



**HAL**  
open science

# Le développement personnel en mission locale. Entre émancipation et régulation des jeunes sans emploi ni formation

Alice Brégeon-Poirault

► **To cite this version:**

Alice Brégeon-Poirault. Le développement personnel en mission locale. Entre émancipation et régulation des jeunes sans emploi ni formation. Nouvelle Revue du travail, 2023, 23, 10.4000/nrt.14824 . hal-04355797

**HAL Id: hal-04355797**

**<https://hal.science/hal-04355797v1>**

Submitted on 30 May 2024

**HAL** is a multi-disciplinary open access archive for the deposit and dissemination of scientific research documents, whether they are published or not. The documents may come from teaching and research institutions in France or abroad, or from public or private research centers.

L'archive ouverte pluridisciplinaire **HAL**, est destinée au dépôt et à la diffusion de documents scientifiques de niveau recherche, publiés ou non, émanant des établissements d'enseignement et de recherche français ou étrangers, des laboratoires publics ou privés.



Distributed under a Creative Commons Attribution - NonCommercial - NoDerivatives 4.0 International License

## Le développement personnel en mission locale. Entre émancipation et régulation des jeunes sans emploi ni formation

*Self-help in Career Counseling Centers: Between Liberation and Regulation for  
Young People without Employment or Training*

*El desarrollo personal como misión local. Entre emancipación y regulación de los  
jóvenes sin empleo ni capacitación*

Alice Brégeon-Poirault

---



### Édition électronique

URL : <https://journals.openedition.org/nrt/14824>

DOI : 10.4000/nrt.14824

ISSN : 2263-8989

### Éditeur

Nouvelle revue du travail

### Édition imprimée

ISBN : 9782749279008

ISSN : 2495-7593

Ce document vous est offert par Université Rennes



### Référence électronique

Alice Brégeon-Poirault, « Le développement personnel en mission locale. Entre émancipation et régulation des jeunes sans emploi ni formation », *La nouvelle revue du travail* [En ligne], 23 | 2023, mis en ligne le 26 octobre 2023, consulté le 30 mai 2024. URL : <http://journals.openedition.org/nrt/14824> ; DOI : <https://doi.org/10.4000/nrt.14824>

---

Ce document a été généré automatiquement le 15 avril 2024.



Le texte seul est utilisable sous licence CC BY-NC-ND 4.0. Les autres éléments (illustrations, fichiers annexes importés) sont « Tous droits réservés », sauf mention contraire.

---

# Le développement personnel en mission locale. Entre émancipation et régulation des jeunes sans emploi ni formation

*Self-help in Career Counseling Centers: Between Liberation and Regulation for Young People without Employment or Training*

*El desarrollo personal como misión local. Entre emancipación y regulación de los jóvenes sin empleo ni capacitación*

**Alice Brégeon-Poirault**

---

- 1 Divers travaux ont pu démontrer la diffusion d'une culture psychologique de masse dans la société française (Castel, 1981 ; Schwartz, 2011). Cette tendance à la psychologisation s'inscrit dans un phénomène plus global d'individualisation des sociétés. Olivier Schwartz la définit comme étant une « tendance à faire, de ce qui se joue dans la sphère psychique, à la fois une dimension essentielle – ou même la dimension déterminante – de ce qui est vécu par les individus, et un objet explicite de préoccupation, d'attention » (Schwartz, 2011, 346). Le monde de l'insertion n'est pas épargné par cette tendance (Bresson, 2012 ; Vrancken & Macquet, 2006) qui nous informe par ailleurs des diverses mutations des injonctions faites aux individus en son sein. Dans les années 1980, le secteur de l'insertion sociale et professionnelle se voit remodelé par de nouvelles injonctions à l'autonomie, à la responsabilité (Castel, 1981 ; Ehrenberg, 2010), à la découverte, à la connaissance et à la maîtrise de soi (Béraud, 2006 ; Vrancken & Macquet, 2006) venant transformer en profondeur les méthodes d'intervention sur autrui. Ce phénomène de psychologisation de l'intervention sociale se fonde sur un désir d'accompagner les destinataires vers une amélioration de leur employabilité, conditionnée par un travail sur soi et le développement d'une forme de « connaissance de soi » s'inscrivant dans un désir de rendre les individus acteurs et responsables en agissant sur leurs comportements (Divay, 2008).

- 2 Sophie Divay observe néanmoins à partir des années 1990 un phénomène de dépsychologisation dans l'accompagnement des chômeurs, impulsé par un processus de rationalisation du travail social prônant entre autres une « activation » et un « retour rapide à l'emploi » (2008). Dans cet article, nous tenterons de montrer comment, sur le terrain étudié, la valorisation d'un contrôle interne (Divay, 2008) chez les individus s'inscrit dans un phénomène de rationalisation qui se caractérise par une extension des savoirs de gouvernement et des techniques de soi (Foucault, 2001). Nous posons l'hypothèse que le processus de psychologisation observé à l'échelle de notre terrain n'exclut pas une rationalisation, mais qu'il en est même révélateur : la lecture psychologisante des parcours d'insertion et le phénomène de responsabilisation qui en découle sont des moyens de répondre aux mutations de l'organisme dans un contexte d'insécurité financière, tout en répondant aux injonctions qui visent les destinataires de la structure.
- 3 Afin de mettre en lumière ce phénomène, nous nous appuyons sur un travail de thèse en cours, s'intéressant à l'usage et à l'appropriation de techniques de développement personnel et de travail sur soi dans une mission locale. Les missions locales sont des organismes d'insertion sociale et professionnelle créés en 1982. Ces organismes avaient pour objectif de répondre aux problématiques de chômage chez les jeunes en considérant l'inactivité chez cette population comme le résultat d'une inadaptation de cette génération au marché de l'emploi (Mazouz, 2014).
- 4 Aujourd'hui, les missions locales sont des structures qui proposent aux jeunes âgés de 16 à 25 ans un accompagnement global. En d'autres termes, elles ciblent non seulement les problèmes d'insertion professionnelle des jeunes, mais aussi les obstacles rencontrés dans leur insertion sociale (orientation, scolarité, logement, santé...). Dans ce cadre, la vulnérabilité psychique des destinataires est mise au centre de l'accompagnement et les obstacles à l'insertion sont principalement appréhendés sous le prisme des difficultés psychologiques des jeunes (Béraud, 2006). La mission locale étudiée est la plus grande de sa région : elle accueille plus de 9 000 jeunes par an et dispose d'un « service santé » porté par deux salariées – ce qui n'est pas le cas de toutes les missions locales. Ce service participe à mettre en place des projets visant à aider les destinataires dans leurs démarches de santé et à les accompagner vers un « mieux-être ». Sur le terrain étudié, la mise en place des activités de développement personnel et de travail sur soi se pose comme une réponse à des problèmes présentés comme étant purement individuels, comme l'explique une salariée du pôle santé de la structure : « Donc eux [les jeunes], ils viennent en disant : “aidez-moi à trouver ma place dans la société”, et c'est nous qui constatons que pour certains ils vont si mal, qu'il y a peu de chance qu'ils y arrivent. » Dans ce contexte, l'individualité et l'intériorité des jeunes sont posées comme les leviers d'action privilégiés par les professionnels.
- 5 Si le développement personnel<sup>1</sup> est un concept large et complexe à cerner, nous faisons le choix dans cet article de le définir comme étant une technique de travail sur soi, une démarche globale qui vise à accroître les capacités individuelles ou encore le bien-être (Requillé, 2008) : par ces outils, il s'agit alors de percer à jour ce qui compose l'identité de chacun, de découvrir ce qui façonne l'individu, tout autant que de maximiser ses potentialités. Alain Ehrenberg qualifie les activités de développement personnel de « pratiques ordinaires d'examen de soi » (Ehrenberg cité in Marquis, 2014) s'adressant aux « normaux » (Castel, 1981), en d'autres termes, des thérapies ne ciblant pas

exclusivement la sphère du pathologique (*ibid.*). Si la sociologie s'est emparée de cet objet d'étude, c'est aussi dans la mesure où ces techniques visent à avoir des effets dans le réel comme le mentionne Nicolas Marquis (2014), effets qui vont dépasser la simple notion de connaissance de soi, car ils s'inscrivent dans un mouvement de pacification des mœurs par leur fonction de normation du comportement des individus (Brunel, 2019).

- 6 L'existence d'un service dédié aux problématiques de santé n'empêche pas les professionnels d'exprimer des inquiétudes quant aux difficultés budgétaires qui rendent incertaine la pérennité de ces activités de mieux-être. Face à l'afflux de demandes de suivis psychologiques<sup>2</sup>, ces outils sont présentés comme des possibilités de rendre les jeunes autonomes dans leurs démarches de mieux-être, comme l'explique une sophrologue de la structure : « Je pense que si on donne accès à ces méthodes-là, on donne accès à l'autonomie et on permet aux personnes de façon autonome de mieux gérer leur santé. » Les ateliers collectifs de mieux-être sont alors considérés comme des outils de diffusion des normes et codes de l'intériorité et du travail sur soi qui ont en commun de chercher à avoir un effet sur le statut social des jeunes, par le truchement d'un travail sur l'individu.
- 7 Ce cadre nous permet alors de mettre en lumière le double versant de l'autonomie, que Lise Demailly conçoit à la fois comme espace d'émancipation, laissant entrevoir aux individus des possibilités de changer, de s'extirper d'une situation contraignante, mais aussi comme espace d'adaptation, en fournissant à ces mêmes individus les outils d'une régulation et d'une auto-contrainte (Demailly, 2014 ; Doucet, 2017). Sarah Mazouz a pu montrer ce double rôle joué par les missions locales, appréhendées comme des espaces d'affranchissement visant à améliorer la vie des destinataires, tout autant que des espaces de contrôle, fournissant aux jeunes des orientations quant aux comportements acceptables dans une démarche d'insertion (Mazouz, 2014). Dès lors, comment les jeunes s'emparent-ils de ces pratiques et de quelles manières se les réapproprient-ils ? Quels rôles jouent-elles dans la tension entre affranchissement et régulation des jeunes qui fréquentent les missions locales ?
- 8 Afin de répondre à ces questions, nous nous appuyons principalement sur une ethnographie d'ateliers hebdomadaires de sophrologie. Mis en place depuis six ans dans la mission locale étudiée, ces ateliers sont à entrées et sorties permanentes. Le groupe varie d'une semaine à l'autre tout comme le nombre de jeunes présents. Sur ce terrain, 34 heures d'observation ont été réalisées ainsi que 33 entretiens avec des jeunes ayant participé à ces ateliers et 15 entretiens avec des professionnels de la structure. Afin de caractériser cette activité, nous mobilisons la notion de « proposition institutionnelle » (Sarfati, 2017), qui permet de mettre en lumière l'adaptation du dispositif au contexte dans lequel la structure évolue, mais aussi la manière dont le dispositif se déploie. Il peut être proposé ou non aux jeunes destinataires – laissant donc paraître un phénomène de sélection. À la suite, les jeunes peuvent accepter ou refuser cette proposition – la réflexivité de l'individu est donc en jeu. Nous proposons d'analyser l'appropriation de ces techniques de soi par des jeunes participant ou ayant participé à des ateliers de mieux-être : le public sur lequel nous nous appuyons est un public spécifique, majoritairement féminin<sup>3</sup>. Notre analyse se fonde principalement sur les discours et les comportements des jeunes observés sur le terrain, et l'usage qu'ils font de ces activités. En ce sens, ce travail ne prétend pas confirmer ou infirmer des

possibilités de changements intimes potentiellement exprimés par les enquêtés, ni même quantifier le degré d'imprégnation des discours portés par les jeunes.

- 9 Nous montrons dans un premier temps que l'usage et l'appropriation de ces activités par les destinataires mettent en relief des voies d'émancipation caractérisées par diverses formes de changements intimes et de « mieux-être », qui peuvent varier en fonction du jeune et de ses attentes. Nous défendons dans un second temps qu'au-delà de ces formes d'émancipation et d'affranchissement à une condition, la mobilisation de ces techniques de soi révèle une approche individualisée et psychologisée des parcours d'insertion, laissant paraître des formes de responsabilisation quant à la situation dans laquelle se trouvent les jeunes.

## 1. Éprouver les voies du possible : le cadre de l'expérience

- 10 Nous nous intéressons tout d'abord aux formes que l'émancipation – en d'autres termes le dépassement de situations contraignantes ou d'un statut par la mise en relief des « voies du possible » (Doucet, 2017, 51) – peut prendre dans le cadre du recours à la pratique de la sophrologie. Si les jeunes attestent majoritairement d'effets dans le réel suite à la découverte de ces pratiques, il semble néanmoins que tous les destinataires ne disposent pas des mêmes outils de compréhension de l'expérience de développement personnel. C'est alors que l'on constate des formes de réappropriation et d'instrumentalisation de la pratique opérées par les jeunes qui voient dans ces espaces la possibilité de répondre à d'autres attentes.

### 1.1. Attester d'effets dans le réel

- 11 Les raisons du recours à la sophrologie sont assez homogènes : la majorité des jeunes viennent suite à une proposition de leur conseiller, notamment dans le cadre de problèmes de confiance en soi, de sommeil, ou encore de gestion du stress et des émotions. Tout comme Nicolas Marquis a pu le montrer avec les ouvrages de développement personnel, les pratiques et techniques de travail sur soi ont pour principe d'avoir des effets dans le réel ; en d'autres termes, ces techniques visent à modifier la réalité des individus qui y ont recours (2014). L'expérience de développement personnel dépend alors de la connexion entre un dispositif – dans notre cas, les pratiques et techniques d'intervention sur soi –, et une disposition propre à la personne qui mobilise l'activité – ici, le constat de nécessité d'opérer un changement intime pour régler une situation de malaise (Marquis, 2014). Ainsi, les pratiques psychocorporelles de développement personnel sont présentées aux jeunes comme des outils leur permettant de répondre à une attente : le dispositif se pose comme soutien dans une démarche de changement intime.
- 12 Dans ce cadre, une très large majorité des jeunes témoignent d'effets sur leur bien-être suite à la découverte des ateliers. Au début de la séance, il arrive que la sophrologue demande aux jeunes qui reviennent régulièrement les raisons qui les poussent à revenir. Thomas (homme de 19 ans, titulaire d'un CAP commerce) explique que les techniques de sophrologie l'aident pour le permis, qu'il se sent moins stressé, à tel point que son moniteur lui a même fait remarquer. Angèle (femme de 25 ans<sup>4</sup>) indique quant à elle mieux parvenir à gérer ses émotions et ses crises d'angoisse. Ces prises de

parole visent à convaincre les nouveaux venus de l'efficacité de la pratique. Ces effets dans le réel s'inscrivent alors dans un premier temps dans un « travail de régulation de l'économie psychique » (Salman, 2021) : elles permettent aux jeunes de remodeler leur rapport aux émotions pour apprendre à mieux les gérer. Lors des échanges collectifs et individuels, une large majorité des jeunes explique se sentir « détendu », « reposé », « endormi », « calme ».

- 13 Dans un second temps, les effets affichés par les jeunes s'inscrivent dans le rapport qu'ils entretiennent à eux-mêmes et dans l'image qu'ils développent de leur *self*. Tiana (femme de 18 ans, titulaire d'un bac général) explique par exemple que, suite à ces séances, elle a constaté un radical regain de confiance en elle. Une autre jeune explique la sensation de détente ressentie durant la séance, s'étendant alors sur plusieurs jours et lui fournissant la confiance nécessaire pour faire des démarches d'insertion comme un dépôt de candidature spontanée (Emma, femme de 22 ans, titulaire d'un bac général). Ces effets sur l'image de soi sont alors expliqués par les jeunes par la possibilité de se « recentrer sur soi-même » (Alex, homme de 19 ans, titulaire d'un bac professionnel), et de prendre ce temps pour penser à soi et se questionner : « La sophrologie m'a appris à me poser beaucoup de questions » (Tiana).
- 14 Sur notre terrain, la possibilité du dispositif de s'inscrire dans le réel des destinataires dépend non seulement des attentes des jeunes quant à la pratique, mais aussi des attentes de l'institution vis-à-vis des destinataires. En témoignant de ces effets, les participants répondent également aux injonctions de l'organisme en garantissant un travail sur leur vulnérabilité psychique et sur leur incapacité à gérer leurs émotions : les jeunes viennent « traiter » les problèmes d'ordre personnel » (Béraud, 2006, 31) en refaçonnant leur image d'eux-mêmes et leur économie psychique. En attestant d'effets dans le réel, les destinataires témoignent d'une conformité au rôle attendu par l'institution. Un extrait de terrain permet d'illustrer cette idée :

Léo, un jeune, très habitué et venant depuis plusieurs mois aux séances, n'hésite pas lorsqu'il est sollicité par la sophrologue à exprimer son bien-être, les effets qu'il ressent au quotidien et l'intérêt pour lui de revenir aux séances. Un jour, en attendant l'arrivée de la sophrologue, il discute avec un ami venant pour la première fois et lui dit alors sur un ton ironique : « Tu verras à la fin, elle va te demander comment tu te sens, alors tu devras lui dire : "Oui ! Oui ! Je suis détendu ! Oui ! Oui !" [Rires] » (Léo, homme de 24 ans, a suivi un enseignement spécialisé).

- 15 Même si elle n'exclut pas d'autres modes d'interprétation, cette scène illustre la conscience qu'ont les jeunes de remobiliser les termes mis à leur disposition pour modeler un discours qui réponde aux attentes de l'institution, en fournissant aux professionnels l'attestation d'un changement intime, au moins le temps d'une séance.

## 1.2. Donner du sens à l'expérience

- 16 Au-delà des discours sur le bien-être et des effets de la pratique évoqués par les jeunes, il est également nécessaire de s'intéresser à la compréhension de l'exercice en question et à la manière dont les participants donnent du sens à cette expérience. Certains expliquent que ces pratiques leur permettent de « prendre du temps » pour eux (Camille, femme de 23 ans titulaire d'une licence), mais aussi de refaçonner une réalité en se focalisant sur le positif (Emma, 22 ans, titulaire d'un bac général), ou encore de « prendre conscience de soi-même », d'apprendre à « se connaître soi-même ». Lorsque

j'interroge les destinataires sur ces termes, certains parviennent à leur donner du sens et à les expliquer :

*C'est quoi le message principal que tu retiens de cette séance ?*

Je trouve qu'elle essaye de transmettre de la détente, de la paix intérieure, une forme de... Peut-être d'acceptation, une forme de se connaître soi-même aussi, une forme d'apaisement comme elle l'avait dit avec [...] le permis de conduire [...].

*Tu dis qu'elle peut transmettre l'idée de « se connaître soi-même ». Et selon toi, comment est-ce que cette pratique-là elle peut t'aider à te connaître mieux ?*

Connaître des nouvelles sensations, c'est aussi se connaître soi-même, parce que c'est vraiment rester dans le présent. (Corentin, homme de 23 ans, titulaire d'une licence)

- 17 Non seulement les jeunes remobilisent les termes mis à disposition durant la séance, mais ils parviennent à les expliquer en leur donnant du sens, en créant de la cohérence entre la pratique et une attente propre. Une jeune explique que ces séances sont pour elle la possibilité d'impulser sa confiance en elle. Nous l'interrogeons alors sur les effets concrets que peut avoir cette pratique sur sa confiance :

C'est trop bizarre parce qu'en fait, je pense c'est quand on... Vraiment on prend conscience de son corps et vraiment quand c'est comme ça, j'ai vraiment l'impression de... Je sais pas, de ressentir tout, toutes les sensations dans mon corps et... Et c'est vrai, quand elle dit en fait « donner une attention positive », alors je sais pas, mais moi je m'imagine vraiment genre, donner plein de petits cœurs partout sur ma figure. Ou genre, tu sais, mettre tout mon corps dans un truc tout, genre, tout doux et tout. Genre vraiment d'envelopper mon corps dans un gros plaid incroyablement doux. T'sais, vraiment d'être bien. Et du coup, je pense mon cerveau il est en mode : « Ouuh ouh ! C'est trop bien ! » [Rires] Et du coup, je pense c'est pour ça, ça donne vraiment l'impression de, t'sais, vu que t'as conscience de ton corps et tu lui accordes vraiment un boom de love, bah du coup oui... Après ça fait peut-être illusion, mais ça marche vachement bien, tu vois. [Rires] (Lola, femme de 21 ans, titulaire d'un BTS)

- 18 Toutefois, si certains jeunes parviennent à se réapproprier l'expérience en lui donnant du sens, tout autant qu'à exprimer des effets concrets de ces pratiques sur leur « corps » ou leur « mental », d'autres jeunes ne parviennent pas systématiquement à se saisir de ces expériences, même s'ils viennent parfois depuis plusieurs mois aux séances de sophrologie et expriment une forte adhésion à la pratique ou témoignent d'effets dans le réel. On constate alors une inégale distribution des outils de compréhension de l'expérience qui se reflète notamment dans la difficulté des jeunes à verbaliser l'expérience vécue, ou encore à lui donner du sens. Lorsque nous questionnons Thomas sur ce qu'il retient de l'atelier, il a quelques difficultés à répondre, nous lui proposons alors d'expliquer le message qu'il retient de ce cours, il répond : « Bah, on a fait des gestes, pendant des minutes à suivre... On s'est relâchés, on s'est mis assis, debout, vraiment des gestes. Penser à autre chose, durant toute la séance fallait se détendre » (Thomas, homme de 19 ans, titulaire d'un CAP commerce). Lorsque nous interrogeons un autre jeune sur ce que lui retient de la séance, il répond : « Bah que... C'est une bonne question. Non, tu sais pas trop ? Non je sais pas... » (Léo, homme de 24 ans, a suivi un enseignement spécialisé). Certains jeunes remobilisent alors les termes, mais admettent ne pas vraiment savoir ce qu'ils signifient. Quand nous demandons à Mickaël la signification de « se découvrir soi-même » après qu'il utilise cette expression lors de l'entretien, il répond :

Bah... Alors je comprends pas comment on fait. Enfin, justement c'est ça le truc. C'est... Je comprends pas comment on fait pour se... Enfin, pour se découvrir soi-même. Enfin, c'est bizarre dis c... Enfin, je sais pas comment expliquer, mais... Pour

se... Enfin, pour découvrir qui on est, je veux dire. C'est ça je pense, je comprends pas. (Mickaël, homme de 17 ans, titulaire d'un CAP boulanger)

- 19 Ainsi, si certains jeunes témoignent d'effets dans le réel et reviennent de manière très récurrente – à titre d'exemple, Thomas est venu 10 fois aux séances, Léo 26 fois, et Mickaël 3 fois –, la présence répétée de certains n'est pas systématiquement synonyme de dispositions préalables à la compréhension de l'expérience de développement personnel, mais elle n'est pas non plus synonyme d'intégration ni même de compréhension de ces codes : les jeunes qui reviennent le plus ne sont donc pas nécessairement les plus dotés en capitaux<sup>5</sup> pour donner du sens à cette expérience, la théoriser ou encore la verbaliser. Les jeunes y perçoivent alors d'autres formes d'émancipation.

### 1.3. Répondre à des attentes

- 20 Des intérêts autres que les effets exprimés précédemment peuvent pousser les jeunes à aller à ces ateliers. Nous nous intéressons ici à deux formes de réappropriation de la pratique qui sont les plus courantes sur notre terrain.
- 21 Dans un premier temps, les raisons de l'adhésion peuvent s'expliquer par un désir de répondre aux attentes spécifiques de l'institution, en contournant certaines injonctions. En effet, les injonctions à parler de soi, de son projet, de son passé (Vrancken & Macquet, 2006), peuvent parfois créer de forts blocages chez une population qui ne présente pas de dispositions sociales à parler de soi : Claude Poliak l'explique entre autres par un sentiment d'incompétence langagière, ou d'indignité culturelle, avec la sensation aussi de ne « pas posséder un moi singulier, irréductible » (Poliak, 2002, 7). En d'autres termes, la propension à « raconter sa vie » n'est pas « distribuée socialement de manière aléatoire » (*ibid*). Dès lors, les jeunes de la mission locale pour beaucoup se heurtent à une injonction à laquelle ils ne peuvent pas tous répondre, faute de dispositions préalables. Ces activités psychocorporelles ont alors en commun de familiariser les destinataires avec les codes de l'intériorité et du travail sur soi en contournant l'usage de la parole :

Moi en fait, c'est surtout que j'ai des difficultés à parler dans des groupes de personnes. Du coup, en fait, c'est plus facile pour moi de passer, par exemple, par un chien, ou même la sophrologie où c'est surtout corporel. Moi c'est... Ça me permet de base, de voir des gens, d'avoir l'impression d'être intégré dans un groupe, sans forcément avoir de difficultés par rapport à... Justement, mes difficultés à sociabiliser. (Goulven, homme de 25 ans, titulaire d'un bac général)

- 22 L'investissement de ces espaces est alors une manière pour ces jeunes d'envoyer des signaux à leurs conseillers, mais aussi à leurs proches, en attestant d'une démarche active d'insertion. Comme Nicolas Duvoux a pu le montrer, l'investissement d'activités de loisir par des individus en recherche d'emploi peut agir comme un mode de neutralisation du stigmata (2009) qui touche ici des jeunes sans emploi ni formation : face à des activités comme la rédaction de CV, ou la définition d'un projet professionnel, qui peuvent être vécues comme des épreuves pour ces jeunes, les activités psychocorporelles apparaissent comme des activités de loisirs, bien loin de l'injonction à la présentation de soi, leur permettant d'adopter un « rythme de vie » :

Je sens que ça me fait du bien. Et puis on va dire, ça me force un peu à sortir, c'est un peu ma... Voilà, c'est noté sur mon agenda, c'est vraiment. [...] Enfin c'est... Je sais que je dois y être, enfin je conditionne mon cerveau, c'est un rendez-vous

important. Je me dis pas : « ouais, je peux le rater », non ! Je dois y être comme, je sais pas, comme quand tu vas au travail ou quoi. (Lola, femme de 21 ans, titulaire d'un BTS)

- 23 Dans un second temps, ces séances sont aussi et surtout, pour ces jeunes qui reviennent régulièrement, des moyens de sortir d'un isolement et des espaces de rupture avec un quotidien jugé stressant. Les jeunes voient dans ces activités collectives un « moyen de sortir de l'isolement social ou de « réparer » des parcours biographiques complexes et douloureux » (Couronné, Loison-Leruste & Sarfati, 2020, 192). Les codes qui bornent les séances favorisent ce sentiment de rupture : la bienveillance envers soi et envers les autres, le silence qui règne dans la salle, les yeux fermés : tous ces éléments en font un espace qui protège du dehors. En somme, nous pouvons assimiler ces activités à des espaces de débanalisation de la vie quotidienne (Wacquant, 2000), à une forme de déroutinisation qui tend à sortir d'une quotidienneté parfois difficile et dont les codes peuvent être lourds pour de jeunes précaires notamment. L'adhésion aux pratiques peut alors s'expliquer par des attentes personnelles et une forme de réappropriation de cet espace appréhendé comme échappatoire. Les jeunes reconstruisent ici une forme de mieux-être qui, néanmoins, ne répond pas spécifiquement aux attentes de l'institution, notamment parce qu'elle ne satisfait pas vraiment les injonctions à l'autonomisation : une forme de dépendance peut même parfois se créer. Angèle, par exemple, s'inquiétait d'avoir 26 ans et de ne plus pouvoir venir aux ateliers.
- 24 Pour conclure sur cette partie, on constate que ces espaces peuvent être des lieux d'émancipation pour les jeunes : que ce soit en répondant à des attentes propres, ou encore à celles de l'institution, les jeunes remobilisent ces espaces et se les réapproprient comme des lieux pour s'affranchir d'un malaise, d'une quotidienneté difficile, en refaçonant un mieux-être, ou encore en se donnant la possibilité de « reprendre sa vie en main ». Mais ces espaces et les codes qui y sont diffusés n'en font pas uniquement des lieux d'affranchissement, puisqu'ils participent grandement à diffuser des normes d'autorégulation, mais aussi de responsabilité auprès des destinataires : la mobilisation de ces pratiques s'érige comme solution à des difficultés, dans un cadre normatif qui pose les individus et leur intériorité comme responsables.

## 2. Le voyage vers l'intime comme condition de l'insertion

- 25 Dans un second temps, nous montrons que ces ateliers de pratiques psychocorporelles de développement personnel participent à diffuser les outils d'une meilleure régulation de soi, des techniques de soi (Foucault, 2001). Dans ce processus d'autonomisation et d'autorégulation, le corps devient l'espace dans lequel prennent place ces logiques de « travail sur soi ». En faisant de l'intériorité des jeunes l'espace du changement, les destinataires deviennent les principaux responsables de leurs états. Les discours des jeunes révèlent alors de potentielles conséquences d'un tel cadre normatif, pouvant aller jusqu'à des effets de culpabilisation chez certains.

### 2.1. Le corps comme espace de l'autorégulation

- 26 Les missions locales sont des espaces visant non seulement à améliorer la vie de ceux qui les fréquentent, mais aussi à leur fournir un cadrage normatif (Mazouz, 2014). Les

activités étudiées sur notre terrain témoignent d'un contrôle exercé par les professionnels de la mission locale sur les jeunes, tout autant que d'un désir de leur fournir les clés pour un autocontrôle : la structure se pose comme diffuseur d'un nouvel éthos valorisant l'autogestion afin que les destinataires façonnent de manière autonome des « capacités et des dispositions nouvelles qui en feront des adultes accomplis et acceptés parce que normés » (*ibid.*, 33). La responsabilité de ce travail de normation repose alors sur les jeunes : ils sont responsables de la situation dans laquelle ils sont, et ils ont également la responsabilité de s'en sortir (*ibid.*).

- 27 Dans cette injonction à l'autonomie, le corps occupe une place centrale. Lors d'une séance, face à la réticence d'une jeune questionnant l'impact concret que pourrait avoir la pratique sur la confiance en soi, la sophrologue explique que la « reconnexion à son corps » permet de faire réaliser la possibilité de chacun d'agir sur lui-même et de « sortir d'un état passif pour devenir acteur » en entamant un « travail sur soi » visant à aller mieux et à « retrouver une présence à soi-même<sup>6</sup> ». De cette manière, fournir aux jeunes le langage du corps et des sensations c'est leur fournir les outils pour une autorégulation.

En fait, ils ne se sont jamais dit – c'est là que ça rejoint l'autonomie –, ils ne se sont jamais dit « moi, tout seul, je peux faire un truc qui peut me soulager, ou qui va m'aider à... ». Et sincèrement, le nombre de retours que j'ai : « ah bah j'étais dans le couloir, en attendant de rentrer pour l'entretien, j'ai pensé à la sophro, je bougeais mes pieds dans mes chaussures ». Parce que je leur donne des choses très très très basiques hein, pour pas être dans le stress. Vraiment activer le corps, des respirations. Et les retours c'est toujours ça, ils n'avaient pas idée qu'on pouvait faire des choses simples, et ça dépasse la respiration. (Sophrologue à la mission locale)

- 28 Dès lors, si ces ateliers reposent sur des notions comme celles du « lâcher-prise » et de la « libération des tensions<sup>7</sup> », la réhabilitation des émotions vise une meilleure maîtrise de celles-ci. Il s'agit alors de fournir aux jeunes les clés pour prendre conscience de leurs sensations et pouvoir les contrôler. Cette incapacité à gérer ces émotions est systématiquement mise en avant par les professionnels de la structure : si les jeunes « échouent » lors d'entretiens, c'est parce qu'ils « craquent » sous l'effet de la pression, qu'ils ne parviennent pas à « gérer leur stress », principalement à cause d'un manque de « confiance en soi ». Comme l'explique la sophrologue, cette focalisation sur le corps est un moyen de retrouver le « contrôle » sur un « mental » qui semble s'échapper dans certaines situations. En somme, le « lâcher prise » vise à une meilleure reprise en main de soi. Il s'agit donc de former les jeunes à la « compétence sociale » (Jellab cité in Béraud, 2006, 26) : intégrer les codes de l'intériorité, c'est aussi et surtout intégrer des valeurs et des comportements nécessaires et acceptables dans un contexte d'insertion sociale et professionnelle.
- 29 Afin d'illustrer notre propos, nous nous appuyons sur le concept d'« hygiène psychique », mobilisé par Scarlett Salman, qu'elle définit comme étant « un travail réflexif de traitement des aspects moraux, affectifs et psychiques des situations sociales, dans le cadre d'une attention accrue à la subjectivité et au comportement en public » (Salman, 2021, 26). L'intégration de cette hygiène psychique par les jeunes de la structure étudiée passe par un travail de réflexivité visant à développer chez les destinataires une conscience de leur corps, de leurs sensations et par extension de leurs émotions dans l'objectif d'avoir les outils à disposition pour réaliser un « travail de régulation de l'économie psychique » (Salman, 2021). Les activités psychocorporelles

proposées par la mission locale étudiée peuvent être assimilées à des techniques de gestion des émotions, de la timidité, de la colère et du stress, promouvant une « autodomestication des émotions », (Le Sonn, 2017, 69) : autrement dit, les jeunes apprennent à se forger par leur intériorité, à rationaliser leurs comportements. Ce mode de régulation de soi est alors présenté comme un mode de résolution de leurs problèmes d'insertion sociale et professionnelle, et comme une voie vers le mieux-être. Ce travail de réflexivité pose de fait les bases d'une autonomisation et d'une responsabilisation des jeunes dans leurs parcours : si les problèmes rencontrés dans leur insertion relèvent de leur intériorité, les solutions qui pourraient potentiellement leur permettre de surmonter ces difficultés sont également à puiser dans cette même intériorité. Quels que soient les intérêts trouvés par les jeunes dans le recours à ces activités, la fonction cathartique associée à ces expériences s'inscrit dans un mouvement de pacification des mœurs (Elias, 1939) : si le lâcher-prise opère au sein du groupe lors de l'activité, il a pour fonction seconde le renforcement de la pacification des relations sociales en dehors du cercle de pratique via une rationalisation des émotions chez des jeunes perçus comme étant en perte de repères et dans l'incapacité de gérer des situations de stress par manque de confiance en soi.

- 30 Le discours reposant sur une approche individualisante du processus d'insertion n'est pas seulement présent chez les professionnels de la structure. Il se retrouve également chez les jeunes qui témoignent, comme nous avons déjà pu le voir, des effets de cette fonction pacificatrice. En outre, il est le signe d'une intériorisation des normes de bon comportement. De cette injonction à la régulation par soi peut alors poindre une forme de responsabilisation.

## 2.2. Faire face à la responsabilité

- 31 Si certains jeunes ne sont pas en mesure d'explicitier ces termes, on constate, de manière globale, une remobilisation chez la quasi-totalité des participants d'un vocabulaire se référant à l'intériorité par l'usage d'expressions comme « lâcher-prise », « travail sur soi », « mental », « corps », « gestion des émotions », « confiance en soi », « stress », durant les entretiens. Cette observation vient corroborer les idées mises en avant par Olivier Schwartz (2011) ou encore Robert Castel (1981) sur la tendance à la psychologisation des sociétés et sur la capacité de ce phénomène à atteindre aussi les classes populaires (Schwartz, 2011).
- 32 Comme le mentionne Olivier Schwartz, cette psychologisation peut prendre diverses formes chez les classes populaires. La tendance à l'imprégnation de cette culture psychologique est principalement notable dans le vocabulaire mobilisé par les jeunes et leur registre de langage, mais aussi dans les grilles de lecture de la réalité (Schwartz, 2011) qu'ils peuvent exprimer. À rebours d'une lecture en termes d'inégalité ou d'injustice sociales, les jeunes appréhendent la réalité par le biais de leur vécu intérieur et conçoivent leur situation principalement sous le prisme de leur individualité et de leurs capacités.
- 33 Un jeune homme explique par exemple son désarroi et la souffrance ressentie lorsque, suite à un entretien d'embauche, sa candidature a été refusée. Il explique être tombé en dépression suite à cette expérience, qui lui rappelait finalement qu'« on ne veut pas de [lui] » (Arnaud, homme de 25 ans, titulaire de deux CAP). Un autre explique les difficultés rencontrées pendant sa formation et dans son insertion dues à un « manque

de confiance » en lui et à son incapacité à « réprimer [son] stress pendant les examens » (Alex, homme de 19 ans, titulaire d'un bac professionnel). Lorsque nous interrogeons les jeunes sur les potentiels éléments qui font blocage dans leur insertion professionnelle, Maxence (homme de 19 ans, titulaire du brevet des collèges) répond qu'il s'agit de sa « confiance en [lui] », Chloé (femme de 19 ans, titulaire d'un bac professionnel) explique qu'il s'agit de ses « peurs ». Enfin, Emma explique pourquoi, selon elle, certains postes lui ont été refusés :

C'est con, mais... Quand on cherche un travail, la partie où il faut vraiment faire attention à son... À son comportement et tout ça, où il faut se présenter physiquement, elle dure [...] 15-20 minutes maximum, en théorie. Et, c'est con, mais si parce que t'as eu un petit coup de déprime cinq minutes avant l'entretien, du coup tu te sens pas top, tu fais semblant de sourire, tu te forces et tout ça. Ça se voit, ça se voit quand une personne est un peu déprimée, qu'elle se force. Et ben, ça donne pas envie aux recruteurs. [...] Donc je pense que oui, effectivement j'ai dû rater quelques postes à cause de ça. (Emma, femme de 22 ans, titulaire d'un bac général)

- 34 En somme, l'incapacité à trouver un travail, à trouver sa voie ou à s'insérer socialement est majoritairement rapportée à sa propre condition psychique et à son mal-être individuel. En acceptant de travailler sur divers aspects intimes et sur leur malaise, les individus reconnaissent alors partiellement une forme de responsabilité quant à la situation dans laquelle ils se trouvent (Marquis, 2014). Le recours à ces techniques de développement personnel et la recherche d'une forme d'assistance auprès d'un tel support éclaire donc ce phénomène. La notion de « proposition institutionnelle » (Sarfati, 2017) permet de mettre en exergue le « choix » – quoique contraint par la situation de vulnérabilité dans laquelle les jeunes se trouvent – de se tourner vers ce dispositif pour travailler sur leur malaise. En d'autres termes, le recours à ces pratiques nous informe de la manière dont les jeunes peuvent percevoir le dispositif comme une potentielle solution à leurs difficultés, mais aussi de la responsabilité qu'ils s'attribuent et qui suppose un recours au travail sur soi. Cette responsabilisation « équivaut à transformer des causes de plus en plus lointaines et opaques en des fautes de plus en plus proches et personnelles » (Martuccelli cité in Molénat, 2006, 208).
- 35 En faisant de l'individu l'outil même de sa propre surveillance, en obligeant à une gestion des émotions à la racine de leur création, un sentiment de culpabilité peut apparaître (Ehrenberg, 2010). Sur notre terrain, le désir de changement qui accompagne cette responsabilisation participe aussi parfois à développer une forme de culpabilité ou de malaise lorsque le changement n'advient pas, pas assez vite, ou pas au bon moment. Certains jeunes expriment ce sentiment face à leur incapacité à changer leur situation, et à changer cette intériorité sur laquelle ils essayent de travailler. Lorsque Emma explique qu'elle pense avoir été refusée à certains postes à cause de son mal-être, elle développe sur ce que cette situation lui provoque :

J'en veux à mon cerveau en général. [...] Mais j'essaye de pas trop y repenser après coup parce que bon, jusqu'à preuve du contraire, je ne suis pas capable de remonter le temps. [...] Mais oui, sur le coup en général, après j'ai un peu de culpabilité, mais... J'essaye d'oublier.

*Et tu saurais me dire de quoi tu culpabilises précisément, qu'est-ce qui te fait te sentir coupable dans ces situations ?*

Bah... Globalement, juste le fait que j'y arrive pas, quoi. Et que j'essaye, mais que bon, ça... J'aurais pu ne pas essayer, il y aurait eu le même résultat à la fin, quoi, c'est... Pas ouf comme moment, de se dire ça, mais bon. (Emma, femme de 22 ans, titulaire d'un bac général)

- 36 Elle explique alors que les ateliers de la mission locale l'ont aidée, que désormais lors des entretiens : « je maîtrise un peu plus » (Emma, femme de 22 ans, titulaire d'un bac général), mettant une nouvelle fois en lumière un modèle désiré d'autorégulation. L'injonction à la discipline de soi et à la mise en conformité par rapport à un modèle désiré, un idéal de soi, façonne alors une autre forme de malaise :

Moi, je culpabilise que mon changement vers un mieux, vers un autre moi prenne autant de temps... Des fois j'échoue. Par exemple, je reproduis le comportement qui me plaît pas, que je veux l'éliminer de ma vie. Et bien sûr, je culpabilise de fou parce que putain, ça arrive encore quoi ! Alors que j'ai fait plein d'efforts pour que ça disparaisse, mais non ça revient ! (Clémence, 25 ans, titulaire d'une licence)

- 37 Dans ce processus d'autonomisation, les jeunes doivent parfois faire face à une forme de culpabilité, ou encore à un sentiment d'insuffisance : les échecs sont endossés et vécus personnellement, et laissent place au sentiment de ne pas être à la hauteur.
- 38 Pour conclure, nous avons pu constater que le recours à ces techniques de mieux-être ne peut exister que dans un cadre normatif spécifique, posant l'individu et son intériorité au centre du changement. Dans un tel cadre, pour les professionnels de la mission locale, l'utilisation de pratiques de développement personnel et de travail sur soi semble être une solution adaptée pour permettre aux jeunes de se défaire de leur malaise avant de les accompagner dans leur recherche d'emploi. Les cadres de l'expérience nous informent donc non seulement des logiques émancipatoires qui prennent place et qui permettent aux jeunes de mobiliser et de s'approprier la pratique pour répondre à leurs attentes, mais ce cadre nous permet également de mettre en exergue des logiques d'autorégulation et le façonnage d'une nouvelle intériorité, plus adaptée et adaptable aux conditions dans lesquelles les jeunes évoluent en tant qu'individus responsables. De ces injonctions à l'autorégulation et à la maîtrise de soi naît une responsabilisation des jeunes dans leurs parcours : ces activités travaillent à façonner des sujets capables « d'accepter la responsabilité de ce que l'on est, d'en tirer les conséquences en travaillant à être l'agent de son propre changement » (Ehrenberg cité in Marquis, 2014, XII), tout en rappelant systématiquement les destinataires à la norme et à la conformité. Si le travail sur soi est apprécié par les jeunes rencontrés, il est toujours pensé comme un moment dans un parcours d'insertion professionnelle. Au fond, en appelant à l'individualité des jeunes, à leur intériorité et plus généralement à leur hygiène psychique, la focale se déplace et laisse de côté des mécanismes globaux d'inégalités sociales qui sont à l'origine des difficultés rencontrées par les jeunes dans leur parcours d'insertion. N'ayant pas les moyens d'agir sur ces mécanismes globaux, les professionnels mènent à leur échelle un travail sur autrui dont la visée émancipatrice se heurte en permanence aux projets de régulation des jeunes des classes populaires portés par les politiques publiques depuis une quarantaine d'années.

---

## BIBLIOGRAPHIE

- BÉRAUD Mathieu (2006), « L'inemployabilité est-elle devenue une nouvelle pathologie mentale ? », *Les nouveaux cahiers du Grée*, n° 3, 74.
- BRESSON Maryse (2012), « La psychologisation de l'intervention sociale : paradoxes et enjeux », *Informations sociales*, n° 169 (1), 68-75.
- BRUNEL Valérie (2019), « Développement personnel », dans VANDEVELDE-ROUGALE Agnès & FUGIER Pascal (dir.), avec la collaboration de GAULEJAC Vincent de, *Dictionnaire de sociologie clinique*, Toulouse, Érès, 200-201.
- CASTEL Robert (1981), *La gestion des risques : de l'anti-psychiatrie à l'après-psychanalyse*, Paris, Éditions de Minuit.
- COURONNÉ Julie, LOISON-LERUSTE Marie & SARFATI François (2020), « Ce qu'une "sortie positive" de la Garantie jeunes veut dire », *Vie sociale*, n° 29-30 (1), 183-199.
- DEMAILLY Lise (2014), « Pratiques de soin, pratiques de soi : dynamiques et tensions dans les sociétés de la modernité avancée », dans DOUCET Marie-Chantal & MOREAU Nicolas (dir.), *Penser les liens entre santé mentale et société : les voies de la recherche en sciences sociales*, Québec, Presses de l'université du Québec, 229-249.
- DIVAY Sophie (2008), « Psychologisation et dépsychologisation de l'accompagnement des chômeurs », *Sociologies pratiques*, n° 17 (2), 55-66.
- DOUCET Marie-Chantal (2017), « L'individu en travail : du mal-être existentiel à l'aller mieux ? », dans DEMAILLY Lise & GARNOUSSI Nadia, *Aller mieux : Approches sociologiques*, Villeneuve d'Ascq, Presses universitaires du Septentrion, 49-60.
- DUVOUX Nicolas (2009), *L'autonomie des assistés : sociologie des politiques d'insertion*, Paris, Presses universitaires de France.
- EHRENBERG Alain (2010), *La société du malaise*, Paris, Odile Jacob.
- ELIAS Norbert (1939), *La civilisation des mœurs*, Paris, Pocket, Calmann-Lévy.
- FOUCAULT Michel (2001), *Dits et écrits II. 1976-1988*, Paris, Gallimard.
- LE SONN Loïg (2017), « L'institut Pelman de gymnastique mentale : une officine de consultations psychologiques durant l'Entre-deux-guerres », *Corps*, n° 15 (1), 67-77.
- MARQUIS Nicolas (2014), *Du bien-être au marché du malaise : la société du développement personnel*, Paris, Presses universitaires de France.
- MAZOUZ Sarah (2014), « Le cadre de l'émancipation. Se conformer à l'offre d'emploi dans une mission locale », *Politix*, n° 108 (4), 31-52.
- MOLÉNAT Xavier (2006), *L'individu contemporain : regards sociologiques*, Auxerre, Éditions Sciences humaines.
- POLIAK Claude (2002), « Manières profanes de "parler de soi" », *Genèses*, n° 47 (2), 4-20.

REQUILÉ Élise (2008), « Entre souci de soi et réenchantement subjectif. Sens et portée du développement personnel », *Mouvements*, n° 54 (2), 65-77.

SALMAN Scarlett (2021), *Aux bons soins du capitalisme : le coaching en entreprise*, Paris, Les Presses de Sciences po.

SARFATI François (2017), « Construire l'emploi, une sociologie des dispositifs en action », HDR de sociologie, Paris, École des hautes études en sciences sociales.

SCHWARTZ Olivier (2011), « La pénétration de la "culture psychologique de masse" dans un groupe populaire : paroles de conducteurs de bus », *Sociologie*, n° 2 (4), 345-61.

VRANCKEN Didier & MACQUET Claude (2006), *Le travail sur soi : vers une psychologisation de la société ?*, Paris, Belin.

WACQUANT Loïc (2000), *Corps et âme : carnets ethnographiques d'un apprenti boxeur*, Marseille, Agone.

## NOTES

1. Le terme « développement personnel » n'est pas utilisé par la totalité de nos enquêtés. Nous faisons néanmoins le choix de mobiliser ce terme dans la mesure où la littérature scientifique sur le sujet nous permet d'en faire un concept qui donne corps aux pratiques que nous étudions en dépassant la notion de « pratiques psychocorporelles ».
2. Lors de l'entretien avec le psychologue de la structure, ce dernier explique que l'attente pour un rendez-vous est de deux mois et deux semaines.
3. On peut avancer deux idées pour expliquer cette surreprésentation du public féminin dans ces ateliers : d'une part, l'existence d'un processus de sélection au moment de la proposition par les conseillers de la structure, et d'autre part, l'existence d'effets d'autosélection par les jeunes eux-mêmes. En effet, le modèle de la virilité est très répandu chez les individus masculins de classes populaires, phénomène qui tend à écarter ces populations de ce type d'activités (Schwartz, 2011).
4. Angèle ayant refusé de réaliser un entretien, nous ne possédons pas d'informations sur son niveau d'étude.
5. Ici, l'écart constaté dans la capacité à théoriser les effets de la pratique, ou encore à verbaliser une forme de réflexivité peut s'expliquer à la fois par le genre des enquêtés, mais aussi par leur niveau d'étude.
6. Extraits du carnet de terrain.
7. Le terme de « lâcher-prise » est mobilisé par la sophrologue et est également régulièrement employé par les jeunes. La « libération des tensions » se réfère à un exercice réalisé à chaque séance de sophrologie.

---

## RÉSUMÉS

L'usage de techniques de développement personnel au sein d'une mission locale est révélateur non seulement des effets de la tendance à la psychologisation dans les organismes d'insertion, mais aussi des évolutions des injonctions faites aux jeunes ayant recours à ces structures : le travail sur soi s'impose et l'intériorité des jeunes est posée comme le levier d'action privilégié par les professionnels. Si l'usage et l'appropriation de ces activités laissent paraître des logiques d'émancipation des jeunes, caractérisées par diverses formes de changements intimes et de « mieux-être », la mobilisation de ces techniques de soi révèle une approche individualisée et psychologisante des parcours d'insertion, dévoilant des formes de responsabilisation des destinataires quant à leur situation.

The use of self-help techniques by career counseling and training centers reveals two things: the effects of a framing that psychologizes subjects for one, and for the other, the evolution of demands made upon those who use these centers. They impose work on the self, which makes a young person's psyche the activating lever preferred by professionals. On one hand, the use and appropriation of these activities reveal a thinking that favors the liberation of young people as characterized by various forms of internal changes and "improved well-being." On the other hand, this mobilization of techniques of the self also reveals this approach to career integration as oriented toward psychologizing and reponsibilising each young person for their own individual situation.

El uso de técnicas de desarrollo personal en el seno de una misión local es revelador no sólo de los efectos de la tendencia a la psicologización en los organismos de inserción, sino también de los cambios de los requerimientos que se les pide a los jóvenes que utilizan estas estructuras: el trabajo sobre sí mismo se impone y la interioridad de los jóvenes es considerada por los profesionales como una palanca de acción privilegiada. Mientras el uso y la apropiación de estas actividades manifiestan lógicas de emancipación de los jóvenes, caracterizadas por diversas formas de cambios íntimos y de "bienestar", la movilización de estas técnicas personales revela un enfoque individualizado y psicologizante de los trayectos de inserción, que muestran formas de responsabilidad de los destinatarios respecto a su situación.

## INDEX

**Mots-clés** : développement personnel, travail sur soi, jeunesse, insertion, mission locale

**Keywords** : self-help, youth, placement, work on self, professional placement, job counseling center

**Palabras claves** : desarrollo personal, trabajo sobre sí mismo, juventud, inserción, misión local

## AUTEUR

ALICE BRÉGEON-POIRAULT

ARENES-CRAPE, UMR 6051 CNRS, École des Hautes Études en Santé Publique