (2010) *Pourquoi nous racontons-nous des histoires? Le récit au fondement de la culture et de l'identité.* Editions Retz.

**Depasse, J. et Herman, V.** (2012) *Raconter pour se relier. Une pratique de récit de vie en Education permanente.* CEFOC.

**Gaulejac, V.(de),** (1987), *La névrose de classe.* Hommes et Groupes éditeurs.

**Gaulejac, V. (de),** (1996), *Les sources de la honte.* Desclée de Brouwer.

**Gaulejac, V. (de), Legrand, M (dir.)** (2008), *Intervenir par le récit de vie. Entre histoire collective et histoire individuelle.* Erès.

**Gaulejac, V.(de)** (2013) *Entre l'individu et le sujet, il y a toute une histoire... Pour une approche socio-clinique des récits de vie.* In Les Politiques Sociales 1 & 2.

**Graitson, I. et Neuforge, E.** (2008) *L'intervention narrative en travail social. Essai méthodologique à partir des récits de vie.* L'Harmattan.

**Laviolette, C.** (2013) *Récits de vie. Construction de sens et de lien. Introduction.* Les Politiques sociales, 1 & 2.

**Legrand, M.** (2006) *Raconter son histoire* in L'individu contemporain. Regards sociologiques. Editions Sciences humaines.

**Mercier, L ; et Réhaume, J** (2007) *Récit de vie et sociologie clinique.* Presses de l'Université de Laval.

**Niewiadomski, C.** (2012), *Recherche biographique et clinique narrative. Entendre et écouter le Sujet contemporain.* Erès.

**Niewiadomski, C. et Delory-Momberger, C. (dir.)** 2013, *La mise en récit de soi. Place de la recherche biographique dans les sciences humaines et sociales.* Presses Universitaires du Septentrion.

**Trekker, A., Loicq, F. et Cambier, C.** (coord.) 2009, *Récit de vie. Des pratiques qui se racontent.* Traces de vie.

**Vargas-Thils, M.** (2013), *Récit de vie et construction de soi chez l'individu social contemporain* in Politiques Sociales 1 & 2.

# L'INTERFÉD

Partenaire pour l'insertion



Rue Marie-Henriette, 19-21  
5000 Namur  
Tél: 081/74 32 00  
Fax: 081/74 81 24  
E-mail: [secretariat@interfede.be](mailto:secretariat@interfede.be)  
[www.interfede.be](http://www.interfede.be)

*A quelles conditions et dans quel contexte organisationnel la démarche du récit de vie peut-elle être proposée aux stagiaires des CISP ? Cette question a guidé la rédaction de ce Cahier de l'Interfédé.*

*Dans un contexte où la mise en mots de soi, où l'exposition de soi est une évidence, mais aussi dans un contexte d'activation des demandeurs d'emploi où l'entrée en formation peut être contrainte, des professionnels du secteur des CISP ont expérimenté la démarche de récit de vie en formation dans le cadre de leur formation continuée. A partir de cette initiation et en lien avec leur expérience professionnelle dans les centres de formation, ils ont réfléchi aux conditions de transfert de cette méthodologie dans leur pratique et identifié des points d'appui et des balises pour que la proposition aux stagiaires de s'engager dans une démarche de récit de vie soit constructive, respectueuse et émancipatrice. Ce Cahier vous livre leur réflexion.*

Avec le soutien de la convention cadre non-marchand

En collaboration avec le Fonds Social Européen et de la Wallonie

