

Le jeu libre

Le jeu libre, sans consigne, autogéré, spontané et dont le seul but est de prendre du plaisir vient à l'enfant dès son plus jeune âge : le tout-petit joue avec sa bouche, sa voix, son corps tout entier. C'est sa manière d'appréhender le monde, de le découvrir.

Cet éveil est soutenu et étayé par la présence ajustée, encourageante et bienveillante de l'adulte.

D'abord jouer avec son corps, puis petit à petit faire des constructions, jouer à « papa et maman », danser... Faire semblant revient pour l'enfant à mettre en scène sa vie réelle. Dans le jeu, il exprime ses émotions, ses ressentis, il y donne du sens : en quelque sorte il les apprivoise.

Retrouver du contrôle et développer l'empathie

Un enfant qui grandit est confronté à toute une série d'événements sur lesquels il n'a pas de prise : séparation, maladie, naissance d'un petit frère ou d'une petite sœur...mais aussi une dispute à l'école, une limite parentale...

En rejouant ces situations, l'enfant prend la maîtrise des choses qui lui échappent, décide de ce qui arrive.

En changeant de rôles au gré des jeux, l'enfant expérimente d'autres places, ressent d'autres émotions, vit les événements sous une perspective et des angles différents. Il explore par là la diversité émotionnelle, s'essaye dans différentes postures qui l'ouvrent à une vision plurielle du monde. Elles étoffent petit à petit sa capacité d'empathie et la reconnaissance de l'autre comme différent de lui.

Jouer en groupe ?

Tout petits, les enfants jouent seuls, puis peu à peu, les uns à côté des autres sans réelles interactions. En grandissant, ils commencent à construire des jeux ensemble. Ils imaginent des histoires, créent des espaces d'illusions communs dans lesquels ils se répartissent les rôles, suivent une trame...Pour que la magie du jeu opère, tous les joueurs doivent accepter l'espace de jeu imaginé ensemble.

Ces jeux collectifs permettent de se raconter encore et encore les événements vécus comme étant angoissants, ils agissent comme de véritables catharsis.

Les enfants y expriment leurs angoisses communes : la séparation, la violence, la mort...Ces peurs sont extériorisées, défoulées, métabolisées.

L'école, les plaines de vacances, les mouvements de jeunesse...constituent de véritables opportunités pour offrir aux enfants des espaces, du temps et des supports pour ces jeux libres. Ils y passent de nombreuses heures, y vivent des tas d'émotions. La présence d'adultes bienveillants et contenant est alors essentielle. Ils délimitent le cadre du jeu libre. Pour qu'il y

ait du jeu, on respecte l'autre dans son intégrité physique, émotionnelle, psychique, on crée un espace d'altérité dans lequel chacun se sent libre d'arrêter le jeu et on ne se met pas en danger...sinon ça n'est plus du jeu.

Hors-jeu?

Et quand les enfants jouent à tuer, au terroriste, à l'enlèvement, aux réfugiés... En tant qu'adulte, on est parfois tenté de tout arrêter, d'intervenir ou de porter un jugement moral. Or, il est important de laisser le jeu se dérouler. Car il constitue pour eux une tentative de remettre du sens sur des événements dont ils perçoivent la gravité mais qui dépassent souvent leur capacité d'intégration. C'est en jouant qu'ils assimilent petit à petit les événements, qu'ils les digèrent, cela les aide à mieux supporter leurs angoisses.

Si ces jeux se répètent, il sera parfois nécessaire de discuter avec les enfants (dans l'après-coup) de ces jeux, mais surtout des thèmes qui les traversent, de pouvoir comprendre ce qui les anime...

Combats d'épée, judo... les enfants aiment jouer à se battre. Cela apaise leurs sentiments de colère, de frustration, les sentiments de compétitivité... C'est une manière de se confronter, de transformer leurs élans agressifs, de les sublimer. L'adulte est garant de la frontière du jeu et du non-jeu ; si les rapports de force dépassent le jeu (pression d'un enfant sur l'autre...), alors on sort du jeu et il est nécessaire d'intervenir.

Et les adultes dans tout ça ?

Petits, les enfants ont besoin de la présence de l'adulte à proximité. Cette présence rassurante et respectueuse offre à l'enfant le cadre pour une plongée dans son monde imaginaire.

Parfois, l'adulte sera sollicité comme un partenaire, parfois comme spectateur ou support au jeu (en créant du matériel...), et à d'autres moments comme simple présence... à distance.

En grandissant, l'enfant a besoin de plus en plus de moments qui échappent aux regards des adultes pour être soi et jouer librement. Une « caverne » sous la couette, un coin du jardin, une cabane improvisée avec les draps, une simple feuille... délimitent l'espace où personne ne regarde ni n'entend ce qu'il fait. C'est uniquement à ce prix qu'il va pouvoir mettre et dire tout ce qu'il veut dans son jeu.

Les adultes sont les gardiens du temps et de l'espace : « Il te reste 5 minutes et puis on passe à table », «tu peux aller jusque-là, mais pas plus loin »...

L'adulte encourage le jeu en laissant des plages horaires pour ne rien faire, en limitant les écrans, en proposant des caisses de vêtements, de vieux objets délaissés qui vont donner envie à l'enfant de se mettre dans la peau d'un autre et de partir à l'aventure.

Jouer aide à grandir.