

Jouer pour se développer

*Tous les enfants jouent, quelles que soient les conditions environnantes.
Que ce soit la guerre, la misère, la faim ou l'abondance, nos enfants jouent.
Ils se saisissent de chaque lambeau d'occasion de jouer qui passe à leur portée¹.*

Par Annick Faniel

Mots-clés : santé / bien-être, environnement / écologie

Il n'est pas rare d'entendre un enfant réclamer la possibilité de jouer, à l'école, lors d'un stage, ou même à la maison... « La madame nous a laissés jouer » dit une petite fille de quatre ans qui revient de son stage de danse. Une autre enfant en pleurs témoigne du peu de temps dont elle dispose pour jouer maintenant qu'elle est à l'école primaire. Jouer. Comme le souligne la citation en exergue, tous les enfants jouent, ils aiment jouer et ils en ont besoin. Mais qu'est-ce que cela représente réellement?

En vue de mieux le comprendre, il nous semble intéressant de questionner les représentations qui sont souvent véhiculées quand on parle du jeu. Aujourd'hui encore, le verbe jouer tend à se résumer à son étymologie latine première qui est « s'amuser, folâtrer; plaisanter, badiner ». De manière générale, dans notre société de production, jouer est souvent associé à une perte de temps, de l'oisiveté et est considéré comme « non sérieux », voire inutile. Une distinction entre le jeu et l'activité est par conséquent souvent opérée par les adultes² (parents ou professionnels) : « dans certains milieux d'accueil, il est habituel pour le professionnel, pendant les transmissions d'informations à propos de chaque enfant, de raconter s'il a bien joué et s'il a « fait » des activités ». Cette distinction introduit d'emblée une hiérarchie entre les deux situations. Le verbe « jouer » renvoie aux jouets, aux comportements spontanés, aux interactions entre enfants. De ce fait, les parents pensent que leur enfant a joué à la crèche comme il peut jouer à la maison. Ils y voient juste un signe de bonne santé et de bonne adaptation au mode d'accueil. L'expression « faire une activité » a un écho différent dans les familles, car elle renvoie aux notions de projet, d'objectif, de résultat, de progression. Un autre mot utilisé pour nommer les activités, « atelier », a un sens voisin, puisqu'il renvoie au lieu dans lequel les tâches sont effectuées³ ».

¹ STERN, André, 2017. *Jouer. Faisons confiance à nos enfants*, Actes Sud, p.21.

² LEVINE, Fabienne-Agnès, 2018. « Faut-il proposer des activités aux jeunes enfants ? ». In : *Les pros de la petite enfance* [en ligne]. 17 mars 2018. [Consulté le 5 janvier 2022]. Disponible à l'adresse :

https://lesprosdela petiteenfance.fr/bebes-enfants/psycho-pedagogie/faut-il-proposer-des-activites-aux-jeunes-enfants?fbclid=IwAR2G-iR5Vyu7V73bjwEBgi3AORAXFTiGOUqpWN_BjG3YAimW-k4sBJs6dEg

³ LEVINE, 2018.

Pourtant, comme le rappelle Jean Epstein⁴, « le jeu n'est pas le jouet ! Un enfant joue sa vie : ses plaisirs, ses peurs, sa vie sociale, etc., c'est son boulot ! ». « Le jeu n'est pas structuré, il est spontané, il est partout » nous indique Jean-Michel Bocquet⁵. Jouer est donc essentiel à l'enfant et plus globalement à l'être humain, dès son plus jeune âge. Mais pour quelles raisons ?

De la dépendance à la découverte : jouer, jouer, jouer !

Dès sa naissance, l'être humain est un être social interdépendant. Cela signifie qu'une fois venu au monde, le nourrisson est dans un état d'imaturité qui le place en dépendance sociale. L'enfant grandit et se développe donc dans les interactions précoces⁶ et une présence de qualité⁷, inévitables à sa survie. Il s'appuie sur l'adulte pour apprendre, comme l'explique Ghislaine Dehaene⁸, pédiatre et directrice de recherche au CNRS ; il bénéficie des connaissances que l'adulte a déjà acquises. Il apprend dans et par la relation ; les petits savent qu'ils sont enseignés et les adultes enseignent à leurs petits.

Par ailleurs, les recherches en psychologie du développement et en neurosciences montrent globalement que les enfants possèdent dès leur naissance des connaissances qui guident les acquisitions futures en sélectionnant dans l'environnement les éléments qui leur permettent d'activer et de spécifier ces connaissances *a priori*⁹. Ces dernières viendraient de l'évolution humaine et permettraient au cerveau de l'enfant d'être, en quelque sorte, « précablé », prêt à traiter de l'information, même mathématique, logique ou relevant des lois de la physique, pour s'adapter à l'environnement.

Ces prédispositions fournissent au petit humain des aptitudes nécessaires à sa survie et son développement. On sait donc aujourd'hui que le bébé est loin d'être passif, il s'inscrit dans son environnement et en est acteur. A ce titre, il appréhende le monde à travers ses expérimentations, à travers le jeu. « L'enfant qui joue découvre ses capacités à faire et à être, s'adapte à son environnement, s'ouvre aux autres, appréhende l'espace, le temps, et se prépare ainsi doucement à sa vie future. Si l'enfant crée des activités ludiques, c'est pour comprendre le monde et y vivre sereinement¹⁰ ». Le verbe jouer, dans le sens de « expérimenter » peut donc se conjuguer avec la venue au monde et va accompagner l'individu tout au long de sa vie.

⁴ Jean Epstein est psychosociologue spécialiste de la petite enfance. Cofondateur du GRAPE (Groupe de Recherche et d'Action Petite Enfance). [Consultée le 29 novembre 2022]. Disponible à l'adresse :

<https://www.yapaka.be/auteur/jean-epstein>

⁵ Jean-Michel Bocquet est chargé de cours à l'université Paris-Nord Sorbonne en sciences de l'éducation.

⁶ ACHEROY, Christine, 2021. « Naitre humain, naitre aux liens ». CERE asbl [en ligne]. Septembre 2021. [Consultée le 29 novembre 2022]. Disponible à l'adresse :

<https://www.cere-asbl.be/publications/naitre-humain-naitre-aux-liens/>.

⁷ Information extraite de la capsule « Grandir avec les écrans », de l'Action Innocence Suisse. [Consultée le 29 novembre 2022]. Disponible à l'adresse :

<https://www.youtube.com/watch?v=YPud1J-JWZQ>

⁸ Ghislaine Dehaene est également directrice du laboratoire de Neuroimagerie du développement, Inserm-CEA.

⁹ Elizabeth Spelke, spécialiste américaine de la psychologie cognitive, et Normand Baillargeon, enseignant et universitaire canadien, Professeur en Sciences de l'éducation, sont les porteurs de ces recherches et théories.

¹⁰ MARINOPOULOS, Sophie, 2017. *Jouer pour grandir*. Temps d'Arrêt, Yapaka.be [en ligne]. Octobre 2017. [Consulté le 29 novembre 2022]. Disponible à l'adresse :

<https://www.yapaka.be/sites/yapaka.be/files/publication/60-jouer-marinopoulos-2017-web.pdf>

Jouer pour apprendre et apprivoiser le réel

Mû par sa curiosité, l'enfant observe, scrute, fouille, examine, cherche, teste.... Son cerveau lui envoie de la dopamine, ce qui lui donne du plaisir et favorise ses recherches. Josette Serres¹¹ affirme que le jeu est un concept d'adulte, précisant par-là que l'enfant ne joue pas mais qu'il explore, cherche à comprendre et effectue ce travail très sérieusement, même s'il le fait avec beaucoup de plaisir et d'émerveillement face à ce monde nouveau pour lui.

Le jeu est donc la base de la construction des connaissances pour accéder à une représentation cohérente du monde, mais aussi à pouvoir appréhender, supporter, apprivoiser le réel. Lorsque l'enfant s'interroge sur les lois qui régissent son environnement, il procède en petit scientifique, par hypothèses et expérimentations pour validation. « Le fait de jouer est sérieux, c'est une activité de santé qui engage son équilibre et à laquelle il se consacre entièrement pendant les premières années de sa vie¹² ». En ce sens, jouer constitue un besoin aussi important que boire, respirer ou manger.

A travers le jeu, c'est-à-dire ses explorations, ses tests, l'enfant apprend. Outre sa compréhension du monde, ce travail participe fondamentalement à son développement personnel, relationnel, affectif, sensuel mais aussi cognitif. Prenons l'exemple de deux enfants qui « jouent au docteur ». Outre le fait de produire de l'amusement, ce jeu permet aux enfants d'effectuer un tas d'apprentissages : ceux de l'altérité et du consentement dans la relation à l'autre (est-ce que je peux te toucher ? Où puis-je te toucher ? De quelle manière ?), du « prendre soin » (je te soigne avec de la crème, un onguent...), de la découverte des matières (la texture de la peau, le chaud, le froid, le tissu, le bois...), de la diversité et de la différence (tu es chatouilleux là et pas moi, tu aimes quand je fais ceci ou cela, (pas) comme moi...). Chaque moment de jeu représente dès lors une mine de découvertes, d'informations et d'acquisitions pour l'enfant.

De manière générale, « jouer contribue à une société plus humaine¹³ » explique la psychologue Kathy Hirsh-Pasek. « Quand on joue, on se préoccupe des souhaits des autres. On distribue les rôles, et en apprenant à donner et à prendre, on apprend les règles nécessaires pour prendre part ensuite à la société civile et démocratique¹⁴ ». Ainsi, lorsque les enfants jouent les uns avec les autres, ils pratiquent les compétences sociales et les valeurs fondamentales de leur vie. Par essence, dans les jeux sociaux (c'est-à-dire des jeux où il y a plus d'un joueur), on coopère, on est attentif aux besoins d'autrui, on prend des décisions au consensus. Notons au passage que les jeux à caractère sexuel ou mettant en scène la sexualité ont donc la même fonction que les autres jeux : mettre en scène des préoccupations intérieures et tenter d'élaborer ou d'intégrer des événements extérieurs vécus, observés ou entendus. De plus, le caractère sexuel d'un jeu est à appréhender du point de vue de l'enfant et de son niveau de développement et non de notre point de vue d'adulte.

A travers ses recherches, Stuart Brown¹⁵ démontre que le jeu impliquant l'activité physique tend à rendre l'être humain plus intelligent, plus courageux, voire plus gentil. Il constate un langage

¹¹ Josette Serres est docteure en psychologie du développement, d'abord chercheuse au CNRS sur le développement cognitif du tout-petit, puis formatrice petite enfance sur le terrain.

¹² MARINOPOULOS, 2017.

¹³ Extrait de l'interview dans le cadre du documentaire « Le pouvoir du jeu ». [Consulté le 29 novembre 2022]. Disponible à l'adresse :

<https://www.arte.tv/fr/videos/109934-000-A/le-pouvoir-du-jeu/>

¹⁴ *Ibidem*

¹⁵ Stuart Brown est un pionnier dans la recherche sur le jeu. Voir [Consulté le 29 novembre 2022]:

https://www.ted.com/talks/stuart_brown_play_is_more_than_just_fun?language=fr

corporel différent selon qu'on est dans le jeu ou le combat. Le jeu se fait sans aucune domination de part et d'autre. Il profite à notre corps et à notre esprit. *A contrario*, les enfants privés de jeu ne vivent pas le genre d'expérience qui les préparent à naviguer efficacement dans le monde imprévisible des adultes. Et lorsque la fréquence de jeu diminue, Stuart Brown observe une augmentation de la fréquence de psychopathologies ou de dépressions, que ce soit chez l'enfant ou l'adulte. Il cite à ce propos Brian Sutton-Smith, théoricien du jeu : « Le contraire du jeu n'est pas le travail, c'est la dépression ». Selon lui, jouer rend plus compétent, plus solide, pour affronter ensuite la vie réelle ; ça favorise la sécurité affective et ça développe des compétences qui feront de l'individu un adulte plus serein et plus fort.

Le jeu libre et la prise de risque

Chaque enfant est singulier dans la manière d'aller à la rencontre du monde et de le comprendre et en ce sens, il va construire sa propre expérience de la vie. Jouer est la seule interface entre le monde imaginaire et le monde réel. Ainsi, les enfants peuvent par exemple parfois attribuer une existence à des objets, parfois différente de ce pourquoi ils sont conçus à la base, ils peuvent en faire leur sujet de jeu, selon l'inspiration. Non seulement les enfants s'adaptent au monde, mais ils le façonnent à leur mesure. Avec le jeu dit libre, qui a lieu lorsqu'un enfant choisit lui-même à quoi il joue, avec qui, avec quoi et comment, l'enfant choisit, invente et organise ses jeux selon ses préférences et ses champs d'intérêt. Il suit alors ses idées sans avoir un objectif ou un résultat précis en vue ni aucune contrainte de temps¹⁶. C'est la singularité, la diversité, la différence, c'est être capable de supporter que des enfants ne grandissent pas de la même manière. Le jeu libre est toujours adapté au rythme de l'enfant dans son individualité.

Si de surcroît le jeu est risqué, il offre à l'enfant de l'incertitude, un rapport au danger¹⁷. Par ses recherches et projets avec la participation des enfants, en jouant à l'extérieur avec eux, Ellen Beate Hansen Sandseter, professeure du QMUC en Norvège, a pu mieux comprendre l'approche du monde par les enfants, car souvent, dit-elle, ce sont les points de vue des adultes qui sont évoqués. Elle relève ainsi cinq caractéristiques et éléments propres au jeu dit risqué : le feu, la vitesse, des outils dangereux, une exploration solitaire et la hauteur (« les enfants vont spontanément grimper et n'ont pas peur de la hauteur¹⁸ »). Les enfants ont pu exprimer leurs sensations physiques – « ça patouille dans mon ventre, mon cœur fait boum boum boum... Ils ont pu parler de leur peur...¹⁹ » et les constats sont les suivants : le jeu libre et risqué permet à l'enfant d'appivoiser sa peur, de domestiquer la hauteur. Il apprend à évaluer ses capacités et ses limites, à développer son jugement et sa prise de décision, à surmonter ses peurs, à développer sa capacité à s'autoprotéger et à développer sa confiance en lui.

Ce développement souligne à quel point le jeu fait partie intégrante de la vie de l'être humain dès sa naissance, qu'il lui est utile et nécessaire pour évoluer dans le monde. Nous avons pu voir que le jeu touche à toutes les sphères du développement : motrice, affective, sociale, cognitive, langagière... A

¹⁶ POINT, Mathieu, 2021. « Le jeu libre ». In : *Naître et grandir* [en ligne]. Octobre 2021. [Consulté le 29 novembre 2022]. Disponible à l'adresse :

https://naitreetgrandir.com/fr/etape/1_3_ans/jeux/fiche.aspx?doc=bg-naitre-grandir-jeu-libre

¹⁷ Voir à ce propos : FANIEL, Annick, 2017. « De l'importance de la prise de risque dans l'éducation et le développement moteur de l'enfant ». CERE asbl [en ligne]. Janvier 2017. [Consulté le 29 novembre 2022]. Disponible à l'adresse : <https://www.cere-asbl.be/publications/prise-de-risque-education-enfant/>

¹⁸ Extrait d'interview d'Ellen Beate Hansen Sandseter, dans le documentaire « Le pouvoir du jeu ».

¹⁹ *Ibidem*

travers le jeu, l'enfant peut réfléchir, apporter des solutions à un problème, apprendre à s'exprimer, à communiquer, à développer ses habiletés sociales et motrices. Par conséquent, lorsqu'un enfant joue, il se développe dans toute sa globalité. Voilà pourquoi les enfants ont raison de réclamer du temps pour jouer : c'est une activité qui leur est vitale pour leurs apprentissages.



Avec le soutien de la Fédération Wallonie-Bruxelles