Le mirage des jeux de développement

Autor(en): **Bernheim, Patricia**

Objekttyp: **Article**

Zeitschrift: **Générations plus : bien vivre son âge**

Band (Jahr): **- (2010)**

Heft 10

PDF erstellt am: **29.05.2024**

Persistenter Link: https://doi.org/10.5169/seals-832045

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.
Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.
Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

http://www.e-periodica.ch

Le mirage des jeux de développement

Clarifier des défis personnels, vaincre l'anxiété, bref, s'épanouir en jouant: c'est ce que nous proposent les adeptes de cette nouvelle tendance. Un courant qui n'est toutefois pas sans danger.

En groupe, en couple comme en famille, une nouvelle tendance émerge. Adieu Scrabble, Monopoly et Trivial Pursuit, fini la compétition entre les joueurs, place aux jeux de développement personnel. Leur essor est récent, mais leur principe de base n'est pas nouveau. «Les jeux de cartes, du type *Cartes des anges* ou *Féminitude*, entrent dans une lignée de jeux plus anciens comme le tarot, dont les symboles sont marqués par la culture européenne, ou le Yi King, les oracles inspirés de la sagesse chinoise. Ils ont été mis au goût du jour et sont liés à une représentation du monde tel qu'il est aujourd'hui», note Anne Bourquin Büchi, psychologue et psychothérapeute à Lausanne.

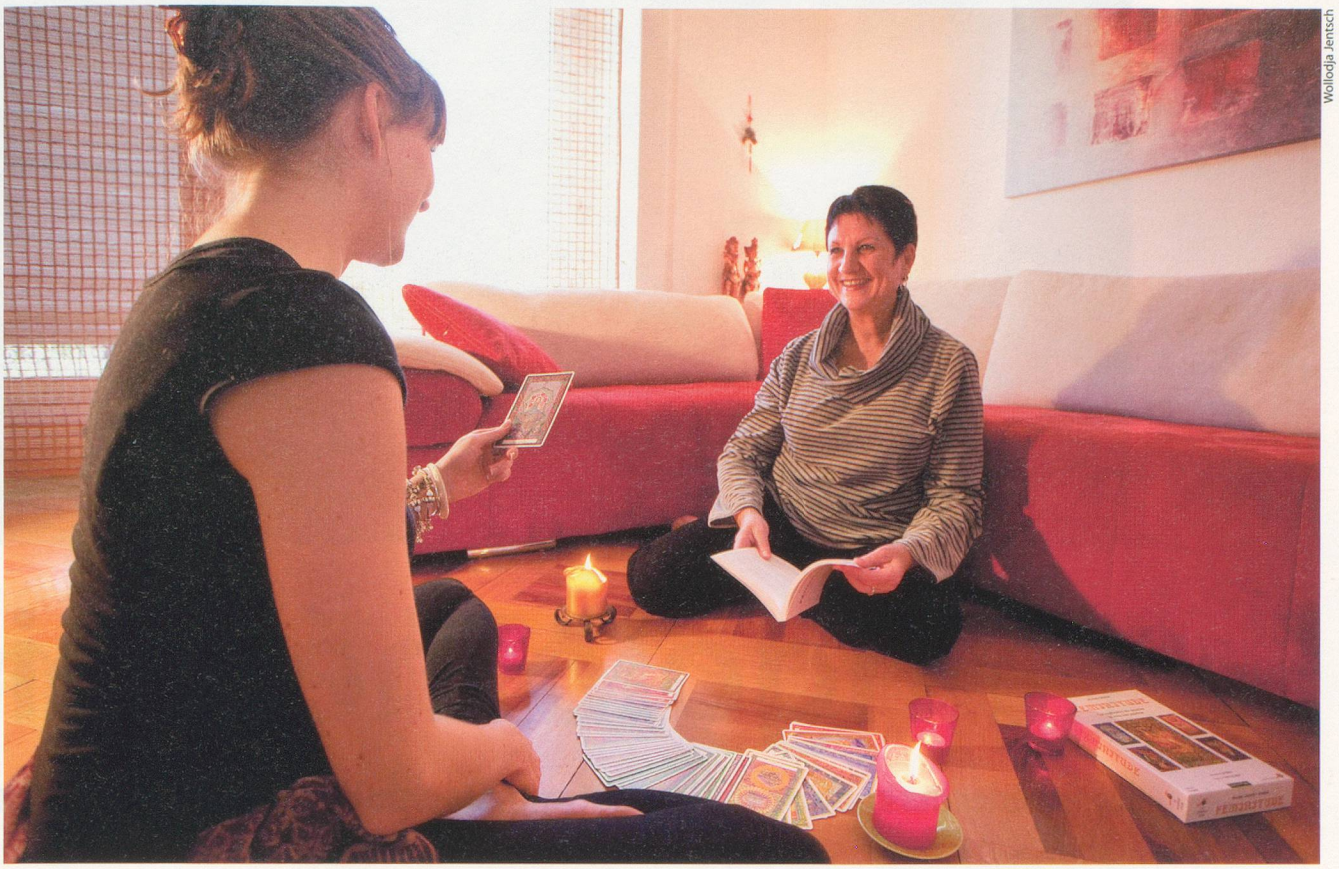
Si, depuis la nuit des temps, on pratique volontiers ce type de jeu, c'est parce que cela correspond à un besoin ancien de l'être humain, celui d'une pensée élaborée à partir d'un élément extérieur à soi et qui entre en résonance avec une question qu'on se pose. «On recourt aux jeux divinatoires parce qu'ils nous incitent à réfléchir autrement. Ce qui est intéressant, c'est qu'ils vont nous donner une autre vision des choses. Celle-ci existe déjà en nous, mais on ne la voit pas parce qu'on a le nez dans le guidon. Ils peuvent donc avoir une certaine utilité et induire un réel soulagement, mais celui-ci ne sera que ponctuel. Il en va de même avec les jeux de cartes qui nous incitent à placer notre journée sous le signe de la compassion ou de la patience. Cela va élargir notre regard sur le monde, mais, fondamentalement, cela ne changera rien. C'est illusoire de penser que, sans entreprendre quoi que ce soit d'autre, tirer une carte suffit à avoir un réel impact sur notre vie», souligne la psychologue.

Le succès rencontré par ces jeux en rappelle un autre: celui des livres sur le même thème. Mais la comparaison s'arrête là. «Tirer une carte ou choisir un livre sont deux démarches différentes. Les livres sont rationnels alors qu'avec les cartes, il y a la part du destin et tout l'irrationnel qu'on leur colle dessus. Le côté hasard crée une dynamique toute différente.»

Des modèles imposés

Autre point délicat: «Le problème avec ce type de jeux, ce ne sont pas les jeux en eux-mêmes, mais le fait d'avoir été créés par des personnes qui ont leur idée de ce que c'est qu'être bien. Traditionnellement, cette fonction était remplie par les religions, le bouddhisme en particulier. Mais dans le cadre des jeux, quelqu'un, ou un petit groupe, a pensé: que faut-il faire pour aller bien? Le jeu des transformations, par exemple, prétend nous permettre d'"incorporer plus de détente et de tranquillité d'esprit dans la vie de tous les jours" ou "de supprimer des blocages à la spontanéité, à la réussite et à la réalisation de soi". Mais c'est écrit où que, pour aller bien, il faut être détendu et spontané? Ces jeux imposent leur modèle comme une doctrine, C'est une vision réductrice et fermée sur d'autres manières de considérer les choses.»

Autre risque relevé par la psychologue: celui de se poser de



Wollodja Jentsch

Les jeux de développement personnel sont souvent inspirés des cartes divinatoires comme les tarots. Ils ont simplement été remis au goût du jour.

fausses questions et de considérer des situations qui ne posent pas de problèmes comme tout à coup problématiques. Enfin, d'un point de vue général, Anne Bourquin Büchi relève que ces jeux sont contraires au concept même de développement personnel, puisqu'ils sont construits autour de l'idée de comment être mieux que je ne le suis et non comment être mieux dans ce que je suis.

Recherche de sens

Alors, à quoi peut-on donc attribuer leur succès? La psychologue y voit «des tentatives de donner des réponses dans une société où la seule réponse est la consommation. Ils sont en lien avec une recherche de sens, celle de sa vie, mais aussi de la direction dans laquelle aller.»

Si la publicité autour de ces jeux laisse penser qu'il s'agit de recettes miracles pour s'épanouir enfin, l'appellation de développement personnel est donc pour le moins exagérée. «Lorsque Socrate a dit "Connais-toi toi-même", il n'a pas dit en jouant, parce que se connaître est le travail de toute une vie. Si on souhaite sérieusement se développer, il faut un interlocuteur privilégié, un regard extérieur posé sur soi. Un jeu ne remplira jamais ce rôle», conclut Anne Bourquin Büchi.

Reste que, pour autant qu'on les prenne pour ce qu'ils sont, de simples jeux, *Féminitude* ou le *Jeu de la transformation* vont provoquer parmi les joueurs des émotions, une excitation intérieure et des interactions qu'on ne rencontre pas dans d'autres occasions. Cela peut faire passer un bon moment… comme un mauvais. **Patricia Bernheim**

Un clic pour les découvrir

Parmi les jeux de développement personnels les plus connus figurent *L'Odyssée du couple* (environ 75 fr.), «un jeu de sagesse et de créativité amoureuse», *Féminitude* (environ 64 fr. 10), «une exploration des mystères de votre être intérieur» ou encore le *Jeu de la Transformation* (environ 137 fr. 50), «le jeu qui peut changer votre vie». La majorité est éditée aux Editions Le Souffle d'Or, spécialisées dans le développement personnel et le bien-être. On peut les découvrir et les expérimenter sur leur site internet **www.souffledor.fr**. Un seul clic permet de tirer une carte dans l'un ou l'autre des 12 jeux existants.

Bezmaski