

Votre récit de vie



Comment ?

Au fur et à mesure de nos rencontres, je vous écoute et j'enregistre les épisodes de votre vie que vous me racontez. A partir de ce récit oral, mais aussi de mes intuitions et de notre dialogue en général, je rédige le texte et l'organise en chapitres. Plusieurs fois au cours du processus, je vous montre la progression du récit pour validation. A la fin, je vous remets un texte relu et corrigé sur une clé USB. Si vous souhaitez réaliser un livre relié, je peux volontiers vous orienter vers une maison d'édition ou une imprimerie.

P.S. Une aide ponctuelle à la rédaction est également possible, si vous voulez écrire vous-même votre histoire.

*Le travail du récit de vie fait émerger des **émotions**. Le cadre confidentiel que je mets en place, mon accueil empathique et dénué de jugement vous permettent de les exprimer en toute sécurité.*

Pourquoi ?

Transmettre par écrit son histoire de vie relève d'un acte fondateur et répond aussi à une quête de cohérence. Les mots sur le papier ont cette faculté de construire ligne après ligne ce qui est en désordre et confus. **L'écriture aide au processus de résilience** et permet de se sentir moins seul.e. Le livre d'une vie transforme les parts douloureuses en un ouvrage d'art, apportant du sens, du mouvement, de la dignité et de la lumière à ce qui est obscur.

Combien ?

Il se base sur un tarif horaire de 50 CHF.

Le premier entretien est offert. Il permet de faire connaissance, de poser le cadre, de recueillir votre souhait et de construire un projet ensemble.

L'écriture d'un récit de vie est un travail passionnant et exigeant, qui nécessite plusieurs rencontres (entre cinq et dix), de l'écoute fine et attentive ainsi qu'un nombre important d'heures de rédaction, d'élaboration du sens, de mise en forme, de dialogues et de relecture. Le coût total dépendra bien évidemment du nombre de rencontres et de l'ampleur du récit.

Sophie Parlatano Erbrich