



Isabelle Gueudré, art  
thérapeute par les contes

## “J'ÉVOLUE AVEC CELLES QUE J'ACCOMPAGNE”

Tout a commencé, il y a quinze ans, par la lecture de *Femmes qui courent avec les loups*, de Clarissa Pinkola Estés, un livre sur l'archétype féminin à travers l'analyse des contes. Son message :

« Osez vous enfoncer dans le bois le plus obscur pour retrouver votre élan de vie. »

Il y a quelques années, j'ai eu envie de passer à la pratique. J'ai créé un atelier, qui permet de danser les personnages d'un conte. La danse a un côté libérateur. Beaucoup de femmes sont enfermées malgré elles dans un rôle. Ces ateliers leur permettent de renouer avec ce qu'elles sont réellement, sans se sentir jugées. Elles se reconnectent à leurs émotions. Je travaille aussi avec des femmes atteintes d'un cancer. A travers les contes, elles se réapproprient leur corps et le remettent en mouvement.

Je ne prétends pas détenir un savoir. En accompagnant ces femmes, j'apprends et j'évolue. Je ne suis plus la jeune fille timide que j'étais à 20 ans. Je me sens plus solide, plus sûre de moi. Au fil des ateliers, le regard que les participantes portent sur elles-mêmes change. Ce ne sont plus des victimes, mais des actrices de leur propre vie. »

Pour en savoir plus sur ses ateliers : [www.contes-a-vivre.com](http://www.contes-a-vivre.com) ▶