

Narration et récit de vie

Nous avons trop souvent tendance à considérer que les migrants doivent repartir de zéro dans le pays d'accueil. En effet, des contextes d'exercice des métiers parfois très différents font que nous avons parfois tendance à minimiser, voire à occulter l'expérience dont ils sont porteurs.

En effet, ils sont généralement riches d'une multitude d'expériences acquises dans des contextes informels ou non formels. Pour prendre en compte et pouvoir valoriser tout ceci, il faut questionner toutes les étapes d'un parcours qui ont généré l'acquisition de compétences dont le migrant n'est pas toujours conscient :

- La vie du migrant dans le pays d'origine (famille, éducation, vie sociale, expériences professionnelles).
- La migration qui peut durer plusieurs mois ou plusieurs années et inclure un passage dans des pays intermédiaires où les migrants peuvent avoir séjourné et travaillé. Cette partie reste souvent cachée car elle peut inclure des expériences traumatiques.
- L'étape de post-migration est également génératrice de compétences, car le migrant a dû résoudre de nombreux problèmes pour s'établir dans le nouveau pays.

1. La narration

La narration est un outil qui aide à connaître et à comprendre les antécédents des migrants pour mieux prendre en compte leurs besoins. L'expérience narrative crée une relation sociale qui engage à la fois le conteur qui s'expose et l'auditeur qui accepte. Elle permet aux réfugiés d'exprimer des pensées, des idées, des sentiments, une expérience, des traditions.

Raconter et écouter des histoires est un dénominateur culturel commun. Elles permettent d'établir des liens entre les individus et entre les cultures. Elles aident à s'exprimer, mais aussi à écouter et à communiquer entre différentes cultures. Enfin, cela permet de créer un environnement propice à l'apprentissage et d'améliorer la prise de conscience des capacités d'autoformation du sujet.

Il peut s'agir d'histoires personnelles ou d'histoires provenant de la famille, du voisinage ou de l'environnement élargi. Elles peuvent être autobiographiques, anecdotiques ou même fictives, comme des récits traditionnels. Le choix du type d'histoire dépend du conteur et d'un point de vue pédagogique, il n'est pas nécessaire que son histoire soit vraie, bien que raconter une histoire vraie joue un rôle cathartique.

L'animation d'une séance de narration en groupe nécessite une petite préparation pour créer une atmosphère favorable :

— Le lieu doit être calme et confortable, de préférence avec les chaises en cercle.

- Le groupe ne doit pas être trop grand (10-12 personnes peuvent être raisonnables).
- Des exercices pour briser la glace sont utiles.
- Rappeler les règles et rôles : la confidentialité et l'intimité sont garanties, chacun respecte l'autre, personne ne juge personne, le groupe soutient l'individu, montrer ses sentiments est permis et c'est une bonne chose (il est permis de pleurer, de rire, d'être calme, de montrer ses sentiments ou d'être vulnérable), les questions sont bienvenues, mais il n'est pas obligatoire d'y répondre. Les règles peuvent être suggérées par les participants et partagées par l'ensemble du groupe.
- Éviter les explications techniques, il suffit de commencer comme un jeu.

Points forts de la méthode narrative

- Elle exige une écoute active.
- Elle renforce le sens du groupe.
- Elle apporte une récompense immédiate au conteur, mais aussi à l'auditeur.
- L'encouragement du groupe renforce l'estime de soi.
- Elle améliore l'expression écrite, permet d'enrichir son vocabulaire et développe des compétences en littérature.
- Elle améliore la visualisation, la créativité, l'imagination.
- Elle améliore l'empathie et avec la compréhension d'autres cultures.
- Elle renforce la pensée critique en comparant différents récits et différents comportements dans des situations similaires.
- C'est un contexte vivant pour partager des expériences ou des problèmes.

2. Le récit de vie

Le récit de vie aide aussi à explorer les compétences acquises mais n'est pas toujours facile à gérer. Le migrant doit se sentir en confiance pour raconter une histoire personnelle en étant entièrement accepté, quel que soit son milieu culturel, son niveau d'éducation, son expérience professionnelle, son histoire, ses besoins, ses valeurs et ses attentes. Ce besoin de confiance est encore plus fort pour les réfugiés en raison du stress et des traumatismes qu'ils ont subis.

Pour encourager la personne à raconter une histoire, il existe une variété d'outils qui peuvent être utilisés dans des sessions individuelles ou de groupe.

Exemple d'activité : La ligne de vie

Cette activité permet d'obtenir une image plus claire du parcours professionnel de la personne et des facteurs qui ont eu un effet. Elle peut être menée individuellement et en groupe où les participants peuvent discuter en binôme de leurs résultats.

Instructions

Activité

- Expliquez l'exercice en utilisant votre propre histoire comme exemple ou en inventant une.
- Donnez une feuille A3 et des crayons de couleur. Demandez de noter la première expérience de travail au début d'une ligne qui va se prolonger sur la page au fil du parcours de la personne.
- Pour chaque étape, demandez de préciser le travail, les tâches, celles qui étaient les plus appréciées, ce qui a été appris...

Cette ligne de vie pourra être utilisée comme base pour la poursuite de la cartographie des compétences et le développement du portefeuille de compétences.



<http://www.centroestero.org>