

Charte de l'autobiographie raisonnée

1. L'autobiographie raisonnée est une démarche de réflexion personnelle. Elle comprend trois temps : un entretien, l'écriture d'un texte, une présentation orale. Elle permet d'approfondir la connaissance du parcours de vie, de conforter l'identité et de favoriser la définition de projets.
2. L'entretien autobiographique permet à une personne, dite personne-projet, de raconter son parcours de vie à une autre personne, dite personne-ressource. L'entretien autobiographique est confidentiel.
3. L'autobiographie raisonnée n'est pas un instrument au service d'une institution, d'un chercheur, d'un employeur. L'autobiographie raisonnée n'est ni un curriculum vitae, ni une technique de coaching, ni un bilan de compétences, ni une thérapie, ni une séance de développement personnel, ni un entretien d'orientation, ni un entretien conseil.
4. La personne-projet est volontaire. Elle peut arrêter l'autobiographie à tout instant de la démarche.
5. La personne-projet ne doit rien à la personne-ressource.
6. La personne ressource a réalisé auparavant les trois temps de l'autobiographie raisonnée en tant que personne projet.
7. La personne ressource peut arrêter l'entretien autobiographique lorsqu'elle considère que la personne projet n'en respecte pas les principes.
8. La personne-ressource ne se présente pas. Au cours de l'entretien la personne-ressource ne parle jamais d'elle-même.
9. La relation entre la personne-ressource et la personne-projet est respectueuse, amicale sans être intime. La personne-ressource est exclusivement au service de l'expression de la personne projet. Elle l'écoute avec attention, évite de couper sa parole, la relance quand nécessaire. Sa posture est bienveillante et distanciée.
10. La personne-ressource guide l'expression de la personne-projet. Elle intervient pour éviter que la personne-projet exprime des confidences intimes et des traumatismes. La personne-ressource est garante de la démarche autobiographique centrée sur l'expression des faits sociaux. La personne-ressource observe une totale neutralité, s'abstient de juger, d'interpréter et d'analyser les faits énoncés par la personne-projet. Elle ne se considère pas comme experte du discours de la personne projet.

Guide pratique de l'autobiographie raisonnée

I DEMARCHE

1. L'autobiographie raisonnée a été inventée par Henri Desroche dans le cadre de l'Université coopérative internationale (UCI) entre 1976 et 1984. Elle est enseignée au Centre d'économie sociale (Cestes) du Conservatoire national des arts et métiers (Cnam) depuis le début des années 2000.
2. L'autobiographie raisonnée permet (1) l'expression, (2) l'objectivation et (3) la transmission d'expériences sociales. L'autobiographie raisonnée contient sa propre finalité, celle d'une rencontre tournée vers l'anamnèse puis vers l'avenir de la personne-projet.
3. La réalisation complète de l'autobiographie suppose l'engagement simultané de quelques personnes (autour de dix) afin que puisse avoir lieu le troisième temps (présentation orale). En l'absence, rien n'empêche de faire l'entretien et l'a retranscription écrite. Chaque exercice -l'entretien, l'écriture, la présentation- présente un intérêt propre (*).
4. La démarche autobiographique prend aujourd'hui deux formes principales : dans la première, une personne, préalablement formée à la pratique de l'autobiographie raisonnée (niveau I), réalise tous les entretiens en tant que personne-ressource. C'est la démarche initiale inventée par Henri Desroche. Dans la seconde, une personne ayant acquis le niveau II de formation (formation de formateurs à l'autobiographie raisonnée) forme collectivement les membres du groupe qui constituent ensuite des binômes, dans lesquels chaque membre est successivement, personne-projet et personne-ressource. C'est la démarche développée dans les formations du Cestes au Cnam.

II LA PERSONNE-PROJET

5. Quelles qu'elles soient, les motivations de la personne-projet sont la raison et la finalité premières de l'autobiographie raisonnée. Peu après l'entretien, la personne-projet tire les fils conducteurs de son parcours avec le soutien actif de la personne-ressource. Ces fils conducteurs sont concrets. Ils découlent de la répétition des faits vécus par la personne-projet. Généralement, leur énoncé reprend des mots prononcés dans l'entretien. Ils ne sont pas des traits de caractère, ni des qualités générales.
6. Après l'entretien la personne-projet rédige sa notice de parcours. Après la rédaction de la notice de parcours, la personne-projet présente son parcours dans un groupe de pairs (**).

III LA PERSONNE-RESSOURCE

7. Toute personne ressource a réalisé auparavant sa propre autobiographie raisonnée dans sa globalité.
8. La personne ressource peut arrêter l'entretien autobiographique lorsqu'elle considère que la personne projet n'en respecte pas les principes.
9. La personne ressource prend en note tout ce que dit la personne projet. Elle écrit à la première personne comme si elle était à sa place.
10. La personne-ressource sollicite l'expression de souvenirs précis d'expériences sociales et généralement publiques de la personne-projet. La personne-ressource maîtrise l'entretien autobiographique et ne se considère pas comme experte du contenu du discours de la personne-projet.
11. Au moment de tirer les fils conducteurs, la personne ressource intervient en soutien de la réflexion de la personne projet (***).
12. Les notes écrites par la personne-ressource sont restituées à la personne-projet en fin d'entretien.
13. Le travail de la personne-ressource s'apprend essentiellement par la pratique d'entretiens. La personne-ressource est ainsi constamment en apprentissage (****).

Précisions et compléments

(*) Point 3 : L'expression résulte de la remémoration de faits sociaux qui marquent un parcours de vie ; l'objectivation procède de la transcription écrite de son propre parcours ; la transmission se réalise par la présentation de parcours au sein d'un groupe de pairs en présence de la personne-ressource référente.

(**) Point 6 : Les motivations de la personne-projet peuvent être diverses : faire le point, réfléchir sur son parcours, se réorienter, faire une formation, réaliser un projet de vie différent, changer d'activité professionnelle, etc.

(***) Point 11 : L'éducation formelle, l'éducation informelle, l'éducation non-formelle, les expériences sociales et professionnelles (activités de loisirs, culturelle, rencontres, voyages, etc.). Le principe général est de considérer que tout fait vécu constitue une expérience dont on peut tirer une conclusion positive. La datation des faits est très utile, qui permet à la personne-projet de se remémorer et reconstituer son parcours de vie.

(****) L'autobiographie se réalise dans un lieu neutre pour les deux personnes. Les domiciles et lieux professionnels sont particulièrement peu propices.

Au cours de l'entretien il est souhaitable que la personne-ressource ne soit pas trop près de la personne-projet de façon à ce que celle-ci ne puisse pas lire ce qu'écrit celle-là et puisse se concentrer entièrement sur la remémoration de son histoire et à la narration.

La répétition d'entretiens permet d'acquérir une connaissance sociologique des parcours, utile pour aider la personne-projet dans la recherche des fils conducteurs.