RÊVE PAPILLON

présente

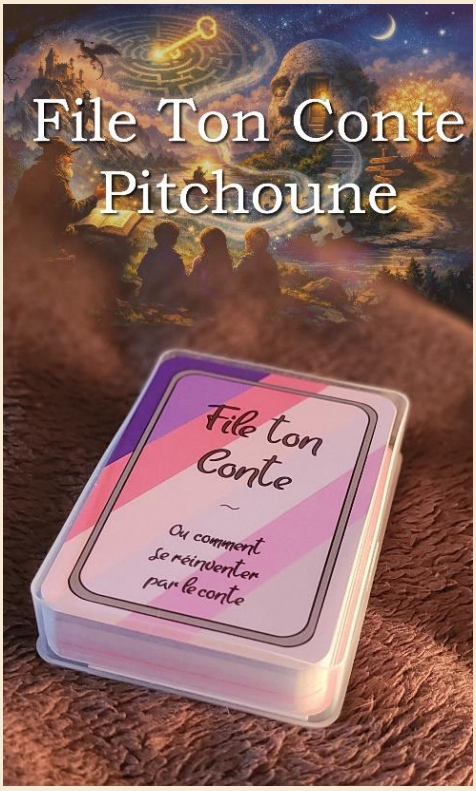
« FILE TON CONTE™ Pitchoune »

Le jeu qui aide et apaise les enfants



Qu'est-ce que "File ton conte™ Pitchoune" ?

« File ton Conte™ Pitchoune » est la version allégée (48 cartes au lieu de 66) grand public d'un jeu à fort potentiel thérapeutique à destination des professionnels, visant à traiter des troubles chroniques tels que l'anxiété ou la fatigue. Le concept repose sur la **création de contes métaphoriques** permettant de mobiliser l'inconscient et de lui donner des stratégies pour trouver lui-même les solutions.



La cible

Cette version s'adresse aux **enfants de 4 à 7 ans** qui pourront, tout en s'amusant et en développant leur imagination et leur créativité, **apaiser** leur éventuel mal-être émotionnel et **mieux gérer les difficultés** qu'ils peuvent rencontrer à cet âge : angoisse, colère, isolement, manque de confiance.

Le jeu

A partir de cartes, l'enfant, **aidé d'un adulte**, va travailler son imaginaire et mobiliser son inconscient pour raconter le conte dont il a besoin à cet instant. Dans son histoire, les héros seront confrontés à des difficultés et trouveront des solutions. Ce sont ces solutions qui vont inconsciemment permettre à l'enfant de **trouver ses propres stratégies pour gérer ses propres difficultés**.

Les cartes ont été spécialement conçues en ce sens par **Bénédicte Mourgeon, hypnothérapeute**. La version au-delà de 7 ans pour les professionnels nécessite une formation associée et est le fruit de 5 années de recherche. Son **impact thérapeutique** a commencé à être **exploré scientifiquement** à travers une **étude pilote** menée en 2024 auprès d'adultes souffrant de fatigue persistante avec des résultats très encourageants. Le concept mis en œuvre dans ce support thérapeutique fait l'objet d'un article scientifique en cours de soumission à publication.

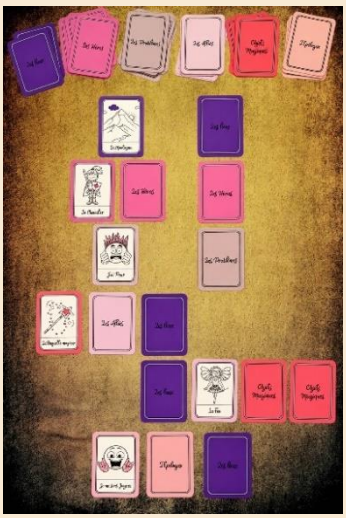
La fiche intégrée au jeu vous guidera sur la méthode à mettre en œuvre pour aider l'enfant à construire son conte.

Ce jeu peut également être un bon outil pour **engager et faciliter la communication** avec des enfants renfermés sur eux-mêmes.

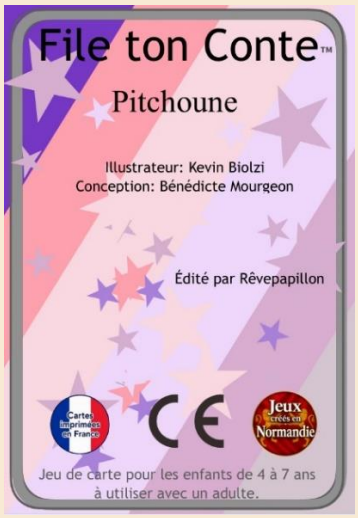
Un enfant qui a appris à utiliser « File ton Conte™ » tout petit **pourra continuer à y jouer après 7 ans** et pourra en profiter toute sa vie car les mécanismes sous-jacents seront intégrés, et même en ayant grandi, il les gardera accessibles de façon spontanée.

Le jeu a été conçu à la base pour être joué avec un seul enfant guidé par un adulte, mais des **règles complémentaires** ont été développées pour **jouer à plusieurs** en famille ou en milieu scolaire, **jusqu'à 12 ans et plus** (selon 7 modes de jeu) et développer d'autres compétences : en plus de l'imagination, la narration et le langage, à plusieurs on pourra alors travailler aussi l'écoute, la coopération, la créativité collective, l'empathie, le respect des idées des autres, l'argumentation, l'expression des émotions, le langage corporel,… Les règles complémentaires vous seront envoyées par mail dans un document au format « pdf » au moment de l'expédition de votre jeu.

Ce jeu répond aux besoins de nombreux **parents et professionnels de la petite enfance** impuissants devant certaines difficultés émotionnelles. Il est par exemple utilisé par des **professeurs des écoles** en grande section de maternelle ou en CP/CE1.











Témoignages

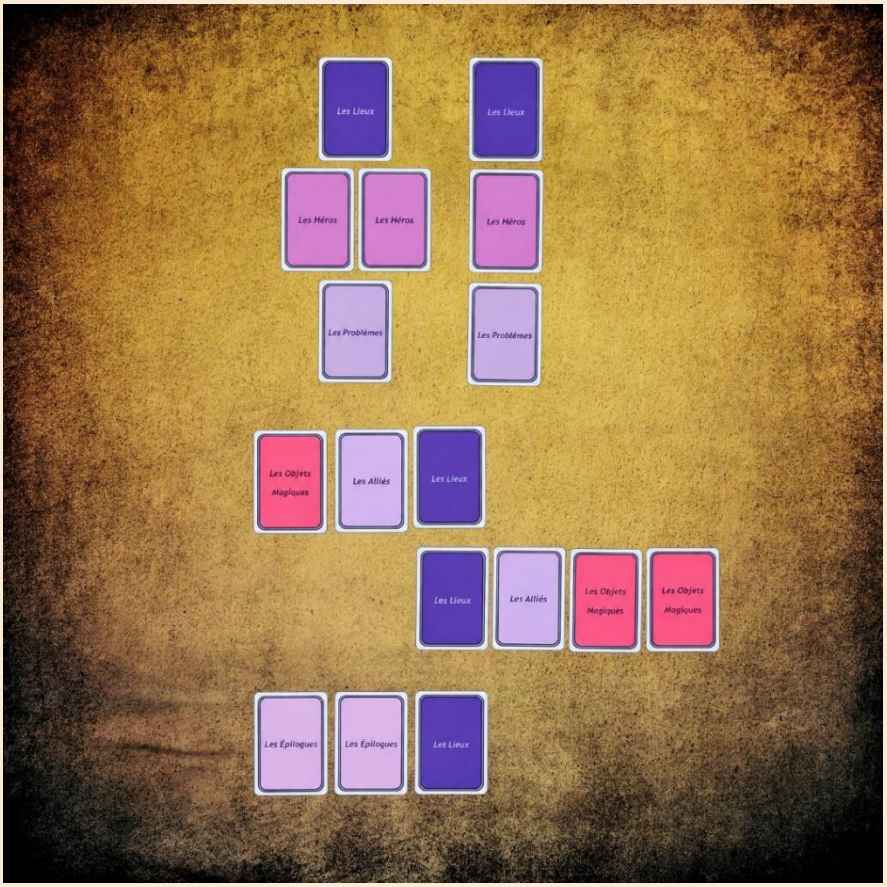
Voici deux témoignages de Florence, **institutrice en CP/CE1** en Alsace :

« Ce jeu me permet de proposer aux enfants qui semblent en petite ou grande souffrance de passer un peu de temps avec eux, en tête à tête. »

« N., tiraillée par sa famille dans une double culture, avec une mauvaise expérience de l'école préalable et souffrant de maux de tête à l'école. Nous avons pris du temps (3 contes), et son attitude a radicalement changé. N. a continué l'année bonne élève, épanouie à l'école, sans problème d'absentéisme. »

Conseils et questions

Quand un enfant joue à « File ton Conte™ » et que ses réactions vous interpellent car elles vous paraissent inattendues ou illogiques, pensez à nous écrire à info@revepapillon.com, nous sommes à votre disposition pour le décrypter avec vous.



Exemple de disposition du jeu, à adapter selon le nombre de cartes tirées. Et surtout sentez-vous libres d'être créatifs et de faire évoluer cette structure !

MANUEL DE JEU - V1

Modes de jeu complémentaires pour File ton conte pitchoune

Complément pour les enfants entre 4 et 12 ans

Un complément pratique consacré aux utilisateurs de « File ton conte » pitchoune de moins de 12 ans.

Modes de jeu complémentaires pour File ton conte pitchoune

Supplément pour les enfants de 4 à 12 ans

SOMMAIRE

Introduction P.4

I- Mode 1 : Le grand conte Coopératif P.6

II- Mode 2 : Les apprentis conteurs P.8

III- Mode 3 : Les histoires croisées P.10

IV- Mode 4 : Le théâtre des contes P.12

V- Mode 5 : Le conte à rebours P.15

VI- Mode 6 : Le conseil des conteurs P.17

VII- Mode 7 : Les deux voyages du héros P.19

Ce document est à votre disposition exclusive de par votre achat du jeu File ton conte pitchoune. Merci de le garder pour votre usage uniquement.

Introduction

Complément pour les enfants De 4 à 12 ans

I

Introduction

Les cartes de File ton conte, ouvrent des portes. Chaque partie est une nouvelle aventure. Chaque joueur apporte son imagination, son humour, ses émotions et sa manière de voir le monde.

Un même héros pourra devenir pirate aujourd'hui, berger demain et prince le lendemain. Un même problème pourra être vécu comme une montagne par un enfant et comme une simple étape par un autre. C'est cette liberté qui rend **File ton Conte** presque infini.

Les modes de jeu qui suivent ont été imaginés pour varier les plaisirs tout en développant des compétences différentes : coopération, imagination, langage, écoute, créativité ou encore résolution de problèmes. Ils permettent aux plus grands d'utiliser File ton conte pitchoune plus longtemps pour développer d'autres compétences. Ils ont un impact différent du mode de jeu original et de ce fait peuvent être utilisé en toute sécurité chez des enfants au delà de 7 ans.

Aucun mode n'est meilleur qu'un autre.

Ils répondent simplement à des envies, des besoins différents. Amusez vous bien.

Mode 1 : Le Grand Conte Coopératif

Objectif: Créer une histoire unique dans laquelle chaque joueur participe à parts égales.
Il n'y a ni gagnant ni perdant.
Le véritable défi consiste à construire un récit cohérent où chacun apporte ses idées tout en accueillant celles des autres.

Nombre de joueurs: 2 à 8 joueurs

Âge conseillé: À partir de 4 ans.

Durée: 15 à 40 minutes.

Ce que ce mode développe:



- l'écoute
- la coopération
- l'imagination
- le langage
- le respect des idées des autres
- la créativité collective

Les enfants découvrent que chacun peut enrichir une même histoire; que plusieurs idées peuvent coexister.

I- Le grand conte coopératif

Préparation:

- Séparer les six familles de cartes.
- Chaque famille est mélangée.
- Les cartes sont posées faces cachées.
- Le plus jeune joueur commence.

Déroulement:

- Le premier joueur pioche un héros.
- Il présente rapidement son personnage. Exemple :"C'est une princesse qui adore explorer le monde."
- Le joueur suivant pioche un problème. Il poursuit immédiatement : "Mais elle a tellement peur de parler aux autres qu'elle voyage toujours seule."
- Le troisième joueur pioche un lieu.
- Puis un quatrième ajoute un allié.
- Puis un cinquième découvre un objet magique.
- Enfin, un joueur révèle l'épilogue.

L'histoire se construit progressivement. Tous les joueurs enrichissent le récit.

Une règle essentielle:

Dans ce mode, personne ne peut dire : Non. - On répond toujours :Oui.....et...
Les idées se complètent au lieu de se bloquer.

Pour l'animateur:

Si un enfant paraît hésiter, posez-lui une question ouverte.
Par exemple : Que voit ton héros ? Que ressent-il ? Que fait-il ensuite ?
Évitez de proposer directement une solution.

Variante "Histoire folle": Toutes les cinq minutes, un joueur peut annoncer une surprise. Par exemple : Une pluie de bonbons tombe du ciel. Ou : Tous les personnages parlent maintenant comme des robots.
Les autres devront intégrer cette idée dans l'histoire. Les fous rires sont garantis.

Mode 2: Les apprentis conteurs

Objectif: Développer l'improvisation.
Le narrateur découvre progressivement les personnages grâce aux réponses des autres joueurs.

Nombre de joueurs: 3 à 6.

Âge conseillé: À partir de 6 ans.

Durée: 20 minutes.

Compétences développées:

II

- improvisation
- écoute
- imagination
- vocabulaire
- empathie

Et aussi, La capacité à rebondir. L'écoute. L'humour. La confiance dans sa propre imagination.

II- Les apprentis conteurs

Préparation:

- Un narrateur est choisi.
- Chaque joueur reçoit secrètement :
- un héros
- un problème
- Personne ne montre ses cartes.
- Le narrateur n'a aucune carte.

Déroulement:

- Le narrateur raconte : Il était une fois...
- Puis il désigne un joueur qui doit immédiatement parler comme son personnage. Exemple : Je suis une sorcière...
- Le narrateur pose alors des questions. Pourquoi es-tu ici ? Que t'est-il arrivé ? Qui cherches-tu ?
- Les réponses construisent peu à peu l'histoire.
- Le narrateur doit réussir à relier tous les personnages.

Une règle essentielle:

Le narrateur ne peut jamais dire : Ce n'est pas logique. Son rôle est justement de rendre logique ce qui semble impossible.

Pour l'animateur:

Plus les questions sont ouvertes...Plus les histoires deviennent originales. Préférez : Que voudrais-tu changer ? plutôt que : Es-tu triste ?

Mode 3 : Les histoires croisées

Objectif: Construire deux histoires indépendantes qui finiront par se rejoindre.

Nombre de joueurs: 4 à 8.

Âge conseillé: À partir de 6 ans.

Durée: 30 à 45 minutes.

Ce que ce mode développe:

- narration complexe
- anticipation
- coopération
- mémoire
- créativité

III

III- Les histoires croisées

Préparation:

- Former deux équipes. Chaque équipe pioche :
- 2 héros. 2 problèmes. 2 lieux. 2 alliés. 2 objets magiques. 1 épilogue
- Chaque groupe prépare son histoire sans la raconter.

Première partie:

- Les équipes racontent alternativement.
- Une minute.
- Puis l'autre équipe.
- Une minute.
- Puis retour.
- Petit à petit...
- Deux aventures prennent vie.

Les joueurs ne savent pas encore comment elles vont se rejoindre.

Deuxième partie:

Au signal de l'animateur : Les deux mondes se rencontrent. A partir de ce moment, les deux histoires n'en forment qu'une seule. Pour cela les deux équipes doivent coopérer.

Variante: "toi d'abord":

Les héros ne peuvent résoudre leur problème qu'en aidant d'abord l'autre équipe. Cette règle favorise l'entraide plutôt que la compétition.

Variante: "Le Croisement Surprise":

Au milieu de la partie...Toutes les équipes échangent un héros.
Il faut immédiatement expliquer pourquoi ce personnage apparaît dans l'autre histoire.

Pour l'animateur:

Encouragez les enfants à reprendre les idées des autres équipes.

Mode 4 : Le théâtre des contes

Objectif: Transformer l'histoire en une véritable pièce de théâtre improvisée.
Chaque joueur incarne son personnage. Les cartes deviennent le point de départ d'une aventure jouée.

Nombre de joueurs: 3 à 8 joueurs.

Âge conseillé: À partir de 5 ans.

Durée: 20 à 40 minutes.

Compétences développées:

- expression orale
- langage corporel
- imagination
- confiance en soi
- coopération
- écoute

IV

IV- Le théâtre des contes

Préparation:

Chaque joueur reçoit un héros. Puis les cartes restantes sont placées au centre. Les lieux, problèmes, alliés et objets seront révélés au fur et à mesure. Prévoir un petit espace libre. Il devient la scène.

Déroulement:

- Le premier joueur retourne une carte Lieu.Tous les héros arrivent dans cet endroit.
- L'animateur décrit simplement l'environnement. Par exemple : Vous êtes au sommet d'une montagne. Le vent souffle très fort. Une vieille porte apparaît devant vous.
- Les joueurs entrent immédiatement dans leur personnage. Ils parlent comme lui. Ils marchent comme lui. Ils réagissent selon leur caractère.
- Quelques minutes plus tard···Une carte Problème est révélée.
- Les joueurs doivent désormais intégrer cette difficulté dans leur jeu.
- Puis arrivent les Alliés.
- Enfin les Objets magiques.

La partie ressemble progressivement à une pièce de théâtre improvisée.

L'importance du corps:

Dans ce mode, on encourage les enfants à utiliser :leurs gestes, leurs déplacements, leurs mimiques, leur voix. Un dragon peut parler tout doucement. Une souris peut avoir une voix très grave.
Tout est permis.

Pour l'animateur:

N'interrompez jamais une scène pour corriger. Même si un joueur hésite. Entrez dans son imagination. Vous pouvez simplement demander : Que fait ton personnage maintenant ?
Cette question relance presque toujours le jeu.

Variante: Théâtre sans paroles

Les joueurs n'ont plus le droit de parler. Ils doivent raconter toute l'histoire uniquement avec : les gestes, les regards, les déplacements. Les autres doivent comprendre.

Cette variante développe énormément l'observation.

Variante: Les voix mystérieuses

Chaque personnage reçoit une façon particulière de parler. Exemple : très vite; très lentement; en chantant; en chuchotant; uniquement avec des questions...

Mode 5 : Le conte à rebours

Objectif: Découvrir qu'une histoire peut se construire en remontant le fil des événements.
Les joueurs connaissent déjà la fin. Ils doivent maintenant imaginer tout ce qui a permis d'y arriver.

Nombre de joueurs: 2 à 8 joueurs.

Âge conseillé: À partir de 6 ans.

Durée: 20 à 35 minutes.

Compétences développées:

- logique narrative
- imagination
- anticipation
- mémoire
- créativité



V- Le conte à rebours

Préparation:
Les cartes Épilogue sont mélangées ainsi que les cartes Héros. Une de chaque est révélée immédiatement. Elle représente la dernière scène de l'histoire. Toutes les autres familles restent face cachée.

Déroulement:

- L'animateur lit simplement l'épilogue. Par exemple : « Le petit Ours se sent calme »
- Puis il demande : Comment en est-il arrivé là ? Les joueurs piochent ensuite les autres catégories une à une.
- À chaque nouvelle carte, ils reconstruisent progressivement le passé.
- Ils expliquent :
  - ce qui est arrivé,
  - ce que le héros a essayé,
  - ce qu'il a appris,
  - qui l'a aidé.

Lorsque toutes les cartes ont été jouées, chacun constate que l'histoire rejoint parfaitement l'épilogue.

Pour l'animateur:
Invitez les enfants à imaginer plusieurs chemins possibles.
Il n'existe jamais une seule bonne réponse.

Mode 6 : Le conseil des conteurs

Objectif: Apprendre à enrichir une histoire grâce aux idées des autres.
Il ne s'agit pas de corriger. Il s'agit d'inspirer.

Nombre de joueurs: 4 à 10.

Âge: À partir de 6 ans.

Durée: 30 minutes.

Compétences développées:

- écoute
- argumentation
- coopération
- imagination

VI

VI- Le conseil des conteurs

Déroulement:

- Une histoire est racontée normalement.
- À la fin...Le narrateur reste silencieux. Les autres deviennent les Conseillers du Royaume.
- Chacun propose une idée sous la forme "Et si..."
- Le narrateur choisit ensuite les idées qu'il souhaite intégrer. Et raconte alors une nouvelle version enrichie.

Une règle essentielle:

Toutes les propositions commencent par :Et si...

Mode 7 : Les deux voyages du héros

Objectif: Faire vivre aux personnages toutes les grandes étapes d'une aventure.
Ce mode s'inspire des grands récits présents dans les contes, les légendes et les romans d'aventure.

Nombre de joueurs: 2 à 6.

Âge conseillé: À partir de 6 ans.

Durée: 30 à 60 minutes.

Compétences développées

- narration
- réflexion
- persévérance
- expression des émotions

VII

VII- Les deux voyages du héros

Préparation

- Les cartes sont disposées dans un ordre précis.

2 Héros
↓
1 Problème
↓
1 Lieu
↓
1 Allié
↓
1 Objet magique
↓
1 Épilogue

- Chaque catégorie représente une étape du voyage.

Déroulement:

- Les héros quittent leurs quotidiens Tout au long de l'histoire ils ne prennent jamais les mêmes décisions. Et arrivent au même épilogue.
- Ils rencontrent un problème.
- Ils hésitent.
- Ils décident pourtant d'avancer.
- Ils découvrent un nouveau lieu.
- Ils rencontrent un allié.
- Ils reçoivent la même ressource qu'ils utilisent différemment pour affronter leur difficulté.
- Enfin...Ils reviennent transformés.

L'histoire peut être racontée librement. Les cartes servent uniquement de fil conducteur.