

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.

Entretien 1 : Guillaume

Moi : Donc pour commencer, j'aimerais aborder des questions qui sont beaucoup plus générales, et puis on partira sur des questions qui sont beaucoup plus spécifiques, ça te va ?

B1 : oui.

Moi : je vais commencer par des questions sociodémographiques, donc est-ce que tu peux déjà me rappeler ton prénom ?

B1: GM

Moi : quel âge as-tu ?

B1: 29 ans.

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

B1: à Chaudfontaine pour le moment

Moi : d'accord, est-ce que je peux savoir quelle est ta nationalité ?

B1: Belge, j'ai des origines polonaises du côté de ma grand mère paternelle et française de mon grand père paternel.

Moi : d'accord. Est-ce que tu travailles pour le moment ?

B1: oui, dans la métallurgie à Yvoz-Ramet à Flémalle.

Moi: d'accord, maintenant si tu es d'accord on va aborder des sujets un peu plus spécifiques. Donc je t'explique un peu le format de l'entrevue, donc le format peut prendre la forme de récit comme dans un roman qui serait constitué de plusieurs chapitres ou plutôt comme dans un film ou même d'une série avec plusieurs saisons, plusieurs épisodes. Donc qu'est-ce que tu préfères que je pose les questions en faisant référence à ta vie comme dans un roman avec plusieurs chapitres ou plutôt comme une série avec différentes saisons et épisodes ou alors comme un film avec plusieurs opus par exemple.

B1: Moi je dirais plutôt un film, vu que ma vie je l'ai décrit en trois événements, trois parties. Je décrirai ça plutôt comme une trilogie car je fractionne ma vie actuelle en 3 périodes bien distinctes.

Moi : est-ce qu'il y a des sujets dont tu parlerais en priorité dans cette trilogie ? quels seraient les sujets principaux plutôt ? ou si tu préfères, commencer par les acteurs principaux de ta vie ?

B1: Moi, mes parents principalement, je dirais peut-être mes frères et sœur et peut-être ma copine.

Moi : Quelle serait l'intrigue principale, le fil conducteur de ton récit ?

B1: moi déjà, forcément. Et mon évolution.

Moi : si tu devais me faire un résumé de ta trilogie, tu penses que ça serait lequel?

B1: . C'est moi mais dans des moments et des circonstances différentes, le sujet c'est moi. On parle de moi pas des autres, mais j'ai pas de résumé spécifique à faire, je comprends pas trop. Ya une première partie c'est toute mon enfance et mon adolescence, puis ya la fin de mon adolescence et mon passage à l'âge adulte puis y'a toute ma vie d'indépendant je dirais. Donc enfance adolescence et adulte.

Moi : Ok. On va partir du principe que ça c'est ta table des matières de ton film. donc on sait plus ou moins de quoi il va s'agir c'est surtout de toi de ton évolution de ton enfance etc. Et donc ce que j'aimerais bien maintenant c'est qu'on parle de scènes qui vont se démarquer justement de ces opus-là.

Et donc une scène clé, c'est un événement spécifique qui a eu lieu un moment et un lieu particulier. Donc un moment dans ton histoire de vie qui va se démarquer pour une raison particulière, soit parce que ça a été un événement particulièrement bon ou particulièrement mauvais ou particulièrement important pour toi. Et donc ce que je vais faire, c'est que je vais nommer 5 scènes qui vont constituer cinq chapitres de tes opus. Et pour chacun je vais à chaque fois te demander ce qui s'est passé en détail qui était concerné. Ce que t'as pu ressentir à ce moment-là quels impacts ça a pu avoir aujourd'hui sur toi et qu'est-ce que cette scène dit de toi, d'accord ?

la première c'est la scène positive donc je te lis la mise en contexte : "la vie est constituée de toute sorte de moments et chacun d'entre-deux apporte son lot d'émotions, dont des émotions qui sont beaucoup plus positives. Ce moment pourrait être le poids culminant de ta vie entière ou encore un moment particulièrement heureux, joyeux, excitant ou merveilleux de son histoire et donc quand tu repenses à ta vie jusqu'à présent, j'aimerais que tu choisisses un moment que tu aimerais déjà partager, qui est un moment particulièrement heureux pour toi, que tu as estimé être un moment très positif.

B1: Je dirais.. Ça peut paraître futile pour plusieurs personnes.

Mais je dirais l'obtention de mon contrat à durée indéterminée mon travail. un des mes derniers souvenirs enfin non mais un sacré élément, on va dire.

Moi : Est-ce que tu peux m'expliquer en détail comment ça s'est déroulé ?

B1: Dans quel sens ? dès le début ? J'étais déjà un peu plus d'un an dans l'entreprise, il faut savoir que pour l'obtention d'un CDI Il faut passer des tests oraux et écrits en même temps en entre guillemets etc pour ils te jugent en fait. Sur tes capacités à, intellectuelles je suppose et ta connaissance du boulot que tu fais depuis déjà plusieurs années pour certains.

Et donc j'ai passé les tests en même tant que plein de collègues à moi. Faut savoir que j'étais le plus jeune aussi à ce moment-là dans l'entreprise, j'avais 22 ans, je pense. Donc on passe les tests etc tous ensemble et forcément on attend le verdict. Et j'étais chez-moi chez mon père, du coup, en congé et je reçois un appel de mon beau-père qui est la personne qui m'a permis de rentrer dans l'usine dans laquelle je suis, qui m'annonce que je suis CDI grâce à des tuyaux, enfin il l'a appris du magasinier de l'usine qui est dans le syndicat etc c'est le magasinier de l'usine qui a qui a contacté mon beau-père de l'époque pour lui lui dire que j'étais CID quoi et du coup il m' m'a sonné à moi et il me l'a dit, mon émotion était plutôt forte, mais intérieure, je la gardais pour moi, on va dire.

Et je vivais chez mon papa à cette époque-là, il n'était pas à la maison et le fait de mariner ça et de devoir lui annoncer me réjouissait encore plus que de l'avoir su au moment même je dirais et plus je l'attendais plus, je l'attendais plus l'émotion montait montait et au moment où il est rentré, en fait j'étais dans le garage sur un escalier à la tendre et quand j'ai vu qu'il ouvrait les j'ai, j'ai, j'ai pleuré de joie, on va dire. Et forcément quand un père voit son fils pleurer, il imagine tout de suite le pire pas le meilleur, donc il pensait qu'il y avait eu quelque chose de très grave qui au final c'était pas du tout le cas donc il me demande si j'ai perdu un membre de ma famille que ce soit ma mère, ma sœur ou mon petit frère ou quelqu'un d'autre en fait non pas du tout, je lui explique que j'ai juste eu ou pas du tout parce que pour moi c'était un truc énorme que j'ai eu mon CI donc c'est..

J'ai plein d'autres moments heureux dans ma vie, mais c'est un moment heureux qui se répercute toujours à l'heure actuelle, on va dire sur ma vie, donc c'est un moment heureux qui est heureux, un CDI c'est logiquement à vie quoi donc.

Moi : Et tu dis que t'as pleuré etc, mais au niveau des émotions, si tu veux les décrire, tu dirais quoi ?

B1: Bah en fait c'est tout con, mais c'est un soulagement.

Un soulagement parce que t'as une garantie, tu sais que tu vas pas devoir chercher un autre travail, j'ai la chance d'avoir un bon salaire. outre faillite ou choix de ma part de partir, j'aurais eu un salaire correct jusqu'à l'heure actuelle huit ans plus tard. Donc c'était en fait un soulagement, un relâchement. Tu te sens bien.

Moi : qu'est ce que cette scène la dis de toi, de ton identité ?

B1: Bah je dirais que je me demande si tout Le monde aurait pleuré pour un CDI donc je dirais plus une petite sensibilité émotionnelle. Voilà j'ai tendance à être très vite ému, comme peut-être très vite en colère, donc ..

C'est de l'émotion surdimensionnée, je dirais. Donc ce serait une émotivité exacerbée dans les bons comme dans les mauvais moments.

Moi : très bien donc ça c'était la scène positive. Donc maintenant on va passer à totalement l'inverse donc ça va être la scène négative donc je te fais la petite mise en contexte. Donc maintenant que tu m'as raconté au chapitre assez heureux de ta vie, j'aimerais qu'on aborde ce qui a été plus difficile pour toi. Donc évidemment ça peut-être un évènement qui est assez désagréable donc ce n'est pas toujours facile de pouvoir partager ça.

Maintenant j'aimerais si toi tu t'en sens capable de me décrire le plus de détails possibles sur ce que toi tu penses être un des évènements les plus difficiles pour toi ou du moins les plus négatifs entre guillemets que t'as pu avoir dans ta vie jusqu'à présent avec évidemment toutes les sous-questions dont j'ai déjà parlé.

B1: Pas vraiment besoin de réfléchir très longtemps, je vais me baser sur le décès de ma grand-mère, qui arrive dans une contexte assez particulier, vu que c'était pendant le COVID, donc je vais resituer la relation que j'avais avec ma grand-mère.

C'est depuis que je suis allé habiter chez mon papa toute l'année, faut savoir que mon papa et ma grand-mère était d'une distance d'un petit kilomètre donc je pouvais y aller très souvent, c'est-ce que j'ai fait donc j'ai chez ma grand-mère tous les jours ou un jour sur deux. Donc du moment où je suis allé chez mon père pendant presque plus de 10 ans, on va dire, donc j'allais chez ma grand-mère tous les jours etc. forcément comme une personne âgée qui était déjà très âgée, vu qu'elle avait eu mon papa très tard bah elle avait déjà, on va dire plus de 80 ans quand je me suis fortement rapproché d'elle en habitant chez mon papa. Et comme une personne âgée, elle avait des difficultés à se déplacer à se mouvoir, elle est tombée souvent, on a mis toutes les aides en places possibles et inimaginables pour qu'elle reste chez elle. Enfin pas moi, mais mon papa et sa sœur qui est ma marraine, le maximum possible d'aide pour qu'elle reste chez elle le plus longtemps possible, mais voilà il faut bien se douter que les gens de plus de 80 ans ils ont été indépendants toute leur vie, ils ont du mal à accepter l'aide des gens donc on a fait venir des infirmières une fois par jour, puis au final c'était matin midi et soir et ma grand-mère, grand caractère qu'elle est, elle disait qu'elle avait pas besoin, elle les envoyait paître etc. Donc voilà, je pense que le moment où on l'a envoyé ils l'ont envoyé dans une maison de repos, c'est que je pense qu'elle est retombée, enfin une ixième fois et que, ... ça n'a pas été brutal je me souviens de ça maintenant que j'en parle, c'est hee elle était tombée plusieurs fois donc elle avait été plusieurs fois en revalidation. À chaque fois, elle revenait chez elle, et là je pense qu'elle était tombée ouais du coup elle avait été en revalidation mais de là en fait ils l'ont mis directement en maison de repos, elle n'est jamais rentrée chez elle et elle a toujours eu l'idée que elle rentrait chez elle un jour ou l'autre parce que je pense pas qu'elle savait faire la différence entre une maison de repos et le Valdor.

Le valdor tout Le Monde sait ce que c'est. Et après voilà du coup elle va en maison de repos et de là, sans vraiment savoir pourquoi, je, je vais beaucoup beaucoup moins la voir, très peu même, et en plus de ça par-dessus le tout y a le fameux COVID qui vient s'inviter à la table et il faut se douter, tout Le Monde connaît le contexte du Covid qu'à cette époque-là, les maisons de repos étaient je pense les taux de mortalité les plus élevés en Belgique, du coup c'était très compliqué d'aller la voir. Et même par la suite, les règles étaient toujours très strictes, donc voilà j'ai pas été la voir très souvent très très peu.

Et il est arrivé que son état s'est dégradé de plus en plus. Et voilà elle perdait la tête on l'attachait (les infirmières), je pense qu'elle s'est peut-être laissée mourir. Mais elle est décédée je dirais moins de deux ans après être arrivée dans la maison de repos, donc ce qui fait que c'est un moment douloureux, c'est que vu que je la voyais très souvent.

Avant son incarcération, si je peux dire, c'est vraiment ça, je la voyais très souvent et je l'ai très peu vu. C'est les deux dernières années de sa vie, elle est morte et en plus de ça. Je m'en veux de ne pas avoir été la voir plus souvent quoi.

Moi : est-ce que tu peux mettre des émotions sur ce que tu penses à ce moment-là et sur ce que tu ressentais ?

B1: Ben que du bonheur, mais dès qu'elle était en maison de repos, c'était un peu de la tristesse vis-à-vis d'elle, de la haine vis-à-vis de ses enfants, qu'il l'avait mis là-dedans.

Et vis-à-vis de moi, qui n'a pas été la voir, des remords, on va dire après coup forcément c'est toujours plus facile de s'en vouloir une fois que les choses sont faites et que la personne est décédée que au moment même quoi donc. Je dirais de l'incompréhension sur sa mise en maison de repos, et de la culpabilité, du fait que je ne sois pas allé la voir plus souvent.

Moi : Et tout ça, ça dit quoi de toi aujourd'hui ?

B1: ben je pense encore une fois qu'on revient sur la même chose, des émotions trop trop pointues, peut-être trop de remise en question sur moi sur les actes que je pose et trop vouloir que je sais pas, c'est un peu pareil. Trop d'émotion, ça rejoint un peu le CDI donc là le CDI c'était un événement positif. On va dire que le décès de ma grand-mère c'est un événement négatif mais qui est à des opposés totalement différents la même chose au final. Mais positif et négatif donc je dirait que c'est une émotion que j'ai acceptée maintenant mais ça a été compliqué. Enfin, pas compliqué, c'est pas mon genre mais j'ai tendance dès que j'y pense ben c'est fort triste, donc il m'a fallu plusieurs années, on va dire pour m'en remettre donc ça a été une émotion qui a duré très longtemps et je pense que le fait de ne pas avoir été la voir avant qu'elle meure. enfin plutôt les années où elle était en maison de repos ne m'a pas aidé à accepter le fait qu'elle soit morte et m'en vouloir. Elle serait morte chez elle un an avant où j'aurais été l'avoir le jour avant etc ça aurait été triste mais plus acceptable, elle serait morte chez elle heureuse et je sais que j'aurais rien eu à me reprocher entre guillemets, c'est un peu égoïste de dire ça là. Voilà.

Moi : La prochaine scène, c'est ce qui concerne le point tournant. Le point tournant, c'est un moment de ton histoire qui a marqué un changement important dans ta vie. Et donc quand tu

réfléchis à ton histoire jusqu'à présent est-ce que tu as une scène de ta vie, un élément clé ou qui introduit un vent de changement, tu dis OK il y a un avant après, ça a vraiment fait un basculement entre guillemets. Prends le temps de réfléchir.

B1: (réfléchit un long moment)

Le fait d'avoir été vivre chez mon père peut-être. Éventuellement ça peut-être ça.

J'ai une sœur qui a un an de plus que moi, je suis arrivé un an et demi après ma sœur forcément, et mes parents se sont séparés quand j'avais un an et demi donc ma sœur trois ans et moi un an et demi. Et Ma mère entre guillemets s'est occupée de nous, mon père nous avait en garde alternée une semaine sur deux mais c'est pas comparable. Ma mère s'est occupée de moi et ma sœur donc entre guillemets nous a fait notre éducation jusqu'à jusqu'à mes 12 ans entre temps forcément elle s'est remise en en couple avec d'autres d'autres personnes dont le père de mon frère, qui n'est pas mon vrai frère, vu qu'on n'a pas le même papa, mais c'est mon frère quand même donc lui ça a été fini et puis elle s'est remis avec un monsieur qui lui avait plusieurs enfants donc deux garçons et une fille. Et dans un premier temps voilà t'as neuf ans et tu te retrouves avec beaucoup de gens, chacun a sa maison, personne tout le temps ensemble, on a profité que des bons moments. Ouais c'est super chouette, on s'amuse, on a entre guillemets à peu près le même âge surtout la fille de ce monsieur qui se rapprochait plus de nous.

Donc c'est très chouette, on côtoie d'autres personnes d'autres adolescents, on va dire. Mais assez vite quand ils ont décidé de se mettre en ménage, ils ont acheté une grosse maison. Une grosse maison pour qu'on soit tous dedans, ça veut dire 8-9 personnes presque.

Et je me suis assez vite senti, ça fait un peu enfant gâté de dire ça, délaissé, pas forcément écouter, je n'arriverais peut-être pas à prendre ma place. Je pense que un garçon d'un certain âge a besoin D'avoir son papa en fait tout simplement donc j'ai dans un premier temps été, j'ai d'abord parlé de ça avec mon papa, j'ai d'abord été chez lui une semaine sur deux. Puis en fait il y a un élément qui me revient là de du fait qu'on en parle un élément déclencheur qui n'a peut-être pas forcément de signification, mais moi dans ma tête je l'ai. C'est quand on se retrouve dans un marché à Esneux, je pourrais dessiner la scène Ou ma mère elle a entre parenthèse , enfin c'est l'impression que j'en ai, quand elle était en couple elle a toujours été un peu. Pourtant, elle nous a toujours très bien éduqué tout fait mais de nous mettre un peu de côté, nos sentiments, même avec ma sœur, ce qu'on voulait ce qu'on sentait. Elle nous demandait pas forcément notre avis sur ce qu'on voulait ou ce qu'on ce qu'on avait envie.

En fait quand elle était avec quelqu'un c'était elle son bonheur voilà. Moi je vois ça comme ça une petite parenthèse et je sais pas pourquoi au marché, on sort de la voiture et moi je ma mère est avec le le le le beau-père en question et. Et il rigole et moi je me sens, je ne me sens pas du tout, je ne me sens plus du tout à ma place.

En fait, je me retourne, je la regarde, je regarde ma sœur et que marine une des filles en fait j'ai plus rien à voir là-dedans, je crois Et j'ai l'impression que c'est le début d'un truc qui va durer même peut-être toujours jusqu'à maintenant parce que c'est c'est là le moment où je me suis en fait, je vais aller vivre toute l'année chez mon père au lieu d'une semaine sur parce que. La semaine où j'allais chez mon papa, je me sentais très très très bien c'est Et je me souviens de trucs tout bêtes c'est que maman habite à Soumagne et mon papa à Trooz, le trajet on va dire

que c'était une trentaine de minutes. Et quand mon papa me ramenait j'avais à chaque fois des douleurs au ventre.

J'avais des douleurs intestinales assez fortes, etc. qui n'arrivaient que au moment où mon père me ramenait donc je pense que je n'avais plus du tout ma place là-bas. Parce que je pense que je me sentais plus trop écouté, et je pense que mon papa vu qu'il était tout seul, sans compagne qu'il ne travaillait pas, vu qu'il était invalide avait une oreille qu'il était soit fois plus attentif que ma maman dans une maison où il y avait beaucoup beaucoup beaucoup de personnes et beaucoup de choses à faire dedans, donc c'est un peu égoïste de dire ça, mais je pense que je suis allé chez mon père par. Parce que voilà comme je dis, je pense qu'un garçon a besoin de son papa. Et mon père avait l'oreille attentive vis-à-vis de moi de ce que je pensais. Toute ma vie, j'ai été un peu le c'est comme ça que je percevais. Comme le garçon qu'on n'a pas écouté qui écoutait toujours tout Le Monde et qui était super gentil, qui était toujours bien élevé parce que forcément je parlais pas donc c'est compliqué de juger quelqu'un qui ne dit rien. Mais j'ai toujours été le garçon qu'on n'a pas écouté en fait peut-être toujours maintenant un peu.

Mon père mon père m'a accueilli, j'ai toujours eu des conversations plus intéressantes avec mon père. Avant et même après j'ai plus de souvenirs heureux, même quand on était chez ma mère. Toute l'année qu'on allait juste chez mon père un week end sur deux en même temps, c'est plus facile je le sais maintenant d'avoir des enfants un week end sur deux que toute la journée, mais tous mes plus beaux souvenirs d'enfance sont chez mon père quand on y allait un week-end sur deux. Pourquoi je ne sais pas, mais ça m'a aidé à choisir le fait d'aller chez mon père toute l'année parce que si ça n'aurait pas été le cas. Mon père aurait été un enfoiré, je n'aurais pas été là-bas et ça m'aurait peut-être m'aurait peut-être fait faire des bêtises tandis que mon père ça a été mon Ouais mon échappatoire, je veux dire ça a été mon paradis.

Moi : Et du ça a quel impact sur toi ?

B1: énormément, mon père et ma mère n'étaient pas du tout les mêmes du coup mon père vivait pas du tout de la même façon que ma mère et la façon de vivre de mon père à ce moment-là me plaisait énormément c'était casanier, j'adore les films, c'était fort film, il était très cultivé, énormément de documentaire, on parlait de tout j'ai tout de suite bien apprécié ça m'a ouvert intellectuellement parlant, mais ça m'a ça m'a fermé socialement parlant d'aller chez mon papa, vu qu'il n'était pas. Enfin, il était très ours casanier et moi ça me plaisait du coup. Mais voilà entre un homme de 48 et un garçon de 14-15-16 ou 17 ans, on est pas dans la même période de vie, donc un enfant de 14 ans qui suit le même schéma de vie qu'un parent, je suis pas sûr que c'est une bonne chose, mais ça me plaisait à ce moment-là donc Je ne me suis pas fait la réflexion, c'est par la suite que c'est venu.

Mais du coup je me suis perdu dans mon explication, je ne sais plus pourquoi de ça mais j'étais le mec le plus heureux du monde, je pensais à cet âge-là en tout cas j'étais le mec le plus heureux du monde. Du coup j'étais chez mon père à x, tout mes amis étaient à y et heuu je prenais souvent le bus pour aller à y pour voir mes copains et au fur et à mesure, je m'en suis rendu compte, et mon père m'a ouvert les yeux, en bien ou en mal, que ça n'allait jamais dans l'autre sens, donc petit à petit je le suis éloigné de mes copains de y car c'était toujours moi qui devait

aller à eux et eux jamais à moi, donc je me suis encore plus ... et mon père m'a ouvert les yeux sur les gens, l'amitié etc. j'aurais peut être pas du le savoir à cet âge la mais dès que j'avais 15 – 16 ou 17 ans j'ai vu le mauvais coté des gens, j'ai vu le bon mais j'ai surtout vu le mauvais. le coté pessimiste des relations sociales, les déceptions donc j'étais très heureux mais mtn en en reparlant, des années après que forcément on voit les choses d'un autre œil, mais à ce moment-là précis je peux jurer que j'étais le garçon le plus heureux du monde, je pense. Un sentiment d'extase totale d'aller vivre chez mon père, les premières années en tout cas.

Moi : Là à travers tout ce que tu viens de me dire, qu'est-ce que ça veut dire de toi aujourd'hui Qu'est-ce que t'en penses de ce que tu viens de me dire qu'est-ce que tu crois aujourd'hui ?

B1: je sais pas exactement ce que j'en pense maintenant, je vois pas trop qui dire de ce que je pense de moi. C'est passé cette période-là. J'avais juste besoin d'une oreille attentive, j'avais l'impression d'être à part et quand je parlais avec mon père, j'avais l'impression d'être normal, on va dire. Donc j'avais un sentiment de normalité que je n'avais pas ailleurs quoi même à l'école ou peu importe même toujours maintenant des fois. avec mon père, je pouvais parler de trucs qui n'étaient pas forcément de mon âge, que ce soit politique. Donc je me suis sorti à ma place en fait, un sentiment de OK, je dois-je dois être là quoi c'est là que je devais être.

Moi : d'accord, pour le prochaine épisode, donc quand tu réfléchis à ta vie jusqu'à présent, j'aimerais que tu me décrives en détail une scène ou un épisode au cours duquel t'as estimé avoir pris avoir appris à mieux te connaître toi en tant que personne donc t'as senti une sorte d'éveil spirituel où tu t'es dit bah là, j'ai appris à mieux me connaître.

B1: Ça me vient assez facilement parce que je parle très souvent quand, peu importe à qui je parle, c'est une période qui m'a .. Je crois que c'est la période la plus importante de ma vie, même intérieurement et introspectivement parlant si je puis dire. Je fais genre le mec qui sait parler soutenu, mais c'est pas le cas.

J'ai pris un appartement pour vivre tout seul en fait pour mon indépendance grâce à mon CDI aussi. Donc j'ai pris un appartement en septembre 2021 donc forcément j'étais, j'étais tout seul et j'ai eu une période. Je sais, je peux pas vraiment dire comment exactement c'est arrivé c'était peut-être de la tristesse accumulée etc ou on va dire que j'ai fait un genre de burnout de dépression ça peut paraître très peu, mais pendant presque deux semaines ou je buvais tous les jours du matin au soir. Et je me posais toujours des questions sur ce que les gens pensaient de moi. Comment est-ce que les gens me voyaient, tout ce que je disais, j'avais peur, j'étais pas du tout à l'aise avec moi-même à ce moment-là, vu que je m'étais coupé de tout, social en restant dans mon cocon chez mon papa, comme on en parle avant.

Donc j'étais pas du tout à l'aise avec la société ni avec moi-même, mais je ne sais pas pourquoi cette période-là de deux semaines avec l'alcool etc. En fait j'ai, c'est cliché de dire ça, mais j'ai touché le fond et c'est un peu comme... Quand on touche le fond, il y a plus que un truc à faire, c'est de regarder le chemin qu'on vient de traverser et de .. Je sais pas se faire une autocritique. En fait je sais pas, je me suis je saurais vraiment plus dire exactement comment ça s'est passé,

mais j'ai complètement changé de façon de vivre, de façon de voir les choses de la façon dont je prenais la vie. Je me suis vachement remis pas remis en question, je me suis vachement, je suis rentré en moi pour aller voir au profond de moi-même et voir qui j'étais en fait et arrêter de me tracasser des autres, etc, avoir un peu une autre philosophie de vie.

Et ça a pris du.. en fait c'est con ça je vais comparer ça un peu, péjorativement. Ce que moi j'ai fait, on va dire à ce moment-là donc mon introspection super importante, toucher le fond, on va dire de façon cliché, c'est-ce que une personne on va dire de 40 ans qui fait une crise de la quarantaine aurait fait en fait.

Sauf que moi je l'ai fait très jeune et je pense que le fait d'avoir fait ça très jeune me permet d'évoluer plus. Enfin je ne sais pas pour moi je compare ça une crise de la quarantaine, mais à cette époque-là j'avais 22 ans. Donc je compare ça à ça, en fait c'est venu sans forcément m'en rendre compte.

je suis pas sorti de chez-moi pendant plusieurs jours à boire, à être triste à pleurer pour des des bêtises à penser que t'as plus ta vie est finie que toute la vie c'est de la merde. Au final quand tu réfléchis et t'es pas capable de te suicider au final que la vie en vaut peut-être la peine (rigole). et au final tu te relèves parce que tu te dis t'as d'autres choses à vivre quoi donc.

En fait c'est pendant la période covid la première semaine c'est on va dire c'est un peu con parce que j'avais un copain qui est un peu mêlé à tout ça sans le vouloir c'est pas de sa faute mais j'ai un ami qui avait des soucis de couple dans sa vie et qui est venu avec qui je me suis toujours bien entendu, et on buvait aussi forcément ensemble. Et il s'est disputé avec sa compagne, et il est venu vivre chez-moi pendant une semaine, et j'ai commencé en fait à ce moment-là quand on buvait tout le temps et les deux semaines sont comprises là-dedans aussi donc il y a cette semaine là avec.

Peut-être que c'est cette semaine-là qui m'a entraîné vraiment dans le fond, parce que c'était donc je travaillais pas c'était ma semaine de repos. Et je me souviens c'est un dimanche je suis avec cette personne en question et dans cette période COVID c'était facile d'avoir congé, vu qu'il fallait des semaines et des semaines pour avoir des tests. Donc si tu disais que t'avais le COVID, il fallait plusieurs jours pour avoir les résultats, donc j'ai dit que j'avais le COVID pour avoir une semaine de jours en plus et c'est Finalement cette semaine de congé en plus qui m'a poussé encore plus loin dans mon mal-être et dans mon questionnement interne donc.

Moi : qu'est-ce que tu penses, qu'est-ce que tu ressens à ce moment-là ?

B1: J'en ai parlé à personne. J'en parle beaucoup maintenant, c'est vraiment un évènement qui marqué c'est très nul mais ...À ce moment-là précis ici je n'en parlais à personne, j'étais moins proche de mon père, vu que j'étais parti etc et j'avais besoin de décompresser, c'était 5 mois après être parti de chez mon père.

C'est vrai c'est maintenant que j'en parle parce que c'est un truc j'aime bien de le dire parceque ça m'a vraiment changé profondément. Ce truc qui est toujours maintenant à l'actuel c'est. Je suis content d'avoir fait c'est bête à dire, mais je suis vraiment super content d'avoir

vécu ça à 23 ans parce que je sais que j'aurais plus de soucis avec moi-même de toute ma vie, je suis persuadé, je sais profondément qui, je suis ce que je veux ce que je vau, donc voilà je ne me posais plus ce genre de question plus tard.

Moi : Durant ces deux semaines là tu est-ce que tu sais me décrire peut-être quelques émotions que t'as pu ressentir

B1: oufti ça a commencé par de la tristesse du mal-être, puis du. Puis en fait c'est c'est, je sais pas si c'est mon cerveau qui fait exprès d'oublier, mais je me suis très vite senti en fait soulagé d'être au fond. OK donc t'es au plus bas tu ne sais rien faire de plus comme j'ai dit c'est con mais te buter tu ne le feras jamais. Je ne vais jamais suicider.

Et en fait t'es soulagé tu te dis OK donc là je suis là en fait quand t'as touché le fond t'as plus qu'un truc à faire c'est à remonter donc tu flexions genou, épaule et genou pieds et tu te repousses et en fait tu essayes de retrouver la surface. Après la tristesse tu n'as plus qu'un truc à faire c'est de remonter et en fait je pense que - c'est fou ça je me prends pour un philosophe- c'est le fait que chaque étape que tu vas passer pour retrouver la surface on s' imagine dans l'eau, c'est toutes des étapes qui t'amènent, c'est un petit bonheur en plus à chaque étape, et en fait chaque étape que tu passes... on va dire que t'es passé dans un sens avec plein d'étapes négatives, et quand tu remontes dans l'autre sens, chaque étape négative que t'as passé tu la transformes en positif en fait c'est ça, tu élimines encore et encore et au final t'arriver à la surface en ayant effacer toutes tes tristesses, tout tes questionnements, toutes mes gênes, mes questions sur les gens, qu'est-ce qui vont penser de moi qu'est-ce que je suis en fait et au final plus je remontais et en fait dès que j'ai touché le fond dès que je suis remonté, j'étais un peu plus heureux à chaque fois, jusqu'à ce que j'émerge et que je sois quelqu'un d'autre. Les gens, je sais pas, il faudrait en parler aux gens autour de moi, mais le Guillaume d'avant ce moment-là et le Guillaume d'après n'est pas du tout le même Et le Guillaume de maintenant ne reconnaît pas le Guillaume d'avant en fait parce qu'il se mode, ce n'est pas la même personne quoi tu vois.

Depuis ces deux semaines là je ne fais que de m'améliorer, j'étais vachement mieux directement après, mais c'est un truc tout con. Moi j'étais gêné de payer, d'aller à la caisse au magasin de payer avec ma carte, j'étais gêné, je transpirais, c'est un truc qui a disparu du jour au lendemain après c'est deux semaines.

Parce que je me dis stop je n'ai pas eu besoin de psychologue ou je me suis fait la réflexion tout seul.

Moi : Et ça dit quoi ça toi ?

B1: Ça dit que.. je pense qu'avant, j'étais trop .. j'étais pas manque de confiance en soi ça n'a rien à voir, manque de confiance, manque de contacts sociaux surtout ça, je me rends compte aussi un peu.

Je ne, je ne savais pas comment interagir en société comment même gérer des émotions de peur de devoir payer et parler à quelqu'un dans un magasin. Monsieur, je peux vous aider du

begaye parce que tu sais pas ce que tu dois dire, tu deviens tout rouge t'as chaud. Donc c'est encore les émotions, mais plus l'émotion relation sociale, donc je sais même pas comment est-ce que je pourrais dire.. interaction sociale et après après ça c'était.

Je ne sais pas, j'ai vraiment l'impression que c'est lié au fait de m'être coupé des gens. De mes 17 à 21 ans, zéro lien avec les gens en fait j'étais bien chez mon père et ça me convenait parfaitement à cette époque-là, mais je n'ai pas pendant ces années-là, je n'ai pas appris à interagir avec des personnes. Mais d'un côté c'est bien parce que si j'aurais pas fait ça, j'aurais pas eu peut-être mes deux semaines de mal être qui m'ont permis de je pense d'évoluer plus vite qu'une personne d'un certain âge.

Comme je parle de la crise de la quarantaine, donc c'est très spécial, on n'a pas assez de temps pour ...

Moi : On a fait le point là-dessus je pense, est-ce que tu as d'autres choses à dire là-dessus ?

B1: on va dire que c'est bon. On pourrait en parler pendant des heures. Je pense que ça m'a changé, faut peut-être faire de l'hypnose mais ça m'a énormément aidé. En fait je suis content et je me dis que tout ce qui m'est arrivé jusqu'à ce moment-là c'est voulu c'est fait exprès. Depuis que je suis né jusqu'à ce moment-là tout a été mis en place pour que je me retrouve où je suis maintenant (ange gardien), comme si tout était prévu.

Moi : justement, la prochaine scène ça parle de spiritualité, de révélation, de connaissance de soi. Donc je te lis la petite mise en contexte donc avec le temps, la vie nous fait parfois cheminer, et on devient alors un peu plus sage, on apprend à mieux se connaître où on développe une forme de spiritualité qu'elle soit religieuse ou non d'une certaine façon, c'est le cumul de nos expériences qui fait son œuvre qui nous rend plus conscient de soi, qu'on ne devient pas forcément plus sage dans tous les sphères de notre vie, mais il peut nous arriver d'agir sagement dans une situation bien précise, de donner un conseil judicieux ou d'adopter un comportement jugé plus raisonnable.

Est-ce que toi jusqu'à présent dans ta vie, il y a une un épisode une scène de vie, un élément clé qui fait que justement tu as appris sur toi ?

B1: Je vais un peu relier ça avec ce dont on vient de parler en fait. Tout ça est arrivé et depuis ce moment, vu que je me connais ben, je, je me, je me, je m'approfondis moi-même, je veux dire, donc c'est comme si voilà t'es, on va dire, je, je suis fan de château bah OK tu sais que t'es fan de Château donc ça c'est les deux semaines de burnout, je sais que je suis fan, donc je sais qui, je suis, mais voilà je vais m'approfondir donc je vais aller chercher exactement Ce qui me convient les phrases Je trouve que cette question-là est fortement liée à la question d'avant puisque ça c'est fait en même temps en fait, mais le problème ça continue maintenant, j'avais tendance à ... c'est un des meilleurs exemples que j'ai par rapport au fait de se calmer, d'être un peu plus philosophe ou je sais pas quoi. J'avais tendance à être tout le temps nerveux en voiture et ici très dernièrement. même en lisant des trucs sur Internet et même pas forcément des livres, mais des passages un peu plus philosophiques, un courant

philosophique qui me parle énormément, c'est le stoïcisme. Et je pense encore une fois que pas tous les gens d'un certain âge savent le faire, d'écouter ou de lire une phrase philosophique et de se l'appliquer à soi-même. Comme voilà, je vais prendre le volant, on est derrière une voiture qui roule très lentement, qu'est-ce que tu peux faire ? Rien. Donc ne t'énerves pas pour quelque chose dont tu n'es pas maître. c'est une phrase qu'on pourrait très bien c'est lire et ne pas savoir la mettre en application. Moi j'ai réussi maintenant à mon âge à savoir mettre en application ces choses-là donc petit à petit, je pense que je m'énervé toujours, je suis pas parfait, mais je suis vachement moins Nerveux parce que j'arrive à me remettre pas en question, mais à être moins nerveux.

Moi : Mais est-ce que tu as un évènement vraiment spécifique ?

Une expérience qui t'a rendu plus consciente de toi-même tu t'es dis OK là je me connais peut-être mieux. J'agis autrement face à une situation que bah peut-être je connais déjà.

Ou j'agis différemment de comment est-ce que je pouvais agir avant. Est-ce que tu me parlais de la voiture tu me parlais que tu étais très nerveux en voiture. Est-ce que tu as un exemple justement d'un évènement peut-être même récent où tu t'es dis là, je vais agir différemment de comment j'agissais peut-être avant

B1 : Il y a un truc ici dernièrement, je m'en rappelle en n'en parlant. Mon petit frère qui est né d'un autre père que le mien qui n'a rien à voir avec le beau-père. Mais c'est mon petit frère qui .. il est rentré dans ce genre de conversation en mode vouloir un peu peut-être mourir et pas savoir vraiment où il est dans la vie, etc et. Il m'en a parlé, et ça m'a fait pas rire du tout, mais ça m'a fait bizarre parce qu'il m'en a parlé à un âge qui était Extrêmement très proche du mien quand je me posais exactement les mêmes questions et où j'avais pas quelqu'un justement qui pouvaient me répondre à ces questions-là en fait.

Et faut savoir que j'ai pas forcément des liens très fort avec mon petit frère. Je sais plus exactement quand c'est, mais je lui ai dit des trucs que en fait moi je me suis dit à moi-même en ayant mon petit burnout et je lui ai donné, pas des conseils mais, je sais pas, il s'est posé plein de questions sur ses sur ses copains et tous ces bazar-là. Et moi j'ai justement essayé d'être de bons conseils, sans être comme peut-être mon père l'a fait avec moi trop négatif. Et de ne pas voir que le mauvais côté des choses donc c'est ce que j'ai appris de mon père qui moi m'a peut-être desservi, c'est le tourner à ma sauce avec les expériences que j'ai eu pour pas inculquer, mais en parler à mon petit frère sans trop le côté noir des choses. OK c'est comme ça mais ça va pas forcément rester comme ça. Tu peux toi aussi faire en sorte que ça se passe mieux sans devoir cracher sur tous les gens que tu connais. Je sais très bien que c'est un des derniers trucs qui s'est passé mais j'arrive pas à dire exactement quand ça s'est passé punaise. (il essaye de se souvenir en disant tout haut : « qu'est-ce qu'il y a eu ici dernièrement ? »).

Rien à voir mais quand je vois mon petit frère j'ai l'impression aussi de me voir. Lui il a 20 ans mais c'est comme quand moi j'avais 16 ans en fait. Tu sais pas trop vraiment s'il se sent à l'aise quand je le regarde et vu que je suis pas très proche de lui bah je me vois mal parler de certaines choses avec donc je sais bien qu'il m'en a parlé une fois et je lui ai donné des conseils vu que je me voyais en lui à son âge. Je lui ai donné des conseils sur ce que moi

j'avais appris tout seul vu que j'avais personne à qui en parler vu que j'étais tout seul chez moi. Je l'ai aiguillé je pense

Moi : tu te rappelles de ce que tu as pu ressentir à ce moment-là ?

B1: j'étais triste en vrai. Je pensais que ça n'arriverait qu'à moi. Et le fait que lui vienne m'en parler ouvertement j'ai trouvé ça dommage parce que je pensais que ça allait. Je lui ai donné des conseils moins nocifs que ce que moi j'ai pu recevoir. On reste deux frères donc on ne va pas non plus s'épancher sur nos sentiments.

Moi : ça dit quoi de toi aujourd'hui ?

B1 : Que je ressens peut-être ses émotions, j'ai l'impression de ressentir ce qu'il ressent, comme un sixième sens, j'ai ressenti sa peine et même toujours maintenant, dernièrement son grand père est décédé et j'ai été au funérarium, je l'ai vu, il est là mais il sait pas trop ce qu'il fait là, il se sent pas à sa place et ça se voit. Vu que je suis quelqu'un de facilement émotif on va dire, j'ai eu envie de l'aider, qu'il se sente mieux et pas qu'il se sente comme moi à son âge.

Moi : Je regarde si on avait fait le tour, mais il me semble que oui. une des dernières scènes de ton passé, c'est donc les défis que tu as pu rencontrer dans ta vie que tu as dû franchir pour pouvoir atteindre tes objectifs ou du moins surpasser les difficultés que t'as pu avoir à certains moments. Est-ce que en repensant à ta vie aujourd'hui, tu as un évènement où tu t'es dis OK là j'ai dû affronter quelque chose de bien précis. Un défi, ça peut-être relationnel, ça peut-être même spirituel, ça peut-être au niveau professionnel également.

B1: On va dire que j'ai jamais vraiment eu de défis, à part émotionnel et j'ai jamais vraiment eu de difficulté outre émotion etc. Je n'ai jamais vraiment eu, parce que ou j'étais comme ça ou c'est la vie qui m'a qui m'a gâté, c'est toujours l'impression que j'ai eu Ou alors c'est juste moi qui ne prenais pas ça aussi gravement que ça l'était parce que mais j'ai, je me suis fait opérer du rein après mes études, donc en 2017, j'avais des douleurs dans dans le bas du dos assez régulière, on pensait que c'était le dos etc. au final c'était pas le dos donc. Le le le médecin m'a prescrit une échographie du rein finalement, ça me rappelle que c'était une étudiante qui me faisait l'échographie.

Et en fait, dès qu'elle passe sur mon rein, sa tête change complètement, elle passe blanche morte et elle me dit, on va peut-être que c'est le début de mon cauchemar, pas de me cauchemar, mais de mon super défi. C'est qu'elle me dit désolé, je reviens, je ne sais pas si je dois appeler, vous emmener urgence ou appeler le médecin de garde. Moi j'ai toujours tout pris à la légère, je ne me suis jamais tracassé de ma santé. Mais j'avais pas peur.

J'avais 20 ans, donc elle appelle le médecin ils me font un scanner et ils découvrent que j'ai un syndrome de jonction, c'est une atrophie de l'urètre à la base du rein qui empêche l'urine de s'écouler normalement, qui gonfle ton rein d'urine, qui l'abime et qui peut te tuer. Donc

l'opération était assez urgente mais j'étais en pleine dernière année d'études, donc on attendu la fin d'année donc juin pour que je me fasse opérer, Juin vacances vacances bah t'as pas forcément envie de te faire opérer je le fais parce que j'ai pas le choix. Et comme je dis-moi je m'étais jamais vraiment soucier de tout ça et confiance à la médecine, donc j'ai pris l'opération assez à la cool quoi, je me suis déjà fait opérer du nez opéré redormir pour des colonos donc Ça me faisait rire de me faire endormir entre guillemets c'est toujours marrant etc. donc moi j'avais pris l'opération de mon rein de cette façon là donc à la cool.

Le problème c'est que quand je me suis réveillé de l'opération c'était pas cool du tout quoi Donc je me suis réveillé en salle réveil avec des tuyaux qui me sortaient du corps, des drains des sondes urinaires. Et tout le tralala, en fait je me suis pris un méchant coup dans la tronche parce que je ne m'attendais pas à ça. Et je pense que ça m'a fait un genre de gros chocs psychologiques assez violents, vu que j'avais pris un peu ça trop à la légère Et le problème c'est que je contrais le fait que mon père prenne ça beaucoup trop au sérieux et moi ça ça m'insupportait donc j'ai pris, j'ai préféré prendre l'autre sens que le même que le sien, en fait dès que je me suis réveillé, ça a été une succession de douleurs extrêmes, de complications. Dès le lendemain, on pensait que l'opération avait raté. Qu'ils allaient peut-être devoir me refaire opérer parce que j'avais du sang dans les urines bazar machin. J'ai eu une réaction à la morphine, du coup j'ai chié de mal. ce jour-là comme par hasard il y a toute ma famille qui vient me voir, insupportable t'as juste envie de voir personne.

Du coup c'est des douleurs que j'ai, j'ai jamais plus ressenti, j'espère ne plus jamais ressentir dans ma vie donc ça m'a. Enfin on a tendance à oublier les douleurs, mais j'ai j'ai vécu ça, je suis resté une semaine à l'hôpital, j'ai dû rentrer chemin avec la sonde parce que mes urines n'étaient toujours pas clairs donc défi en plus, rentrer chez toi avec une sonde urinaire c'est jamais agréable elle s'est bouché deux fois Donc deux fois on a dû retourner aux urgences. C'est une succession de défis en fait . finalement on m'enlève toutes les sondes, mais je pense que le fait de m'être pas préparé, j'ai eu un choc psychologique, peut-être même toujours à l'heure actuelle. Et j'ai eu plusieurs crises d'angoisses devoir aller aux urgences pour parce que je pensais que j'étais en train de mourir et assez pas bêtement au final, mais c'est un mois après en allant aux urgences, c'est une bête phrase d'un docteur qui me demande à ce moment-là pour la troisième fois la même semaine en allant aux urgences, en me disant que j'allais mourir qui me demandent si j'ai des idées noires. En fait bêtement je me dis OK s'ils me demandent ça, c'est que j'ai rien de physique, c'est que psychologique en fait à partir de ce moment-là, j'ai plus forcément eu de vraie crise d'angoisse. Mais j'avais tout l'aspect physique, donc j'avais perdu toute, j'avais perdu 15 kg, j'étais tout sec, j'avais plus de condition physique, je marchais 10 marches, j'étais fatigué etc. donc j'ai eu tout le défi de remonter la pente physiquement, psychologiquement aussi.

Et ça a pris énormément de temps et c'est jusqu'à ce que je recommence à travailler et que je retrouve une vie entre guillemets normale que ça été mieux quoi.

En fait le fait de ressortir de côtoyer des gens ben ça m'a sorti de la torpeur opératoire, et donc du coup j'ai entre guillemets. Le fait de travailler, c'est une question que j'ai pas eu le choix d'aller mieux.

Je l'ai pas pris comme ça, mais inconsciemment je pense que ça a été ça donc ça a été un défi de me de ne pas me laisser abattre par ça et le travail m'a aidé énormément à relever ce défi-là quoi. Donc De ma vie à part des trucs que je ne me souviens pas, c'est le défi le plus important à relever depuis que je suis né quoi.

Ça m'a appris à ne pas baisser les bras, mais à me à te dire que peu importe. Peu importe ce qui va t'arriver dans la vie que ce soit douloureux, long.. Je ne sais pas, fatigant, peu importe tout passe.

Tu sais ce que t'as vécu mais ça ne t'atteint plus, c'est un peu un modèle. C'est prendre un moment important dans ta vie pour régir d'autres moments dans ta vie qui vont t'arriver. J'ai vécu ça, je sais que peu importe le temps que ça prendra ben ça finira par aller mieux. Et le fait que ça aie été mieux c'est un élément extérieur donc faut pas te laisser envahir par ces moments douloureux là. Il faut sortir un peu de ces moments douloureux pour essayer d'accrocher un moment agréable qui va te faire sortir de ta torpeur. Comme si tu te noyais, t'as un mec qui vient te chercher et qui te sort de l'eau, moi ça a été le travail qui m'a sorti la tête de l'eau. Demain si il m'arrive qqch de malheureux, au fond de moi je vais me dire, et je le penserais, que peu importe ce qui t'arrive en ce moment, tu auras toujours une sortie de secours. donc pas baisser les bras c'est un peu con, mais parce que je l'ai vécu c'est pas une phrase qu'on m'a dit et que je répète c'est que je vois ça comme ça quoi peu importe ce qui va m'arriver je m'en sortirai quoi.

Moi : Ok, bah écoutes la prochaine scène ça concerne ton futur ton avenir donc si je te relis la petite mise en contexte ton histoire de vie comprend des chapitres clés issus de ton passé. C'est ce qu'on vient d'aborder.

Or ton histoire inclut également la façon dont tu t'imagines et imagines ton avenir avec tes espoirs, ton futur. Donc ce futur est composé de rêves, d'espoirs et de projets de vie, donc quand je parle de projet de vie, je me réfère à un projet pour lequel t'as travaillé ou t'envisages du moins de travailler Dans les futurs chapitres de ta vie, et donc ce projet évidemment il peut appliquer tout ton entourage donc ta famille, tes amis, ta vie professionnelle également. Donc cela peut-être passe-temps ou également une passion et peut prendre la forme de rêve ou d'un objectif à atteindre. Donc maintenant qu'on a abordé tous les chapitres de ton passé, donc on va essayer d'aborder celui de ton avenir Quels seraient tes plans du moins tes rêves ou tes espoirs pour l'avenir ?

B1: j'ai un truc, ça fait plusieurs années que je dis que je vais le faire, vu que je vais avoir 30 ans cette année, c'est acheter. Car la je loue depuis que je suis parti de chez mon père. Acheter un bien immobilier pour pouvoir enfin avoir un truc à moi. Au niveau maison, c'est pouvoir me projeter, façonner. En fait, ma maison je la verrai un peu comme, car je compte quand même acheter avec ma copine, c'est quand même bien de le dire, c'est pouvoir façonner... ma maison je vais la comparer à mon cerveau. Une maison bien rangée c'est être bien dans sa tête, pour moi ma maison c'est ma tête. Avoir ma maison, je suis casanier donc c'est important. C'est un objectif que j'ai, pas acheter n'importe quoi, je veux pouvoir la façonner à mon gout, et je pense qu'avoir une maison m'occupera énormément, m'empêchera de passer

mon temps à faire des .. de passer mon temps sur mon téléphone, à m'ennuyer. Je pense que c'est l'objectif le plus important, de devenir propriétaire dans l'année qui arrive.

M : est-ce qu'il y a un projet sur lequel tu travailles pour le moment ?

B1: je travaille depuis 8 ans dans la même usine, je fais les pauses, c'est des horaires compliqués, je ne supporte plus ça du tout, donc je veux changer de rythme de vie, pas forcément de travail obligatoirement si y a moyen de changer le système horaire dans l'enceinte de l'usine. Même au niveau de ma vie amoureuse, ça serait vachement mieux d'avoir une vie un peu plus banale, et de plus être absent le soir et la nuit. C'est un truc qui faut absolument que ça change en 2026. Retrouver un horaire de travail normal, ne plus devoir faire les pauses.

Moi : tu m'as parlé d'un projet d'une maison, et d'un projet au niveau de ton travail pour les horaires, quelle place de tes proches tu attends dans ces changements ? au niveau des soutiens ?

B1: ya que ma copine qui est concernée, mes parents je vis plus avec eux, donc ça les regarderas pas ni les impacteras. Ça ne sera que du positif de toute façon, ça e peut être que positif pour.. ou pas.. vu qu'on sera tout le temps ensemble (rigole). Impacter ma copine mais en bien. Je n'attends pas de soutien, je sais ce que je veux et ce que je vaux, donc pas besoin des gens pour ça. Ce n'est pas du soutien c'est de l'acceptation. Une personne censée ne peut que soutenir qqn qui veut un rythme normal. Et je n'ai pas besoin de me poser la question, je sais très bien que ma copine pense de la même façon que moi donc c'est pas un soucis à ce niveau là.

Moi : et tous ces projets la ça dit quoi de toi ?

B1: ça dit que si je reprends tout ce que j'ai dit la depuis le début, c'est .. que je suis en perpétuelle, pas questionnement dans le sens triste, je ne cherche que le meilleur de moi-même, je suis constamment en train de faire une introspection sur moi, sur qu'est-ce que je peux améliorer, qu'est-ce que je peux pas améliorer, qu'est ce que je pourrai faire pour m'améliorer. Ne jamais me laisser abattre et je pense que j'ai atteint un genre de bonheur, pas un bonheur comme quand tu reçois un cadeau, c'est un bonheur complet, une bulle de bonheur. C'est un bien être total. Je pense que ça m'a amené à tout ça, c'est comme ça que je le vois en tous cas. Je manque un peu de salive là, mais .. (Rigole)

Moi : après ces belles paroles, on va pouvoir passer à la question de clôture, donc ici on a parlé de certains épisodes de ton passé, de l'avenir également, est-ce que à travers tout cela, il y a un thème qui se dégage ? un titre à ton film ? à ta trilogie ?

B1: je dirais, questions et réponses pour le bonheur Non ... Questionnement intérieur d'un homme qui est parvenu à trouver son bonheur.

Moi : est-ce que tu comparerais ton film à plutôt une comédie ? un drame ? ou autre chose ?

B1: pas drame, ça pourrait paraître pour un drame vu de qqn qui n'a pas vécu la situation mais moi je dirais plus que c'est une comédie dramatique car au final à la fin on rigole tous. Peu importe ce qu'il y a de triste, je pense qu'il y a toujours moyen de retirer un peu de bonheur. Au final, peu importe ce que tu vis Ya toujours un peu de bonheur à retirer de toutes les situations. **Donc comédie dramatique réalisée par moi.**

Moi : (...) comment tu t'es senti de raconter tout ça ?

B1: pas vraiment à l'aise car je ne suis pas vraiment qqn qui parle de moi de base donc gêné, on ne m'a jamais vraiment écouté, donc quand quelqu'un t'écoute ça peut paraître spécial pour qqn qui n'a jamais eu l'impression d'être écouté. Moi je dirai de la gêne mais d'une certaine sorte ça fait du bien bizarrement, étrangement, je n'ai jamais été voir une psychologue donc gênant mais soulageant.

Moi : comment cet échange t'a touché ?

B1: c'est particulier car c'est des choses auxquelles on ne pense plus forcément car le temps passe et le fait d'en reparler ça te permet de te .. C'est comme si tu lisais ton propre livre en fait, c'est te souvenir de tous les moments que t'a vécu, de ce que t'as surmonté, même si j'ai pas une vie très .. Ya des gens qui ont une vie beaucoup plus triste que la mienne. On a tendance à oublier, on fait avec, et rien n'est insurmontable mais le fait d'en parler ça permet de te rappeler qu'au final chaque chose que tu as vécu te fait évoluer. Moi me rend plus heureux, rien n'arrive sans raison je pense. C'est un livre sur soi-même

Moi : commentaires sur l'entrevue ?

B1: très bien, un peu long.