



dépendant des autres, apprend tout au long de la journée, mais avec beaucoup d'interdits. 'Non, ne touche pas à ça', 'ne tire pas les cheveux de maman' ou 'non, il ne faut pas peindre sur les murs'... Il intègre le fonctionnement social, en étant frustré. À chaque fois qu'il a une bonne idée, on le réfrène. Le jeu va lui permettre de transformer son environnement à sa manière et, ainsi, se libérer de ses émotions, notamment la colère. Son imaginaire va lui permettre de s'exprimer", explique-t-elle. C'est pour cela que l'on entend souvent nos enfants répéter, en jouant, des phrases qu'on leur a martelées toute la journée. L'autre fonction importante concerne la séparation avec les parents. "Le bébé découvre tout avec sa bouche, on dit qu'il goûte le monde. Progressivement, il renchérit la psychologue. Je joue, donc je pense, donc je suis..."

Les parents qui n'aiment pas jouer avec leurs enfants sont-ils donc des monstres au cœur de pierre ? Pour Francine Ferland, ergothérapeute, professeur émérite à l'université de Montréal et auteur du livre *Et si on jouait ?* (Éditions de l'Hôpital Sainte-Justine, 2005), ils passent quand même à côté de quelque chose : "Jouer avec un enfant, c'est l'occasion de le voir évoluer. Cela lui donne de l'importance, et une meilleure estime de lui-même. Et surtout, il voit son père ou sa mère prendre du plaisir, alors qu'il a plutôt tendance à entendre des ordres de sa bouche. L'interaction entre les deux devient riche, crée une complicité et l'atmosphère familiale est plus détendue." Florence Millot de nuancer : "Ce n'est pas si grâce de ne pas aimer jouer avec ses enfants. Depuis la nuit des temps, ils ont l'habitude de jouer seuls, sans que cela les traumatise." Mais la culpabilité, sentiment préféré des parents depuis la nuit des temps, voudrait que l'on se force à jouer avec nos chères têtes blondes/brunes/rouquines/châtains. Surtout pas ! Ni se forcer ni culpabiliser. Pourtant, certaines le font. Éva notamment : "De temps en temps, mais ça me coûte. Je me fais chier, je m'ennuie." Elvire aussi, quand sa fille avait entre deux et trois ans, jusqu'à ce que quelqu'un lui dise qu'elle n'était "pas obligée". "Ça m'a

ouvert les yeux. Mais, c'est toujours culpabilisant de dire à son enfant que maman a besoin de temps pour elle." Éva, de continuer : "Je culpabilise parce que j'ai l'impression de manquer des étapes et de les priver de certaines choses, mais leur père compense tellement (il adore jouer, NDLR). Je me repose sur lui."

Et pourtant, il n'est absolument pas nécessaire de s'auto-flageller dans ces cas-là, comme Élodie, mère d'Olivia, 10 ans, et Clémence, 4 ans. "Si je n'en ai pas envie, je sens que cela ne va pas être aussi fort que si j'y prends plaisir." S'obliger, non. Par contre, il faut tout de même être en interaction, échanger, partager des moments... D'ailleurs, toutes les mères interviewées pour cet article ont précisé que si elles n'aimaient pas jouer à des jeux imaginaires, elles proposaient de nombreuses autres activités à leur progéniture : cuisine, pâte à sel, sport pour les plus grands, pâte à modeler, beaucoup de lecture, visite de musées... "Peu importe la forme, du moment qu'on passe du temps ensemble, souligne la psychologue pour enfants Francine Ferland. Le parent doit s'écouter. Ce qui est important, c'est de transformer quelque chose qu'on aime. Certes, l'enfant ne va pas forcément tout retenir, mais il va s'attacher à l'intention." Un "mioche" est capable d'entendre que son père ou sa mère n'est pas capable, ou n'a pas envie, de jouer avec lui. C'est même encore mieux que de se forcer. Ce qu'un enfant n'aime pas, c'est être seul. Seule l'interaction prévaut. D'ailleurs, "souvent, quand on partage un moment avec son enfant, il a eu sa dose d'attention et ne fait pas de crise par la suite", souligne Francine Ferland.

#### Jouer à la maîtresse

"Je n'aime pas du tout jouer à la cuisine ou à la maîtresse avec mes filles. Dire 'vous voulez acheter quoi ?' ou entendre 'aujourd'hui, on va faire ceci ou cela' m'énerve. Puis, je trouve qu'elle en fait trop, elle en rajoute des tonnes, je perds vite patience. En fait, je trouve qu'il y a une forme de régression quand mon aînée fait la maîtresse et moi, l'élève. Les rôles sont inversés, tu n'as plus d'autorité, c'est dangereux. Même si aucune des deux n'a jamais dépassé les limites", raconte Élodie. Pourtant, aucun danger que la situation s'inverse ad vitam eternam. Au contraire, cette position dominante dans le jeu peut être bénéfique pour un enfant qui est jeu

**"Je n'aime pas jouer parce que je ne sais pas jouer. Je me dis parfois qu'il me manque cette petite case. Peut-être parce que je suis fille unique et que mes parents n'ont jamais joué avec moi."**

Daphnée

assuré. En fait, il inverse les rôles, du rôle passif d'enfant dans la vraie vie au rôle actif du jeu dans lequel il n'y a plus de limite. "Un parent qui n'aime pas ces jeux de rôles pourrait avoir une certaine vision de la relation parent-enfant, peut-être trop hiérarchique. Il veut garder le dessus ou a peur de le perdre. Quand on joue, on se met justement au même niveau que l'enfant. Ou alors il n'a pas tendance à se laisser aller et voudrait garder cette image de personne sérieuse, analyse Francine Ferland. Par ailleurs, "souvent, quand on partage un moment avec son enfant, il a eu sa dose d'attention et ne fait pas de crise par la suite", souligne Francine Ferland. Ça ne peut pas faire pas de mal. Peut-être que les parents qui n'aiment pas jouer avec leurs chérubins seraient devenus des adultes trop sérieux ? Même s'ils sont plutôt centrés sur leur progéniture, ils se focalisent sur des rythmes à respecter, des rites et des horaires, de peur de perturber le rythme des petits. "Or, personne n'a rien demandé. Ce n'est pas grâce s'il se couche une demi-heure plus tard et mange léger parce qu'il a joué un peu plus longtemps. Les parents d'aujourd'hui ont l'impression qu'être parent, c'est être sérieux, adulte, c'est-à-dire gérer les tâches ménagères, surveiller les devoirs... On a une image de ce qu'il faut être en tant que parent qui correspond à la société dans laquelle tout est normé", évoque Florence Millot. Francine Ferland parle



**"Jouer avec un enfant lui donne de l'importance, et une meilleure estime de lui-même. Il voit son père ou sa mère prendre du plaisir, alors qu'il a plutôt tendance à entendre des ordres de sa bouche..."**

Francine Ferland, ergothérapeute

de pressions sociales. Elvire confirme : "Je n'aime pas jouer avec ma fille parce que, pendant ce temps-là, je ne fais pas autre chose." "Il y a tellement de choses à faire dans la maison, donc quand les filles jouent, je fais autre chose", ajoute Élodie. "Alors qu'en inversant le processus, tous les soirs, on verra pour le reste, je crois que ça changerait beaucoup de choses", conseille Florence Millot. Paradoxalement, aujourd'hui, la société tout entière est revenue dans l'univers du jeu avec les déguisements, les écrans et les fameux jeux vidéo. "Les grands jouent aux mêmes jeux que les petits, smartphones, jeux vidéo, figurines... Les limites deviennent floues", ajoute-t-elle. L'évolution de la société entre alors en jeu. Certes, les anciennes générations ne jouaient pas avec leurs enfants, mais la société n'était pas la même, elle était plus sûre. Le noyau familial était plus soudé,

les grands-parents étaient plus présents. Alors qu'aujourd'hui, la mondialisation a favorisé l'éclatement de la famille, et la crise est passée par là. "À force de se retrouver seul, on se réfugie dans des trucs enfantins, exactement de la même manière que les enfants qui ne se sentent pas capables de jouer seuls. Entre les jeux vidéo et Candy Crush, c'est pareil", met en garde la psychologue. Avant cinq ou six ans, le jeu vidéo peut même être dangereux : "Si on l'introduit avant cet âge, avant que l'enfant passe par l'étape de construction de son monde intérieur, on se retrouve face à des enfants qui sont complètement dépendants et s'ennuient. Véritablement. Si j'enlève le jeu vidéo à quelques-uns de mes patients, ils ne pensent à rien. Littéralement. Le jeu vidéo devient alors leur monde intérieur." Ce qui n'est pas le cas pour les dessins animés, "qui sont définis dans le temps, avec un début et une fin".

