

Récits de soi, transformations identitaires et trajectoires de désistement : étude comparative auprès de jeunes adultes de 18 à 30 ans

Auteur : Lopez Rodriguez, Sarah

Promoteur(s) : Mathys, Cécile

Faculté : Faculté de Droit, de Science Politique et de Criminologie

Diplôme : Master en criminologie à finalité spécialisée en criminologie interpersonnelle

Année académique : 2025-2026

URI/URL : <http://hdl.handle.net/2268.2/26508>

Avertissement à l'attention des usagers :

Tous les documents placés en accès ouvert sur le site le site MatheO sont protégés par le droit d'auteur. Conformément aux principes énoncés par la "Budapest Open Access Initiative"(BOAI, 2002), l'utilisateur du site peut lire, télécharger, copier, transmettre, imprimer, chercher ou faire un lien vers le texte intégral de ces documents, les disséquer pour les indexer, s'en servir de données pour un logiciel, ou s'en servir à toute autre fin légale (ou prévue par la réglementation relative au droit d'auteur). Toute utilisation du document à des fins commerciales est strictement interdite.

Par ailleurs, l'utilisateur s'engage à respecter les droits moraux de l'auteur, principalement le droit à l'intégrité de l'oeuvre et le droit de paternité et ce dans toute utilisation que l'utilisateur entreprend. Ainsi, à titre d'exemple, lorsqu'il reproduira un document par extrait ou dans son intégralité, l'utilisateur citera de manière complète les sources telles que mentionnées ci-dessus. Toute utilisation non explicitement autorisée ci-avant (telle que par exemple, la modification du document ou son résumé) nécessite l'autorisation préalable et expresse des auteurs ou de leurs ayants droit.

Moi : tu m'as dit que tu as 25 ans ?

A1 : Oui c'est ça.

Moi : où est-ce que tu habites pour le moment ?

A1 : Angis.

Moi : d'accord. Quelle est ta nationalité ?

A1 : je suis belge.

Moi : est-ce que tu as des origines que tu as envie de partager ?

A1 : j'ai aucune origine, 100% belge , ma mère est belge, mon père est belge donc ...

Moi : Très bien, est-ce que tu travailles pour le moment ?

A1 : Plus maintenant mais ça s'est arrêté il y a pas longtemps, j'étais intérimaire donc je travaillais chez Burger King puis chez DPD et je commence une formation dans trois jours.

Moi : Très bien une formation en quoi ?

A1 : en communication et en septembre Je commence en 3D pour la conception et la modélisation 3D.

Moi : D'accord, donc au niveau du format d'entrevue, l'entrevue peut prendre la forme d'un livre qui est constituée de plusieurs chapitres ou bien même d'un film avec différents opus ou plutôt d'une série avec différentes saisons ou épisodes. Donc toi si je compare ta vie, tu préfères que je la compare à une série ou un film ou à une série ou plutôt un livre ?

A1 : Bah moi je suis pas trop lecture donc je dirais plutôt une série c'est plus série parce qu'il y a beaucoup plus de péripéties., il y a beaucoup d'épisodes donc je pense plutôt séries en vrai.

Moi : OK donc si je compare ta vie à une série quels seraient les acteurs principaux dans cette série là ?

A1 : Waww .. Ça c'est compliqué. Moi je pense ...la personne la plus importante c'est moi ensuite il y a ma famille ma mère, ma sœur mes grands-parents, je pense et mon papa et je pense qu'après il y a mes amis, mon entourage amical, je les connais depuis quasiment 10 ans maintenant donc c'est assez important, je mettrai ça en globalité.

Moi : D'accord, si tu devais faire une sorte de table de matière avec les sujets principaux dont tu parlerais dans cette série-là, quel serait-il ?

A1 : waww je pense que je parlerai beaucoup de parcours scolaire parce que j'ai un parcours scolaire super varié donc je pense que je parlerai beaucoup de ça, je parlerai beaucoup de mes amis, donc je pense qu'il y aurait un chapitre assez social un chapitre assez social, je pense au chapitre sur les amours aussi, je pense sur toutes les romances que j'ai eues et tout ça, sur le sport aussi En tout cas plus les passions, je pense tout ce qui englobe mes passions, il y a un gros chapitre aussi, et voilà je pense c'est pas mal (rigole).

Moi : Très bien et si tu devais me faire vague résumé, une petite bande-annonce de ta vie, tu dirais quoi ?

A1 : waouh c'est vraiment ... (rigole) euh je réfléchis. Bah pour moi c'était je dirais que c'est une aventure. Ouais une espèce d'aventure où on voit pas trop ce qui se passe le lendemain c'est un peu le jour le jour, on voit un peu ce qui se passe, je pense que y aurait pas mal de rebondissements des choses auxquelles on s'attend pas, notamment avec des cours comme j'ai dit plus tôt, c'était un peu la merde, je pense qu'il y aurait aussi pas mal **d'espoir** parce que j'ai une famille qui m'a beaucoup soutenu des amis qui m'ont beaucoup soutenu donc je pense que ça serait un peu comme un Indiana Jones beaucoup de rebondissement, une espèce d'aventure, on ne sait pas trop où on va, mais on essaye de faire au mieux, il y a des petites embûches parfois donc ça sera un peu ça quoi.

Moi : d'accord parfait donc ça évidemment c'est un point de départ et ça pourra évoluer au fil de l'entrevue. pour que je t'explique un peu comment ça va se passer ce que tu viens de nous raconter c'est un peu comme une table des matières/. Donc maintenant on sait plus ou moins de quoi il s'agit, on va parler d'évènements clés, c'est des évènements qui viennent se démarquer de ton histoire, soit parce qu'ils ont été particulièrement bons, soit mauvais, soit juste important pour toi, et donc moi ce que je vais faire, je vais te nommer 5 scènes en tout et à chaque fois je te demanderai ce qu'il s'est passé au détail qui était présent quand ça s'est passé ou ça s'est passé surtout aujourd'hui ce que t'as pu penser, ressentir et toutes ces questions-là je te les poserai à chaque fois pour chaque scène donc ne t'inquiète pas. La première scène que je vais te demander, c'est la scène positive. Donc une scène qui se démarque de ton histoire parce qu'elle a été particulièrement positive Donc quand je parle d'un évènement, ce n'est pas une période c'est un évènement bien spécifique.

A1 : je pense quand j'ai commencé le volley en vrai ou peut-être quand ... c'est dur à dire j'ai beaucoup de périodes, c'est dur d'avoir un évènement spécifique, je réfléchis, je fais beaucoup de choses donc ouais je dirais le volley quand j'ai commencé le volley, je pense c'est un moment très positif Parce que j'avais jamais trouvé de sport avant, j'ai testé beaucoup de choses et en fait rien ne me plaisait et le volley ça m'a plu tout de suite et du coup je continue encore maintenant et je pense que c'était un peu **un déclic** un truc que j'aimais vraiment faire quoi.

Moi : Est-ce que tu te rappelles du premier jour peut-être ?

A1 : je vais essayer, ouais C'était il y a trois ans du coup quand j'ai commencé ou quatre peut-être plus même je pense que c'était il y a quatre ans ouais.

Ouais je pense que ce qui m'a vraiment marqué, c'était les coéquipiers, on va dire la bonne ambiance générale et je pense le fait de pas être bon mais de se sentir encouragé et d'avoir cette envie de progresser, je pense que c'était beaucoup ça et les gens qui étaient présents, il y avait moi y avait X, je pense. En vrai, c'était vraiment une sorte de... c'était pas des piliers, mais c'était en mode le coach c'était un peu un mentor par exemple parce qu'il y avait beaucoup de valeurs et d'objectifs transmis, j'aimais vraiment bien... les coéquipiers, c'étaient plus une sorte de soutien à travers l'effort et le fait de vouloir progresser tous ensemble Je trouve que il y avait une bonne dynamique de groupe et quand j'ai commencé et ça continue toujours maintenant d'ailleurs et c'est ça que j'aime bien un esprit d'équipe et une solidarité, je trouve Aujourd'hui c'est toujours le cas. Il ya eu beaucoup des changements de personnes mais dans la globalité ça reste quand même comme ça.

Moi : tu te souviens de ce que t'as pu penser ou ressentir quand t'as commencé ?

A1 : Bah je pense que j'étais inquiet parce que je commençais quelque chose de nouveau donc je ne savais pas à quoi m'attendre. Et en plus à la base j'y allais parce qu'un ami à moi m'avait demandé de venir parce qu'il n'avait pas assez de joueurs.

En fait donc c'était soit ça soit le club allait fermer Et donc je suis arrivé en mode bon, faut faire en sorte que ça continue et d'essayer de rencontrer des gens et tout ça donc je suis arrivé sur un coup de tête c'était pas prévu que je fasse ça et j'ai adoré du coup, je suis resté mais ouais c'était un peu d'appréhension au début, je savais pas trop à quoi m'attendre, j'avais jamais fait ce sport-là c'était totalement différent avant donc donc voilà au plus moins les **sports d'équipe**, j'avais un peu du mal avant parce que j'étais **moins mature avant**, j'étais pas plus gamin, mais j'avais du mal avec des coéquipiers parfois et le volley, ça m'a vraiment aidé à plus savoir ses liens là et à un peu évoluer je pense.

Moi : très bien et tu penses que tout ce que tu viens de me dire ça dit quoi de toi de ton identité aujourd'hui de ce que tu es devenu de qui tu es ?

A1 : je pense, ça m'a beaucoup aidé sur le plan de l'évolution, je pense que sans le volley ou sans les personnes que j'ai rencontrées, même autour parce qu'il y a des amis à moi dans mon groupe qui sont dans le volley aussi, je pense que sans ça je serai pas la personne que je suis devenue aujourd'hui ça m'a permis **beaucoup de remise en question** beaucoup de trucs que j'avais du mal à faire avant la remise en question et le fait de sans cesse se corriger pour évoluer. J'avais du mal à faire ça et je pense que le volley ça m'a un peu aidé en quelque sorte moins que mes amis, je pense, mais ça m'a quand même on va dire c'est un petit déclic, je pense ça a lancé le truc.

Moi : très bien Bah écoute j'ai l'impression qu'on a déjà pas mal pour la scène positive et donc la suite maintenant qu'on a abordé ce qui était positif pour toi, j'aimerais qu'on aborde ce qui a été plus compliqué Ici c'est donc la scène négative et donc quand tu repenses à ta vie jusqu'à présent. Est-ce qu'il y a un moment bien précis où tu t'es dit bah là ça a été extrêmement négatif pour moi ?

A1 : je réfléchis... y a quand même eu pas mal de trucs, je pense que j'en ai un en fait, j'en ai un très clairement c'est quand j'ai été quand j'étais plus jeune, j'ai dû aller à l'internat à spa et ça je détestais, mais c'était une période c'était pas vraiment un événement Donc je dirais la fin, mais la fin d'année j'étais content du coup bah je dirais le milieu de l'année quand j'étais à l'internat du coup parce que j'ai vraiment détesté cette période.

Moi : et tu as une scène spécifique du coup ?

A1 : bah c'est vraiment plein d'événements qui ont fait que mais en fait la scène où j'ai appris que j'allais y aller déjà ça c'était vraiment un gros événement négatif du coup.

Moi : et tu sais me l'expliquer ?

E : En fait quand j'étais plus jeune, j'étais en secondaire, je crois que c'est en première ou en deuxième je sais plus exactement c'était y a longtemps j'avais raté mon année et du coup mon daron pour me punir, il m'avait envoyé à l'internat et donc il m'a dit, tu vas aller à l'internat à Spa et moi je voulais pas du tout y aller, j'étais vraiment en mode non je ne veux pas et du coup j'étais un peu forcé à y aller et c'est pour ça que je l'ai vraiment très mal vécu. Et en plus sur place après j'ai vraiment détesté pour pleins de raisons, mais déjà avant j'appréhendais beaucoup et je sais pas pourquoi mais je le sentais que j'allais pas vraiment être bien là-bas et c'était le cas après peut-être que je me suis autodéterminé au fait que ça allait pas aller mais je l'ai vraiment très mal vécu.

Moi : Est-ce que cette scène-là elle a toujours un impact aujourd'hui sur toi ?

A1 : Je pense moins qu'avant parce que j'ai beaucoup réfléchi et je me dis que c'est pas que de ma faute quoi je pense que les gens qui étaient là-bas le harcèlement constant aussi ça fait beaucoup ça m'a beaucoup fait chier Mais maintenant vu que je suis plus grand, j'ai moins ça quoi, je suis vraiment beaucoup mieux entouré que quand j'étais plus jeune quand on est plus jeune, on subit un peu ce truc-là, on n'a pas trop de moyens de défense alors que quand on grandit, on est moins touché par ça, je pense que ce qui m'a fait vraiment du bien, c'est quand j'ai été faire mes études supérieures, même si je les ai pas finies, il y avait plus cette ambiance de y a un mec qu'on déteste, on va l'enculer quoi enfin on va le faire chier tout le temps y avait vraiment pas ça j'ai trouvé là où l'école était beaucoup plus solidaire et ça m'a fait du bien de voir les gens qui vont vers tout le monde qui parlent à tout le monde, j'ai trouvé ça vraiment chouette qui avait cette ambiance-là, même s'il y avait des petits groupes et tout y a personne qui se tapait dessus ou qui se gueulaient dessus, y avait pas d'insultes gratuite, je trouvais que c'était vraiment bien pour ça, je trouve que le côté social m'a fait vraiment beaucoup du bien Et

du coup je pense que j'ai un peu occulté cette période-là, et puis même après entre l'école supérieure, j'ai rencontré mes amis dans une autre école.

Ah oui quand j'ai fait mes études secondaires du coup parce que je suis partie de la dernière un moment donné Et ça s'est beaucoup mieux passé. Du coup j'avais plus trop ça dans les pattes, on va dire c'était vraiment deux ans qui étaient infernales et puis après c'était beaucoup mieux.

Moi : Si tu devais me dire ce que cette scène-là, qu'est-ce que ça dit de toi de ton identité ?

A1 : je pense que je pense que ça m'a permis, j'ai compris que **j'étais fort influençable quand j'étais plus jeune** ça s'est un peu parti aussi. J'ai fait beaucoup de conneries à l'internat donc je pense que ça a dû jouer (rigole), mais je pense que j'ai pu relativiser parce que j'ai vu que c'était pas partout pareil quand j'étais à Huy, j'ai été dans une autre internat donc c'était une des conditions pour pouvoir changer d'école, j'ai quand même dû garder un internat, j'ai trouvé que l'internat était beaucoup mieux J'étais très heureux, j'ai même hésité à partir ou pas de l'autre internat donc comme de quoi, moi qui voulait pas y aller au début, (rigole) donc j'ai vu que c'était pas pareil partout Donc ça tu vois ça m'a permis d'évoluer encore une fois mais je pense encore une fois que c'est plutôt le fait que c'était pas partout pareil, mais je pense que l'internat en lui-même quand j'y ai été, **j'ai pu découvrir une partie de moi.**

En fait j'ai vu que j'étais capable de me défendre et tout ça donc j'étais pas ... comment dire ... c'est pas faible le mot parce que c'est pas vraiment ça que je pense mais c'est plutôt je montre que j'existe quand même quoi c'est plutôt ça quoi. je pense que ça m'a montré que j'aime bien être reconnu quoi c'est plutôt ça, je pense.

Moi : donc ça c'est tout ce que t'as pu ressentir après du coup ?

A1 : ouais je pense.

Moi : Est-ce que tu te rappelles des émotions que tu as pu ressentir de ce que t'as pu penser à ce moment-là ?

A1 : je pense que j'étais très très en **colère** parce que je trouvais ça **injuste**, je déteste la justice et je trouvais ça injuste ce que je prenais parce que pour moi je méritais pas ça quoi mais ça c'était plutôt sur la période encore une fois. même si quand je suis arrivé, c'était un peu injuste je trouvais que c'était une punition qui était un peu débile déjà à l'époque. Et du coup je pense que ouais c'est ça qui m'a vraiment saoulé, je pense et sinon ouais je pense que c'était plutôt de la colère, je pense colère et injustice, je pense que c'est ce qui représentait le mieux.

C'est une colère dirigée plutôt vers l'internat. et vers les gens qui y étaient et sur mon daron aussi forcément y avait un peu une mésentente avec mon papa à ce moment-là et avec les gens de l'internat parce que du coup je voulais pas être là, je pense que je le faisais ressentir et en tout cas pas aux élèves mais aux gens qui géraient l'internat quoi l'internat quoi Et ouais du coup j'étais très en colère quoi je pense que c'est vraiment ça qui faisait que je, j'en voulais beaucoup à mon papa aussi mais après c'est passé quoi parce que je ne suis pas resté là, j'ai réussi à partir c'était difficile mais bon papa a du céder à un moment donné. Et puis après ça a été mieux avec mon papa., mais à ce moment-là c'est vrai que je lui envoulait vraiment beaucoup Après, **j'étais**

plus jeune aussi donc **j'avais peut-être pas le recul** pour comprendre la décision et tout ça. mais sur le moment je l'ai mal vécu. Ouais.

Moi : Très bien. La prochaine scène, c'est ce qu'on appelle le point tournant donc un point tournant c'est quoi ? c'est une scène qui a apporté vraiment un vent de changement dans ta vie où là tu t'es dit vraiment après ce moment-là, il y a vraiment eu un avant et après.

A1 : Moi je pense que c'est mon groupe d'amis, et je pense que c'est ça le plus important je pense c'est vraiment ça qui m'a fait prendre conscience de beaucoup de choses. Après un événement particulier, c'est compliqué parce qu'on est ami depuis longtemps, mais on fait quasi tout ensemble du coup sur plusieurs moments mais y a beaucoup de moments où j'ai douté de moi où j'étais pas sûr où je me posais des questions et c'est vers eux que je me tourne parce qu'on a une relation où on se dit quasiment tout donc moi qui ai du mal à parfois voir mes erreurs et à me remettre en question bah il me disait là t'as fait de la merde ou c'est bien ce que t'as fait ou t'as bien agi, tu as mal agi et du coup ça me permettait de comprendre le point de vue le point de vue des gens que pouvait avoir les gens autour de moi et ça m'a aidé pour évoluer pour savoir si j'étais dans le bon dans le mauvais ce que je pouvais faire pas faire, etc. donc c'est un gros point tournant de ma vie, je pense, **je pense que s'ils ne sont pas là y a beaucoup de décisions qui sont mauvaises ou en tout cas qui sont moins bonnes que ce que j'ai pu faire**, je pense que ça m'a beaucoup aidé.

en vrai le fait de pouvoir me raccrocher à des gens de pouvoir parler un peu de tout Je pense que c'est un gros gros point positif dans la vie, je pense

Moi : OK et si je me réfère à ce que tu dis est-ce que tu as un exemple où il y a un moment donné un de tes amis ou un de tes proches qui t'a justement apporté un conseil par rapport à une décision que tu devais prendre ce qui a engendré vraiment un gros changement dans ta vie, parce que on t'a donné des conseils parce que tu as été entouré vraiment un événement ?

A1 : Je pense qu'avant j'étais moins réfléchi sur mes décisions et après. En fait, il y a un moment où je me suis dit OK, il faut que j'arrête d'être con et que je commence à me remettre aux questions C'était il y a un petit temps mais je me souviens qu'il y a vraiment eu un avant après Et là je me suis dit ah ouais ils ont raison tout le monde dit que c'est de la merde donc il faut vraiment que je mette des choses en pratique mais c'était vraiment sur le moment, je saurais plus vous dire quand il y a quelques années, je pense parce qu'en fait avant, j'étais quelqu'un de très têtu et je campais beaucoup sur mes positions. Et après ce moment-là j'avais moins ce truc-là, j'ai réussi à vraiment comprendre et à voir un peu **et à me mettre à la place des autres** plutôt, je dirais un peu plus ça.

Moi : Tu te rappelles du sujet dont il était question ?

A1 : je réfléchis... Je vais quand même en parler, mais. Mais c'était il y a quelques années, j'ai eu un différend avec quelqu'un et en gros on se disputait pour une connerie et j'étais en tort mais je m'en rendais pas compte parce que j'avais mal réagi, je crois, je crois qu'on parlait de quelque

chose et je m'étais énervé, je l'avais envoyé balader un truc comme ça et là ils m'avaient tous dit bah non t'aurais pas dû l'envoyer balader pour ça ta réaction est disproportionnée par rapport à l'évènement quoi et du coup mais toi à sa place et tu vas comprendre pourquoi ta mal agit quoi, c'était un truc comme ça je sais plus vraiment dire exactement c'était quoi la situation exacte Je me souviens que on se disputait pour une connerie mais je sais plus quoi et ça m'avait vraiment cassé les couilles et Et j'avais la flemme de l'écouter, et je lui avais dit vas-y dégage c'est fini quoi et eux ils m'avaient dit bah non discute avec lui communique et essaye de voir son point de vue. mettez-vous d'accord et expliquez-vous .Et à partir de ce moment-là, je me suis dit d'accord donc je peux faire ça et le mec avec qui j'étais était pas si con donc il a compris que bah je m'étais d'abord excusé puis, on avait discuté et il avait compris mon point de vue et j'ai compris le sien et du coup après j'ai essayé de faire en sorte d'être, j'ai pas envie de dire moins con, mais c'est un peu ça quoi d'être plus réfléchi dans mes actions et dans mes paroles et en fonction des gens que j'en fasse aussi de me mettre à leur place essayer de mieux communiquer et ça m'a beaucoup aidé, même maintenant dans mon couple de maintenant, je pense que ça m'aide beaucoup la communication que j'avais pas forcément avant, je pense que je l'ai plus grâce à ça aussi.

Enfin ça à tout enfin tout ce qui est communication ça par de là. Le fait le fait de pouvoir mieux parler aux gens, le fait d'être plus réfléchi sur moi-même le fait d'être plus ouvert aux autres. Je pense que tout vient de ce point là en fait. Où une grosse partie en tout cas peut-être pas tout, mais voilà.

Moi : très bien, tu as répondu à pleins de questions en même temps du coup.

Est-ce que tu te souviens de ce que t'as pu ressentir ou penser au moment où on t'a donné ces conseils là où toi t'étais peut-être pas forcément d'accord ?

A1 : En fait je me suis dit, ils sont cons, je me suis dit c'est moi qui ai raison et eux ils sont trop cons Et après avoir exécuté ce qu'ils ont dit, je me suis dit ah bah au fait c'est moi le con et c'est eux qui avaient raison.

Moi : Ah donc tu avais quand même réagi comme eux te l'avaient demandé en pensant que eux « étaient cons » ?

A1 : Ouais parce que je me suis dit, je vais quand même essayer pour voir parce que je me suis dit ça marchera jamais, ils sont trop cons juste pour rigoler, je vais tester et au final ça a marché donc c'est moi qui est le con en fait C'est là que j'ai pris conscience que c'est moi le problème et que c'était pas forcément les autres cas et ça m'a permis après d'autres fois de réitérer cette opération et de me dire c'est peut-être moi le problème dans cette situation parce que là je l'avais pas fait et après l'avoir fait un peu en mode je m'en fous, j'ai compris que ça pouvait être utile de parfois me dire bah ouais là c'est moi qui est gaffe ou c'est moi qui fait de la merde et comme ça après on peut évoluer quoi Je pense **qu'avant j'étais quand même conscient que je faisais de la merde. mais genre ça me passait au-dessus, je pense**

Moi : et cette prise de conscience là le fait que t'arrives à prendre de recul, ça dit quoi de toi ?

A1 : je pense que ... , je le vois un **peu comme le passage à l'âge adulte** ce moment-là. je pense que c'est un peu un gain de maturité en quelque sorte que j'avais pas avant que j'avais du mal à faire Et maintenant ça me dérange pas de .. je m'en fous, je me battais beaucoup pour avoir raison avant Maintenant, je m'en fous un peu d'avoir raison ou tort

Et en fait, plutôt comprendre les aboutissants des choses qui se passent, je pense que ça m'a permis de prendre plus conscience même niveau esprit critique, ça m'a beaucoup aidé de pouvoir discuter avec des gens et de voir un peu les avis de tout le monde. Tu sais écouter les gens aussi. C'est plutôt comprendre et m'intéresser plus. Aller plus au fond des choses.

Ça m'a beaucoup dans ce sens-là, je pense. Je crois que c'était il y a 3-4 ans je pense. Quatre ans maximum.

Plus ou moins à 21 ans. Parce que j'ai 25, et je pense que c'était quand j'avais 21.

Moi : c'est chouette que tu m'aies parlé de ce point tournant là parce que tu m'as parlé de conseils sages que tu avais reçu et la prochaine scène c'est l'inverse. Donc c'est la spiritualité, la révélation et la connaissance de soi. Donc cette scène concerne la connaissance de soi, la spiritualité, donc évidemment on n'est pas sage dans forcément toutes les sphères de notre vie., mais il arrive que dans certaines sphères on le soit Et donc ici j'aimerais bien justement que tu me partages un moment où tu as appris à mieux te connaître où tu estimes avoir agi sagement. Ou même un conseil sage que tu as pu donner à quelqu'un.

A1 : Ah c'est bien ça c'est bien ça c'est bien ça c'est une bonne question en vrai. je réfléchis, je réfléchis, je pense que je pense que je pense que il y en a beaucoup, il y en a pas mal. En fait c'est dur de choisir un moment.

En fait moi j'aime bien donner mon point de vue souvent, mais je suis pas fort sûre d'avoir raison donc c'est difficile de dire un moment précis où ça a bien marché quoi je pense que la personne à qui je donne le plus de conseils c'est peut-être ma sœur quand même parce que on a cinq ans de différence, Et du coup ce qu'elle fait elle moi, je l'ai fait cinq fois avant, notamment pour les études et tout J'essaye un peu de l'aider à la conseiller parce que moi j'étais un peu, je m'en foutiste et ça allait passer. Et j'ai quand même essayé de l'inculquer Enfin pas inculquer parce que ma sœur elle travaillait déjà de base mais lui dire qu'il faut s'accrocher essayer de l'encourager au maximum parce que je sais qu'elle en est capable. Donc il y a un peu ce côté fraternel, je pense même dans sa relation amoureuse quand ça allait pas on a beaucoup discuté, on est très proches, je pense que Je lui donnais des conseils à ce moment-là pour que ça s'améliore, je pense, j'essaye de le plus l'aider donc je pense que c'est vers ça que je me tournerai Je pense qu'un moment précis c'est je pense que c'est quand elle a rompu y a pas longtemps c'est un moment le plus dur pour elle C'était une relation de trois ans donc je pense que j'ai essayé d'être là pour elle essayer de lui apporter le plus que je pouvais lui apporter peut-être pas de sagesse, mais peut-être de conseils. De consolations aussi je pense, un peu les deux. Pour moi c'est le moment où j'ai été le plus le plus important je pense parce qu'elle avait vraiment besoin de moi à ce moment-là.

Moi : Ça t'a fait quoi d'avoir donné tous ces conseils et d'avoir été là, tu as ressenti quoi à ce moment-là ?

A1 : Bah sur le moment j'étais... ça m'a fait un peu bizarre parce que c'était un peu l'inverse. D'habitude c'est plutôt ma sœur qui vient m'aider moi dans mes relations et tout ça. Donc pour une fois c'était l'inverse Mais du coup j'étais quand même content de pouvoir l'aider, j'étais un petit peu **fièr** de voir que après elle s'en sortait bien et que ça allait donc je pense que c'est plutôt de la joie et de la fierté à l'égard de ma sœur bah de l'amour forcément. Mais je pense que c'est quand même plus de la fierté, de la joie quand je vois ce qu'elle fait. Quand je vois comment elle a rebondi après je pense que c'est plutôt ça.

Je pense que ça dit que je suis quand même plus à l'écoute que je pouvais l'être avant et que je suis capable d'aider les gens à ma manière et ça dit aussi que je peux être important dans la vie des gens, j'avais peut-être du mal à le ressentir avant Et là je pense que ça m'a fait encore prendre plus conscience que j'ai une vraie utilité parfois.

Moi : d'accord. Et quels sont les impacts de cette scène sur toi aujourd'hui ?

A1 : Ça m'a permis de voir quel comportement ne pas avoir en couple. son mec était un con du coup, mais ça m'a permis de voir un peu certains comportements que je dois pas avoir moi-même ça m'a permis ça quoi le fait de l'écouter, le fait de me mettre à sa place et tout ça ça m'a permis de voir où sont mes limites de voir ce qui pourrait être rédibitoire, donc ça m'a apporté à moi aussi en quelques sortes.

Moi : très bien très bien bah écoute la prochaine scène c'est ce qui concerne les défis de ta vie, donc des difficultés que t'as pu rencontrer et que tu as dû affronter pour tout simplement atteindre tes objectifs.

A1 : Je pense que le plus gros défi c'est quand j'ai arrêté mes études supérieures du coup parce que j'ai pas pu continuer, j'ai dû faire un recours à cause de cours de français de première année, j'avais le seum de fou parce que j'étais en psycho, j'avais réussi tout à part français Donc mon démon était immense. et du coup j'ai dû arrêter et c'est le fait que j'ai dû rebondir après ça qui était difficile ça c'était vraiment un gros défi surtout que j'étais un peu abattu sur le moment et tout donc mais j'ai vite rebondi. Parce que j'ai été soutenu, ma sœur m'a soutenue Les gens autour de moi m'ont soutenu Donc j'ai commencé à travailler pour ne pas rien faire, j'ai fait pas mal de démarches auprès du Ciep.

Auprès de la cité des métiers que je conseille vraiment à tout le monde, parce que là-bas il y avait une journée portes ouvertes où ils ont présenté beaucoup de métiers toutes les infrastructures de Belgique, tout ce qu'on peut imaginer, il y avait... donc j'ai pu rencontrer plein de gens parler avec plein de gens qui m'ont donné pleins de conseils qui m'ont dit bah si t'aimes ça peut-être faire ça machin et la cité des métiers même j'ai passé le test d'orientation, j'ai fait des tests d'orientation, ils m'ont orienté Donc je pense que le fait d'avoir raté et de rebondir et de rebondir Et de pas me laisser abattu. Je pense que c'est un gros défi, mais ça m'a beaucoup aidé au niveau mental, je pense de voir qu'il y avait d'autres possibilités d'autres portes et que c'était pas fini quoi. Donc pour moi la fin des études avec le fait que j'ai pas pu continuer, c'était fini quoi c'était la fin mon univers s'écroulait Et là ça m'a permis de relativiser, je pense c'était pas simple sur le moment c'était pas simple mais après je pense que c'était un gros gros défi, je l'ai un peu mal vécu quand même, mais le fait de voir que c'était pas fini comme je l'ai

dit plus tôt, ça m'a vraiment rendu moins moins accablé quoi. je me suis dit Let's go on y va et c'est parti.

Moi : Est-ce que ce défi ça t'a appris quelque chose sur qui tu étais sur qui, tu es aujourd'hui ?

A1 : Franchement moi je pense que je suis un flémnard qui procrastine beaucoup et dans cette situation je l'ai, je l'ai pas fait et ça m'a beaucoup apporté. Donc ça m'a permis de voir un peu l'importance du travail dans la vie en général que j'ai pas forcément tout le temps, même encore maintenant parfois, je l'ai pas, mais j'essaye quand même de faire au mieux par rapport à ça, j'ai pu prendre quand même conscience que j'étais capable de faire des choses si j'y mettais quand même les moyens,

Moi : tu m'as dit que tu procrastinais de base beaucoup et le fait que tu ne le fasses pas pour ça, tu penses qu'il y avait une raison particulière ?

A1 : En fait il y a beaucoup de trucs pour lesquels je le fais ou je le fais pas. En fait j'ai beaucoup de... même dans ma passion dans mes tafs. En fait je suis quelqu'un qui me lasse vite c'est-à-dire que je vais commencer 1000 trucs en même temps et je vais laisser tomber plein de trucs et je vais faire ça tout le temps.

Moi j'ai du mal à m'accrocher vraiment à un truc tout le temps et c'est pour ça que le travail pour moi c'est difficile parce que je dois faire vraiment un truc tout le temps et ça me semblait impossible. Donc moi ce qui m'a aidé à ce moment-là c'est de me rendre compte qu'il y a des travaux où la routine est moins présente où il y en a moins et que ça changeait beaucoup. C'est ce qui m'avait attiré aussi de la psychologie, je pense, j'avais pas conscientisé ça au moment où j'avais choisi ça, mais c'est le fait de voir des gens différents, tout le temps de jamais voir la même situation, même s'il y en a qui peuvent revenir, c'est ça qui m'attirait et du coup je pense que le fait que je cherchais dans dans la 3D C'était de jamais avoir un truc routinier de faire plein de trucs différents tout le temps faire plein de trucs différents c'est ça qui est mon moteur quoi. Et je pense que ça m'a permis de comprendre conscience de ça c'est que même si je procrastine. Moi ce que je veux, c'est pouvoir changer souvent quoi ne pas avoir de routine tout le temps la même et ça me permet d'être plus heureux. En tout cas je pense ça m'a permis de conscientiser ça, je pense. Ouais de rater de rater enfin de rater. Oui j'ai raté ça m'a permis de me rendre compte qu'il y avait d'autres choses.

Et de pouvoir aussi sur moi-même me rendre compte qu'en fait c'était pas vraiment que je procrastinais, c'est juste que j'aimais pas ce que je faisais parce que y avait un tas de raisons, mais parce que c'était trop routinier pour moi, je m'amusais pas assez c'est souvent ça quoi j'avais besoin d'autres trucs qui bougent, je me sens bien mais ça je l'ai conscientisé très tard. C'est arrivé vraiment juste après je pense. C'est peut-être aussi grâce au test d'orientation aussi. Qui m'a beaucoup aidé à vraiment pouvoir voir ce que je voulais. C'est pour ça que je la conseille à tout Le Monde. Je trouve que dans l'enseignement, on est vraiment très mal orienté très mal conseillé et très mal dirigée et je pense que la cité des métiers elle a vraiment un bon un beau noyau dur parce que y a vraiment beaucoup de choix.

À part les gens directs qui savent ce qu'ils veulent faire et qui ont une vocation ça, je pense que ça existe aussi mais quand on ne sait pas trop quoi faire et qu'on est un peu perdu. Même dans

mes études avant, j'ai fait plein de trucs même avant d'arriver en supérieur Mes secondaires, c'était un diplôme d'agroalimentaire Donc ça n'a rien à voir quoi. Moi j'aime trop faire plein de trucs.

Du coup à chaque fois Je change de perspective.

Moi : Est-ce que tu as en tête un autre défi ?

A1 : Pour l'instant j'en ai pas mais on va au Japon dans quelques mois normalement ça ça va être un gros défi parce qu'on parle pas la langue donc je pense que ça va être très dur sur place donc j'ai un peu peur parce que je ne suis jamais parti, on va dire seul enfin à deux du coup. Et du coup c'est ça d'habitude, on part toujours en groupe et là on est qu'à deux.

Mais ça me tente vraiment depuis longtemps, je voulais le faire avant mes 25 ans Maintenant c'est un peu trop tard, j'ai 25 ans malheureusement mais je peux peut-être le faire l'année de mes 25 ans cet objectif ce défi, j'aimerais bien réaliser quoi.

Moi : Bah écoute justement garde ça pour après parce que le prochain épisode c'est ce qui concerne l'avenir. Donc on a discuté des événements de ton passé certaines choses de ton présent Et donc maintenant on se tourne vers ce qui va suivre Donc ton avenir avec des projets, les rêves, les choses dont tu as envie. Donc quand je parle des projets c'est des choses pour lesquelles tu as travaillé ou tu travailles actuellement ou que tu comptes travailler ?

A1 : Bah ouais je vais approfondir et je vais en donner un autre. Bah le Japon du coup.

Je pense que c'est réaliser mon rêve. Parce que c'est pour moi le truc qui me fait le plus envie.

La formation qui va arriver la formation 3D c'est un gros défi Parce qu'il y a un concours à l'entrée et je l'ai raté l'année passée **Et là j'ai mis des choses en place pour la réussir cette année.** J'ai acheté un ordinateur, j'ai commencé un peu à travailler donc le défi pour moi c'est de pouvoir cette année intégrer cette formation qui me fait vraiment envie.

Je pense que le dernier défi c'est **d'être heureux**, je pense D'être heureux. C'est d'être heureux, je pense heureux c'est le but de tout le monde dans la vie, je pense.

Pour le moment j'estime mon bonheur à 85 % là tout va bien Je suis très heureux dans mon couple, dans quasiment tout ce que je fais. Donc pour l'instant tout va bien j'ai envie de dire Donc je pense que c'est ça le plus important pour moi.

Je pense que réaliser mes rêves c'est le plus important, je pense donc le Japon encore une fois. partir comme ça à deux avec un de mes amis ça fait longtemps qu'on en parle c'est hyper important pour moi quoi.

C'est vraiment le truc que j'espère le plus réaliser à court terme Parce que normalement ça serait pour mai. Et la formation pour septembre donc c'est après. Mais je fais une autre formation en attendant., parce que j'aimerais bien travailler dans un magasin de jouets de jeux de société en attendant, et il m'avait dit le gars que en gros il cherchait quelqu'un pour les jeux de société parce que je suis fan de ça aussi, mais il m'a dit qu'il voulait quelqu'un qui gèrait les réseaux sociaux, etc. et moi je savais pas faire ça.

Et il y a une formation qui commence dans pas longtemps **et du coup je vais faire la formation faire mon stage** là-bas Et pouvoir travailler là-bas, en attendant de commencer l'autre formation qui commence plus tard du coup.

Moi : donc tu as mis ça en place, très bien. Est-ce que tu attends une place particulière de tes proches dans la réalisation de tous ces projets ? Au niveau du soutien ?

A1 : En vrai je pense que on en parle quand même beaucoup du fait de voir si on est heureux ou pas heureux, etc.

J'ai un ami qui fait une formation à l'IFAPME et c'était des cours en assistant dentaire, et c'était des cours et des stages. Et du coup on parle souvent, et du coup c'est là que je vais faire ça aussi et c'est ça qu'on parlait c'est de voir s'il se sent bien dans cette formation s'il est heureux etc.

Donc nous On échange souvent sur comment on se sent au travail et on voit que ça nous aide. On va dire à un peu pour évacuer le stress, la pression même le fait de voir si on se sent bien ou pas. Mon ami, ça lui a permis de se rendre compte qu'il n'était pas bien là où il était et il a trouvé un autre endroit de stage où il est mieux maintenant grâce au fait qu'on verbalise et qu'on parle tous ensemble qu'on parle de tout et de rien, mais.

On parlait de l'IFAPME parce que moi je voulais l'intégrer aussi. Et depuis ça lui a permis de se rendre compte que il aimait pas trop l'endroit où il était en stage et de changer d'endroit de stage. Maintenant il est beaucoup plus heureux quoi.

Plus épanoui.

Moi : Très bien très bien Où est-ce que j'en étais ?? qu'est-ce que tous ces projets là ça dit de toi ?

A1 : Encore une fois ça dit que j'aime faire beaucoup de choses quoi. Parce que je lance beaucoup de projets en même temps Je suis assez... j'aime ben c'est avoir plusieurs cordes à mon arc et faire plusieurs choses.

Je pense que c'est un peu une partie de ma personnalité, je pense. Je pense que c'est le fait d'être plus ri machin plus ri de faire plusieurs choses en même temps vu que je suis TDAH . Je suis hyper actif ça se ressent un peu Dans tous les projets que je lance dans tout ce que je fais quoi vu que j'aime ben c'est ne jamais rester en place et de tout le temps bouger c'est un peu une partie de ça aussi.

Donc je pense que c'est ma personnalité et cet aspect-là qui joue un peu aussi.

Moi : Bah écoute on arrive déjà à la question de clôture. Est-ce que dans tout ce que tu m'as partagé, est-ce que tu trouves qu'il y a un thème qui se dégage de toutes tes histoires ? Du moins si tu veux me donner un titre à ta série tu dirais quoi ?

A1 : Je pense que je dirais **les amis, la famille, c'est l'espoir** Je pense que c'est un bon titre, je pense c'est un bon titre, je pense que c'est ce qui m'a beaucoup aidé à me dire bah c'est pas fini, je peux continuer quoi, dans toutes les situations que j'ai vécu que ce soit bonne ou mauvaises, j'ai toujours eu des gens qui m'ont bien entouré, ça m'a permis, je pense de pouvoir continuer et évoluer en positif et je pense que c'est le truc le plus important et c'est ce que j'ai évoqué donc je pense que ça serait ça le titre c'est le fait de **l'environnement ça joue beaucoup**, je pense. L'environnement ça joue beaucoup dans la façon dont on va évoluer dans la façon dont on va

évoluer et se construire et je pense que ma famille et mes amis **m'ont permis de bien évoluer** dans ce sens-là.

Moi : Quel genre est-ce que tu donnerais à ta série ?

A1 : En fait, je vois un peu la vie comme une aventure. Donc je dirais aventure forcément et mais je dirais aussi que il y a un côté un peu comédie, je pense Un peu drame aussi.

Parce qu'on a tous connu des drames et des choses de la vie qui font que c'est pas toujours joyeux, je pense que ces trois-là les principaux Et ouais je disais un peu comme un Indiana Jones parce que je vois un peu ça. Le fait qu'il y aie des embûches des défis, d'être confronté à l'adversité que ça ne soit pas toujours tout rose, mais parfois c'est génial c'est très beau, je ressens vraiment cette disparité-là quoi.

Moi : Très bien donc ici la plupart des histoires que tu m'as racontées, c'est des histoires qui sont issues du quotidien. On sait que c'est pas toujours quelque chose qui se fait très souvent, on n'a pas toujours l'habitude de parler de nous et donc toi tu l'as fait aujourd'hui est-ce que tu sais me dire ce que t'as pu ressentir ou penser pendant l'entrevue ?

A1 : J'ai trouvé que les questions étaient vraiment super parce que ça pousse à la réflexion. Je trouve que c'est difficile parfois de répondre, mais en fait c'est cool parce que en fait du coup on doit un peu se creuser la tête et ça pousse à avoir plein d'idées justement.

Et donc parler de moi ça m'a pas dérangé franchement moi j'ai l'habitude, je pense, j'ai ma psychologue depuis très longtemps donc parler à quelqu'un de moi de ce que je vis et tout ça, j'ai l'habitude et c'est pas un souci pour moi parce que je suis très sociable et j'aime bien parler. Donc je l'ai pas mal vécu, je l'ai plutôt bien c'est vécu. Je l'ai plutôt bien vécu mais ouais pour moi c'est pas difficile quoi je comprends que pour certaines personnes c'est un peu compliqué parce qu'il y a un peu cet aspect de jugement, on a un peu peur de ça, je pense, mais je pense que quand on est face à des gens qui savent ce qu'ils font, et tout ou qui sont dans le milieu dans le métier, la psycho ou des choses comme ça ou la crimino pour toi on sait qu'on a pas trop de risques quoi donc on sait qu'on peut plus facilement se livrer, je pense que ça doit jouer aussi donc voilà c'est pas mal.

Moi : Très bien si tu avais des commentaires à faire sur le déroulement de l'entrevue. Quelle serait-il ?

A1 : Bah je dirais que j'ai bien aimé la structure des questions commencer à partir d'une série c'était une bonne idée même les questions s'enchaînaient bien C'était une chouette idée d'avoir une structure comme ça **Je m'attendais pas à ça, j'ai été surpris en positif du coup j'appréhendais beaucoup au début** Enfin j'appréhendais un peu quoi. Et là du coup j'étais content bah du déroulé quoi parce que je m'attendais pas à ça parce que je ne m'attendais pas à ça, j'étais surpris Et **comme je l'ai dit ça m'a poussé à la réflexion et je pense que c'était chouette** Donc vraiment j'ai bien aimé l'entrevue et puis les questions étaient pertinentes, je trouve Donc ça permet aussi de se sentir écouté déjà **et de pouvoir encore plus développer.** Donc c'était chouette, voilà.