

# Manuel de thérapie par les contes de fées

## Du symptôme à l'accomplissement de soi

Héritiers de la mythologie, les contes de fées racontent nos prouesses possibles face aux défis de l'existence, semblables à celles des héros et des demi-dieux de l'Antiquité qui apportaient l'ordre dans le chaos des forces titanesques. Les contes de fées sont sous-utilisés. S'ils servent de supports dans de nombreuses méthodes de guérison psychologique, ils ne sont cependant pas présentés comme un système autonome et cohérent. L'ambition de cet ouvrage est de montrer comment les contes de fées, en tant que proposition thérapeutique, offrent **une démarche complète de thérapie**. En effet, les écueils que les héros sont amenés à affronter sont de la même nature archaïque que les nœuds pathologiques qui nous entravent : ce sont des cristallisations de la réalité qu'il est possible de dissoudre en prenant le chemin inverse. Au fracas soudain de la pathologie peut être opposé le redressement tout aussi inattendu d'une prise de conscience salvatrice. Cette approche originale s'appuie sur le "génie" du symptôme. Pour le thérapeute, la proposition est triple : il s'agit d'aider le patient à découvrir sa vérité derrière le symptôme, à se reconstruire par l'accomplissement proposé par les contes de fées et à trouver la paix dans les turbulences grâce à la sagesse du héros. Ce livre, écrit par Jean-Pascal Debailleul, conteur et thérapeute, avec de nombreux exemples, propose une démarche de transformation de soi par les contes, plus actuelle que jamais.

« Les contes, nous précise l'auteur, commencent toujours par mettre en scène la confrontation à une difficulté de l'existence à laquelle personne ne peut se soustraire. Et comme dans les grands mythes, ils proposent les ressources d'une résolution lumineuse. Une thérapie par les contes devra donc se présenter comme un conte, donner du sens au symptôme, et élever le combat du patient au niveau d'un mythe, offrant au malade de devenir un héros sur le territoire sauvage où il s'avance en découvreur. Je propose donc d'aborder les pathologies psychiques selon la sagesse des contes et des mythes. Les symptômes sont considérés comme des coups de génie qui coupent court à des dangers extrêmes et qu'il faut réinterpréter, le moment venu, pour recouvrer la santé. Treize outils de créativité sont proposés pour franchir les quatre niveaux d'obstacles auxquels se heurtent les patients : leurs croyances, leurs tendances, leurs peurs et les archaïsmes de la condition humaine. »



**Un adulte qui reconnaît volontiers le pouvoir structurant des contes pour les enfants peut-il envisager de s'appliquer à lui-même ce pouvoir qui dans son universalité concerne tout autant les structures de son imaginaire ?**

« En fait, le conte est un ordre du monde applicable à tout un chacun, et extrêmement efficace, par sa forme étonnante, dans la restauration de ce que l'on pourrait appeler la nature des choses. Le champ thérapeutique le connaît principalement comme un outil de méditation, utilisant la créativité pour stimuler le processus de soin. On reconnaît au conte une action dans le préconscient, une similitude forte avec le rêve, des affinités avec la psychanalyse ou la mise au jour du roman familial. Il invite à réinventer des rites de passage pour notre époque. Sa forme est propice au pacte narratif et donne lieu à des pratiques infirmières inventives en psychiatrie. Malheureusement, le conte n'est pas encore reconnu comme proposition thérapeutique complète. »

*Manuel de thérapie par les contes de fées*, un livre à découvrir que nous propose Jean-Pascal Debailleul aux éditions Le Souffle d'Or. Il s'adresse aussi bien aux patients qu'aux thérapeutes qui se reconnaîtront dans le regard de compassion que ces histoires portent sur nous tous et tireront profit des outils pratiques qui sont donnés dans cet ouvrage.