
Slimane, ou les effets du récit de vie dans un dispositif d'accompagnement au sens de la vie et du travail

Comment le récit de vie intégré à un accompagnement collectif peut influencer sur le réinvestissement de la sphère professionnelle de demandeurs d'emploi en forte exclusion sociale

Nadia Baatouche, Jean-Luc Bernaud et Paul de Maricourt



Édition électronique

URL : <http://journals.openedition.org/osp/10690>

DOI : 10.4000/osp.10690

ISSN : 2104-3795

Éditeur

Institut national d'étude du travail et d'orientation professionnelle (INETOP)

Édition imprimée

Date de publication : 1 mars 2019

Pagination : 139-163

ISSN : 0249-6739

Référence électronique

Nadia Baatouche, Jean-Luc Bernaud et Paul de Maricourt, « Slimane, ou les effets du récit de vie dans un dispositif d'accompagnement au sens de la vie et du travail », *L'orientation scolaire et professionnelle* [En ligne], 48/1 | 2019, mis en ligne le 01 mars 2021, consulté le 16 décembre 2020. URL : <http://journals.openedition.org/osp/10690> ; DOI : <https://doi.org/10.4000/osp.10690>

Ce document a été généré automatiquement le 16 décembre 2020.

© Tous droits réservés

Slimane, ou les effets du récit de vie dans un dispositif d'accompagnement au sens de la vie et du travail

Comment le récit de vie intégré à un accompagnement collectif peut influencer sur le réinvestissement de la sphère professionnelle de demandeurs d'emploi en forte exclusion sociale

Nadia Baatouche, Jean-Luc Bernaud et Paul de Maricourt

Le contexte excluant du chômage de masse en Seine-Saint-Denis

- 1 En 2016, la Seine-Saint-Denis (93) est l'un des départements les plus fortement impactés par le chômage, avec une hausse du nombre de demandeurs d'emploi de 1,8 points sur un an (données INSEE). Le taux de chômage s'élevant à 13 %, soit presque un quart au-dessus de la moyenne des départements d'Île-de-France.
- 2 Dans ce contexte de chômage massif, exacerbé en Seine-Saint-Denis mais également problématique au niveau national, le ministère du Travail tente d'articuler un axe préventif et un axe de soutien à tous les « actifs », qu'ils soient en emploi ou sans emploi¹. Pour ce faire, il mobilise différents acteurs sociaux dans le renforcement de l'accès à la formation².
- 3 L'inquiétude des actifs quant à la perspective de perdre ou de ne pas trouver ou retrouver un emploi n'en reste pas moins perceptible (enquête Harris Interactive, 2016). La logique de veille de l'individu sur son employabilité permanente instaurée par les pouvoirs publics, les entreprises et les acteurs de l'insertion peut être vécue comme une injonction.

- 4 Cette situation du marché de l'emploi sollicitant acquisition et actualisation de ses compétences dans la perspective d'une possible mobilité de métier est loin d'être rassurante pour l'actif. Ses craintes peuvent se traduire notamment par des questionnements existentiels (Bernaud, 2018a, 2018b) : que vais-je devenir ? Vers quoi je pourrais tendre, tant professionnellement, que personnellement ? Quelle vie je souhaite avoir ?
- 5 La qualité de vie, le sens à donner à sa vie, à sa vocation professionnelle seront des thématiques fréquemment évoquées par les actifs lors d'entretiens d'élaboration de projet de recherche ou de changement d'emploi. Du moins tant que ces personnes se sentent autorisées et s'autorisent elles-mêmes à poser des questions de cet ordre. Ce qui est rarement le cas pour les plus exclus, comme les demandeurs d'emploi de longue durée, dont les priorités sont souvent autres.
- 6 C'est à travers l'étude de ce contexte où pèsent sur l'actif des injonctions à l'employabilité mais aussi des craintes conduisant à des questionnements existentiels, que se développent des dispositifs de recherche. Ainsi, les travaux engagés depuis 2012, par le Conservatoire National des Arts et Métiers (CNAM), établissement supérieur et de recherche public – Centre de recherche sur le travail et le développement (CRTD), et plus précisément le groupe « sens », participent de ce champ de recherches en proposant des dispositifs d'accompagnement au sens de la vie et du travail (Bernaud, Lhotellier, Sovet, Arnoux-Nicolas, & Pelayo, 2015) à l'Inetop (Institut national d'étude du travail et d'orientation professionnelle), à la Cité des Métiers de Paris-La-Villette (CDM³) et, à titre expérimental, sur d'autres sites.

L'accompagnement à la réflexion sur le sens

- 7 S'interroger sur la question du sens n'est pas nouveau. En effet, le concept « sens » puise son origine dans la pensée philosophique, depuis les premiers penseurs de l'Antiquité qui ont inspiré les travaux sur le sens (Anaxagore, Epictète, Parménide, Sénèque, etc.) jusqu'aux philosophes penseurs plus récents (Heidegger 1959 ; Heidegger, Vezin, & Boehm, 1964 ; Nietzsche 1985 ; Sartre, 2017 ; etc.). Donner un sens à sa vie est le vœu de chaque être humain, tout au long de son existence. Pour Viktor E. Frankl⁴ (1988, 2005, 2009, 2012), fondateur de la logothérapie, se poser cette question du sens de la vie est une finalité en soi. Il parle de recherche d'un sens existentiel. Cette recherche de sens est selon l'auteur, une composante centrale de développement, de l'adolescence à l'âge adulte. Si ce sens n'est pas satisfait, l'individu tente alors d'investir un nouveau sens pour se soustraire aux angoisses naissantes.
- 8 Au début du XXI^e siècle, la recherche investit cette question du sens pour analyser et comprendre les problématiques sociétales liées à la santé, au travail, à l'éducation scolaire par exemple. Des travaux théoriques et empiriques dans des champs variés comme la philosophie, la sociologie, la psychologie, la médecine vont se multiplier (Bernaud et al., 2015 ; Bernaud, 2016 ; Girondin, 2003 ; González, Léger, Bourdages, & Dionne, 2013 ; Lemieux, 2006 ; Markman, Proulx, & Lindberg, 2013 ; Steger, 2017 ; Wong & Fry, 1998). Les contributions scientifiques dans le champ de la psychologie définissent le sens comme un ensemble de caractéristiques dont l'expression est singulière. En effet, le sens diffère selon les personnes. Il n'existe pas un unique sens de la vie, chacun.e est amené.e à le construire tout au long de son existence, le sens n'est donc pas statique. La démarche de recherche de sens est présentée comme un

processus interne à l'individu cherchant à analyser, à questionner et à mieux comprendre les rapports qu'il entretient avec les trois dimensions du sens : la direction (intentionnalité), la valeur (signification subjective) qui lui est propre et la sensation (Bernaud et al., 2015 ; Pineau, 1999, 2002, 2005). Il y a dans cette notion de sens l'idée d'un processus qui permet de penser et de se penser.

- 9 L'accompagnement au sens fait écho à une approche herméneutique, en ce sens où il se fonde principalement, tout au long des séances, sur une exploration par les bénéficiaires de leurs expériences de confrontation aux autres, au monde et à eux-mêmes. Bernaud et al. (2015), en référence aux travaux de Rogers (2005), soulignent que lors de la pratique des séances, en individuel ou en collectif, outre une écoute profonde et bienveillante, une attitude de conseil non directive, empathique, et inconditionnellement positive est nécessaire pour pouvoir observer des effets positifs chez le ou la bénéficiaire. Par son accompagnement, qui ne s'inscrit ni dans une démarche thérapeutique ni dans une approche prescriptive, le ou la professionnel.le amène progressivement l'individu à occuper une posture active dans le processus mental descriptif et compréhensif des événements de sa vie, de ses expériences vécues.
- 10 L'inscription dans un dispositif d'accompagnement au sens, amenant à une singulière introspection, est une étape très sensible, car elle peut faire émerger chez l'individu à la fois un désir de participation active et une peur de devoir interroger le sens de ses événements de vie. L'élan d'une inscription dans ce type de dispositif traduit, chez le ou la bénéficiaire, le besoin crucial d'explorer au moins l'une des sphères du sens, à savoir le sens de la vie et le sens du travail (Savickas, Nota, Rossier, Dauwalder, Duarte, Guichard, & Bigeon, 2010). Ce travail réflexif doit lui permettre, en effet, de mieux comprendre son rapport au monde et de pouvoir élaborer un projet de vie future plus en accord avec ses valeurs personnelles et professionnelles (Baumeister, 1991 ; Reker, 2005). Paradoxalement, l'idée même de se confronter par la remémoration, à certaines expériences de vie fragiles peut conduire certains bénéficiaires à manifester un état anxieux. L'engagement dans un dispositif d'accompagnement au sens peut entrer dans ce cas en résonance avec une profonde souffrance psychologique, physique et parfois même spirituelle. C'est pourquoi un entretien préliminaire avec l'accompagnant.e est essentiel. Durant cet entretien, les bénéficiaires devront entendre que le dispositif d'accompagnement au sens n'est ni une thérapie ni un coaching. L'accompagnant.e devra pour sa part s'enquérir des attentes de l'individu, afin de valider son inscription définitive, ou à l'inverse, lui suggérer d'autres formes d'accompagnement ou de prise en charge plus appropriés à son état ou à ses attentes.

Besoins du public de demandeurs d'emploi de très longue durée bénéficiaires du Revenu de solidarité active (RSA) et spécificité du partenariat mis en œuvre

- 11 Avec un coût annuel d'environ 290 euros par habitant, la Seine-Saint-Denis serait l'une des zones où le poids des dépenses sociales est le plus important (Rabreau, 2016). D'où l'intérêt des acteurs sociaux pour des expérimentations de dispositifs d'accompagnement innovants auprès de demandeurs d'emploi de très longue durée bénéficiant du RSA. Un partenariat avec l'une des villes de la Seine-Saint-Denis a été établi en 2016, plus précisément au sein du Centre Communal d'Action Sociale (CCAS). Ce service a pour mission de développer et de mettre en application des actions

générales et préventives dans l'objectif d'apporter une assistance et un soutien à une population souvent fragilisée et/ou exclue.

- 12 La privation de la valeur fondamentale « travail », qui participe à la construction de l'identité sociale, aux sentiments d'appartenance à un groupe et de sécurité (Flacher, 2002 ; Kelvin 1980), agit de manière destructrice sur le bien-être psychologique et sur la santé physique de l'individu. Dès lors, la privation d'emploi, sur une longue durée, est perçue comme une condition douloureuse. Ce contexte socio-économique fragile, dans lequel est noyé le demandeur d'emploi — et notamment le demandeur d'emploi de très longue durée —, participe à la perte de reconnaissance sociale et individuelle, la perte de l'estime de soi, pouvant conduire à l'agressivité envers soi et les autres (Paul, & Moser, 2009).
- 13 Le partenariat institué a permis la mise en place d'un dispositif d'accompagnement au sens de la vie et du travail spécifiquement adapté aux particularités de ce public : Penser sa vie — penser son projet professionnel (PV-3P). La finalité de ce dispositif « PV-3P » peut être résumée ainsi : soutenir chaque bénéficiaire dans un travail réflexif, et ainsi lui permettre une réactivation de ses potentielles ressources personnelles et professionnelles.
- 14 Une réflexivité, chez ce public en forte exclusion, interrogeant la question du sens de la vie et du sens du travail, pouvait viser un double objectif :
 - d'une part, se redécouvrir en tant qu'individu singulier, favorisant alors le développement d'une expression de reprise de confiance en soi et d'estime de soi (par exemple en s'appuyant sur une réflexion approfondie sur les valeurs personnelles),
 - d'autre part, interroger son rapport avec le travail, avec la collectivité (par exemple au moyen d'une réflexion sur les valeurs professionnelles).
- 15 Il s'agit alors pour des personnes souvent confrontées à un retrait social, à un mal-être, à une perte de confiance en soi et en ses compétences, c'est-à-dire une perte de sens, de retrouver une verticalité (redressement postural et psychique), un sentiment de dignité, voire d'identité (aptitude à se dire, se raconter).

L'accompagnement au sens d'un public en exclusion sociale

- 16 En amont de la mise en place du dispositif d'accompagnement, au travers de plusieurs échanges avec des experts de l'orientation et de l'insertion, nous entendions que l'utilisation du mot « sens » pouvait engendrer une inquiétude et une colère chez les futurs bénéficiaires. En effet, le demandeur d'emploi de très longue durée, ayant une estime de soi faible ou négative, a tendance à percevoir les situations nouvelles, sortant de son cadre de référence, comme une menace dont il doit se protéger. Il est dans une incapacité à produire des cycles de pensées qui ne soient pas associés à ses représentations négatives (Mary, & Costalat-Founeau, 2014). Il a alors une grande difficulté à appréhender, tant d'un point de vue affectif que cognitif, les actions comme des processus valorisants, pertinents et favorables pour développer de nouvelles conditions de vie. Cette attitude négative prend son enracinement dans la perception d'un éventuel échec dans la réalisation de projets de vie et professionnels (Herman, & Van Ypersele, 1998). L'échec est, quant à lui, souvent assimilé à des attributions internes par : tout est de ma faute, et non externes : ce n'est pas de chance.

- 17 Dès lors, il nous semblait essentiel de concevoir pour ce public fragilisé un dispositif d'accompagnement au sens de la vie et sens du travail « sur mesure » (Bernaud et al., 2015). Ceci pour nous prémunir du risque que le ou la bénéficiaire, ancré.e fortement dans une estime de soi négative, puisse se percevoir comme incapable de se confronter par l'exploration à cette question du sens. L'attitude fragile de notre population a donc fortement influé sur le choix du titre du dispositif, des exercices et outils proposés (vidéo et audio) et de la durée de chaque séance.
- 18 Après plusieurs rencontres avec les acteurs sociaux, il a été décidé sur la base d'un consensus de nommer le dispositif d'accompagnement : « Penser sa vie – Penser son Projet Professionnel – PV-3P ». Cette invitation à « Penser » avait deux objectifs :
- le premier : rassurer et faire évoluer le degré d'estime de soi (Ricœur, 1992, 2014, 2015) du demandeur d'emploi bénéficiant du RSA qui, par la précarité de sa situation, manifeste des symptômes de fragilité affective ou psychique, d'« auto-exclusion » psychique et sociale et de narcissisme négatif (Furtos, 2008, 2011 ; Furtos, Lahlou, & Laval, 1999 ; Furtos, & Laval, 2005). Il s'agissait ici d'accompagner dans la réalité sociale des individus exclus et souvent précaires, de croire en leur capacité à être dans l'action et dans la réflexion, et ainsi de leur redonner confiance en eux,
 - le second objectif : amener ces individus vers un regard sur soi réflexif (et pas systématiquement dépréciateur), en favorisant leur expression sur le sens de la vie et du travail, et sur leurs valeurs.

« PV-3P », « Penser sa vie – Penser son Projet Professionnel » : un dispositif spécifique d'accompagnement au sens de la vie et du travail

- 19 L'accompagnement « PV-3P » est une variante du dispositif « Sens de la vie et sens du travail ». En conséquence, il est souhaitable que les animateur.trice.s de « PV-3P » aient pu explorer eux-mêmes certaines questions existentielles en suivant préalablement à l'INETOP le dispositif d'accompagnement au sens. C'est ce qu'a fait la responsable du CCAS, qui s'est ensuite employée à co-animer « PV-3P » avec la professionnelle du CNAM.
- 20 Comme pour tout accompagnement au sens, le ou la bénéficiaire de « PV-3P » doit être volontaire et prêt.e à s'engager dans la durée pour l'exploration d'une réflexion sur le sens de sa vie et de son projet professionnel. Le cadre du dispositif se voulant non contraignant, les animateur.trice.s laissent au processus expressif, réflexif et compréhensif du ou de la bénéficiaire sa pleine liberté, sans jugement, ni prescription. « PV-3P » place les animateur.trice.s dans un rôle d'accompagnement à la réflexion et non de prescription.
- 21 L'entrée dans le dispositif, comme évoqué précédemment est conditionnée à un entretien préliminaire d'une heure (Bernaud et al., 2015). Cet entretien permet de valider ou invalider la participation de chaque bénéficiaire, selon sa situation et son besoin, mais également de transmettre les informations cruciales : objectifs, cadre et contexte, règles déontologiques du dispositif.
- 22 Lors de l'expérimentation en CCAS, les séances ont été programmées en dehors des locaux, dans un espace environnemental nouveau pour ces demandeurs d'emploi, où la parole pourrait se libérer sans résistance psychique. Un lieu calme et nouveau

renvoyant dans sa symbolique à une intégration dans la société, qui favorisait pour chacun.e des bénéficiaires une adhésion aux règles définies par le groupe lui-même : bienveillance, écoute, respect, etc.

- 23 Concernant la régularité des séances, celle-ci joue un rôle essentiel dans le processus psychique de chaque bénéficiaire, dans le sens où, rythmant son temps, le dispositif marque une première inscription dans l'action et donc un réinvestissement dans sa vie.
- 24 Des horaires fixes permettent une réorganisation du cadre de vie souvent devenu désinvesti par les bénéficiaires. Les séances sont espacées d'environ trois jours, laissant le temps aux bénéficiaires de réaliser des exercices et actions dans le « dehors » du dispositif. Ceci afin de ne pas basculer dans une dépendance affective vis-à-vis du groupe.
- 25 En amont du dispositif, il est remis à chacun.e des bénéficiaires un carnet de bord de quinze pages, nominatif et confidentiel, destiné à prendre connaissance de l'énoncé des exercices de chaque séance, noter ses réflexions consécutives à la réalisation de ces exercices et faire, séance après séance, une synthèse des échanges avec les animatrices, le groupe et les binômes.
- 26 « PV-3P » est organisé autour de cinq séances, mais aussi de trois entretiens individuels (soit environ vingt-deux heures au total). Les entretiens permettent un contact direct entre les animateur.trice.s et les bénéficiaires. Ces entretiens individuels sont très importants dans ce dispositif collectif, car ils offrent au.à la bénéficiaire un temps pour revenir sur sa réflexion existentielle, sur ce qui l'a nourri : exercices, échanges en binôme ou en groupe, vidéo, etc., et sur les difficultés éventuelles qu'il peut rencontrer.
- Le premier entretien est organisé après les deux premières séances dans le but de relever comment le.la bénéficiaire accueille le dispositif, comment il vit le groupe et quelles sont ses premières réflexions sur lui-même. Premiers retours sur ses questions de sens, cet entretien peut aussi être un temps d'accueil de ses émotions retenues en collectif.
 - Le deuxième entretien, proposé après la cinquième séance, est quant à lui centré sur le cheminement réflexif de chaque bénéficiaire.
 - Six mois après la fin du dispositif, un dernier entretien est organisé afin de mesurer les effets du dispositif chez le ou la bénéficiaire.

Contenu et objectif des séances du dispositif d'accompagnement « PV-3P »

Tableau 1. Déroulé du dispositif « PV-3P »/Table 1. Run through of the procedure « PV-3P »

Séance	Intitulé	Durée en collectif
1	Théorie du sens	4h30
2	Se reconnaître	4h30
	<i>Entretien Individuel</i>	<i>1 heure à 1h30</i>
3	Sérendipité	4h30
4	Transformation de projet en action	4h30

5	Se raconter	4h30
	<i>Entretien Individuel</i>	<i>1 heure à 1h30</i>
Six mois après	<i>Entretien Individuel</i>	<i>1 heure à 1h30</i>

- La première séance, *Théorie du sens*, amène à une présentation des principes et de la méthode d'accompagnement. Il introduit également les objectifs, la durée et le nombre de séances auquel chaque bénéficiaire va participer. Plus encore, cette première séance pose clairement la thématique qui est travaillée dans ce dispositif, à savoir une réflexion profonde sur le sens de la vie et du travail.
- Au démarrage de la deuxième séance, intitulée *Se reconnaître*, les animatrices invitent tous les bénéficiaires volontaires à faire partager au groupe une activité qui fait écho à leur identité. Pour le ou la bénéficiaire souvent auto-exclu.e, ce temps consiste à s'inclure dans cet environnement bienveillant, rassurant et autorisant, en lui.la laissant exprimer ses valeurs, son identité, son existence au temps présent. Cette séance a pour objectif de travailler les valeurs et les forces afin de permettre un rééquilibrage du degré de reconnaissance et d'estime de soi de l'individu. Pour ce faire, nous utilisons entre autre, comme outils, des cartes de valeurs (Michaud, & Lécallier, 2001), des cartes de forces, l'arbre de vie (Scherrer, 2018) utilisé comme moyen narratif pour raconter les différentes expériences de vie personnelles et professionnelles et un questionnaire des valeurs universelles, car ces quatre outils permettent souvent chez certaines personnes en situation de précarité, ayant peu d'estime de soi, de se redécouvrir en tant que personnes et ainsi de se projeter par la suite dans une trajectoire professionnelle.
- La troisième séance, intitulée *Sérendipité* (Danvers, 2012 ; McCay-Peet, Toms, & Kelloway 2015; Williams, Soeprapto, Like, Touradji, Hess, & Hill, 1998) interroge la parole de chaque bénéficiaire autour du thème de l'inattendu. L'objectif de cette séance est de développer l'aptitude réflexive de l'individu dans le repérage d'événements imprévus. Le ou la bénéficiaire est amené.e, par cette démarche introspective, à observer les situations inattendues vécues dans le passé, à construire des questionnements sur les actions mises en place et à en analyser les résultats. Cette réflexion rend compte d'un développement de la capacité à intégrer les événements imprévus et à améliorer ses conditions de vie personnelles et professionnelles.
- La quatrième séance, intitulée *Transformation de projet en action*, invite le ou la bénéficiaire à développer des processus d'élaboration de projet de vie personnelle et professionnelle.
- La cinquième et dernière séance, intitulée *Se raconter*, est une séance de synthèse où le ou la bénéficiaire est invité.e à exprimer son propre questionnement existentiel, sa réflexion et compréhension du sens à donner à sa vie personnelle et professionnelle. Cette dernière séance est filmée, avec l'accord explicite de tou.te.s les participant.e.s et l'assurance d'une destruction des vidéos en fin de séance, afin de permettre une extension du processus de réflexion et de compréhension dans sa quête de sens. Il s'agit en effet, par l'observation en groupe de cette image mouvante de soi et l'écoute de son discours narratif, expliquant son cheminement réflexif et compréhensif, de favoriser un ancrage identitaire. Lors de cette visualisation collective, chaque bénéficiaire est invité.e à rebondir sur sa propre intervention avant d'accueillir les commentaires de ses pairs.

Constitution et suivi du groupe de huit demandeurs d'emploi bénéficiaires du RSA

- 27 À l'annonce du lancement du dispositif « PV-3P », de nombreuses candidatures de demandeurs d'emplois de très longue durée bénéficiant du RSA ont été reçues. Les entretiens préliminaires ont permis de valider l'inscription au moyen de trois critères : l'absence de confusion avec un coaching ou une psychothérapie, un volontariat sur la durée, un intérêt pour les questions existentielles de vie. Les candidatures de huit personnes ont ainsi été retenues et invitées à participer au dispositif.
- 28 Lors de la première séance, après une présentation du cadre, des objectifs du dispositif, de l'engagement sur la durée et du profil des deux intervenantes (la responsable du service CCAS et l'animatrice du CNAM), les bénéficiaires étaient invités à se présenter au groupe. Nous découvrions alors le portrait de quatre hommes et quatre femmes.
- 29 Pour illustrer au mieux l'hétérogénéité de ce groupe de personnes (âges, parcours scolaires et professionnels, sentiment d'exclusion...) et mettre en lumière le dépassement de facteurs (sociaux, scolaires, modes de vies, niveaux de qualification), souvent considérés comme un frein à la mise en place de dispositifs d'accompagnement, nous souhaitons ici présenter les profils de chacun.e. Les prénoms ont été modifiés à l'exception de l'un d'entre eux, le participant nous ayant fait part de son désir de témoigner sous sa vraie identité.
- Franck*, le « senior » du groupe, ancien cadre supérieur dans la fonction publique, sans domicile fixe, définissait sa personne par un âge : « je suis 56 ans ».
- Selim*, 43 ans, ancien gendarme algérien arrivé en France en 1997, exprimait une reconnaissance pour la France qui lui avait offert la possibilité de percevoir le RSA et de continuer à chercher un emploi.
- Marc*, 45 ans, ancien directeur général d'une franchise alimentaire, avait pris la décision de ne plus retourner au travail après avoir vécu de multiples événements violents.
- Slimane*, 55 ans, ancien sportif de haut niveau marocain, avait choisi de venir en France après avoir été contraint de cesser son activité de gérant de salle de sport.
- Wouaria*, 23 ans, ancienne enseignante dans le primaire, avait été abandonnée par son mari avec un enfant de trois ans et demi, dans un pays inconnu pour elle, la France.
- Claire*, 36 ans, ayant subi de la violence conjugale, occupait un petit job dans une association.
- Chi*, âgée de 38 ans, ancienne préparatrice de commande, était bénéficiaire du RSA depuis plus de cinq ans.
- Olivia*, âgée de 44 ans, ancienne comptable licenciée pour désaccord avec la culture managériale de la société, était bénéficiaire du RSA depuis peu et ne comptait pas le rester longtemps.
- 30 Pour ce groupe, le dispositif d'accompagnement était au départ perçu unanimement comme un espace-temps permettant de réfléchir à la question fondamentale du sens existentiel : *quel sens à ma vie ?* Certes, ces participant.e.s ont investi « PV-3P » comme une réflexion sur soi, sur le rapport à la vie, sur la question du sens de la vie, mais aussi comme une réflexion sur le rapport au travail et à l'environnement professionnel. Par ailleurs, le groupe percevait le dispositif « PV-3P » comme un cadre environnemental offrant la possibilité de se poser un temps pour porter une réflexion sur ses expériences

vécues comme fortement anxiogènes, stressantes ; et de recréer du lien social, du dialogue.

Les fondements du dispositif

Démarche de l'accompagnement

- 31 Selon Paul (2009), le nombre de travaux réalisés au sujet de l'accompagnement connaît une croissance exponentielle depuis la fin des années 1990. Plusieurs mots associés à cette notion sont recensés par l'auteur : counseling, coaching, conseil, parrainage, tutorat, etc., bien que la plupart d'entre eux se définissent comme des méthodologies spécifiques. En dépit d'un apparent consensus autour de cette notion de l'accompagnement, en réalité de multiples significations sont développées par le monde de la recherche. Pour caractériser le dispositif d'accompagnement au sens « PV-3P », nous nous appuyerons sur l'approche de Paul (2009) : accompagner, c'est se lier à un individu (dimension relationnelle) pour cheminer avec lui vers là où il souhaite aller (dimension temporelle et opérationnelle), en respectant son rythme et ses temps de pause. Ainsi, l'action d'accompagnement prend en considération l'individu, ce qu'il est et à quel moment, à quel endroit il débute ce travail réflexif.

Les mécanismes psychologiques mis en œuvre

- 32 Quels sont les mécanismes mis en œuvre pendant le dispositif d'accompagnement « PV-3P » pour ce public de bénéficiaires à l'identité sociale perçue comme perdue (Tajfel, & Turner, 2004) ? À travers des exercices qu'il.elle travaille seul.e, en binôme et/ou en groupe, positionné en tant que sujet actif, le.la bénéficiaire retrace, analyse des événements de vie considérés bien souvent comme des événements traumatiques et leur attribue un sens. Grâce à ce travail dialogique, il.elle parcourt le chemin de sa vie, en observe les grandes étapes qu'il évoque devant le groupe de manière subjective. L'interprétation de son histoire de vie est alors enrichie par le regard de ces autres constituant le groupe. Ce travail de réflexion sur le sens conduit le.la bénéficiaire à s'interroger sur ses valeurs (signification subjective) et sur la direction (intentionnalité) qu'il.elle souhaite donner à sa vie. Ainsi, au travers de ce temps de réflexion et d'émotions (sensation), le.la bénéficiaire accueille son passé et prend conscience d'une direction à donner à sa vie (Bernaud et al., 2015).
- 33 Enfin, le dispositif « PV-3P », s'inscrivant dans une approche sociocognitiviste, permet d'enclencher un réinvestissement progressif de ses représentations de l'être soi et de l'être agir, par une mise en réflexion des expériences de vie, par leurs analyses, par des constructions de sens. Pour illustrer nos propos, parmi les huit bénéficiaires, nous avons choisi de détailler ici l'histoire de l'accompagnement de Slimane. Une histoire qui, tout au long des séances, répond à sa propre histoire de vie, et qui révèle ses mécanismes personnels de réflexions et d'élaboration de sens.

Le récit de vie de Slimane

- 34 Le premier contact avec Slimane a eu lieu par téléphone, lors de l'entretien préliminaire, afin de comprendre les motifs de sa demande de participation au

dispositif. Slimane, alors âgé de cinquante-cinq ans, est divorcé depuis plus de deux ans, et a deux filles âgées de six et huit ans. Il fait part d'un réel désir d'engagement dans ce dispositif, qu'il accueille comme le moyen de comprendre « ce qui ne marche plus chez lui », aussi bien dans sa vie personnelle que dans sa vie professionnelle. Il explique être demandeur d'emploi bénéficiaire du RSA depuis maintenant plus de dix ans, après avoir été licencié du poste qu'il occupait dans le secteur de la restauration. Son projet s'oriente vers les services à la personne ou dans la sécurité. Slimane dit vouloir allier sa passion, la pratique du taekwondo à un niveau professionnel, à un métier où il n'aurait pas à écrire.

- 35 Dans la poursuite de son récit de vie, on entend la résonance d'une période de stress, de perte de confiance qu'il a vécue et qui semble encore l'affecter profondément. En effet, Slimane se souvient du dernier poste qu'il a occupé : « Serveur à temps partiel » dans une brasserie à Paris. Ce poste lui avait été proposé par sa chargée d'insertion. Il évoque son incapacité à le refuser, par peur de représailles financières (une radiation momentanée du RSA). Pour Slimane, cette situation précaire l'a conduit à une profonde souffrance psychologique, perte d'appétit et de sommeil, désocialisation. Il explique ne jamais avoir aimé les postes où le contact est éphémère, et où la prise de notes est indispensable.
- 36 Slimane se rappelle alors de sa première expérience professionnelle. Celle-ci a eu lieu, dans son pays d'origine, le Maroc⁵, où il exerçait en tant que sportif de haut niveau. Il explique avoir très bien réussi sa vie, tant personnellement que professionnellement, bien qu'il dit avoir manqué d'autonomie et de créativité. Le second emploi qu'il occupa au Maroc comblera parfaitement ses carences. Il précise avoir été gérant d'une salle de sport dans une grande ville marocaine. Outre la partie administrative, il a alors plaisir à concevoir et à mettre en pratique des ateliers de combat : baby-taekwondo, jeunes-taekwondo et sportifs confirmés. Il y affirme son besoin de transmission de sa passion pour ce sport. Durant plus de dix ans, Slimane dit avoir eu une vie quasi parfaite, une vie qui faisait quasi-sens pour lui. Le reprenant sur cette notion de quasi, il explique, en pleurs, avoir perdu tout ce qu'il avait bâti durement (plus de quatorze heures de travail par jour) à cause de ce qu'il vit comme un handicap. En effet, Slimane, très sévère avec lui-même, se décrit comme ayant un cerveau insuffisant, incapable de réfléchir comme les autres, voué à l'échec. Spontanément, il fait alors état d'une perte de confiance et d'estime de soi. Il ne développera plus ce point, étant dans la fuite, dans l'évitement.
- 37 Slimane poursuit en expliquant être venu en France pour démarrer une nouvelle vie, trouver un nouveau travail. Malheureusement, souligne-t-il, ses nouveaux projets existentiels de vie n'avaient pu s'opérationnaliser comme il l'aurait souhaité (précarité professionnelle, divorce douloureux, problèmes de santé, etc.).
- 38 Au moment de l'intégration dans le dispositif, il reconnaît ne plus savoir qui il est et dans quel poste il pourrait se projeter. Il fait part de son souhait de trouver une stabilité professionnelle pour pouvoir accueillir ses enfants chez lui, voire chercher à construire une vie amoureuse. Néanmoins, il explique que ses expériences de vie et professionnelles lui ont permis de prendre conscience qu'il était dans l'incapacité d'occuper un poste où il est demandé d'écrire, mais sans en connaître les raisons profondes.
- 39 Slimane dit avoir entendu parler de ce dispositif lors d'une réunion collective. Se questionnant sur ses expériences passées, sur sa vie, il explique avoir demandé à sa

chargée d'insertion d'intégrer le dispositif. De plus, il souligne que cela fait bien longtemps qu'il a été en contact avec d'autres et que l'aspect collectif l'attire.

- 40 Lors de la première séance, Slimane est très discret, il n'ose pas parler. Lorsqu'il est invité à se présenter au groupe, il se décrit « comme un grand rien », « un trou », « un poisson quasi mort dans un bocal ». Le regard fuyant, il explique être toujours dans un effort de survie, de par son esprit combatif et sportif, mais qu'il ne sent presque plus l'énergie en lui. Il dit être très en colère contre la société, contre le Pôle Emploi qui ne l'identifie que comme un numéro. Puis, lors du premier exercice de cette séance intitulé « Mon livre autobiographique », Slimane éprouve une difficulté à s'exprimer ouvertement sur son parcours de vie. Ce travail de réflexion sur des événements de vie fait émerger un état anxieux, palpable chez lui. Tentant de le rassurer, la psychologue-chercheuse lui propose de ne noter que les éléments parlants pour lui, sans obligatoirement constituer des phrases.
- 41 Après ce travail individuel, il est proposé à chacun.e des bénéficiaires de se regrouper par deux et de faire en binôme une présentation croisée de son « livre autobiographique ». Ici, ce travail de réflexion dans un premier temps et de présentation au binôme dans un second temps permet à chaque bénéficiaire d'observer, à travers les yeux d'un autre, sa propre dimension identitaire. Un travail sur l'identité personnelle est en effet un processus fondamental, à mobiliser dans tout dispositif d'accompagnement d'un public fragilisé économiquement, socialement, ou encore physiquement (Desmette, Jaminon, & Herman, 2001). Cette mobilisation sur son histoire de vie permet au bénéficiaire de prendre conscience de ce « je ». Dans cet exercice, il ne s'agit pas d'être dans la confiance, mais d'énumérer ses événements de vie et de réfléchir à leur sens. De plus, le récit de l'autre peut faire écho chez chacun et développer sa propre réflexion.
- 42 Lorsque dans un troisième temps, il est demandé à chacun de présenter sa réflexion au groupe, Slimane, son tour venu, manifeste de nouveau une perte de confiance, allant même jusqu'à prier son binôme de le présenter à sa place. L'animatrice, accueillant sans jugement cette décision, lui souligne avec bienveillance l'importance d'entendre les représentations de « Slimane » avec « ses propres mots ». Elle lui propose de prendre le temps d'y réfléchir et de s'essayer à l'exercice quand il s'en sentirait prêt.
- 43 Ce soutien de l'animatrice, écho d'une aide affective, aide Slimane à retrouver un sentiment d'efficacité personnelle (Desmette et al., 2001). De manière générale, les soutiens manifestés au sein du collectif et de l'animation activent un processus de rééducation des pensées liées aux expériences majeures de vie, initiant pour le bénéficiaire — ici Slimane — le retour de son désir de vivre, une soif de s'ouvrir au monde, au collectif auquel il se découvre appartenir.
- 44 Sur le point d'entrer dans l'action de se raconter, Slimane, qui ne se regardait plus, porte de nouveau ses yeux sur lui-même, en tant que personne. Mais avant de présenter sa réflexion sur cet exercice autobiographique, Slimane est arrêté par Franck. Ayant perçu une peur dans le timbre de la voix de Slimane, et souhaitant le protéger, Franck prend la parole et commence à relater avec une nette empathie le parcours de Slimane. Concernant cette action, nous pouvons émettre l'hypothèse que Franck renouait avec son ancien poste de cadre dans un service « social et insertion ». Il utilisait cet espace de parole pour renouer avec ses anciens schémas de pensées, celle de son ancienne identité professionnelle. Avec bienveillance, l'animatrice le remercie

alors de son intervention et souligne l'importance que Slimane puisse parvenir à se raconter.

- 45 Accueillant avec confiance cette demande, le groupe prend le temps de rassurer Slimane, plusieurs bénéficiaires lui expliquant qu'eux aussi ont eu peur, mais qu'en se prêtant à l'exercice, ils en sont ressortis différents. De fait, la présentation de leur autobiographie, cette expérience de vie racontée, a été le déclencheur pour chaque bénéficiaire d'une acquisition de ressources nouvelles, à savoir identifier et comprendre les expériences les plus significatives et leurs effets. Enfin, rassuré, Slimane, prend la parole et débute alors son récit. Cette réalisation de l'action lui permet de se re-donner une identité, identité bien souvent oubliée chez les personnes en situation précaire. Slimane, au cours de l'énonciation de son parcours, souligne pour la première fois son désir de travailler au service de l'autre, d'être dans la transmission des valeurs sportives. Nous pouvons dire que cette première séance a permis à Slimane de reprendre confiance en l'autre, en lui-même, et surtout de retrouver cette identité inhibée. De plus, ce moment de partage avec les autres, avec ce collectif, lui a donné les premiers repères dans sa réflexion sur son projet professionnel.
- 46 Trois jours plus tard, le groupe se retrouve complet en séance 2. Tous, très impatients, racontent à quel point ils ont continué à penser aux différentes réactions manifestées lors de la première séance du dispositif « PV-3P ». Comme les témoins d'un événement surprenant, ils décrivent les gestes et paroles de chacun.e durant cette première étape, avec une certaine émotion positive. À l'écoute de ce discours, la psychologue invite l'un.e d'entre eux.elles à faire partager un moment vécu ou une activité pratiquée durant ces trois jours de pause.
- 47 Slimane est le premier à faire de grands gestes pour marquer son désir de partage. Il souhaite faire découvrir sa grande passion du sport. Il se propose d'animer en vingt minutes un petit atelier sportif qu'il a pris plaisir à préparer chez lui, après la séance 1. Le groupe accueille avec générosité cette première proposition de partage, et se met au travail avec respect et bienveillance.
- 48 Puis, lorsqu'il débute les exercices en binôme sur les valeurs et les forces, Slimane semble plus détendu et plus confiant que précédemment. Il paraît désormais très bien engagé dans le processus de réflexion et de compréhension du sens, dans le partage de ses interrogations. Ainsi, au moment des échanges avec le groupe, Slimane prend la parole, confiant et commentant ses choix de valeurs. Il explique avoir pris son temps pour sélectionner les six valeurs qui occupent une place prépondérante dans sa vie. Dans cet exercice, dit-il, faire un choix des valeurs et faire un classement par ordre d'importance n'a pas été simple. Mais, poursuit-il, ce travail de réflexion lui a permis de comprendre ce qui est premier pour lui, à savoir : la valeur « Devoir », qu'il place au niveau des racines de son arbre de vie. Les valeurs « Famille » et « Santé », que Slimane place au sommet des feuillages de son arbre de vie, sont citées par la suite, et la valeur « Changement », portée sur le tronc de son arbre de vie. Évoquant les forces aujourd'hui manquantes qu'il pourrait activer à l'avenir, il explique au groupe, avoir inscrit sur son carnet « l'écriture ».
- 49 Concernant le questionnaire des valeurs existentielles, les résultats de Slimane dessinent le portrait d'un individu qui aspire à un statut social prestigieux tout en respectant autrui. En effet, les scores montrent que le bien-être des personnes avec lesquelles Slimane est fréquemment en contact a une grande importance pour lui. Il ne peut ainsi concevoir une autorité dominante si celle-ci doit nuire à l'autre. Aussi,

Slimane explique être amené à modérer ou modifier son comportement et ses actions lorsqu'il les croit susceptibles de blesser ou de déstabiliser les autres. Les scores élevés des valeurs « Conformité » et « Sécurité » sont liés selon Slimane à l'environnement éducatif parental dans lequel il a grandi et à l'environnement autoritaire de son pays d'origine. Il évoque dès lors avec une grande émotion, son enfance. Une narration de son histoire de vie commence alors, avec une certaine « prise de hauteur ». Il débute son récit, marqué par un timbre de voix anxieux, en expliquant avoir grandi à la campagne et avoir été « orphelin de sa maman à l'âge de quatre ans ».

- 50 Puis, manifestant un sentiment de colère envers son père, il raconte avoir commencé à travailler la terre dès ses six ans et n'avoir jamais été à l'école. Alors conscient de ne pas avoir eu d'enfance innocente « comme les autres enfants », il relate avoir été à plusieurs reprises battu par son père pour avoir voulu rester dormir un peu plus. Slimane raconte tristement n'avoir jamais été le fils de son père, seulement cette chose qui l'aidait à gagner un peu d'argent. D'un point de vue psychologique, nous pouvons observer que le développement affectif et cognitif de Slimane, jeune enfant, a été négativement influencé par certains facteurs environnementaux tels que les conditions socioéconomiques de la famille, l'équilibre psycho-affectif parental, etc.
- 51 Continuant dans le récit des événements de sa vie, Slimane raconte au groupe silencieux qu'il entend que cette valeur « Conformité » prend sa source dans l'éducation brutale de son père. Toujours dans une douce compréhension, les bénéficiaires n'hésitent pas à faire observer à Slimane combien il est courageux de s'être inscrit dans ce dispositif, d'être là aujourd'hui et de raconter ce qui dans son parcours de vie influe encore sur son présent. Ce discours accueilli conduit Slimane à attester d'un désir caché et inconditionnel d'être avec les autres enfants de son âge. Il révèle s'être rendu, enfant, secrètement à l'école. Il se souvient y être resté une ou deux heures, observant avec étonnement les processus d'apprentissage scolaire. Avoir un stylo dans sa main, c'est pour Slimane quelque chose de magique, tout comme être dans une classe et entendre plein de mots. Pour ce jeune enfant qui passait son temps avec les vaches, c'était un moment incroyable... suivi d'un terrible désenchantement. Car Slimane termine son récit en expliquant avoir été rattrapé par son père qui, après l'avoir battu sévèrement, furieux, lui cassa son premier stylo, offert par le maître d'école.
- 52 Nous pouvons supposer que ce cheminement réflexif a aidé Slimane à prendre conscience de son blocage avec l'écriture, à reconstituer cette difficulté dans la prise en main de l'objet. Cette identité d'un individu handicapé, comme se qualifiait Slimane, ne pouvant prendre un stylo en main, faisait enfin, par le récit de cette expérience de vie, résonance.
- 53 Slimane ne cesse de remercier l'animatrice pour, dit-il, s'être retrouvé, avoir compris « cette peur » qui détruit son engagement dans un quelconque projet professionnel. Se raconter avait alors comme conséquence chez Slimane le développement d'un questionnement existentiel et l'émergence d'un désir d'être proactif dans le monde auquel il appartenait. L'idée même d'un possible travail projectif sur un futur professionnel nourrit à nouveau Slimane. Cette compréhension de son identité en fin de séance donne selon lui encore plus de sens à son inscription dans ce dispositif. Il termine sa prise de parole en affirmant être désormais « un requin dans l'eau et plus ce pauvre petit poisson quasi mort », ou encore qu'il n'est plus « ce petit pot de fleur dans un bureau que personne n'observe, mais ce bel arbre qui fait s'arrêter les gens ».

- 54 Durant la séance 3, une des animatrices raconte une histoire tirée de son vécu personnel illustrant le concept de sérendipité.
- 55 Consécutivement au travail réalisé dans les séances 1 et 2, Slimane adopte une attitude d'ouverture et de désir d'approfondir cette question du sens. Aussi Slimane saisit-il alors l'importance de repérer les situations imprévues et d'en extraire du sens.
- 56 Il comprend que les « bonnes choses » qui arrivent dans la vie de tous les jours et qui donnent l'impression de vivre un heureux hasard, d'avoir de la chance, etc., peuvent souvent s'expliquer par des raisons bien particulières.
- 57 Prenant pour exemple son inscription au dispositif « PV-3P » proposé par sa chargée d'insertion, il explique qu'elle peut être expliquée par un certain nombre de choses : il avait vu sa chargée d'insertion pour ne pas rester seul chez lui, il était motivé à y aller car il aimait être en contact avec des personnes bienveillantes, il aimait également les activités proposées par le CCAS.
- 58 Cette démarche, poursuit-il, l'a alors amené à obtenir une information concernant un dispositif d'accompagnement auquel il peut participer. Il a fait le choix d'y répondre favorablement. C'est ici une expérience de sérendipité, selon Slimane.
- 59 Slimane poursuit en évoquant d'autres événements non attendus et non exploités de son parcours, pas avec regret, mais avec la conscience d'une compréhension et d'une connaissance acquise aujourd'hui. Nous pouvons relever que cette séance, qui repose sur un travail réflexif autour d'une possible mise en action dans les situations inattendues, permet chez Slimane de construire du sens dans son présent, mais aussi dans son projet de vie personnel et professionnel.
- 60 Poursuivant en séance 4, Slimane explore deux pistes de projets de vie personnels et professionnels. Le premier projet, faisant écho aux mouvements de vie de son enfance, souligne le désir de suivre une formation pour apprendre à lire et écrire. Slimane explique vouloir occuper un job alimentaire à temps partiel, afin de s'engager en parallèle dans une formation pour adulte. Il souhaite ainsi trouver un état d'apaisement et rompre définitivement avec cette blessure ancienne. Dans le second projet, Slimane ose affirmer avec conviction se voir exercer au sein de la police mobile. La satisfaction ressentie dans l'écriture de cette projection professionnelle, l'aide à prendre conscience de l'importance d'allier ses valeurs existentielles avec son projet professionnel. Dans la fonction de policier municipal, Slimane souligne qu'il peut à la fois être dans la bienveillance pour les autres et pour lui-même, offrir de la sécurité et se conformer aux règles de la société.
- 61 En cinquième et dernière séance, qui offre le temps d'une réflexion sur les objectifs personnels et professionnels, Slimane se laisse approcher par le désir d'être coach sportif à son compte. De l'histoire de sa vie naît pour la première fois chez Slimane l'identification d'une trajectoire professionnelle claire. Slimane quitte ainsi le groupe heureux de dire qu'il a enfin « son » projet et qu'avec l'aide de sa chargée d'insertion, il a le désir d'entamer les démarches nécessaires pour lancer son activité professionnelle.
- 62 Six mois après sa participation au dispositif d'accompagnement, « PV-3P » les animatrices rencontrent de nouveau Slimane pour le dernier entretien individuel, entretien au cours duquel nous l'interrogeons sur les effets perçus. Slimane souligne sa sensibilité à une démarche entre bienveillance et écoute. Il témoigne ensuite de sa prise de conscience. Ce travail d'autoréflexion, d'autonarration, lui a fait comprendre qu'il est longuement resté ancré dans le passé, ce qu'à présent il ne souhaite plus être. Il

avoue que raconter l'histoire de sa vie n'avait pas été chose facile, et que cela a exigé de lui beaucoup de courage. Mais à présent il en est fier, car ce travail réflexif a pour lui abouti à une identité retrouvée. Slimane annonce avec fierté continuer sa réflexion sur le sens, principalement sur l'axe de la vie.

Conclusion

- 63 Quels enseignements tirer de cette première expérimentation d'un dispositif d'accompagnement « PV-3P » ? Elle vient d'abord contredire un présupposé : les personnes fragilisées ou exclues se posent tout autant des questions de sens que les autres. Leurs questions peuvent trouver de solides éléments de réponses dans le récit de leur parcours de vie, à eux-mêmes et aux autres. D'autre part, le dispositif accompagne la réflexion, mais la direction à prendre appartient à chacune.e des bénéficiaires. Reconnu.e.s dans leur capacité à (se) penser, il.elle.s s'emparent avec détermination de cet espace et se saisissent d'une posture de bénéficiaire-acteur pour être dans la libre construction de leur propre vie d'adulte.

BIBLIOGRAPHIE

- Baumeister, R. F. (1991). *Meanings of life*. New-York, NY: Guilford Press.
- Bernaudo, J.-L. (2016). Le « sens de la vie » comme paradigme pour le conseil en orientation. *Psychologie française*, 61(1), 61-72. <https://doi.org/10.3917/jdp.354.0012>
- Bernaudo, J.-L. (2018a). *Introduction à la psychologie existentielle*. Paris, France : Dunod.
- Bernaudo, J.-L. (2018b). Les défis du « sens » pour la psychologie du XXI^e siècle. *Le Journal des psychologues*, 2(354), 12-12.
- Bernaudo, J.-L., Lhotellier, L., Sovet, L., Arnoux-Nicolas, C., & Pelayo, F. (2015). *Psychologie de l'accompagnement : concepts et outils pour développer le sens de la vie et du travail*. Paris, France : Dunod.
- Danvers, F. (2012). *S'orienter dans la vie : la sérendipité au travail ? : Dictionnaire de sciences humaines et sociales-Tome 2, de la 501^e à la 600^e Considération (Vol. 2)*. Villeneuve d'Ascq, France : Presses Universitaires du Septentrion.
- Desmette, F., Jaminon, C., & Herman, G. (2001). *Le sentiment d'efficacité personnelle de chômeurs en formation, un construct dynamique ?* 51(3), 217-228.
- Flacher, B. (2002). *Travail et intégration sociale*. Rosny, France : Bréal.
- Frankl, V. (1988). *Découvrir un sens à sa vie*. Montréal, Canada : Éditions de l'Homme.
- Frankl, V. (2005). *Trouver un sens à sa vie*. Paris, France : Les éditions de l'Homme.
- Frankl, V. (2009). *Nos raisons de vivre. À l'école du sens de la vie*. Paris, France : InterÉdition/Dunod.
- Frankl, V. (2012). *Découvrir un sens à sa vie avec la logothérapie*. Paris, France : J'ai lu.

- Furtos, J. (2008). *Les Cliniques de la précarité. Contexte social, psychopathologie et dispositifs*. Paris, France : Masson.
- Furtos, J. (2011). *La précarité et ses effets sur la santé mentale*. 7, 29-34. <https://doi.org/10.3917/lcp.156.0029>
- Furtos, J., Lahlou, J., & Laval, C. (1999). Clinique de la casse et modalités d'intervention des psys en CHRS. *Points de vue et rôles des acteurs de la clinique psychosociale*, 62-100.
- Furtos, J., & Laval, C. (2005). *La Santé mentale en actes : de la clinique au politique*. Toulouse, France : Eres.
- Girondin, J. (2003). *Du sens de la vie*. Montréal, Canada : Bellarmin.
- González, L. A. G., Léger, D., Bourdages, L., & Dionne, H. (2013). *Sens et projet de vie : Une démarche universitaire au mitan de la vie*. Québec, Canada : PUQ.
- Heidegger, M. (1959). *Qu'appelle-t-on penser ?* Paris, France : Presses universitaires de France.
- Heidegger, M., Vezin, F., & Boehm, R. (1964). *Être et temps* (Vol. 150). Paris, France: Gallimard.
- Herman, G., & Van Ypersele, D. (1998). L'identité sociale des chômeurs. *Les cahiers du Cerisis*, 98(10), 1-99.
- Kelvin, P. (1980). Social psychology 2001: The social-psychological bases and implications of structural unemployment. In *The development of social psychology*. London, England: Academic Press.
- Lemieux, R. (2006). *Sens et Mouvence*. Présenté à Québec, Canada. Québec, Canada : ÉLUQ-UQAM.
- Mary, G., & Costalat-Founeau, A.-M. (2014). Projet professionnel et dynamique identitaire : Une approche socioconstructiviste. *L'Orientation scolaire et professionnelle*, 43(1). <https://doi.org/10.4000/osp.4259>
- Markman, K. D., Proulx, T. E., & Lindberg, M. J. (2013). *The psychology of meaning*. WA, DC: American Psychological Association.
- McCay-Peet, L., Toms, E. G., & Kelloway, E. K. (2015). Examination of relationships among serendipity, the environment, and individual differences. *Information Processing & Management*, 51(4), 391-412. <https://doi.org/10.1016/j.ipm.2015.02.004>
- Michaud, P., & Lécallier, D. (2001). *Jeu de cartes des valeurs personnelles*. Éditions : AFDEM.
- Nietzsche, F. (1985). *Le gai Savoir*. Paris, France : Gallimard.
- Paul, K. I., & Moser, K. (2009). Unemployment impairs mental health: Meta-analysis. *Journal of Vocational Behavior*, 74(3), 264-282. <https://doi.org/10.1016/j.jvb.2009.01.001>
- Paul, M. (2009). *L'Accompagnement dans le champ professionnel*. 2, 11-63. <https://doi.org/10.3917/savo.020.0011>
- Pineau, G. (1999). Expériences d'apprentissage et histoires de vie. In P. Carré & P. Caspar (Eds.), *Traité des sciences et des techniques de la formation* (pp. 307-327). Paris, France : Dunod.
- Pineau, G. (2002). *L'Accompagnement en formation : de l'avant-naissance à l'après-mort*. 153, 29-42.
- Pineau, G. (2005). La vie à orienter, quelle histoire ! ? *L'Orientation scolaire et professionnelle*, 34(1), 5-18. <https://doi.org/10.4000/osp.314>
- Rabreau, M. (2016). Explosion du RSA, départements asphyxiés : pourquoi l'État reprend la main. *Le Figaro politique*.

- Reker, G. T. (2005). Meaning in life of young, middle-aged, and older adults: Factorial validity, age, and gender invariance of the Personal Meaning Index (PMI). *Personality and Individual Differences*, 38(1), 71-85.
- Rogers, C. R. (2005). *Le développement de la personne* (trad. E. L. Herbert, Paris, Dunod, 1968). Paris, France : Dunod-InterÉditions.
- Sartre, J.-P. (2017). *L'Existentialisme est un humanisme*. Paris, France : Éditions Gallimard.
- Savickas, M., Nota, L., Rossier, J., Dauwalder, J.-P., Duarte, M. E., Guichard, J., ... Bignon, C. (2010). Construire sa vie (*Life designing*) : un paradigme pour l'orientation au XXI^e siècle. *L'Orientation scolaire et professionnelle*, 39(1), 5-39. <https://doi.org/10.4000/osp.2401>
- Scherrer, D. (2018). *Accompagner avec l'Arbre de vie : Une pratique narrative pour restaurer l'estime de soi*. Malakoff, France : Édition : InterÉditions.
- Steger, M. F. (2017). Meaning in life and well-being. In *Well-being, recovery, and mental health* (p. 75-75). New-York, NY: Cambridge University Press.
- Tajfel, H., & Turner, J. C. (2004). The Social Identity Theory of Intergroup Behavior. In J. T. Jost & J. Sidanius (Eds.), *Key readings in social psychology: Political psychology* (pp. 276-293). New-York, NY: Psychology Press.
- Williams, E. N., Soeprapto, E., Like, K., Touradji, P., Hess, S., & Hill, C. E. (1998). Perceptions of serendipity: Career paths of prominent academic women in counseling psychology. *Journal of Counseling Psychology*, 45(4), 379.
- Wong, P. T. P., & Fry, P. S. (1998). *The human quest for meaning: A handbook of psychological research and clinical applications*. Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates Publishers.

NOTES

1. Selon l'Insee, la population active regroupe la population active occupée (appelée aussi « population active ayant un emploi ») et les chômeurs.
2. Dossier presse « 500 000 formations supplémentaires pour les personnes à la recherche d'un emploi », 18 mars 2016.
3. Les Cités des métiers sont des espaces multi-partenariaux et pluridisciplinaires, gratuits et en libre accès, de conseil et de ressources documentaires, au service d'un public en recherche de repères, d'orientation et d'information sur les métiers et la vie professionnelle. La Cité des métiers de Paris-La Villette est hébergée par la Cité des sciences et de l'industrie. La Cité Des Métiers (CDM) développe depuis plusieurs années d'étroites relations de travail et de réflexion dans le champ de l'orientation avec le CNAM.
4. Victor Emil Frankl, professeur autrichien de neurologie et de psychiatrie fut le fondateur d'une nouvelle thérapie : la logothérapie. Cette thérapie interroge le besoin de « sens » et la sphère spirituelle de la personne.
5. Durant les années 1980, le Maroc est sous le règne du Roi Hassan II. Soumis à un contexte social et économique sous tensions, le pays est marqué par de nombreuses émeutes.

RÉSUMÉS

Dans cet article, après avoir exposé le contexte de chômage en Seine-Saint-Denis et les théories en lien avec la question du sens, nous présenterons une méthodologie d'accompagnement expérimentée en 2016 auprès d'un groupe de huit personnes socialement exclues. Enfin, nous dessinerons le portrait de l'une d'entre elles, Slimane, dans l'objectif d'appréhender, durant et après cette phase réflexive, les possibles effets sur le réinvestissement de la sphère professionnelle du récit de vie intégré à un dispositif d'accompagnement au sens de la vie et du travail.

AUTEURS

NADIA BAATOUCHE

Psychologue du travail - Doctorante en Psychologie
au Cnam Paris - Laboratoire Centre de Recherche sur le Travail et le Développement (CRTD) -
Cnam

JEAN-LUC BERNAUD

Professeur des universités en psychologie au CNAM Paris - Laboratoire Centre de Recherche sur
le Travail
et le Développement (CRTD) - Cnam

PAUL DE MARICOURT

Consultant - Formateur en accompagnement au sens
Réseau international des Cités des Métiers