

# Créez votre récit fantastique







Lancez un dé à six faces pour chacune des sept étapes afin de construire votre intrigue. Soulignez l'élément sélectionné pour chaque catégorie.



## ÉTAPE 1

### Le protagoniste et sa situation

*Qui sera le personnage principal, avant que l'étrange n'entre dans sa vie ?*


-  1. Un adolescent discret qui vient d'emménager dans une maison ancienne
-  2. Une collégienne rationnelle qui ne croit pas aux histoires surnaturelles
-  3. Un jeune artiste solitaire fasciné par les objets du passé
-  4. Un enfant curieux qui découvre un secret de famille troublant
-  5. Un élève modèle dont les certitudes commencent à vaciller
-  6. Une jeune personne insomniaque, sujette à des visions inquiétantes



## ÉTAPE 2

### Le cadre et l'atmosphère

*Dans quel lieu ordinaire l'inquiétude va-t-elle peu à peu s'installer ?*

-  1. Une maison de famille silencieuse et pleine de souvenirs
-  2. Un appartement ancien où résonnent des bruits inexplicables
-  3. Un pensionnat ou collège aux couloirs étrangement vides
-  4. Une rue brumeuse où tout semble familier... et pourtant décalé
-  5. Une forêt en bordure du village, traversée de rumeurs anciennes
-  6. Une boutique d'antiquités où certains objets paraissent vivants



# Créez votre récit fantastique

Lancez un dé à six faces pour chacune des sept étapes afin de construire votre intrigue. Soulignez l'élément sélectionné pour chaque catégorie.

## ÉTAPE 3

### L'irruption de l'étrange

*Quel phénomène impossible vient fissurer le réel ?*



1. Un miroir renvoie un reflet qui agit avec un léger décalage



2. Une voix murmure le nom du personnage alors qu'il est seul



3. Un objet ancien change de place ou paraît s'animer la nuit



4. Une silhouette apparaît toujours à la même heure, puis disparaît



5. Une lettre, un carnet ou une photographie semble prédire un événement



6. Un animal ordinaire adopte un comportement troublant, comme s'il voulait avertir



## ÉTAPE 4

### Le doute et l'hésitation

*Comment l'incertitude fantastique s'installe-t-elle ?*



1. Le personnage croit d'abord à un rêve, à la fatigue ou à une illusion



2. Un proche propose une explication rationnelle et refuse de croire à l'étrange



3. Les indices se multiplient, mais chacun reste explicable séparément



4. Le personnage doute peu à peu de sa mémoire ou de sa santé mentale



5. Un témoin affirme avoir vu la même chose, puis se rétracte



6. Le phénomène devient impossible à nier, sans jamais être totalement expliqué



## ÉTAPE 5

### L'obstacle ou la menace

*Qu'est-ce qui accentue le malaise et empêche le personnage d'agir sereinement ?*

-  1. Un proche nie tout et isole le personnage par son incrédulité.
-  2. Le lieu lui-même semble hostile : portes, couloir, escalier, fenêtre...
-  3. Un objet lié au phénomène devient obsédant ou inquiétant.
-  4. Un témoin affirme avoir vu quelque chose... puis se contredit.
-  5. La peur, la fatigue ou l'obsession du personnage deviennent son pire obstacle.
-  6. Le phénomène semble désormais menacer une personne chère.



## ÉTAPE 6

### La progression du trouble

*Comment l'étrange gagne-t-il peu à peu du terrain ?*

-  1. Les manifestations restent discrètes, mais reviennent toujours au même moment.
-  2. Le personnage change ses habitudes pour éviter le lieu ou l'objet inquiétant.
-  3. L'étrange touche d'autres sens : voix, odeur, froid, frisson, reflet...
-  4. Un autre personnage perçoit à son tour un indice troublant.
-  5. Les recherches menées pour comprendre aggravent l'angoisse et le doute.
-  6. Le phénomène envahit le quotidien et rend toute certitude impossible.



## ÉTAPE 7

# La résolution (ou l'absence de résolution)

*Comment l'histoire se conclut-elle ?  
Le doute est-il levé... ou renforcé ?*

-  1. Le personnage croit avoir trouvé une explication rationnelle... mais un dernier détail le fait douter.
-  2. L'étrange disparaît sans preuve : personne ne croit le personnage.
-  3. Une explication semble possible, sans jamais tout éclairer.
-  4. Le personnage choisit de se taire et garde son secret.
-  5. Le phénomène cesse... puis réapparaît dans un autre lieu ou chez une autre personne.
-  6. La fin reste ouverte : le lecteur hésite encore entre réel et surnaturel.



## LEXIQUE DU FANTASTIQUE



**Lieux** : appartement ancien, maison silencieuse, couloir, grenier, rue déserte, pensionnat, boutique d'antiquités...



**Phénomènes** : apparition, murmure, reflet, ombre, frisson, disparition, bruit étrange, porte qui grince...



**Sensations** : inquiétude, malaise, trouble, angoisse, vertige, stupeur, fascination...



**Verbes utiles** : sembler, paraître, distinguer, frémir, vaciller, guetter, surgir...



**Expressions du doute** : peut-être, on aurait dit, il me sembla, comme si, sans doute, pourtant...

## CONSEILS D'ÉCRITURE

- ★ Installez un cadre ordinaire avant l'irruption de l'étrange.
- ★ Entretenez l'hésitation : ne donnez pas tout de suite une explication.
- ★ Décrivez ce que le personnage voit, entend et ressent.
- ★ Utilisez le vocabulaire du doute et des perceptions.
- ★ Privilégiez un narrateur proche du personnage pour renforcer l'incertitude.
- ★ Soignez la chute : elle doit laisser une trace inquiétante.

