

# 4<sup>ème</sup> Journée romande de psychologie positive



## Atelier 7



**Charlie Crettenand** - psychologue-psychothérapeute et formatrice aux pratiques narratives

<https://trame-narrative.ch/>

### Semer des « Graines de Rêves » Atelier découverte du jeu narratif

« Graines de Rêves », c'est l'invitation à un voyage intérieur, en compagnie de personnes avec lesquelles se mettre en résonances. Ce jeu collaboratif s'inspire de la métaphore du "voyage identitaire" (White, Denborough) qui envisage les épreuves de vie comme autant de migrations de notre identité. C'est se mettre en route vers une destination choisie en allant à la rencontre de ses alliés, valeurs, pépites et autres "merveilleosités" (Epston).

« Graines de Rêves » a été co-créé par Charlie Crettenand et Doria Roustan, conceptrice de jeux de société, tous·tes deux passionné·es par l'approche narrative (White et Epston). Les pratiques narratives soutiennent les personnes dans la co-création de récits qui honorent ce qui leur importe et donnent du sens à leur existence. Il peut être proposé dans de nombreux contextes professionnels (travail social, thérapie, (ré)insertion professionnelle, accompagnements individuels, de groupes, de couples, etc.).

Dans cet atelier, nous explorerons le jeu afin de découvrir les questions narratives et les cartes Inspiration. Cheminons ensemble pour planter des graines d'espoir et pour cultiver nos liens à soi, aux autres, à la Terre.

Références :

- Site du jeu Graines de Rêves : <https://taleus-studio.com/>
- Crettenand, C. (2021). Approche narrative et migration identitaire. *Nouvelles pratiques sociales*, 32(2), 239–249.
- Crettenand, C. et Soullignac, R. (2021). *La Thérapie narrative. Cultiver les récits pour dignifier l'existence*. Lyon : Chronique Sociale.