

FICHE TECHNIQUE OUTIL

Jouer en famille autrement

Public : Parents, professionnels intervenants auprès des familles. A utiliser en famille, dans des groupes de parents.

Objectifs et apports du jeu : (voir schéma plus bas pour plus de détails)

Inviter la joie, donner envie d'être ensemble, mettre du fun au quotidien.

Créer du lien, sortir des impasses relationnelles, souder la famille, donner de l'attention et lâcher les tensions.

Expérimenter les règles et les limites dans un cadre ponctuel, choisi et égalitaire adultes/enfants.

Descriptif:

Comment avez-vous vécu ce moment de jeu ? (question posée aux participants après avoir joué à un jeu coopératif pendant l'atelier). Voilà sous forme synthétique les mots clés évoqués :

Rire, confiance, coopération, plaisant, amusant, stimulant, énergie, interaction, créer du lien, proximité physique (alors même que nous ne nous connaissions pas ou très peu), atteindre un objectif, dynamique, volontaire, douceur.

Jouer peut apporter tout cela. Et nous pouvons facilement imaginer que chacun aimerait pouvoir parler de sa vie de famille de cette manière. En somme une belle invitation à jouer en famille ! Jouer avec les enfants est une activité considérée la plupart du temps comme futile, optionnelle, inutile, voir une perte de temps au vue de toutes les tâches à accomplir au quotidien. D'autant plus si les adultes de notre entourage jouaient peu avec nous enfant, si nous avons eu de mauvaises expériences ou si le jeu ce n'est pas « notre truc ».

Testons le jeu et sentons à quel point il est un carburant relationnel et une belle source de joie.

PARENTS

Comment fédérer des joueurs et donner envie ?

Importance de ces quelques règles :

- Règles décidées au début de la partie (y compris si on décide de les changer en cours de partie, ceci est déjà une règle et on se met d'accord avant de commencer)
- Le plaisir de jouer : on joue uniquement si on en a envie, pas d'obligation. Et on n'hésite pas à partager son enthousiasme, c'est contagieux.
- Ambiance: on peut prévoir une bonne boisson, de la nourriture à grignoter. C'est convivial. On joue et on prend plaisir. Parfois l'envie de jouer est moyennement là et puis « pourquoi pas, ça me donne envie avec tes chips ».
- La disponibilité : être vraiment là, que là, dans la présence à l'autre. Offrir un temps gratuit et plein (qui peut être d'une minute parfois, et on est là ce temps-là. Quel cadeau!).
- Bienveillance : on ne se fait pas mal physiquement et avec les mots.

Voici maintenant quelques descriptifs de jeux abordés par les participants de l'atelier et leur utilité. Finalement nous en connaissons bien plus que ce que l'on imagine!

Les incontournables, souvenirs de notre enfance, et des plus récents

Jeux de cartes :

7 familles, Président (ou « trou du cul », c'est rigolo d'entendre papa dire le nom du jeu), mistigri-Mistigribouille, Bata Wouaf (la bataille revisitée, dès 4/5 ans, version chien, existe aussi en version poissons etc...), memory.

Kikériki (association COLOR) /contact@associationcolor.fr, trouver l'autre animal on l'imite! On peut également utilisé les cartes animaux« mémory » ou le jeu Brouhaha)

Jeux avec les mots:

Le petit bac, Charades, Devinettes, Monsieur et madame.

Jeux libres

Etre là où l'on est, dans la pelouse du jardin, dans le parc, dans le salon et laisser venir. Avec ou sans supports (bout de bois, trésor de la forêt ou du parc comme des pommes de pins, des cailloux etc.)

Jeux d'imitation

Dinette, bricolage.

Jeux d'animation (on peut créer une ambiance, jouer un rôle) Loup garou, Time's up, devine tête.



Les classiques

Loup, cache-cache, Colin Maillard (en plusieurs versions : 3 yeux bandés, 3 les pieds attachés, 1 qui donne les indications à celui qui a les yeux bandés pour se rendre à un endroit)

Jeux fait pendant les fêtes de famille, mariages.

Découvrir les métiers à travers les mîmes. Pourquoi pas lors d'une grande cousinade. Petits et grands jouent et rigolent pour deviner le métier de tatie.

Jeux de pistes, indices à trouver.

Concours de grimaces!

Jeux coopératifs à jouer en famille

Par exemple Villa Paletti (jeu de plateau), la chaise musicale coopérative (parfait pour surprendre à noël avec les cousins ou au mariage de tonton).

Pour les ados?

Beaucoup des jeux cités plus haut. C'est rigolo de rejouer à 1,2,3 soleil en famille ou tout à coup de voir maman faire la grosse ours maladroite s'approcher pour un câlin .

Las Vegas: un jeu d'argent beaucoup apprécié des jeunes. Le but : gagner de l'argent = préoccupation très importante pour la plupart d'entre eux. On s'intéresse à ce qui les intéresse…en jouant. C'est mettre de la légèreté sur un thème qui peut parfois être à l'origine de certaines tensions.

Jeux vidéo : vous n'y connaissez rien, cela ne vous intéresse pas, voir vous inquiète ? Il/elle sera ravie de vous montrer…et de rire devant votre maladresse. Début de complicité éventuel pour un sujet délicat parfois.



Gérer les émotions au quotidien :

Rituels, jeux rigolos et très simples à jouer dans les files d'attentes, pour se brosser les dents, etc, appréciés par les plus petits comme les plus grands.

Touche couleur (un dit une couleur, les autres vont la toucher autour d'eux, sur les habits, les objets etc.).

Rapporte objet (un dit une forme, les autres doivent lui rapporter un objet rond, carré, piquant, rugueux, rectangle etc.)

Ça chauffe (on pense à un objet autour de nous ou on en cache un, l'enfant essaye de le trouver. Plus il s'approche plus il chauffe, plus il s'en éloigne, plus il fait froid)

Je vois.... (Le premier qui trouve à gagner. En voiture, dans la cuisine par exemple).

Dessiner son émotion forte du moment, s'amuser à les vivre quand c'ets plus serein émotionelment et en rajouter.

Faire le clown! En faire des tonnes pour donner une consignes, s'effondrer par terre face à un refus, etc.

Jouer avec des cartes émotions/ besoin pour aider à prendre conscience et nommer ce qui nous traverse. Avant « la crise », en racontant une histoire par exemple et identifier les cartes correspondantes, revenir sur un évènement etc.

Rituel du petit train pour aller se coucher, se laver les mains, de la famille éléphant (on y va tous, les un derrière les autres,

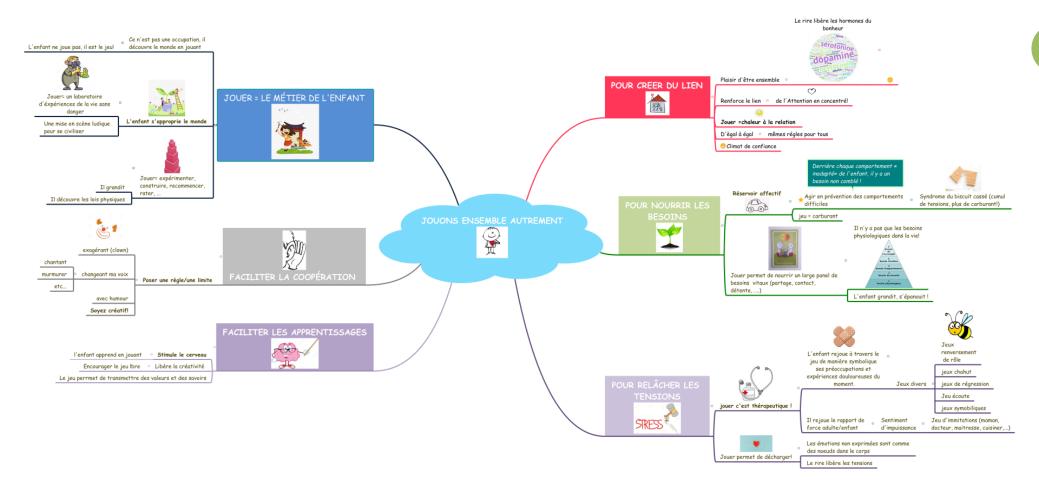
Chanter: avant de manger pour remercier et se rendre disponible, pour des consignes, calmer, gagner l'attention, évacuer une colère (version métal, rock ou valse, décharge et rires garantis!).

Le jeu comme support à la parole : par exemple faire un puzzle ensemble. (adulte/parent, enfant/parent/professionnel)



Atouts, intérêts et utilisation

Schéma de Claudia Mallet, www.associationcolor.fr et www.ateliercom-unique.com





Limites

Schéma de Claudia Mallet, www.associationcolor.fr et www.ateliercom-unique.com



- accueillir l'émotion /le ressenti de l'enfant « Je comprends tu es agacé, tu avais vraiment envie de gagner! »
- offrir la possibilité de gagner, questionner: le jeu est il adapté à l'âge de l'enfant? Rester authentique dans le jeu, éviter de perdre exprès cela n'aide pas l'enfant. Jouer plutôt a des jeux de hasard, de mémoire ou bien adaptez la règle pour que cela reste équitable.
- témoigner "la dernière fois, tu as gagné te souviens tu ?...."
- proposer des jeux coopératifs, donner une autre expérience du jeu autre que compétitive
- donner l'exemple, comment réagissez vous quand vous perdez?
- et surtout il faut redéfinir la victoire! c'est quoi le plus important gagner ou le temps que nous avons partagé? Demander qui a gagner et qui a perdu ne sert souvent qu'a renforcer la frustration. Je propose de questionner sur ce qu'ils ont apprécié ou pas dans le jeu? ou leur stratégie , etc..

PARENTS

Pour aller plus loin:

- Aletha SOLTER : Développer le lien parent-enfant par le jeu
- Lawrence COHEN: Qui veut jouer avec moi?
- Pascal DERU : Le jeu vous va si bien et Merci le jeu ! et 64 jeux d'écoute, de confiance et de coopération.
- Catherine DUMONTEIL-KREMER: Jouons ensemble autrement
- Françoise KAISER: Les jeux de parachutes pour les groupes de 6 à 30 enfants.
- François PAUL-CAVALIER: Jeux de coopération pour les formateurs : 70 Jeux pour développer l'esprit d'équipe.
- Université de la Paix: Jeux coopératifs pour bâtir la paix.
- Magazine Non Violence Actualité: N°334 « Favoriser la coopération par le jeu » Mai/ Juin 2014.
- Ressources gratuites sur internet : Campagne Jeu t'aime sur le site belge http://www.yapaka.be/campagne/la-campagne-jeu-taime
- Jeux Kikériki et cartes émotions/besoins, animations d'ateliers autour du jeu et de la parentalité dans le Grand Est : Mélanie Pinot et Claudia Mallet de l'association Color et Ateliers Com'Unique (www.associationcolor.fr, www.ateliercom-unique.com).