

FANTAISIES ET GRIBOUILLIS

TABLE DES MATIÈRES

<i>Remerciements</i>	9
<i>Introduction</i>	11
Chapitre 1 : Activités préparatoires	21
Le griffonnage	23
Le barbouillage	25
Le gâchis	27
Création sur musique	29
Le dessin à l'aveugle	31
L'histoire à l'aveugle	33
Le collage express	35
La mise au point périodique	37
L'enfant créateur	39
L'adulte créateur	41
L'énergie créatrice	43
Chapitre 2 : Savoir rêver	45
Les rêves de jour :	
Flânerie créative	47
Bribes du quotidien	49
Les yeux du voyageur	51
Le lieu de sa créativité	53
Inviter les images	55
Visualiser ses rêves	57
Les rêves de la nuit :	
Inviter les rêves nocturnes	59
Écriture créative des rêves	61
Dessiner le rêve	63
La poésie des rêves	65
Le conte dans le rêve	67
L'énergie du rêve	69
Chapitre 3 : Écriture	71
L'écriture non-linéaire	73
Le calligramme	75
Les capsules	77
Le saut de bulles	79
Les déclencheurs	81
Le pot-pourri	83
Le marathon	85
Le tautogramme	87
Le collage de mots	89
Le texte découpé	91
Les matrices	93

Chapitre 4 : Poésie	95
Flânerie poétique	97
Le haïku	99
La colonne de mots	101
Le pantoum	103
L'acrostiche	105
Le poème caché	107
Le poème en écho	109
Chapitre 5 : Personnages et histoires	111
Les personnages	113
Les archétypes	115
Les sous-personnalités	117
Les sous-personnalités opposées	119
Les animaux	121
Le soi authentique	123
L'histoire du personnage	125
L'histoire dans le dessin	127
L'histoire structurée	129
L'allégorie	131
Histoire de hasard	133
Les cartes déclencheurs	135
Chapitre 6 : Anti-stress	137
Expression libre	139
Danse sur papier	141
Dessiner le stress	143
Le corps qui parle	145
Le dessin guérisseur	147
Visualisation régénératrice	149
Relaxation créative	151
Danse régénératrice	153
Chapitre 7 : Activités de groupe	155
Le dessin collectif	157
L'histoire collective	159
Le cadavre exquis	161
Les 3 papiers	163
La bande dessinée collective	165
La pêche aux trésors	167
La carte mentale collective	169
Au voleur !	171
Spécial couple	173
Le symbole collectif	175
Chapitre 8 : Activités pour les enfants	177
Exercices de réchauffement	179
Le crayon dingue et autres activités d'écriture	181
Le dessin spontané et autres activités de dessin	183

Le Pays des mots	185
Jeux de hasard	187
Drôles d'émotions	189
Personnages-émotions	191
Le journal créatif	193
Les jeux collectifs	195
Conte et création	197
Mandala apaisant	199
Chapitre 9 : Activités de fermeture	201
Bilans écrits	203
Bilans visuels	205
Mandalas	207
<i>Conclusion</i>	209
<i>Liste des annexes</i>	211
ANNEXE 1 Phrases déclencheurs	213
ANNEXE 2 Marathon	214
ANNEXE 3 Le Pantoum	215
ANNEXE 4 Les personnages : fiche biographique	216
ANNEXE 5 Les archétypes	217
ANNEXE 6 A. Histoire de hasard – style conte de fées	218
B. Histoire de hasard – style contemporain	219
ANNEXE 7 Structures pré-déterminées	220
ANNEXE 8 Silhouette	221
ANNEXE 9 Spirale à découper	222
ANNEXE 10 Les jeux de hasard pour les enfants	223
ANNEXE 11 Phrases déclencheurs pour les enfants	224
ANNEXE 12 Personnages-émotions	225
<i>Bibliographie</i>	227