

# L'ARBRE DE VIE



## DE QUOI S'AGIT-IL ?

L'ARBRE DE VIE est un outil, développé conjointement par David Denborough, travailleur social, thérapeute en Pratiques Narratives et écrivain australien et Ncazelo Ncube, psychologue et thérapeute en Pratiques Narratives, originaire du Zimbabwe.

Leur objectif était alors d'aider les psychologues et travailleurs sociaux qui accompagnaient les enfants orphelins de parents morts du sida en Afrique du Sud et en Afrique australe.

L'ARBRE DE VIE est un outil métaphorique qui permet de prendre du recul par rapport à une situation donnée qui est vécue comme un problème par le patient/le client.

L'ARBRE DE VIE peut se pratiquer en individuel, en groupe ou en équipe.

## QUELLES PROBLEMATIQUES PEUT-ON TRAITER ?

L'ARBRE DE VIE permet de travailler sur de nombreux sujets tels que :

L'estime de soi, la connaissance de soi, les transitions de vie, l'orientation, la parentalité, la relation de couple, la relation à la douleur, la reconstruction après une maladie, un burnout, une relation d'emprise, ...

Mais aussi, l'intégration au sein d'une équipe, la cohésion d'équipe, l'accompagnement sur un projet professionnel, ...

Comme le dit Dina Scherrer, coach et praticienne narrative, les possibilités sont infinies.

## **QUELS SONT LES FONDEMENTS DE CET OUTIL ?**

L'ARBRE DE VIE, comme les Pratiques Narratives, est résolument du côté de la vie, de ce qui est vivant chez le patient/client. Il vise à "désenfermer" les personnes de l'histoire pour laquelle ils viennent nous voir en honorant toutes les autres.

Nous sommes tous multi histoires.

Grâce au processus déployé avec l'ARBRE DE VIE, nous allons amener les personnes là où elles ne vont pas toutes seules, dans un lieu sécurisé, bienveillant d'où elle pourront regarder leur problème sans y être engluées.