



LES Savoirs
Reliés

Accompagnement Vie Professionnelle

Récit de **Vie** professionnelle
Portrait, projet, transmission

Le récit et l'écriture pour aborder
les moments clés de votre histoire
professionnelle

www.lesavoirsrelies.com



FORMATION

ACCOMPAGNEMENT

CONSEIL

Relations humaines, **E**criture, **M**éthodologie de Projet

www.lessavoirsrelies.com

« Toute vie est une œuvre » Tzevan Todorov

Créés en 2012, à Saint-Nazaire, *LES SAVOIRS RELIÉS* contribuent au développement des compétences et de la qualité de vie au travail comme dans les lieux d'investissement associatifs.

Notre *ABC* se tisse à partir de trois fils solides et souples :

APPRENTISSAGE ...Des formations et des accompagnements pour accroître ses capacités à agir, individuellement et collectivement, dans un environnement en mouvement perpétuel.

BIENVEILLANCE...Des formations et des accompagnements qui prennent en compte les personnes, leurs parcours, leurs aspirations.

CREATIVITE...Des formations et des accompagnements qui explorent des sentiers inédits par l'écriture, le jeu, les démarches de récit de vie professionnelle.

Changement de cap, remobilisation, départ à la retraite, les moments clés de votre vie professionnelle méritent une attention particulière pour transformer une transition délicate en perspectives gratifiantes.

Par une approche croisée du récit de vie et de l'écriture, je vous accompagne à chaque étape de votre réflexion. Ensemble, nous progressons au plus près de vos aspirations pour valoriser vos réalisations.

N'hésitez pas à me contacter. Vos questions sont les bienvenues.

Véronique LEROUX

Fondatrice des *SAVOIRS RELIÉS*

www.lessavoirsrelies.com



Véronique LEROUX - Con

06 51 22 27 59 - vlroux.formation@free.fr

Récit de vie professionnelle

Du RECIT à L'HISTOIRE : Un itinéraire à définir ensemble

Etablir la confiance, un préalable déterminant à l'engagement

D'abord faire connaissance ! C'est ce qui se passe lors de la première rencontre.

Vous m'exposez votre projet. Je vous présente ma démarche. C'est un moment privilégié d'écoute et de questionnement. Si nous décidons de poursuivre ensemble, nous formaliserons les termes du contrat sur lequel nous nous engagerons.

Déplier les situations, tisser des liens, se découvrir

Au fil des entretiens, votre mémoire s'éveille, stimulée par vos évocations. De nouvelles sensations et images s'offrent à vous. Vous reliez les événements, vos actions, vos décisions. J'écoute et guide votre réflexion.

Bâtir l'histoire, construire le sens

Une histoire se dessine en fonction des situations, des liens que vous choisirez de retenir. Vous sélectionnez, aménagez.

Partager votre parcours unique

Je vous accompagne de l'émergence du récit à l'écriture de votre histoire.

Savourer

Un apaisement naît de ce chemin et de son aboutissement. Souvent une compréhension nouvelle du parcours se révèle une fois le but atteint. Vous venez de vivre une expérience d'émancipation et de création. Vous voilà prêt/prête pour de nouvelles aventures.

Véronique LEROUX - Consultante & formatrice

06 51 22 27 59 - vlerox.formation@free.fr -

www.lessavoirsrelies.com

Récit de vie professionnelle...



1, 2, 3...VERSIONS

Véronique LEROUX - Consultante & formatrice

06 51 22 27 59 - vlroux.formation@free.fr -

www.lessavoirsrelies.com

Le Portrait

Se RACONTER pour Se RENCONTRER

Récit de vie professionnelle

« **Le portrait** » : Une exploration à la découverte des multiples facettes de soi...

Chaque personne porte un regard singulier sur son parcours, sa façon d'exercer son activité professionnelle. Quand le besoin de comprendre les liens et le sens de sa trajectoire professionnelle se fait ressentir, se raconter enrichit et développe la réflexion personnelle. Une exploration qui stimule la mise en mouvement.

Une réalisation en 3 temps :

- L'interview d'une durée d'1h30 à 2h, à votre domicile ou à Saint-Nazaire
- La retranscription de l'enregistrement (4h pour 1 heure d'enregistrement)
- Ecriture de votre portrait en un texte d'une page.

Le contenu de l'interview porte sur :

- Votre formation, vos apprentissages, les étapes clés de votre parcours professionnel
- Vos inspirations, vos aspirations... Vos respirations

Les effets du « portrait » :

- **La découverte** des liens, de la spécificité de son parcours
- **La prise de recul**, un discernement accru face aux évènements
- **La confiance** en soi, en ses capacités, en de nouvelles opportunités
- **L'élan d'agir** au plus près de ses aspirations, de ses inspirations
- **Le partage**, la modification de son rapport aux autres
-

A travers le récit de votre parcours, le portrait enrichit le point de vue initial et rend visible un parcours singulier. Un atout supplémentaire pour vos supports et démarches de communication.

Véronique LEROUX - Consultante & formatrice

06 51 22 27 59 - vleroux.formation@free.fr - I

www.lessavoirsrelies.com

Projet professionnel

Une VIE d'AVENTURE, ça vous TENTE ?

Récit de vie professionnelle

Cette vie d'aventure, c'est celle que vous découvrirez à travers le récit de ce que vous avez vécu jusqu'à aujourd'hui.

Cette vie d'aventure, c'est celle que vous construirez en décidant des prochaines étapes de votre projet professionnel

La démarche s'articule autour de **trois entretiens**, de 2h chacun, répartis sur 6 semaines :

- **Le parcours réalisé**, au croisement du professionnel et du personnel
- **Identification** des compétences/ ressources disponibles et des aspirations
- **Les perspectives**, des pistes d'actions personnalisées et réalistes

La parole et l'écoute, l'écriture et la création : Chaque entretien est enregistré. Entre chaque entretien, vous êtes invité(e) à écrire un texte à partir de cet enregistrement. Le contenu de ce texte constitue l'introduction à l'entretien suivant. L'ensemble des textes constitue votre « **récit de vie professionnelle** ».

Choisir l'approche biographique pour élaborer son projet professionnel et découvrir que vous possédez les clés pour écrire la suite de l'histoire...

Récit et transmission

Nous avons beaucoup à apprendre de vous

Récit de vie professionnelle

Prendre soin des départs c'est se rendre disponible pour l'avenir

Toute activité professionnelle requiert savoir, savoir-faire et savoir-être. Chaque personne alimente et puise au cœur de ces trois sources au fil des expériences. A partir de son histoire, raconter l'évolution d'un métier, d'un parcours, c'est inscrire son action dans le temps et dans une société. Témoigner, c'est donner de la valeur à ce qui a été fait et appris. Transmettre ce patrimoine, c'est exprimer votre gratitude à celles et ceux qui vous ont accompagné(e). Porter attention à celles et ceux qui prendront le relais, c'est combiner générosité et responsabilité. Une autre manière de poursuivre, à partir d'une autre place, ce qui a été engagé.

La démarche est construite en 5 étapes pour lesquelles nous prenons tout notre temps

- **Notre rencontre** : Nous échangeons sur votre demande et la démarche,
- **La formalisation du contrat** précise les termes de notre engagement,
- **Les entretiens** (1h30 à 2h) sont fixés selon la fréquence et le nombre qui vous conviennent,
- **La retranscription des entretiens** est réalisée après chaque rencontre (environ 4h de retranscription pour 1h d'entretien). Vous pouvez la réaliser ou me la confier. Dans ce cas, elle vous sera remise en amont de chaque rendez-vous
- **L'écriture de votre « histoire de vie professionnelle »** : je vous guide dans cette écriture. Si vous préférez me confier son écriture, nous déterminerons ensemble les modalités de cette mise en œuvre.

Récit de vie professionnelle...



...Quelques extraits

Véronique LEROUX - Consultante & formatrice

06 51 22 27 59 - vleroux.formation@free.fr -

www.lessavoirsrelies.com

Récit de vie professionnelle...

« **Apprendre à jouer avec le temps** » A., Paludière

« Le marais m'a appris à observer pour mieux comprendre. Observer le milieu et observer les gens aussi. Quand on démarre, au marais, on a plein de monde autour de soi. Le partage, la solidarité, c'est très important. J'ai appris par les autres. On prend les ruses de sioux de chacun. Celui qui a des soucis physiques va contourner le problème et ne pas s'attaquer au marais brutalement. J'ai appris avec le marais à ne pas juger les gens. Parce qu'il y a mille et une manières de faire du sel. Il y a mille et une manières de se comporter dans le marais. Je suis paludière depuis 12 ans. J'apprends à jouer avec le temps dans ce monde où il faut aller toujours vite. Étonnamment, J'ai beaucoup moins de problèmes physiques que quand j'étais derrière mon ordinateur. »

« **Comment ça va aujourd'hui ?** » E., infirmier en secteur psychiatrique

« Indépendamment de la maladie, indépendamment de l'histoire, le souci du quotidien, le « Comment ça va aujourd'hui ? » est essentiel. C'est quasiment le cœur de mon travail en psy adulte. Et c'est ce qui est peut-être le moins évoqué. La maladie mentale est très agressive et, pour s'en approcher, il faut être ému. Sinon, on ne s'en approche pas. Ça ne met pas en danger le soin. Si on n'est pas touché, on n'a pas envie de s'engager. C'est comme ça que je vois les choses. »

« **Mon enthousiasme a réussi à les convaincre** » K., créatrice de jeux

« J'ai créé le Jok'Cœur, une « boîte à jouer ». J'utilise le jeu comme support d'interactions entre individus pour créer du lien de façon ludique. En 2008, on ne connaissait pas trop ce type d'activité, c'était encore assez nouveau. Je pense aux banquiers par exemple, aux comptables, aux techniciens qui avaient beaucoup de mal à se projeter là-dessus. A ce niveau-là, j'ai dû batailler. Mon enthousiasme a réussi à les convaincre. L'enthousiasme et le côté innovant du concept plus que les aspects pratiques, rendement, productivité... Par contre, sur la dimension philosophique ou humaniste du projet, là, j'avais de bons échos. Ces encouragements m'ont été très précieux. »

Récit de vie professionnelle...

...Quelques effets

La découverte de ses ressources, des relations plus authentiques

Le récit de vie professionnelle est une invitation à prendre du temps pour soi et à donner de la valeur à ce que nous avons réalisé. La découverte de l'abondance et de la diversité de ses ressources augmente la reconnaissance de soi et le désir de relations de qualité.

« Moudre le grain de sa vie n'est pas toujours chose facile mais, en boire le nectar, c'est un moment délicieux »

Le mouvement

Poser des mots sur son passé éclaire le présent et influence l'avenir. Le mouvement est dans la réflexion comme dans l'action.

« Je crois avoir pu faire, grâce à nos échanges, un pas de côté. Ça permet une prise de recul qui offre de nouveaux horizons »

Un plan concret et réaliste pour agir

L'envie d'agir au plus près de ses aspirations devient insistante. Chacun, chacune se découvre capable d'exercer son pouvoir sur sa vie.

« Tout est devenu plus clair sur ce que je voulais faire, qui j'étais et mes priorités. Je sors de ces entrevues grandi et avec une meilleure directive dans ma vie professionnelle »

Récit de vie professionnelle...



Raconter le travail,

Ecrire la vie

Je vous accompagne

Ecouter, faire écrire, écrire, trois clés pour ouvrir des portes et accueillir l'inédit.

Mon parcours est jalonné d'engagements où le dire et l'écrire constituent des outils d'émancipation efficaces et sensibles. Guidée par les principes de l'Education Populaire, titulaire du Diplôme « Histoires de vie en formation » et d'un Master en Ingénierie de formation, je développe des démarches qui valorisent les capacités des personnes. L'écoute y occupe une place essentielle. La pratique de la Communication Non Violente offre une oreille éveillée et empathique aux récits. En créant **Les Savoirs Reliés**, j'ai croisé mon intérêt pour les « histoires de vie » et le rapport au travail dans le cadre des formations et des accompagnements que je réalise.

Se glissant dans tous les espaces, les mots trouvent et ouvrent des voies.
Ma valise est prête pour vous accompagner dans ce voyage.

Véronique Leroux
Fondatrice des Savoirs Reliés, formatrice d'expression
www.lesavoirsrelies.com



La formation professionnelle à dimension humaine.

Celle qui révèle votre potentiel...

www.lessavoirsrelies.com