

Jouer pour grandir

Jouer est essentiel pour l'enfant. A travers le jeu, il se construit, découvre le monde, apprivoise ses peurs, apprend à vivre ensemble, à créer... Trop souvent perçu comme une activité « futile » par les adultes, le jeu est pourtant le terreau de la croissance de l'enfant. C'est à travers lui qu'il grandit.

L'enfant joue partout : à la maison, à l'école ou dans les transports. Jeux de coucou beuh, de faire semblant, de construction, de ballon, de société... tous les jeux sont bénéfiques. Chacun d'eux offre des opportunités d'apprendre, de prendre du plaisir, de mettre le quotidien entre parenthèses.

Tout petit déjà, il joue : avec son corps, les sons de la voix et les mimiques de ses proches, et tous les objets qu'il découvre dans son environnement comme par exemple un bout de ficelle, une cuillère ou une boîte en plastique. Le jeu soutient sans qu'il n'y paraisse son développement, lui permet de comprendre son environnement. A travers les jeux de coucou beuh, de 'jeter-ramasser' ou de cache-cache, il apprend que les objets et les gens qu'il aime existent en dehors de son regard.

Au fur et à mesure qu'il grandit, les jeux se complexifient, se diversifient mais conservent toute leur importance. Jouer est un signe de bonne santé psychique.

« Empiler, emboîter,... »

Les jeux de construction, de déconstruction, de manipulation sont d'excellents moyens d'expérimenter des concepts abstraits : la vitesse, la taille, le vide... Ils permettent également d'apprendre à gérer les échecs : on construit, ça casse, on recommence. Lorsque l'enfant parvient à relever les défis qu'il s'est fixés (par exemple faire une tour avec tous les cubes), il se sent fier et développe sa confiance en lui.

« On disait que... »

Les jeux de faire semblant comme jouer à l'école, à papa et maman permettent à l'enfant de construire son monde émotionnel. Au quotidien ou face à des événements difficiles, le jeu lui permet de se libérer des tensions intérieures. En jouant, il extériorise ses émotions, son vécu (colère, frustration, agressivité, angoisses...) et met en scène les grandes questions qui le préoccupent (comme la mort, la perte, les disputes). En devenant tour à tour le parent, l'instituteur, le méchant... il s'offre une parenthèse pour reprendre du contrôle sur ce qui lui échappe dans la vie réelle.

Et peu importe que le scénario soit imaginaire, romancé, rejoué encore et encore. S'il ne contraint pas l'autre ni ne le blesse, l'enfant peut tout faire dans le jeu.

Quand il joue à être quelqu'un d'autre, il multiplie ses visions du monde, il développe son empathie, apprend à communiquer, à être en relation. C'est une jolie manière de vivre des expériences qui ne sont pas possibles dans le réel : être un garçon et porter un bébé, être dresseur de dragons, reine... S'inventer vétérinaire, professeur ou pompier donne l'élan de grandir.

Rien de plus gai que de partager ces jeux-là avec les copains. Pour se sentir libres d'exprimer ce qu'ils vivent, les enfants ont besoin d'intimité, de pouvoir se soustraire au regard des adultes. Rien ne vaut un petit coin de cour sans surveillance, ou une petite expédition jusqu'au parc sans adulte pour goûter à un moment de liberté pour inventer, créer....

« Et si jouait une partie tous ensemble ? »

Jouer aux cartes ou aux jeux de société permet de découvrir les autres sous un autre jour. Papa d'ordinaire si sérieux se révèle tout à coup malicieux, la petite voisine si agitée se pose le temps d'une partie...

En jouant, on crée de nouvelles interactions sociales, les rôles habituels sont bousculés : papa et maman sortent momentanément de leur rôle de parent pour devenir de simples joueurs, le petit frère endosse les responsabilités du banquier... En jouant on met de côté les tensions quotidiennes, l'agitation pour partager un moment de plaisir. Quand on perd, pas de mauvaises notes. Une façon plus douce de se confronter à l'échec et à la frustration.

L'enfant apprend qu'il existe des règles et qu'elles doivent être respectées pour faire perdurer le plaisir du jeu et du moment partagé. Si on enfreint les règles que l'on a fixées ensemble, alors la magie du jeu disparaît.

Qui dit jouer dit aussi négocier les règles, marchander, connaître les limites à ne pas dépasser... et pourquoi ne pas tricher, juste un tout petit peu ?

Jouer est essentiel au développement de l'enfant. A tout âge, cette activité est une occasion de partager des moments de plaisir, d'échanger, de rire... En jouant, chacun développe ses capacités cognitives, sociales et affectives.
Jouer, ça fait grandir.