

**Jean-François Draperi**

**Parcourir sa vie**

L'autobiographie raisonnée  
au service  
du développement personnel  
et de la transformation sociale

**DUNOD**

**NOUS NOUS ENGAGEONS EN FAVEUR DE L'ENVIRONNEMENT :**



Nos livres sont imprimés sur des papiers certifiés pour réduire notre impact sur l'environnement.



Le format de nos ouvrages est pensé afin d'optimiser l'utilisation du papier.



Depuis plus de 30 ans, nous imprimons 70% de nos livres en France et 25% en Europe et nous mettons tout en œuvre pour augmenter cet engagement auprès des imprimeurs français.



Nous limitons l'utilisation du plastique sur nos ouvrages (film sur les couvertures et les livres).

## Du même auteur

---

### AUX ÉDITIONS DUNOD

---

*Penser la participation en économie sociale et en action sociale*, (coll.) avec B. Bouquet et M. Jaeger, Dunod, 2009.

*L'année de l'économie sociale et solidaire. Une alternative à redécouvrir en temps de crise* (coord.), Dunod, 2009.

*L'économie sociale et solidaire, une réponse à la crise. Capitalisme, territoires, démocratie*, Dunod, 2011.

*Comprendre l'économie sociale*, Dunod, 2014 (2007 pour la 1<sup>re</sup> édition).

*S'inspirer du succès des coopératives*, coord. avec C. Le Corroller, Dunod, 2016.

---

### CHEZ D'AUTRES ÉDITEURS

---

*Les 20 formes juridiques de l'entreprise*, Éditions Du Puits Fleuri, 2002.

*Les coopératives entre territoires et mondialisation* (coord. avec J.-M. Touzard), L'Harmattan, 2003.

*Défis coopératifs. Alimentation, crédit, démocratie, développement* (coord.), L'Harmattan, 2008.

*L'économie sociale de A à Z* (coord. avec P. Frémeaux), Alternatives Économiques, 2009 (2006 pour la 1<sup>re</sup> édition).

*Rendre possible un autre monde*, Presses de l'Économie Sociale, Paris, 2010 (2004 pour la 1<sup>re</sup> édition).

*L'économie sociale. Utopies, pratiques, principes*, Presses de l'Économie sociale, 2010 (2005 pour la 1<sup>re</sup> édition).

*Godin, inventeur de l'Économie sociale*, éd. REPAS, 2010 (2008 pour la 1<sup>re</sup> édition).

*La République coopérative*, Larcier, 2012.

*Les entreprises coopératives*, Groupement National de la Coopération / OCCE, 2014 (2005 pour la 1<sup>re</sup> édition).

*Henri Desroche. Espérer, coopérer, (s)éduquer*, Presses de l'Économie sociale, 2014.

*Parcourir sa vie. Se former à l'autobiographie raisonnée*, Presses de l'Économie sociale, 2016 (2010 pour la 1<sup>re</sup> édition).

*L'autobiographie raisonnée. Pratiques et usages* (coord). Presses de l'Économie sociale, 2017.

*Histoires d'économie sociale et solidaire*, Les Petits Matins, 2017.

*Coopérer pour consommer autrement*, Coédition FNCC / Presses de l'Économie sociale, 2017.

*Ruses de Riches, Pourquoi les riches veulent maintenant aider les pauvres et sauver le monde*, Payot, 2020.

*Le fait associatif dans l'Occident médiéval. De l'émergence des communs à la suprématie des marchés*. Le Bord de l'eau, 2021.

## ► À paraître

*Leçons du mouvement coopératif belge*, Coédition Smart / Les Presses de l'économie sociale, 2024.

# Table des matières

<i>DU MÊME AUTEUR</i>	III
Aux éditions Dunod	III
Chez d'autres éditeurs	III
<i>À paraître, IV</i>	
<i>REMERCIEMENTS. UN PARCOURS AVEC L'AUTOBIOGRAPHIE RAISONNÉE</i>	IX
<i>INTRODUCTION. QU'EST-CE QUE L'AUTOBIOGRAPHIE RAISONNÉE ?</i>	1
Un exercice de développement personnel et de transformation sociale	1
L'autobiographie raisonnée offre la possibilité de parler de soi et du monde sans raison	3
L'autobiographie raisonnée se fonde sur l'échange pour mieux se connaître	4
<b>1. Faire son autobiographie raisonnée</b>	7
Mieux se connaître	7
<i>Une autobiographie sociale ?, 11 • Personne-projet (PP) et personne-ressource (PR), 13</i>	
Comment faire son autobiographie raisonnée	14
<i>Objectif, 14 • Durée et lieu, 15 • Relation entre les personnes, 15 • Objet, 16 • La prise de notes, 17 • La bonne distance, 18 • Le statut de l'écrit : par la personne-ressource, pour la personne-projet, 20 •</i>	

<i>Déroulé type</i> , 23 • <i>Lecture de l'entretien : vers des fils conducteurs</i> , 25	
• <i>Une difficulté fréquente</i> , 28 • <i>Récapitulatif des principes de réalisation de l'entretien</i> , 29	
L'écriture de la notice de parcours	31
<i>Un guide pour faire émerger les fils conducteurs</i> , 35	
La présentation orale : deux temps pour deux objets	39
<i>Se présenter devant le groupe de pairs</i> , 40 • <i>Constituer le groupe</i> , 41 •	
<i>Conclusion : l'autobiographie comme outil d'émancipation</i> , 43	
Autobiographie raisonnée et autobiographie coopérative	44
<i>Condition d'émergences de l'autobiographie raisonnée</i> , 44	
La dispersion des pratiques	45
<i>Les leçons d'une transmission</i> , 46 • <i>L'autobiographie coopérative (AC) est d'abord une formation</i> , 47	
<b>2. Transmettre l'autobiographie raisonnée</b>	<b>51</b>
L'autobiographie raisonnée au service du développement	51
<i>L'université coopérative internationale : « hors les murs, saisonnière et itinérante »</i> , 51 • <i>Trois ouvrages fondateurs d'une démarche</i> , 61 • <i>Une posture de formation et une démarche de recherche-action</i> , 66 •	
<i>L'autobiographie raisonnée d'Henri Desroche</i> , 67 • <i>La parole du sujet</i> , 70	
• <i>L'entretien oral et le formulaire écrit</i> , 70 • <i>Quatre modèles pédagogiques</i> , 71 • <i>La fin de l'UCI</i> , 73	
La transmission de l'AR au Centre d'économie sociale (Cestes) du Cnam	74
<i>Articuler la richesse de l'informel et les forces de l'institution</i> , 74 •	
<i>Partager l'AR</i> , 76 • <i>Trois pôles pour trois savoirs</i> , 77 • <i>L'émergence de l'autobiographie coopérative au Cestes</i> , 78 • <i>Un travail autobiographique pendant un an</i> , 79 •	
<i>Entretien d'autobiographie raisonnée ou d'autobiographie coopérative ?</i> , 79 • <i>La formation de dirigeants de coopérative</i> , 82 • <i>Les ateliers de recherche-action coopérative</i> , 84 •	
<i>Une formation permanente des responsables d'atelier</i> , 86 • <i>Deuxième temps au Cestes : une formation spécifique à l'autobiographie raisonnée</i> , 88 •	
<i>Troisième temps : une formation à l'autobiographie raisonnée coopérative</i> , 90 • <i>L'autobiographie raisonnée coopérative donne un sens nouveau à l'entretien</i> , 90 •	
<i>Constituer et animer un groupe</i> , 91 • <i>Après la formation à l'autobiographie coopérative, trois possibilités</i> , 91	

Conclusion : de l'AR à l'ARC, garder le caractère phénoménologique de l'entretien	92
« Échanger des savoirs c'est changer la vie » ( <i>Mouvement des réseaux d'échanges réciproques des savoirs, 1989</i> ), 93	
Entretien avec Henri Desroche	94
<b>3. Pratiquer l'autobiographie raisonnée et coopérative</b>	101
Vers une multiplication des usages de l'ARC	101
<i>Introduction : l'autonomisation de l'ARC par rapport à la formation, 101</i>	
• <i>L'AC change-t-elle la nature de l'AR ?, 103</i> • <i>Une pratique sociale à trois composantes, 104</i> • <i>L'expérience est un vécu réfléchi, 108</i>	
L'ARC : une clinique de l'émancipation ?	109
<i>La psychologie clinique, un art et une science, 110</i> • <i>Le soin, 111</i> • <i>L'association Hors Circuit, l'AR au service de la formation, du travail et de l'emploi, 112</i> • <i>La question de l'intime, 116</i> • <i>Mais peut-on dès lors continuer à parler de clinique ?, 119</i> • <i>L'autobiographie coopérative et la sociologie clinique, 120</i> • <i>Une méthode clinique, 121</i> • <i>Une clinique de l'activité, 122</i> • <i>L'entretien clinique de recherche, 123</i> • <i>De l'AR à l'AC : un changement sensible, 124</i> • <i>La relation dans l'entretien d'autobiographie raisonnée, 125</i>	
L'ARC et la narration	127
<i>La singularité de la narration dans l'autobiographie coopérative, 127</i> • <i>ARC et la relation dans les approches narratives, 129</i> • <i>La vérité du récit, 131</i> • <i>Une herméneutique de la parole ?, 132</i> • <i>Un éloignement de la clinique ?, 134</i> • <i>Vers une micro-phénoménologie ?, 136</i> • <i>Conclusion : ARC et clinique narrative, des postures proches sur des espaces distincts, 139</i>	
Autobiographie raisonnée et transformation sociale : organisation, institution, réseau	140
<i>De l'organisation à l'institution et au réseau, 141</i> • <i>Pas d'histoire de vie sans espace de vie, 144</i> • <i>L'AR et l'organisation : un exemple, le DSQ de Maubeuge, 146</i> • <i>Cinq idéaux-types d'organisations, 148</i> • <i>ARC et organisation coopérative, 150</i> • <i>Une ARC d'organisation en devenir, 155</i> • <i>Entre organisation et institution : le quadrilatère coopératif, 158</i> • <i>Quand le développement personnel engage la transformation sociale, et réciproquement, 161</i> • <i>Une andragogie institutionnelle, 163</i>	

Mises en perspectives historiques	164
<i>La biographie raisonnée, 164 • Une biographie raisonnée pour comprendre l'économie et l'histoire d'un milieu de vie, 167 • Pour une biographie historique du fondateur de l'autobiographie raisonnée : Henri Desroche héritier d'Albert le Grand, 171 • La biographie historique outil de l'objectivation, 175</i>	
<b>4. Réfléchir l'autobiographie raisonnée</b>	<b>177</b>
Aux fondements de l'entretien : la philosophie antique	177
<i>Avant la philosophie était l'anamnèse, parole divine chantée par les poètes, 178 • Philosopher c'est réfléchir, 181 • La philosophie antique : un mode de vie, 182 • La maïeutique socratique, 184 • Le Ménon : quelle réminiscence ?, 185 • La transmission dans le Théétète, 186 • De la maïeutique à la dialectique... et de l'entretien au groupe de recherche-action, 188 • De l'expérience au projet : une approche historique, 189</i>	
L'autobiographie raisonnée entre recherche et formation	192
<i>La naissance officielle de la recherche-action, 192 • L'autobiographie comme enquête sociologique, 193 • Autobiographie raisonnée et histoires de vie : autour de Gaston Pineau, 195 • L'autobiographie raisonnée est à peu près ignorée dans la littérature sur l'autoformation, 199 • ...mais les pratiques de l'autobiographie sont assez répandues, 199 • L'autobiographie raisonnée allie les deux usages des récits de vie, 200 • Pratiquer l'ignorance ?, 202 • Autobiographie raisonnée et parcours de la reconnaissance, 204 • L'écriture est littérature et la conduite est philosophie, 205 • Le fait public est historique et juridique, 208 • L'autobiographie raisonnée associe auto et hétéroformation, 210 • L'autobiographie découvre un impensé, 213</i>	
Un hexagone d'interfaces et dix perspectives théoriques	216
CONCLUSION. DÉVELOPPEMENT PERSONNEL ET TRANSFORMATION SOCIALE	219
CHARTRE DE L'AUTOBIOGRAPHIE RAISONNÉE	223
GLOSSAIRE	225
BIBLIOGRAPHIE	233

## Remerciements

# Un parcours avec l'autobiographie raisonnée

## Éléments d'autobiographie avec l'autobiographie

L'AUTOBIOGRAPHIE raisonnée est fondamentalement un exercice lié à la personnalité de son fondateur Henri Desroche (1914-1994).

Ne considérant pas l'entretien comme une technique, un outil, ni même comme une méthode, Henri Desroche parlait peu de ce qu'il appelait sa « conduite ». Les personnes qui souhaitaient le rencontrer ne venaient pas faire une autobiographie raisonnée dont ils ignoraient l'existence. En général, ces personnes requéraient un conseil relatif à une décision importante comme une orientation professionnelle — pour des acteurs sociaux — ou au choix d'une formation, d'un objet de recherche — pour les étudiants — ou encore à une bibliographie, une discussion théorique — pour des chercheurs. Cette posture de « conseil » que prenait Desroche a également déterminé la présentation et l'explicitation qu'il a ultérieurement données de l'entretien : présentation précise dans sa finalité et sa philosophie, précise également dans l'outillage — très léger — qu'il requiert mais prudente à l'extrême quant à la façon de pratiquer, les conditions de son effectuation, de sa réussite. Henri Desroche était rétif à toute instrumentalisation de l'entretien, voire à tout « enrobage ». Dès lors comment poursuivre ce que Desroche était le seul à faire ? Comment mener un entretien d'autobiographie raisonnée ? Comment le partager afin qu'il ne disparaisse pas avec son inventeur ?

Partager et transmettre cette démarche suppose de la décrire et de comprendre son sens. C'est pour partager l'autobiographie raisonnée que ce livre a été conçu et réalisé.

J'ai découvert l'autobiographie raisonnée dès ma première rencontre avec Henri Desroche en septembre 1974, alors qu'elle était encore en gestation. Sur le moment, rien au-delà de la disponibilité du professeur ne m'a vraiment marqué.

Après avoir suivi les cours du collège coopératif (Paris) de 1974 à 1976, je menais des entretiens autobiographiques dans diverses circonstances. Trois expériences ont été spécialement marquantes : celle qui m'initia à la démarche au sein du collège coopératif (Paris) et de l'Université coopérative internationale (UCI) sous la direction d'Henri Desroche entre 1974 et 1991 ; celle qui se déroula au Centre d'économie sociale travail et société (Cestes) du Conservatoire national des arts et métiers (Cestes/Cnam) de 1991 à 2022 ; enfin celle qui se poursuit actuellement au sein du laboratoire de recherche-action coopérative « Acteurs, chercheurs territoires d'économie sociale » (Acte 1).

Simultanément j'ai eu l'opportunité de pratiquer cette démarche avec des jeunes en difficulté d'insertion dans les années 1980. D'abord à la Fédération des œuvres laïques de Poitiers (1982) puis à la mission locale d'Auxerre (1985-1987). À l'attention de jeunes Auxerrois déscolarisés et sans travail, je créais l'association Hors Circuit. J'y pratiquais l'autobiographie raisonnée. S'ils parlaient peu, ces jeunes avaient une grande capacité à se centrer sur l'essentiel de leur vie. Cette expérience dans la ZUP Sainte-Geneviève d'Auxerre eut une conséquence imprévue : à la suite de la présentation que j'en fis à la rencontre de l'Université coopérative internationale du 20 au 24 mai 1986 à Saint-Malo, Desroche me proposa de donner un séminaire au collège coopératif (EHESS, Paris), séminaire qu'il intitula lui-même « Créativités sociales et développement associatif ». Je menais l'année qui suit des entretiens avec des adultes en formation au collège coopératif, puis à l'université de la Sorbonne Nouvelle dans le cadre du Diplôme des hautes études des pratiques sociales (Dheps) en 1990.

En 1985-1986, j'accompagnais Henri Desroche dans ce qui fut sa dernière mission africaine au Sénégal, au Cap-Vert et en Guinée-Bissau. Je tenais le rôle du scribe, l'assistant dans ses rencontres, copiant ou recopiant les échanges, discours, interventions. Ce compagnonnage fut un tournant pour moi qui avais poursuivi des études de géographie dans l'idée qu'elles me permettraient de me rendre utile dans l'hémisphère Sud. Après de leaders cap-verdiens, sénégalais, bissau-guinéens, je comprenais que la lutte pour l'indépendance ne s'était pas

arrêtée avec la décolonisation. Avec Henri Desroche, Roland Colin et Gilles de Mirbeck, je saisisais que le développement n'avait de sens que s'il était l'expression des collectifs d'habitants associés dans le travail, les fêtes, la vie quotidienne. L'autobiographie raisonnée montrait ici toute sa force. Au cours de cette dernière mission, Desroche me demanda de pratiquer l'entretien autobiographique en sa présence à Dakar. La proximité dont je bénéficiais me donnait un éclairage nouveau de l'exercice et plus largement de la recherche-action telle qu'il la pratiquait.

Ce compagnonnage se poursuivit en France où je l'accompagnais dans quelques missions. Celle qu'il fit à Guise à l'occasion du centenaire de la mort de Jean-Baptiste André Godin (1988) fut particulièrement marquante pour un enfant du pays.

Dans les années 1990, les échanges autour de l'autobiographie raisonnée se poursuivirent et s'intensifièrent dans le cadre du Réseau des hautes études des pratiques sociales (Rheps) présidé par Maurice Parodi. Entre oralité et écriture, l'autobiographie raisonnée cherchait sa voie sans Desroche. La dimension essentielle qui ressortait de cette démarche éducative était qu'elle ne se limitait pas à un projet de formation personnelle : « La pédagogie coopérative, c'est d'abord une philosophie de l'éducation au service d'un projet de société plus démocratique, solidaire et égalitaire ; la voie qui y conduit est celle de la coopération » (Parodi, 2018, p. 99). Le sous-titre de ce livre « Développement personnel et transformation sociale » traduit la continuité que la pédagogie coopérative établit entre l'éducation de la personne et le projet d'un changement de société.

Au cours de ces années 1980-1990, je pratiquais également l'entretien autobiographique hors de tout cadre professionnel, avec des personnes qui me le demandaient ou dans le cadre d'associations. Je le menais ensuite dans le cadre de l'évaluation du projet de développement social (DSQ) des quartiers de Maubeuge que j'effectuais au nom du collège coopératif (Paris) ; puis au sein du Réseau des pratiques alternatives et solidaires (REPAS) lorsque ce regroupement d'associations et de coopératives remarquables initia sa formation de compagnons alternatifs.

Je rejoignais la chaire de sociologie du travail du Cnam en 1991. Jean-Daniel Reynaud, professeur titulaire, et Lucien Lavorel, chargé de l'organisation des enseignements de sociologie, m'encouragèrent à ouvrir un enseignement d'économie sociale. La direction du Cnam me proposa de développer cet enseignement dans le cadre d'un centre spécialisé : ce fut le Centre d'économie sociale travail et société (Cestes) et le diplôme de manager d'organisme à vocation

sociale et culturelle (MOVSC, titre RNCP de niveau 7). C'est dans le cadre de cette formation que j'entrepris de transmettre l'autobiographie raisonnée. Mais plutôt que de la présenter comme un exercice individuel je proposais qu'elle soit réalisée au sein de petits groupes. Cette expérience — qui se déroula sur trente ans et concerna mille cinq cents stagiaires — fut le creuset de l'autobiographie coopérative. Elle est avant une aventure collective : l'implication de Pascale Chaput, Zineb Boukhli, Anne Persine et Ulrike Aubertin, le travail, l'esprit collectif et la persévérance ont été les premières conditions de réussite. La motivation et les retours de formation des stagiaires ont été un encouragement permanent et une source constante pour avancer dans la compréhension de l'autobiographie raisonnée. Après l'avoir pratiquée au Cnam, d'anciens stagiaires manifestèrent leur intérêt de la reproduire à leur tour, souvent dans un cadre professionnel, qui était le plus souvent celui de l'action sociale. Je conçus donc une formation spécifique, *Théories et pratiques de l'autobiographie raisonnée*. Cette formation fut reproduite chaque année de 2004 à 2021. Pour soutenir la formation, je rédigeais un petit livre sous la forme d'un guide pratique *Parcourir sa vie* (2010), qui est une première version de ce livre.

C'est ainsi, seulement après plusieurs années de pratiques de l'AR calquées sur celles d'Henri Desroche, que je tentais cette transmission de l'autobiographie raisonnée. Ce n'était pas chose facile parce qu'Henri Desroche n'avait lui-même pas conçu une telle formation. Curieusement tout porte à croire qu'il ne souhaitait pas transmettre cet entretien. En tout cas, en entreprenant cette transmission, j'ai inévitablement et involontairement transformé la démarche elle-même. L'autobiographie raisonnée s'est doublée d'un autre exercice qui l'a englobée, l'autobiographie coopérative, dont l'usage s'étendit rapidement.

Un nouveau diplôme de dirigeant de coopérative (certificat de compétences du Cnam) vit le jour au Cestes en 2004, à l'attention des fondateurs des premières coopératives d'activités et d'emploi (CAE). Initiés à l'autobiographie coopérative, de nombreux dirigeants de CAE reprennent ensuite la démarche au sein de leur entreprise avec les porteurs de projets.

En 2007, Davide Lago suivit la formation au Cestes. Il rédigeait alors sa thèse sur Henri Desroche, à partir de laquelle il publia l'ouvrage paru sous le titre *Henri Desroche, théoricien de l'éducation permanente*. Suite à cette formation, Davide Lago et Alessio Surian, professeur en sciences de l'éducation à l'université de Padoue, m'invitèrent à faire une session de formation autobiographique auprès des enseignants et chercheurs du département des sciences de l'éducation de

l'université de Padoue. Davide Lago traduit et fit publier le livre *Parcourir sa vie* en Italie.

Présent à la formation de Padoue, Federico Batini, professeur à l'université de Perugia, introduisit ensuite la formation dans son enseignement et m'invita à former les enseignants de cette université, ce que nous fîmes à Arezzo en 2016.

Ainsi, de bouche-à-oreille, s'étendait chaque année la sensibilisation à l'autobiographie raisonnée. Plusieurs professionnels qui avaient suivi la formation à l'autobiographie raisonnée, le diplôme de manager d'organisme à vocation sociale et culturelle ou le diplôme de dirigeant de coopérative, exportèrent la formation dans leurs propres organisations : formateurs, enseignants, coaches, conseillers d'orientation, assistants sociaux, éducateurs, agents de développement, utilisaient désormais l'autobiographie raisonnée ou coopérative dans l'exercice de leurs métiers. Chaque année nous organisons une rencontre pour échanger nos pratiques.

Un premier point du travail accompli prit la forme d'un ouvrage collectif qui parut en 2017 sous le titre *L'Autobiographie raisonnée. Usages et pratiques* et auquel participèrent dix anciens stagiaires français et italiens.

Il va sans dire que les formes de l'appropriation personnelle, les institutions, les contextes sociaux impactaient la réalisation de ces pratiques et usages nouveaux. La gestion du temps, la nature de la relation, le mode d'évaluation, la professionnalité, le poids des procédures, la sociologie des publics concernés, la prise en charge des coûts, sont autant de données qui interviennent sur la qualité de l'entretien. Si bien que de nouvelles questions se posaient qui restaient sans réponses : quelles conditions doivent-elles être réunies pour qu'on s'inscrive bien dans ce qu'on nomme « autobiographie raisonnée » ? Y a-t-il des contraintes, des contextes, des finalités, des procédures qui rendent impossible l'exercice de l'autobiographie raisonnée ?

Répondre à ces questions nécessitait une nouvelle réflexion collective. Cette étape fut franchie entre 2020 et 2023 au sein de l'association Acte 1 (Acteurs, chercheurs, territoires, d'économie sociale). Nous organisâmes collectivement une nouvelle formation de *Formateur à l'autobiographie raisonnée* que suivirent une douzaine d'anciens élèves qui avaient acquis une solide expérience de pratiques autobiographiques. Nous nous réunîmes une dizaine de journées à Paris et trois week-ends en Ardèche, Champagne et Jura. Nous y croisions les expériences et les mises en perspectives théoriques en nous appuyant sur des textes de sociologie, psychologie, philosophie ou sciences de l'éducation traitant de l'autobiographie. La réflexion sur l'autobiographie raisonnée franchit

une nouvelle étape, avec la production de nouveaux travaux originaux par les participants. C'est au cours de ces rencontres que se solidifia le concept d'autobiographie coopérative pour désigner la pratique autobiographique en petit groupe démarrée au Cestes plus de vingt ans auparavant. Les réflexions sur l'autobiographie coopérative ont germé au sein de Acte 1 avec Cécile Le Corroller qui conduit notre laboratoire entre la perspective autobiographique et le développement coopératif ; Rachel Tanguy dont les nombreux apports au Cestes et à Acte 1 sont si intimement liés à l'autobiographie raisonnée et coopérative ; Béatrice Barras et ses trois tomes sur les expériences remarquables du collectif qui a fondé Ardelaine ; l'ami Gérard Barras dont les idées sont, aujourd'hui comme hier, autant d'inspirations ; Egmont Labadie, Valérie Rosenwald et Samir Mellal qui explorent et poursuivent la déjà longue histoire de l'autobiographie raisonnée et coopérative à Coopaname ; Laurent Carrié qui pratique et théorise l'autobiographie d'établissement ; Marie-Paule Battas qui contribue à l'émergence d'une sociologie de l'autobiographie raisonnée ; Ludovic Picard dont l'approche en formation d'adultes assure la continuité avec l'histoire du collège coopératif de Lyon ; Ghislaine Liberos et ses collègues du Laboscop qui contribuent à de nouvelles pratiques de recherche-action ; Ludovic Mamessier qui ouvre les voies de l'analyse institutionnelle ; Julien Henriot et Alexandrine Lapoutte qui, l'un et l'autre, mettent en œuvre l'autobiographie coopérative aux universités de Caen et de Lyon et réfléchissent aux meilleures conditions de son développement ; Romain Vassor et son immense champ de pratique des coopératives agricoles ; Davide Lago, Alessio Surian et Federico Batini qui ont initié les pratiques de l'autobiographie aux universités de Padoue, Arezzo et Pérouse ainsi que dans des coopératives italiennes.

Sans qu'il soit possible de les nommer individuellement ici, je remercie spécialement les stagiaires du Cestes. Leur engagement dans les formations et nos échanges sans cesse renouvelés composent l'essentiel de la matière de ce livre.

Ce livre n'aurait pas vu le jour sans Guillaume Charron, l'éditeur dont chaque rencontre stimule la pensée et auquel j'adresse toute ma gratitude.

La richesse des débats ne remplaçant pas celle des entretiens, je poursuis les pratiques et les formations à l'autobiographie coopérative, récemment au Cnam Pays de la Loire (Angers), l'association Césame (Val-d'Oise), la CAE Vecteurs-activités (Grenoble), la cave coopérative de Buzet et, avec la complicité d'Omar El Jid, le groupe international de doctorants de Mulhouse.

Je remercie chacune et chacun de contribuer à la transmission et au partage de la découverte d'Henri Desroche. Ce livre fait écho de quelques-unes des

expériences issues de cette transmission. Il est dédié à celles et ceux qui se rencontrent autour de l'autobiographie raisonnée ; j'espère qu'il rencontrera leur intérêt et qu'il les accompagnera dans leurs pratiques, leurs réflexions et leurs projets.

Un mot encore à propos du titre de cet ouvrage : bien que ce livre soit pour l'essentiel inédit, il porte le titre de celui publié aux Presses de l'économie sociale (2010). La première version de *Parcourir sa vie* a donné une partie de la première et de la quatrième partie. La conclusion emprunte à celle qui avait été rédigée pour *L'Autobiographie raisonnée. Pratiques et usages* (2017, Presses de l'économie sociale).



## Introduction

# Qu'est-ce que l'autobiographie raisonnée ?

---

### **UN EXERCICE DE DÉVELOPPEMENT PERSONNEL ET DE TRANSFORMATION SOCIALE**

---

Cet ouvrage présente une conduite de développement personnel et de transformation sociale : l'autobiographie raisonnée et coopérative. Il propose à son lecteur une démarche accessible pour s'orienter, se former, travailler, consommer, mieux vivre, dans un monde qui accélère vers un destin incertain.

Le développement personnel que propose l'autobiographie raisonnée a ceci de singulier qu'il prend en considération les expériences de la vie passée de la personne et qu'il se fait à plusieurs.

1. **Se connaître mieux pour se trouver soi-même** : l'autobiographie raisonnée est un exercice personnel qui permet de mieux se connaître, de faire le point de son parcours de vie, de se situer pour s'orienter, pour décider de ce qu'on va faire dans un avenir proche, et également à plus long terme.
2. **Échanger avec des pairs et trouver sa place dans la transformation sociale** : intégrant l'autobiographie raisonnée, l'autobiographie coopérative fonde un groupe sur la base de relations d'estime réciproque, engage ce groupe à respecter chacun de ses membres dans la poursuite de son projet

en se donnant des moyens communs et en s'entraïdant. Il invite à penser le développement personnel comme élément fondateur de la transformation sociale.

Ce livre explique comment faire son autobiographie raisonnée et comment concevoir et mettre en œuvre une autobiographie coopérative. Il dévoile les fondements de ces exercices, présente leurs nombreuses pratiques dans des groupes informels, des associations, des coopératives, des universités et provoque le débat autour des questions méthodologiques et théoriques actuelles. Et il montre le potentiel toujours surprenant de cette démarche si élémentaire en principe et si subtile en pratique. Mais également, en théorie si difficile à mettre en œuvre mais en réalité si accessible, dès lors que chacun de nous privilégie la coopération, l'entraide et l'amitié plutôt que la concurrence, la rivalité et la conflictualité.

L'autobiographie raisonnée est particulièrement utile lorsqu'on ressent le besoin de faire le point, de se situer, de s'orienter. Elle aide à la décision, que ce soit celle de poursuivre ce qu'on fait ou au contraire de changer d'activité, chercher une nouvelle voie, voire une nouvelle vie. Elle accompagne une décision importante et soutient la conception d'un projet. Elle aide également les personnes en difficultés, soutient une thérapie, permet l'expression des patients.

Réalisée en petit groupe, l'autobiographie raisonnée devient coopérative : celle-ci permet des pratiques nouvelles pour l'action sociale, la pédagogie de projets, la gouvernance associative, l'économie sociale et solidaire, l'animation coopérative ou mutualiste, le management de petites équipes, l'évaluation formative, les groupes de travail thématiques dans des organisations, la vie d'un conseil d'administration ou d'un directoire, etc.

L'autobiographie raisonnée et coopérative est d'abord une rencontre et un échange entre plusieurs personnes.

Elle comprend trois temps : d'abord un entretien, puis un exercice d'écriture personnel, enfin un échange au sein d'un petit groupe.

À la différence de bien des exercices de développement personnel, l'autobiographie raisonnée passe par le soutien d'autres personnes et par un échange réciproque. Elle s'appuie sur le fameux mot d'Aristote : « L'homme est un animal social », actant que l'homme s'exprime mieux lorsqu'il est en société, plutôt que lorsqu'il est seul face à lui-même.

---

## L'AUTOBIOGRAPHIE RAISONNÉE OFFRE LA POSSIBILITÉ DE PARLER DE SOI ET DU MONDE SANS RAISON

---

L'autobiographie raisonnée met en œuvre un acte social fondamental et universel : la prise de parole, l'écoute, la connaissance de soi et d'autrui, l'entraide réciproque et mutuelle.

Elle est l'invention d'un exercice original, mais aussi une redécouverte au sens où elle met en forme et nomme l'une des pratiques les plus anciennes et élémentaires du lien social qui est celle du dialogue. Seule suffit une langue commune, cette langue que tout enfant apprend pour se socialiser en échangeant avec les membres de sa communauté de vie, ses proches, les adultes, les anciens.

Cette socialisation prend une orientation qui diffère selon les sociétés. La nôtre est paradoxale, qui met l'individu en avant plus qu'il n'a jamais été mais qui ne lui donne pratiquement jamais la possibilité de parler de lui-même sans raison, en tant qu'individu ne poursuivant aucun autre but que de parler de lui-même. L'homme ou la femme moderne doit au contraire se montrer en toute situation sociale — à l'école, au travail, en société... — intéressant, autonome, sûr de lui, voire le meilleur. Notre société laisse penser à chacun qu'il est un individu responsable et libre, mu par son désir et sa volonté.

L'idée qu'on puisse oublier les liens qui nous relie aux autres et à la nature ne les fait cependant pas disparaître. Qu'il le veuille ou non, qu'il le sache ou non, l'individu est toujours une personne qui joue des rôles sociaux dont il ne choisit que partiellement la partition : la langue, le rapport au corps, la vie collective, l'habitat, la valeur du travail, l'attachement à l'argent, les codes vestimentaires, les modes d'alimentation, la façon de raisonner, etc. forment autant d'ancrages largement formatés et formatifs. Ces ancres nous autorisent à affirmer que la pédagogie coopérative dans laquelle s'insère l'autobiographie raisonnée change la société en même temps qu'elle change les hommes. Car le récit que l'on fait de sa propre vie est une reconstruction globalisante qui revisite en leur donnant un sens les actions qui la jalonnent. Maurice Parodi cerne cinq principes fondateurs de cette « pédagogie coopérative » :

1. l'interaction de l'action avec la réflexion, la recherche-action (ou « formation-action ») sont bien adaptés pour mettre en pratique cette interaction ;
2. la personne adulte est le sujet de son histoire ;
3. la relation entre la personne en formation et le formateur est fondée sur le respect mutuel ;

4. la coopération fonde la relation entre le formateur et la personne en formation ;
5. enfin et surtout : « Le formateur est un accompagnateur » et un « facilitateur d'apprentissage » (Rogers) ; il n'a pas de position dominante par rapport à « l'apprenant » ; il apprend lui-même de l'expérience et des savoirs ou savoir-faire de l'apprenant ; il facilite l'accès à la connaissance des savoirs capitalisés ainsi que la mutualisation des expériences et des savoir-faire des apprenants par une organisation des échanges au sein du groupe et du réseau (Parodi, 2018, p. 99).

Cette pédagogie n'est pas nouvelle, elle a « une pluralité de maîtres à penser : Nicolai Grundtvig (1783-1872), Barthélemy Profit (1867-1946), Célestin Freinet (1896-1966), Paolo Freire (1921-1997), Ivan Illich (1926-2002), Carl Rogers (1902-1987) » (Parodi, 2018).

Enfin, se raconter n'est pas neutre. Jérôme Bruner montre que le soi est un récit permanent (Bruner, 1996). Et « les enfants apprennent à donner un sens au monde qui les entoure, à construire des significations par les récits qu'ils entendent dans leur environnement immédiat et par les récits de leurs propres actions qu'ils deviennent très tôt capables de faire. Notre capacité à restituer l'expérience en termes de récits n'est pas seulement un jeu d'enfant : c'est un outil pour fabriquer de la signification, qui domine l'essentiel de notre vie au sein d'une culture. Nous pouvons par le récit que nous en faisons, reconceptualiser le passé et par notre capacité à trouver des alternatives, fabriquer d'autres manières d'être, d'agir ou de lutter » (Dumora et Boy, 2008, p. 13).

---

## **L'AUTOBIOGRAPHIE RAISONNÉE SE FONDE SUR L'ÉCHANGE POUR MIEUX SE CONNAÎTRE**

---

Ces liens culturels que notre société tend à ignorer sont aussi nos forces, que ce soit pour savoir qui nous sommes ou pour comprendre l'autre possédant une culture différente. À condition de pouvoir les dire. Nous avons le choix : « Toute histoire, toute réalité narrative peut être "lue" de différentes manières et converties dans plusieurs genres : comédie, tragédie, ironie, autobiographie, etc. » (Bruner, 1996, p. 169). L'autobiographie raisonnée est l'un de ces genres, qui permet de se dire tel qu'on se voit dans le temps présent.

L'autobiographie raisonnée invite à se remémorer ses expériences, à s'appuyer sur ce qu'on a fait dans le passé pour comprendre ce qui importe dans sa vie.