

Le dialogue de conseil en life design (DCLD)

En neuf questions :

1. Qu'est-ce qu'un dialogue de conseil en life design (DCLD) ?

Un entretien d'une personne avec un conseiller dont l'objectif d'aider cette dernière à définir des perspectives d'avenir qui donne sens à sa vie active.

2. Qu'est-ce qui différencie un DCLD d'autres types de conseil en orientation ?

Dans cette définition trois mots sont importants : dialogue et vie active.

Il s'agit d'un *dialogue* entre une personne et un conseiller.

La personne souhaite y voir clair dans ses perspectives d'avenir.

Le conseiller est quelqu'un qui n'est pas l'un des proches de la personne. Son seul rôle est de l'aider dans son travail de réflexion.

Ce conseiller ne dispose pas d'un savoir lui permettant de repérer ce que la personne ignorerait à propos d'elle-même. C'est un accompagnateur qui aide la personne – en parlant avec elle – à construire un récit à propos de ses différentes expériences de vie du point de vue des perspectives d'avenir qu'elles ouvrent.

Ce dialogue concerne la *vie active* de la personne. Il s'agit de l'aider à préciser des perspectives qui donnent sens à ses activités dans les différents domaines qui composent une vie active (activités familiales, personnelles, associatives, citoyennes, amicales, sportives, professionnelles, loisirs, etc.).

Vie active n'est pas synonyme de vie professionnelle : le parcours professionnel n'est qu'un sous-ensemble de la vie active.

En résumé : le DLCD n'est pas une guidance de l'employabilité de la personne.

3. De quoi parle la personne au cours du dialogue ?

La personne parle des différents domaines qui forment aujourd'hui sa vie active (travail, loisirs, famille, sports, citoyenneté, etc.) et de ceux qui l'ont composée dans le passé ainsi que des domaines dont elle espère qu'ils la composeront dans l'avenir.

Les questions qu'elle se pose sont :

- Certains de ces domaines sont-ils à ses yeux plus importants que d'autres ?
- Pourquoi le sont-ils ?
- Est-ce parce qu'ils sont indispensables à son maintien en vie ?
- Parce qu'ils sont l'objet d'attentes fondamentales de sa part ?
- Parce qu'elle y fait quelque chose qui la passionne ?
- Parce qu'elle y interagit avec des personnes qui comptent pour elle ?
- Parce qu'elle y vit ou y a vécu des expériences qui l'ont marquée ? Lesquelles ? Ensuite la personne décrit l'un des domaines de sa vie active qu'elle considère important. Ça peut être un domaine d'activités présent, passé ou anticipé. Elle s'interroge :
- Qu'est-ce qui importe pour elle dans ce domaine ?
- Quelles activités ?
- Quelles relations ?
- Quelles expériences qui comptent pour elle a-t-elle vécues dans ce domaine ?
- Rêve-t-elle d'être comme X ou Y qui ont brillamment réussi dans ce domaine ?
- Que cherche-t-elle à réaliser dans ce domaine ? Espère-t-elle y réaliser quelque chose dans l'avenir ?

Transcription
Le dialogue de conseil en life design (DCLD)

La personne effectue ensuite une description analogue pour un deuxième, un troisième domaine de sa vie active...

Souvent, ces descriptions sont entremêlées : par association d'idées, la personne passe d'un domaine de vie à un autre puis revient au premier ou passe à un troisième...

4. Qu'est-ce qui se passe au cours du dialogue ? Comment ça marche ?

Le point fondamental est le suivant :

La personne **adresse** ses descriptions de ses domaines de vie active à un conseiller. C'est-à-dire à un inconnu dont la mission exclusive est de l'aider à réfléchir à sa future vie active.

Dans ce cadre, la personne élabore des descriptions de ses domaines de vie active qui sont **adressées à cet « inconnu »**. **Un inconnu dont l'écoute est guidée par l'intention de l'aider à y repérer ses attentes relatives à sa future vie active.**

De ce fait, ce que la personne dit au conseiller (son discours externe) s'accompagne d'un dialogue interne : qu'est-ce que ce conseiller entend concernant mon futur dans ce que je dis ?

La personne rapporte ainsi les expériences et les événements qu'elle narre en s'interrogeant sur le sens qu'ils sont susceptibles d'indiquer relativement à sa vie future. Elle s'interroge sur leur sens, c'est-à-dire à la fois sur la signification et sur la direction qu'ils sont susceptibles de donner à sa future vie active.

Dans les dialogues de conseil en life design, le passé et le présent ne sont donc pas considérés avec nostalgie. La personne n'est pas à la recherche du temps perdu. Différemment : elle se rapporte aux expériences passées et présentes du point de vue de ce qu'elles sont susceptibles de signifier en termes d'attentes relatives à son avenir. La personne est à la recherche du temps espéré.

En décrivant successivement plusieurs domaines de sa vie active, la personne prend progressivement conscience des relations qu'ils entretiennent entre eux :

- L'un d'eux est-il l'objet d'attentes majeures ?
- Comment se combinent-ils entre eux ?
- Les attentes dans l'un de ces domaines sont-elles compatibles avec celles dans d'autres ?

Par associations d'idées, la personne passe parfois de la description d'un de ses domaines de sa vie active à un autre. Ces associations sont importantes. Les événements ou expériences que la personne évoque alors manifestent les liens qu'elle établit entre différentes expériences : ces liens peuvent être au fondement d'attentes majeures.

Le rôle du conseiller est de soutenir la narration de la personne.

Pour cela, il aménage la situation de la manière qui lui semble la plus judicieuse pour interagir avec la personne concernée. Cela veut dire :

- Qu'il peut poser des questions. Par exemples : parlez-moi de vous en tant que militant dans cette association : quel est votre rôle ? Quelles sont vos activités ? Quelles sont vos attentes en tant que militant ? Etc.
- Le conseiller demande aussi des éclaircissements, des précisions.
- Le conseiller est parfois amené à souligner les liens – ou les contradictions – entre le dire d'un moment et ce qui a été énoncé antérieurement.
- Le conseiller peut aussi proposer à la personne une synthèse de ce qu'il a entendu dans ses récits et ouvrir ainsi un débat à propos de ses attentes...

5. Combien de temps dure un DCLD ?

Dans l'idéal, un dialogue consiste en trois rencontres (d'une à deux heures chacune) réparties sur une période d'un mois. Dans les faits, la durée de chacune de ces rencontres est variable.

Deux rencontres sont un minimum. Plus de trois sont parfois nécessaires.

Les rencontres doivent être espacées dans le temps afin de permettre à la personne de prolonger ses réflexions.

6. Les dialogues de conseil en life design peuvent-ils aider les personnes à préciser des formes de vie active contribuant à un développement durable et équitable ?

Pour répondre à cette importante question, il faut avoir à l'esprit la caractéristique fondamentale de ces dialogues.

Le récit que produit la personne lors d'un dialogue n'est pas une description objective de ce qui lui est arrivé d'important dans la vie.

Son récit, c'est celui de ses interprétations des divers événements, expériences et attentes de sa vie active qu'elle a jugé pertinents de sélectionner. Il y a donc sélection et interprétation.

Or, ces sélections et interprétations, la personne les effectue nécessairement en se référant à ses représentations sociales de ses futurs possibles dans la société et le monde dans lequel elle vit.

Certaines personnes – généralement jeunes – ont une conscience aigüe des enjeux d'un développement mondial équitable et durable. Elles expriment alors des demandes de cette sorte : par quelle vie active pourrais-je contribuer à un développement équitable et durable ? Lors du DCLD, elles sélectionnent et interprètent leurs expériences passées, présentes et leurs attentes dans cette perspective.

D'autres personnes ne formulent pas de telles préoccupations. Compte tenu de la gravité de l'actuelle crise de l'anthropocène, le conseiller peut – et se doit même de – leur proposer de tenir compte de cette considération dans leurs analyses. En leur demandant, par exemple :

- Avez-vous déjà réfléchi à la manière dont vous pourriez contribuer par votre vie active à résoudre les graves problèmes auxquels l'humanité est confrontée (réchauffement climatique, gaspillage des ressources naturelles, multiples pollutions, disparition de nombreuses espèces vivantes, creusement des inégalités de richesse, etc.) ?
- Considérez-vous ces problèmes comme très importants ?
- Pensez-vous nécessaire d'avoir ce souci à l'esprit en réfléchissant à votre future vie active ?

7. Les dialogues de conseil en life design se fondent-ils sur des recherches scientifiques ?

Les dialogues de conseil en life design se réfèrent au modèle « Se faire soi ». Ce modèle, c'est une synthèse de recherches en psychologie et sociologie sur la construction de soi.

Cette synthèse décrit la construction de soi comme une mise en récit par la personne de ses différentes expériences de vie : un récit « identitaire » qui unifie ses expériences en les considérant du point de vue de certaines attentes relatives à son avenir.

Ce qu'on appelle « l'identité » est le produit de ce récit. C'est la structuration de l'ensemble des expériences, événements et attentes que la personne considère ainsi et à ce moment comme caractérisant sa vie active. Cette structuration est une interprétation du point de vue des perspectives que cette mise en forme ouvre vers un avenir souhaité par la personne (et aussi de celles qu'elle rejette).

Cette « identité » que produit ce récit intime est à la fois stable et dynamique, plurielle et unifiée.

- Stable : le récit identitaire renvoie la personne à des expériences et événements anciens, personnels ou familiaux, liés aux positionnements sociaux, culturels, religieux de sa famille, qui ont durablement marqué son existence.
- Dynamique : le récit est une réécriture des expériences, événements et attentes passés en fonction d'expériences, d'événements et d'attentes d'aujourd'hui qui sont interprétés d'une manière telle qu'ils puissent s'intégrer à ce récit et ouvrir la voie à un certain avenir.

Transcription
Le dialogue de conseil en life design (DCLD)

- Plurielle : la personne n'est pas toujours identique à elle-même dans les différents domaines constitutifs de sa vie active (au travail, en famille, dans une association, etc.) : elle peut s'y conduire, interagir, se rapporter à soi, aux autres, au monde, etc., de manières fort-différentes.
- Unifiée : la personne cherche à donner une cohérence à ces différentes manières d'être soi qui, de fait, ne sont généralement pas sans lien entre elles.

En résumé : « L'identité » est un processus de construction – toujours en cours – d'un récit unifiant à un moment donné les expériences, les événements, les attentes ayant marqué et marquant les différents domaines de vie active de la personne. Ce récit intègre les différents éléments identitaires de la personne (ses récits de soi dans un certain contexte ou une certaine occasion : ses « formes identitaires subjectives ») dans une forme générale (« un système de formes identitaires subjectives ») attribuant à chacun de ces récits un rôle plus ou moins déterminant dans l'organisation de l'ensemble et dans son orientation vers certaines perspectives d'avenir.

8. Les effets des dialogues de conseil en life design

Toutes les personnes ayant dialogué dans ce cadre ont exprimé une grande satisfaction. La plupart ont formulé des perspectives d'avenir dans lesquelles elles souhaitent s'engager. Parfois : dans deux ou plusieurs domaines de leur vie active. Le plus souvent, elles ont alors défini des priorités. Certaines personnes ont établi un plan d'action précis pour réaliser ce projet et s'y sont engagés. Cependant : les DCLD ne peuvent aboutir avec des personnes souffrant de troubles identitaires relevant de la psychiatrie ou d'une psychothérapie.

9. Pour en savoir plus sur les dialogues

