

Élodie Lamarque

EXEMPLAIRE DE LECTURE

J'aide mon enfant à faire face aux difficultés de la vie



À Joshua, mon fils qui m'a révélé
l'intensité et la beauté de la vie

Illustration de couverture : Julie Mellan
Contes : Élodie Lamarque

Composition : Myriam Labarre

© 2025, ESF Sciences humaines

Cognitia SAS
37, rue La Fayette
75009 Paris

www.esf-scienceshumaines.fr



ISBN : 978-2-7101-4799-2

Le Code de la propriété intellectuelle n'autorisant, aux termes de l'article L. 122-5, 2° et 3° a, d'une part, que les « copies ou reproductions strictement réservées à l'usage privé du copiste et non destinées à une utilisation collective » et, d'autre part, que les analyses et les courtes citations dans un but d'exemple et d'illustration, « toute représentation ou reproduction intégrale, ou partielle, faite sans le consentement de l'auteur ou ses ayants droit, ou ayants cause, est illicite » (art. L. 122-4). Cette représentation ou reproduction, par quelque procédé que ce soit, constituerait donc une contrefaçon sanctionnée par les articles L. 335-2 et suivants du Code de la propriété intellectuelle.

Sommaire

Quelques mots d'introduction.....	7
-----------------------------------	---

Chapitre 1

Vivre et grandir dans un monde chahuté

Faire face aux épreuves de la vie.....	11
Trouver les mots grâce aux contes.....	14

Chapitre 2

La magie des contes

Le conte : la voie du héros.....	17
Les contes, des héros pour la vie.....	21

Chapitre 3

Les turbulences d'Harry, se projeter sereinement dans le futur

Parler des changements de la vie	31
Qu'est-ce que la sécurité intérieure ?.....	36
Il était une fois, une émotion : la peur.....	39
Peur et colère : deux amies explosives	42
Comment accueillir les bouleversements de vie et s'adapter ?.....	45
Les activités d'Harry	55
Lisons ensemble l'histoire.....	62

Chapitre 4

**Le bateau pirate du capitaine Édouard,
vivre la perte et avancer sans oublier**

Les petits deuils préparent aux grandes pertes 71

Parler de la mort et de l'absence 73

Qu'est-ce que le sens de la vie ? 77

Il était une fois, une émotion : la tristesse 82

Comment s'apaiser et retrouver de l'espoir ? 85

Les activités du capitaine Édouard 95

Lisons ensemble l'histoire 100

Chapitre 5

**Tibert ou la menace vrombissante,
dire « non » à la violence**

Parler de la violence et du conflit 113

Qu'est-ce que le respect ? 115

Il était une fois, une émotion : la colère 123

Comment communiquer de façon juste pour des relations apaisées ? 125

Les activités de Tibert le frelon 134

Lisons ensemble l'histoire 138

Conclusion

Et vous vivrez heureux...

Comment choisir un thérapeute pour son enfant ?

Quelles pratiques privilégier ? 151

Bibliographie 159

Note de l'éditeur

ESF Sciences humaines est sensible à l'inclusion des genres dans le contenu des ouvrages. Par souci de lisibilité des textes, nous faisons le choix de recourir au masculin générique. Celui-ci désigne par conséquent autant le genre féminin que le masculin et toutes les personnes sans distinction de genre.

Quelques mots d'introduction

Si vous avez ce livre entre les mains, c'est probablement que vous avez quelques inquiétudes ou quelques interrogations concernant votre enfant. Cela peut être sur son vécu, son avenir, sa construction dans ce monde complexe et vous avez à cœur de l'accompagner de la façon la plus douce et la plus efficace possible. Être parent, c'est se poser continuellement des questions, chercher des repères, ainsi qu'une réassurance et des ressources pour avancer et être guidé.

Ce livre s'adresse à vous, parents ou grands-parents. Il rassemble des contes et des conseils pour vous aider à échanger avec vos enfants et petits-enfants sur des sujets sensibles comme la perte, la violence ou les bouleversements de vie. Chaque chapitre traite d'un sujet en particulier et est associé à un conte qui renferme des ressources apaisantes. Chaque partie peut être lue de manière indépendante selon le sujet que vous souhaitez aborder ou la difficulté à laquelle votre enfant est confronté.

Cet ouvrage vous propose des pistes de discussion et des clés d'apaisement. Il ne remplace ni un avis médical, ni un accompagnement thérapeutique si votre enfant exprime un mal-être ou des questionnements qui perdurent.

Au fil des pages, vous trouverez des repères pour comprendre ce que vit votre enfant et les symptômes auxquels être attentif : des changements brutaux dans son sommeil, son alimentation, sa concentration, son envie de jouer... Des peurs qui apparaissent, des disputes plus fréquentes avec ses amis, des résultats scolaires en baisse et, plus généralement, des modifications dans son attitude, qu'il vous semble plus discret ou, au contraire, plus extraverti que d'habitude. Ce sont des indicateurs pour vous amener à consulter un spécialiste.

En qualité de thérapeute, je vous invite à contacter un professionnel au moindre doute sans dramatiser le fait de consulter. Il m'arrive régulièrement de ne voir un enfant qu'une seule fois dans mon cabinet pour débloquer une situation. Le changement et l'apaisement peuvent être très rapides.

Comme il est parfois difficile de s'y retrouver parmi tous les professionnels qui peuvent accompagner l'enfant, vous trouverez à la fin de cet ouvrage des conseils et repères pour vous orienter si une prise en charge est nécessaire.

N'oublions pas que nous avons nous-mêmes été des enfants qui ont vécu des bouleversements. La première lecture du chapitre ou du conte pourra vous renvoyer à votre vécu personnel. Si nécessaire, lisez le chapitre deux fois : une première fois pour vous-même, puis une seconde fois en pensant à votre enfant.

Le monde qui nous entoure est inédit, inconnu et potentiellement anxiogène

Nous vivons dans un monde de plus en plus chahuté : les épidémies – comme celle du Covid –, les attentats, les guerres, les crises financières, climatiques et énergétiques, l'arrivée massive des nouvelles technologies – et leurs revers comme le cyberharcèlement –, etc. Partout autour de nous, nous entendons des termes anxiogènes : « Nous sommes en guerre ! », nous devons assurer « le réarmement démographique »... Même les plus petits sont exposés à des images de conflits auxquelles il est difficile d'échapper... Nous sommes tous plongés dans un monde infusé d'angoisses et de conflits, où les crises sont de plus en plus nombreuses et les images de plus en plus violentes. Les causes d'inquiétude sont nombreuses : il nous est parfois difficile de nous y retrouver en tant qu'adultes. Quand, en plus, nous avons des petites paires d'yeux qui nous observent et nous demandent de leur expliquer les événements auxquels ils sont, comme nous, confrontés, nous pouvons rapidement être perdus et peiner à trouver des réponses pour les rassurer.

Nous devons apprendre à vivre avec les changements et nous adapter quasi quotidiennement. Nous n'avons pas le choix : nous devons faire face aux bouleversements de la vie. Ce qui est vrai pour nous l'est encore plus pour nos enfants. Nous avons perdu nos repères ? Les voilà propulsés dans un monde où ceux-ci bougent continuellement, alors que nous aimerions les faire grandir dans une ambiance douce, apaisée, insouciant... Mais, admettons-le : c'est très compliqué ! Oui, nous aimerions que le monde soit moins bouleversé, moins bouleversant. Mais il ne l'est pas. Cela ne veut pas dire que nous ne pouvons rien faire. Bien au contraire ! Si nous voulons que nos enfants y trouvent leur place et y naviguent, il faut qu'ils puissent se repérer. Pour pouvoir s'y retrouver et s'affirmer, il est nécessaire de commencer par regarder le monde tel qu'il est.

Grandir et évoluer dans ce monde chahuté, c'est comprendre ce qui nous entoure, savoir le décoder et aller puiser à l'intérieur de soi des ressources mobilisables. C'est aussi nous orienter dans ce monde pour donner un sens à nos vies.

Chapitre 1

Vivre et grandir dans un monde chahuté

Le contexte actuel et ses changements nous demandent, à nous, parents, et aux professionnels de l'enfance, de nous réinventer pour accompagner les enfants. Nous vivons un virage qui nous pousse à changer notre regard sur nous, sur nos enfants, sur les autres et sur le monde. L'enjeu est de réinventer notre manière de vivre le présent et de nous projeter dans l'avenir.

Il est important de les aider à porter un regard innovant : penser et penser le monde autrement. Pour cela, des solutions pour vivre et bien grandir dans un monde chahuté existent : vous en découvrirez au fil des pages. Mais il faut tout d'abord accepter quelques difficultés et quelques vérités. Malgré toute la force de notre amour et nos super pouvoirs parentaux, nous devons regarder les choses telles qu'elles sont.

Faire face aux épreuves de la vie

Bien sûr, nous aimerions protéger nos enfants des épreuves de la vie ! Mais tout comme nous ne pouvons pas les protéger de toutes les images ou informations, nous ne pouvons pas leur éviter ces épreuves. Aucun enfant ne peut être épargné par un événement difficile, un bouleversement de vie, une violence, une difficulté, une épreuve... Cela peut être un événement réel : dans sa vie familiale ou son entourage proche, dans sa classe ; ou virtuel : sur les réseaux sociaux ou dans les films. Chaque enfant devra faire face à ces défis : deuil ou maladie d'un proche, séparation, déménagement, accident, conflit ou violence... Les épreuves de vie ont toujours jalonné l'existence mais elles se sont intensifiées.

Toutes les émotions sont légitimes

Notre instinct nous pousse souvent à dire à nos enfants : « Tout va bien ! Ça va aller, il ne faut pas être triste... » ; « Ne te mets pas en colère pour ça. » Pourtant, ne rien exprimer face à un bouleversement ou un événement difficile serait anormal. Les émotions comme la colère et la tristesse sont nécessaires. Et, surtout, elles sont légitimes. Elles expriment un message, un vécu, un ressenti. Nous devons pouvoir les accueillir et les accompagner. Il n'est pas toujours simple de le faire si nous sommes nous-mêmes affectés. Nos enfants le sentent bien : nous ne pouvons leur cacher nos états d'âme. Parfois même, ils les reconnaissent avant nous. Ils ressentent nos émotions, même si nous tentons de les dissimuler.

Faire face aux émotions fortes – les nôtres et celles de nos enfants – est difficile, mais pourtant inévitable. Il peut être insupportable de voir son enfant souffrir ou vivre des émotions très fortes.

Nous ne parlons pas la même langue

Le langage de l'adulte ne peut pas aider un enfant à comprendre ses émotions. L'émotion est vécue dans son corps sans qu'il possède forcément les mots pour les exprimer.

À la question « Comment te sens-tu ? », un enfant n'aura pas les mots pour répondre. Il ne saura pas quoi dire, car ce sera trop violent. Il finira par bloquer son discours ou donner simplement la réponse attendue : une réponse qui peut apaiser l'adulte. Si notre enfant ne peut pas exprimer son émotion, sa difficulté ou son ressenti douloureux, il va le traduire en actes : en comportements et en émotions violents, qu'il va exprimer au travers de ses relations, de la violence scolaire ou de douleurs physiques.

Il ne possède pas tous les mots pour pouvoir décrire ou retracer ce qu'il ressent. Il n'a pas encore forcément développé de mécanisme ou les ressources intérieures pour créer une adaptation d'une manière plus saine ou plus créative.

Le vécu de l'enfant n'est pas le nôtre

N'oublions pas que notre façon de traverser la vie ou de vivre un événement n'est pas celle de notre enfant, qui a peut-être moins de points de comparaison, moins de recul, moins de hauteur pour vivre un événement comme nous. Un déménagement, par exemple, même s'il présente des avantages (maison plus grande, gain d'un jardin, adoption d'un animal domestique), n'efface pas les pertes et le changement : ses copains, ses repères, une chambre qu'il connaissait... Les enfants ou les adolescents peuvent vivre beaucoup de choses comme un énorme séisme : perdre une amitié ou ne pas être invité à un anniversaire peut être extrêmement douloureux pour eux. Nous ne pouvons pas les y soustraire, pas plus que nous ne pouvons anticiper ces obstacles, grands ou petits. Il n'existe pas de bons mots, de phrases magiques ou d'actions parfaites à mener.

“ *Les parents parfaits existent,
mais ils n'ont pas encore d'enfant.* ”
Sandrine Fillassier

Dans ces moments où tout bascule, où tout chahute, nous faisons au mieux. Les crises, la perte, le deuil, les événements difficiles, les bouleversements de vie : j'en ai fait mon quotidien professionnel. Ce n'est pas une fatalité destructive et ce n'est pas forcément à subir. Pour cela, il faut comprendre et discerner ce que nous vivons. Le chemin est souvent unique et la manière de se relever est individuelle, même si la perte ou le changement sont vécus de manière collective.

Soyons là pour nos enfants

Chaque enfant possède les ressources pour comprendre, cicatriser, dépasser un obstacle et le transcender pour avancer. Il faut qu'il soit accompagné. Guidons-le pour lui permettre d'avancer, de s'adapter et de réinventer sa vie.

Ouvrons le dialogue avec eux ! Nos enfants ne sont pas équipés pour faire face, tout seuls, à un deuil, une perte, un choc soudain ou de la violence du monde qui nous entoure. Ils doivent pouvoir nous parler, nous demander des conseils, des explications. Soyons là. Montrons-leur que nous pouvons nous adapter à tous les bouleversements, même les plus grands, et continuer à avancer sereinement. Il faut les accompagner et les encourager à traverser cette épreuve ou ce changement, à apprivoiser une douleur, une souffrance, des émotions, un événement qu'ils n'ont pas choisis.

“ *Quand on ne peut pas revenir en arrière,
on ne doit se préoccuper que de la meilleure façon
d'aller de l'avant.* ”
Paulo Coelho

Trouver les mots grâce aux contes

Cela va nous demander, à nous parents, d'apprendre et de montrer à nos enfants certaines capacités. Vous pouvez avoir l'impression de ne pas toujours avoir les mots pour expliquer ce que vous traversez à votre enfant, pour l'apaiser et lui donner de l'espoir. C'est pourquoi ces mots, je vous les donne au travers de contes et de guides de discussions contenus dans ce livre pour échanger et avancer sereinement en famille.

Le conte, un support pour échanger

Les contes sont porteurs d'espoir positif et doux, et pleins de douceur. Les héros de ces histoires vous offrent une distance sécurisante pour parler des bouleversements, de la violence ou de la perte à votre enfant.

C'est toute la magie des contes : chacun peut trouver ce dont il a besoin en fonction de son parcours, de ses expériences, de là où il en est. Les contes ouvrent cette surface d'échange, tout en respectant leur rythme et le vôtre ! Votre enfant comprend, de manière douce et ludique, ce qui se joue sous les bouleversements de sa vie et, surtout, comment faire pour s'apaiser et se projeter dans ce monde.

Les contes portent cette magie en eux : pouvoir s'adapter, respecter le vécu et le rythme de chaque enfant. Chaque écoute apporte un apaisement à un niveau différent, un degré de compréhension, une prise de hauteur. Chaque personnage permet de cheminer, de s'identifier à une émotion, à un vécu. Votre enfant, en partageant les aventures et les doutes du héros, pourra acquérir ses propres ressources et une nouvelle vision du monde.

Se connecter à l'imaginaire

Chaque histoire sert de support de discussion avec votre enfant. Elle permet d'aborder des sujets complexes, sensibles, voire douloureux, avec douceur, créativité et une juste distanciation. C'est un bon moyen pour se connecter à l'imaginaire, de s'évader, d'aborder des questionnements philosophiques, de toucher sa sphère émotionnelle et d'apprendre à se connaître.

Les contes vous aideront à développer au fil des histoires et des exercices comment :

- comprendre le monde et ses enjeux ;
- discerner le réel et le virtuel ;
- se stabiliser dans les changements ;
- apaiser ses émotions ;
- se projeter sereinement dans le futur.

Voyons comment la magie des contes opère...

Chapitre 2

La magie des contes

Les contes, les mythes ou les récits d'aventures ont existé de tout temps. Ils se retrouvent dans toutes les cultures, sur tous les continents, dans toutes les époques, avec des similitudes très troublantes. Les contes étaient oralisés dans les temps plus anciens et constituaient pour tous des moments clés de partage, de transmission, de mémoire et d'apprentissage de la vie. Ils sont aujourd'hui principalement destinés aux jeunes enfants, la littérature jeunesse foisonne de contes ou récits mythologiques, mais ils sont également utilisés par de nombreux thérapeutes avec leurs patients de tous les âges.

Le conte : la voie du héros

Les contes sont des récits basés sur l'imaginaire et la créativité qui permettent d'évoquer de façon douce et souvent ludique les grands thèmes de la vie. Universels et attachés à l'existence humaine, ils s'inscrivent dans la réalité du quotidien, tout en conservant le symbolique et de l'imaginaire. En cela, les contes aident à accompagner le fonctionnement de l'être humain par le processus initiatique qu'ils contiennent. Les contes sont, depuis toujours, un vecteur puissant pour transmettre un message, offrir une ouverture d'esprit sur de nouvelles perspectives et acquérir des clés de compréhension et de transformation sur soi-même. Initialement, les contes étaient là pour raconter des histoires, pour informer, instruire et, surtout, éviter que le sujet abordé se renouvelle. Ils permettaient de ne pas répéter les erreurs du passé et d'anticiper le futur.



*Si vous voulez que vos enfants soient intelligents,
lisez-leur des contes.*

*Si vous voulez qu'ils soient encore plus intelligents,
lisez-leur plus de contes.*

Albert Einstein



Le conte protège et répare

L'utilisation des contes permet une mise à distance sécurisante pour aborder des thèmes complexes de vie ou de société de manière subtile et respectueuse. Ils forment comme un tampon : un espace entre la réalité extérieure et notre vécu intérieur. La mise à distance qu'ils offrent sécurise et protège des émotions trop fortes.

Votre enfant va transférer au personnage son ressenti et ses doutes dans un cadre sécurisé et contrôlé. Son monde intérieur peut être alors exploré de façon sûre et tranquillisée.

Dans les dialogues qui se noueront avec votre enfant, l'échange autour du conte sera lui aussi sécurisé et facilité. Vous pourrez à tout moment revenir au cœur du conte et vous appuyer sur le personnage pour cheminer avec lui.

L'enfant s'identifie très facilement au personnage ; il ne se sent alors plus seul avec ses problèmes et ses sentiments trop pénibles. Il a trouvé un allié, un confident qui va le guider sur la nouvelle voie à suivre. Il n'est plus l'unique personne à vivre cette expérience. S'identifier aux personnages, par exemple à un animal, lui permet de se mettre à distance et de ne pas se sentir en danger directement : il expérimente son vécu ou des émotions nouvelles sans danger. Le conte ne cible personne : c'est le personnage à qui il arrive quelque chose. Ce qui peut aussi aider à se sentir beaucoup moins fautif dans son quotidien.

Nos enfants vivent la plupart du temps dans leur monde imaginaire. Tout leur esprit tourne autour d'images, de couleurs et de sensorialité. Ils découvrent le monde en brochant autour du réel avec leurs compréhensions, leurs croyances et leurs perspectives.

Ils se construisent par imitation et identification. Ils observent le monde qui les entoure et font... comme leur grand frère, comme leur copain, comme nous.

Les contes savent parfaitement retracer cette logique. Quand nous écoutons une histoire, nous entrons dans le monde comme si c'était le nôtre et, l'espace d'un moment, nous oublions même que nous avons plongé dedans. Cela permet de s'évader, d'entreprendre un voyage intérieur. Les contes développent l'affectivité et nous font dépasser notre rationalité. L'enfant écoute l'histoire sans intellectualiser, en lâchant prise. Le conte fait le lien entre l'imaginaire et le réel : au fil des écoutes, il va permettre de faire des allers et retours de l'imaginaire vers le réel puis du réel dans l'imaginaire. Le conte est respectueux du rythme de chaque enfant et de son vécu, il n'impose rien. L'inconscient va puiser ce dont il a besoin pour s'apaiser et se construire.

“ Écouté par le conscient mais inscrit dans l'inconscient. ”
Bernard Chouvier

Le héros montre la voie

Un conte ne résout pas un conflit, mais il permet de trouver des options que l'on n'aurait pas imaginées et, parfois, de nous donner un recul que nous pourrions avoir du mal à trouver sans une histoire parallèle.

Les contes permettent d'ouvrir l'esprit et de s'affranchir des cadres prédéfinis : nous faisons appel à l'imaginaire. Le changement est accepté plus facilement. Votre enfant va utiliser les moyens créatifs ou les moyens d'adaptation découverts dans l'histoire et les adapter naturellement à son quotidien. Les contes structurent la pensée et induisent des liens de cause à effet. Ils expliquent, offrent des solutions innovantes et des pistes d'actions à mener.

Les récits répondent à une linéarité que le réel ne possède pas. Apprendre au travers d'un conte permet d'avoir un moyen très rapide de retrouver et de se souvenir, car l'apprentissage permet une chronologie : l'histoire a un début, un milieu, une fin et le héros rencontre différents événements. L'enfant mémorise beaucoup plus facilement une suite logique qu'un élément isolé.

Des expériences ont été menées pour comparer la mémorisation d'un texte explicatif de type encyclopédie et celui d'un texte narratif, d'un récit : les résultats montrent qu'il faut deux fois moins de temps pour apprendre un texte narratif.

Les contes vont vous permettre d'échanger avec votre enfant sans hiérarchie ni autorité. Ce n'est pas nous, parents, qui proposons ou montrons le chemin à prendre, mais le pirate, l'avion ou le fantôme. C'est beaucoup plus simple de l'écouter : l'enfant accepte mieux le formidable que ce qu'il va assimiler comme une leçon de morale ou un conseil de parent.

À la fin d'une histoire, il construit une nouvelle image du monde, de ses relations et de lui-même, qui va venir se superposer et se mélanger avec son ancienne représentation, tout naturellement, à son rythme.

Le conte, avec sa fin optimiste où les crises sont résolues, lui apporte de l'espoir, de la joie et du soulagement, ainsi que de la confiance en la vie et en lui.

Le conte respecte le rythme de chacun

Les thèmes travaillés ici sont volontairement généraux, pour que vous puissiez respecter le rythme de votre enfant. La perte, par exemple, n'évoque pas à chacun la notion de mort : certains ne l'ont pas encore rencontrée dans leur vie. Mais, au travers du conte, ils retrouveront leur vécu et pas plus (comme la perte d'un doudou ou d'un ballon). Ils ne feront pas le lien avec la perte d'un proche s'ils ne l'ont pas connue. Si, plus tard, un décès survient dans sa famille, la psyché de l'enfant saura tout naturellement faire le parallèle et retrouver les ressources mobilisables qu'il avait entendues dans le conte. Il fera simplement et naturellement le lien avec le vécu du héros.

Il en est de même pour la violence. Pour certains, cela donnera des clés sur les chamailleries que votre enfant a avec ses frères et sœurs ou ses copains. Pour d'autres, qui ont vu des images de guerre, cela résonnera sur cet élément.

Mais une fois acquises, les clés de compréhension et les outils permettant de découvrir ses émotions, de dépasser une perte ou de comprendre la violence seront exploitables à l'infini.

Les contes, c'est seulement pour les enfants ?

Rien ne serait plus faux qu'affirmer que les contes ne sont que pour les enfants. Les contes portent en eux cette dimension intergénérationnelle. Pas seulement parce que les parents et grands-parents les lisent à leurs enfants et leurs petits-enfants, mais aussi et surtout parce que chacun en fait des lectures différentes. Quel que soit votre âge, les contes vous permettent de vous évader un instant de votre quotidien. Ils font ressurgir vos souvenirs d'enfance et vous redevenez enfant vous-même.

Si je vous demande ce que vous avez mangé hier, il y a de grandes chances que vous ne vous en souveniez pas ou preniez un temps pour réfléchir. En revanche, vous n'avez certainement pas oublié vos héros d'enfance ou les personnages de vos dessins animés ou vos films préférés. Nous sommes tous captivés par une histoire que l'on nous raconte !

La lecture ou l'écoute d'un conte offre un moment de partage, un moment joyeux et ludique. Il crée un lien empathique entre parents et enfants. Les contes renforcent la complicité et la confiance des enfants envers leurs parents et facilitent la communication. Ils permettent de construire une réflexion collective et de bâtir un socle de communication solide et universel. En transmettant la même information à travers les générations, ils réunissent les âges et favorisent la coopération.

Peu d'activités réussissent à réunir ainsi toute la famille de nos jours. Les contes sont si fédérateurs que, dans certaines cultures, les adultes des tribus se retrouvent le soir pour en raconter aux enfants et aux adultes : ils transmettent ainsi toute l'histoire et les traditions, ainsi que les règles de vie, sans jamais verser dans les leçons de morale.

Les contes : des héros pour la vie

Les contes restent, de tout temps, l'un des objets pédagogiques et éducatifs les plus efficaces. Ils permettent d'évoquer des difficultés ou des problèmes en douceur. Bruno Bettelheim confère au conte le pouvoir de donner un sens à la vie. Il permet d'affronter ce qui apparaît souvent comme un chaos de prime abord et d'ordonner ces éléments.

Si les événements dramatiques font partie de la vie, ils n'ont pas à la définir. Pour se construire dans un monde incertain et complexe, il est important de favoriser le dialogue et les échanges pour trouver les mots permettant d'expliquer le monde actuel et d'offrir un regard apaisé sur la vie qui nous entoure. Il n'est pourtant pas simple d'aborder des sujets sensibles comme la perte, la violence, la différence, la mort, les conflits, la guerre...

Ces apprentissages sont devenus essentiels pour tous les enfants. Et ces ressources sont capitales pour ceux qui traversent des épreuves de vie : deuil, maladie, séparation, violence...

J'aime cette magie de l'imaginaire qui ouvre la porte à l'espoir et l'espièglerie, merveilleux réconfort au plus profond des tourmentes. J'ai créé une série de trois contes pour accompagner vos enfants à se projeter dans un avenir serein, malgré l'incertitude ou les aléas.

Les trois contes présents dans cet ouvrage sont construits autour d'un héros attachant : avion, pirate et abeille. Il se lance dans une aventure pour résoudre une difficulté. Il va devoir mobiliser des ressources internes et externes au travers des rencontres et des événements pour avancer sur son chemin de vie. La fin pleine d'espoir offre une vision sécurisante dans un monde incertain. Le chemin mène à un nouvel équilibre et un changement plus serein. Le point d'arrivée est toujours radicalement différent du point de départ, grâce à la transformation du héros qui a su vaincre l'insurmontable et l'incontrôlable. Ce sont de véritables voies initiatiques.