THE ARTIST ACADEMY

FORMATION 100 % À DISTANCE · 4 SESSIONS EN VISIOCONFÉRENCE · DÉMARRAGE 04 JANVIER 2027

Écrire son autobiographie — Structurer, écrire et transmettre son histoire de vie

INFORMATIONS PRATIQUES

Tout ce qu'il faut savoir.

Date	Quatre sessions en visioconférence, les 4, 11, 18 et 25 janvier 2027. Liens de connexion transmis avant le démarrage.
Durée	6 heures de formation, réparties en 4 ateliers collectifs de 1h30.
Lieu	Formation dispensée en visioconférence.
Tarif	179 € hors promotion. Paiement en 4 fois sans frais.
Accessibilité	Formation dispensée à distance. Les personnes en situation de handicap sont invitées à contacter notre référente handicap Marina Royer en amont de la formation : accessibilite@the-artist-academy.fr. Une étude personnalisée des besoins d'adaptation
Contact administratif et pédagogique	formation@the-artist-academy.fr

PLUS D'INFORMATIONS SUR LA FORMATION

Public visé

- Tout particulier souhaitant transmettre son histoire de vie.

Prérequis

Maîtrise du français écrit et oral (savoir lire et écrire en français).
Disposer d'un ordinateur et d'une connexion Internet.
Être en capacité de rédiger des textes courts de manière autonome.

Objectifs

- Clarifier l'intention et le cadre de son projet autobiographique
- Structurer les grandes étapes de son récit de vie

- Mobiliser des techniques narratives adaptées à l'écriture autobiographique
- Faire émerger et organiser des souvenirs significatifs
- Construire des scènes autobiographiques incarnées
- Identifier une voix narrative adaptée à son projet
- Utiliser des outils de mise à distance narrative pour aborder des sujets sensibles
- Élaborer une méthode de travail autonome pour poursuivre son projet d'écriture

Programme détaillé

MODULE 1 — L'ANCRAGE |

Objectif	Contenu abordé	Travail intersession
Clarifier son intention et entrer dans l'écriture autobiographique	Posture de l'auteur autobiographique Freins fréquents à l'écriture (syndrome de l'imposteur) Boussole d'intention et pacte narratif personnel Notion de seuil narratif et scène de bascule Installation d'un rituel d'écriture	Rédaction de la déclaration d'intention Écriture de plusieurs amorces du récit Mise en place du rituel d'écriture personnel

MODULE 2 — LE TRONC

Objectif	Contenu abordé	Travail intersession
Organiser sa mémoire et structurer son récit	Cartographie chrono-thématique Ligne de vie émotionnelle et objets-passerelles Réveil sensoriel (odeurs, sons, textures) Fil rouge narratif et canevas souple Nœud de clôture narratif	Construction de la frise autobiographique Exercices sensoriels d'écriture Organisation des premiers axes narratifs

MODULE 3 — LES BRANCHES

Objectif	Contenu abordé	Travail intersession
Écrire sur les autres avec justesse narrative	Les deux versions d'un souvenir Silences narratifs et portrait sensible Distance narrative et outils de protection littéraire Pseudonymes, fusion de personnages, secrets de famille Techniques de détour symbolique	Réécriture d'une scène (plusieurs points de vue) Exercice de portrait narratif Travail sur une scène avec mise à distance

MODULE 4 — LE FEUILLAGE

Objectif	Contenu abordé	Travail intersession

Trouver sa voix narrative et construire la suite du projet	Les différentes voix narratives (jeu des trois voix) Filtre stylistique et miroir du lecteur Relecture douce et fils narratifs récurrents Point d'arrêt et stratégie du point d'orgue La transmission du récit — quatrième de couverture imaginaire	Élaboration du sommaire du projet autobiographique Construction de la feuille de route personnelle Rédaction d'un texte de transmission ou de clôture

Modalités d'évaluation

- Auto-positionnement en début de formation.
- Quiz de vérification des connaissances proposés à l'issue des ateliers.
- Auto-évaluation des acquis en fin de formation.
- Questionnaire de satisfaction à l'issue de la formation.

Modalités et délais d'accès

Inscription en ligne via le site internet de The Artist Academy. Validation de l'inscription après réception du règlement et des documents contractuels signés.

Accès à la formation dans la limite des places disponibles.

Les informations pratiques et liens de connexion sont transmis avant le démarrage de la session. Le délai d'accès varie selon la date de la prochaine session programmée.

Moyens et supports pédagogiques

Sessions animées en direct sur une plateforme de visioconférence.

Sessions enregistrées et accessibles à tout moment.

Guide pratique « Écrire son autobiographie » comprenant 28 fiches outils et 50 déclencheurs d'écriture.
Synthèses et ressources complémentaires transmises à l'issue des ateliers.

Profil des intervenants

- Joëlle Benchimol, biographe professionnelle. Elle accompagne des particuliers dans l'écriture de leur histoire depuis de nombreuses années et met en œuvre l'Approche de l'Arbre, méthode de structuration, d'ancrage et de déploiement narratif conçue par The Artist Academy.

Organisme de formation

The Artist Academy, SAS au capital de 53 332 €, dont le siège social est situé au 58, avenue de Wagram, 75017 Paris, France, enregistrée au R.C.S. de Paris sous le numéro 838 153 443. Numéro de TVA intracommunautaire : FR54 838 153 443. Organisme de formation enregistré sous le n° 11 75 63053 75.

CERTIFICATION

Aucune certification n'est associée à cette formation.