

Et si on jouait tous ensemble?

Les parents ont parfois du mal à trouver le temps ou l'envie de jouer avec leurs enfants. Les activités ludiques en famille ont pourtant des vertus irremplaçables. Quelques conseils pour se prendre au jeu.



FORGET Patrick/SAGAPHOTO

Jouer en famille, à des jeux de société par exemple, permet de tisser une relation de confiance durable avec son enfant.

«*Je n'aime pas jouer.* » Combien de fois Pascal Deru a entendu cet aveu dans la bouche de parents ou de grands-parents, entrés dans son magasin de jouets et de jeux de société « Casse-Noisettes », au centre de Bruxelles, pour acheter un cadeau d'anniversaire? Pour le sexagénaire, qui a confié l'an dernier les clés de sa boutique à deux jeunes femmes mais continue de dispenser formations et conférences, « *le don du jeu n'est pas automatique* ». Tout le monde, déplore-t-il, n'a pas eu la « *chance d'avoir partagé avec un père, une grand-mère ou un oncle ces moments de bonheur qui allument une petite flamme au fond de nous* ».

Trop souvent, le jeu, qui requiert de la part des adultes une certaine vigueur et disponibilité, passe au second plan. « *Les jeunes parents ne savent plus comment jouer avec leurs enfants parce qu'ils sont trop occupés. Ils ont l'impression de passer du temps avec eux parce qu'ils les emmènent faire des courses ou du sport, mais rares sont ceux qui prennent un quart d'heure par jour pour s'intéresser à l'activité principale de l'enfant: le jeu* », constate la ludologue Catherine Watine, directrice de la ludothèque « 1, 2, 3... Soleil » à Montreuil (Seine-Saint-Denis).

Si les parents se transforment volontiers en coach scolaire, ils rechignent à accorder une place à ce qui, à leurs yeux, « *ne sert à rien* » ou semble synonyme d'ennui. « *J'ai beaucoup de mal à me poser pour jouer avec mes enfants*, avoue Hélène, cadre commerciale et mère de deux garçons de 7 et 10 ans. *Je rentre fatiguée et je déteste les jeux de société.*

cela me rappelle les interminables Monopoly du dimanche après-midi ou les parties de dames avec mon frère, que je perdais systématiquement. » Résultat, tout en ayant « *l'impression de rater quelque chose* », elle se dérobe ou se défousse sur son mari.

« *L'idée même de jouer fait resurgir des sentiments anciens issus de nos expériences passées* », explique Catherine Dumonteil-Kremer, consultante familiale et éducatrice Montessori (1). Nos parents jouaient-ils avec nous? Était-il important de perdre ou de gagner? Avons-nous été humiliés ou accusés de tricher?... Répondre à ces questions aide à cerner ce qui nous freine.

Certains parents ont peur de ne pas être à la hauteur, de ne pas comprendre les règles ou peinent simplement à abandonner la posture sérieuse de l'adulte pour se mettre à quatre pattes dans le salon et faire parler des figurines. « *Quand on joue, on se met à nu*, analyse Catherine Watine. *Il faut accepter le risque de passer pour un imbécile. Face à un nouveau jeu, l'enfant est pragmatique, il se lance car il a l'habitude de comprendre en expérimentant, tandis que l'adulte ne veut pas être mis en difficulté.* »

Les spécialistes du jeu sont pourtant unanimes: refuser de jouer en famille, c'est se priver d'un formidable moyen de se connecter à son enfant, de tisser une relation de confiance durable et de remplir son réservoir affectif.

Pour Pascal Deru, c'est un « *cadeau* » qui permet de transmettre un message essentiel: « *Porter cette attention particulière à l'enfant, ce geste gratuit, c'est lui dire qu'il a du prix à nos yeux, et c'est le meilleur viatique pour le faire avancer dans la vie.* » Le jeu est aussi un formidable laboratoire où l'enfant peut faire des expériences sans danger: « *Si ma petite-fille triche dans un jeu, je commence par me réjouir intérieurement. À l'école, une sanction serait prévue, elle serait la cible des moqueries de ses camarades. Dans le cadre du jeu, on s'attaque à ce problème dans un climat de bienveillance.* »

Jouer offre à l'enfant un espace de transformation de sa personnalité. Dans les jeux coopératifs, passer des alliances avec ses partenaires, pour pouvoir construire une ville ou mener à bien un projet, initie des formes inédites de solidarité, d'échange, de confiance en soi et en l'autre... Des aptitudes que l'enfant pourra réutiliser par la suite.

Les jeux de société apprennent aussi à « *perdre en paix* », même si, pour certains, le processus est plus long que pour d'autres. Laisser gagner les mauvais perdants ne leur rend jamais service. Pour les 3-6 ans, on privilégiera les jeux de hasard qui donnent à chacun des chances égales de gagner, ou les jeux coopératifs qui permettent de partager la responsabilité de l'échec comme de la victoire; avant d'introduire, à dose homéopathique, à partir de 7-8 ans, des jeux de compétition qui développent des compétences stratégiques.

En famille, il est recommandé de varier les types de jeu pour permettre à chacun, à tour de rôle, de gagner: l'un est plus fort en visuel, l'autre en logique... Et pour faire son choix parmi les 900 boîtes qui sortent chaque année, rien ne remplace les conseils avisés des professionnels, notamment dans les ludothèques où l'on peut les tester et les emprunter. Car, souvent, les « *bons* » jeux ne sont pas ceux que le commerce ou la publicité télévisée mettent en avant.

Pascal Deru, qui recense sur son site des produits de qualité (2), plaide pour la création d'une école où les parents réapprendraient à jouer. « *Devant l'infiniment simple, ils n'ont pas d'idées. Pourtant, avec des briques de Lego, de planchettes de Kapla ou des cubes en bois, on crée des univers illimités. On n'en fait jamais le tour.* »

En marge des jouets du commerce, le quotidien regorge d'occasions ludiques. Pourquoi ne pas improviser un « *Ni oui ni non* » sur le chemin de l'école, un cache-cache lors d'une promenade en forêt? Catherine Dumonteil-Kremer invite à découvrir les bienfaits du « *jeu-écoute* ». Dans une chambre où il y a un grand lit, pendant un quart d'heure, on propose à l'enfant de jouer à ce qu'il souhaite. « *Très vite, ça va tourner au chahut* », explique-t-elle. Le but est de laisser l'enfant, pour une fois, prendre le dessus sur l'adulte. Quand il nous pousse, on fait semblant de tomber en poussant des cris de

bêtes blessées. Jouer la maladresse, faire le clown va déclencher le rire qui permet de relâcher les tensions accumulées dans la journée. « *On perd un peu de sa dignité mais, en ranimant notre âme d'enfant, on retrouve, nous aussi, cette joie de vivre qu'on avait laissée au placard.* »

LA PRATIQUE DU JEU EN FAMILLE SE DÉVELOPPE

Selon un sondage TNS Sofres réalisé en juillet 2012, les foyers consacraient près de trois heures par semaine à cette activité. Huit parents sur 10 affirment jouer au moins une fois par semaine avec leurs enfants. Si les jeux de société sont plébiscités à 79 %, les familles apprécient aussi les jeux de cartes (66 %), les jeux vidéo (60 %) et les jeux de plein air (51 %).

Selon les personnes interrogées, jouer en famille apporte de la joie (98 %), du plaisir (97 %) et un sentiment de proximité avec ses enfants (97 %). C'est une occasion privilégiée pour apprendre à mieux les connaître (94 %). Ce serait également un moyen de quitter son rôle habituel de parent (81 %), voire « d'être à nouveau un peu un enfant » (77 %).

L'Association des ludothèques françaises (ALF) organise le 30 mai la Fête mondiale du jeu. Les ludothécaires sortiront les jeux dans la rue, sur les places publiques et proposeront des animations gratuites.
Rens.: www.alf-ludotheques.org/evenements/fete-jeu.php

À lire: *Dites-moi à quoi il joue, je vous dirai comment il va*, de Sophie Marinopoulos, Éd. Poche Marabout, 181 p., 5,99 €. La psychologue y propose un « ludomètre » pour suivre l'évolution psychologique et émotionnelle de son enfant en le regardant jouer.

CÉCILE JAURÈS

(1) Auteur de «*Jouons ensemble... autrement*», Éd. La Plage, 160 p. 12,50 €.

(2) <http://pascaldery.com>. On trouve également des fiches critiques sur des centaines de jeux sur le site www.casse-noisettes.be

<http://www.la-croix.com/Famille/Parents-Enfants/Dossiers/Et-si-on-jouait-tous-ensemble-2015-05-12-1311703>

