



# Histoires de vie et choix professionnels

## Objectifs

- A travers son récit de vie, retracer les étapes de son parcours professionnel
- Nommer le système de valeurs attaché aux activités professionnelles exercées
- Identifier ses aspirations et motivations en rapport avec les choix effectués
- Compréhension des facteurs qui influencent les choix réalisés
- S'approprier les étapes de construction du projet
- Développer sa marge d'autonomie dans ses perspectives professionnelles en cohérence avec son projet de vie

## Contenus

- Initiation aux démarches « Histoires de vie en formation » pour un retour réflexif sur le parcours professionnel
- Apports sur la méthodologie de projet
- Exercices de communication
- Atelier d'écriture créative et réflexive
- Réalisation d'outils de soutien et de suivi du processus mis en œuvre : carnet de bord, répertoire « réseau », inventaire des ressources, échéancier

**Méthodes pédagogiques** : Démarches « histoires de vie en formation », Récit de vie comme base de réflexion, Atelier d'écriture, Supports suscitant la créativité.

**Ces démarches** se situent au cœur des Sciences Humaines et Sociales :

- **Vincent de Gaulejac** considère que « *l'individu est le produit d'une histoire dont il cherche à devenir le sujet* ». « L'histoire en héritage », D. de Brouwer
- **Alex Lainé** souligne la « *visée émancipatrice et militante* » de la démarche des histoires de vie en formation. « Faire de sa vie une histoire, théorie et pratiques de l'histoire de vie en formation » D. de Brouwer
- **Gaston Pineau** développe l'approche de l'autoformation, processus d'« *appropriation de son pouvoir de formation* ». « Les histoires de vie », PUF