

## Apprenez-lui à jouer seul !



Le jeu est fondamental pour le bien-être et le développement de tout enfant. Mais dans une société où ils sont trop sollicités, les temps libres se sont considérablement réduits ces dernières années... De plus, lui apprendre à jouer seul est un vrai cadeau à lui faire pour son avenir ! Explications...

La première chose que fait un enfant quand on le laisse en paix est de jouer. Le jeu et la curiosité sont les deux dispositions spontanées d'un enfant. Et c'est notre **rôle de parent** de veiller à ce qu'ils développent toujours ces dons innés...

Oui car en grandissant, et de plus dans une société ultra-connectée, **les temps libres se réduisent** et les loisirs se résument de plus en plus à l'utilisation des écrans. En effet, les dessins-animés, les tablettes... constituent aujourd'hui un bon moyen de pallier à l'ennui, et chaque moment de repos se fait désormais devant un **écran**... autant pour les parents que pour les enfants.

Pourtant, quand les enfants jouent, ils développent leurs habiletés sur plusieurs plans. Ils réfléchissent, résolvent des problèmes, s'expriment, bougent, coopèrent, développent leur imagination et exercent leur conscience morale. Les jeux sont pour les enfants un vrai entraînement à leur vie d'adulte.

Voici quelques idées pour les encourager à jouer tout seul !

### **Mettez ses jouets en valeur**

Et ceci commence par un **grand tri**. En effet, trop de jouets fait perdre le sens au jeu. Gardez que ce qui est utile. Donnez-lui envie d'aller voir ses jouets et veillez à ce qu'ils soient visibles dans une chambre bien rangée. Ils peuvent être regroupés par petits univers : l'espace poupées, cuisine, déguisements, loisirs créatifs, musique, coin lecture, etc. Enfin, notez que la nouveauté rend les jouets attractifs : mettons au placard les jouets et livres devenus invisibles à ses yeux et mettons en avant ceux qui étaient au fond des étagères, puis faisons l'inverse quelques semaines plus tard. Redécouverte du plaisir garantie ! Pour aller plus loin : **Ranger sa chambre grâce à Maria Montessori**.

### **Ne soyez pas loin**

Si votre enfant n'est pas à l'aise avec le fait de rester tout seul, souvent la simple présence de votre voix suffit. Ainsi, proposez-lui de s'installer avec ses jouets près de vous pendant que vous êtes occupé à telle activité. Préparez avec lui la mise en place de son jeu afin qu'il voit que vous vous y intéressez, et encouragez-le à faire cette activité tout seul. Pour un coloriage par exemple, dites-lui que vous avez hâte de voir le résultat quand ce sera fini ! Il se sentira investi d'une mission importante pour lui : vous faire plaisir

### **Permettez-lui de s'ennuyer**

En effet, rien de tel que **l'ennui** pour développer son imagination et son esprit créatif. Ainsi, ne nous précipitons pas dès qu'il nous déclare qu'il s'ennuie, et ne cherchons pas à combler cette absence d'activité en le mettant face à un écran. Ces courts moments d'ennui sont les meilleurs moments pour permettre à son imaginaire de se développer, et les idées finissent toujours par arriver après quelques minutes. Laissons l'enfant trouver lui-même une idée au lieu de l'habituer à dépendre de nous, ça l'incitera à développer son sens de l'initiative.

### **Consacrez-lui du temps**

Jouons au moins un quart d'heure par jour avec lui, **en lui offrant toute notre attention**. L'enfant a besoin de passer des moments privilégiés avec ses parents, c'est pour lui une preuve d'amour. Nous lui montrons ainsi qu'il est important à nos yeux, ce qui lui permet de développer son estime personnelle. Il acceptera mieux de jouer seul une fois ce besoin comblé. Pour développer son autonomie, n'hésitez pas également à le solliciter pour les tâches du quotidien comme trier le linge, promener le chien, mettre et débarrasser la table...

### **Féliciter ses moments d'autonomie**

Prenons soin de ne pas le perturber lorsqu'il est en plein jeu. Un simple « ça va ? » peut briser son univers et le ramener à un sentiment de dépendance vis à vis de nous. Aussi, ayons confiance en lui : à partir de 3 ans, nous pouvons le laisser seul dans sa chambre sans se dire qu'il va lui arriver un accident. De même, lorsque l'on fait une activité ensemble, ne soyons pas trop sur son dos et laissons-le faire au maximum. Enfin, ne lui donnez pas trop de directives, notamment pour les activités artistiques.

Retrouvez ici pleins d'idées pour **jouer tout seul** !

<http://www.momes.net/Jeux/Jeux-et-animations/Jouer-tout-seul>

Source : <http://mamancarotte.com/>

Des vidéos pour compléter :

L'enthousiasme d'apprendre :

[https://www.youtube.com/watch?v=lwF5hNcazFY&feature=emb\\_rel\\_pause](https://www.youtube.com/watch?v=lwF5hNcazFY&feature=emb_rel_pause)

Travail forcément :

[https://www.youtube.com/watch?v=0\\_pXTGNM4lo&feature=emb\\_rel\\_pause](https://www.youtube.com/watch?v=0_pXTGNM4lo&feature=emb_rel_pause)

La mémoire traumatique vs mémoire saine (B.Cyrulnik) :

[https://www.youtube.com/watch?v=rd13inJYbQk&feature=emb\\_rel\\_pause](https://www.youtube.com/watch?v=rd13inJYbQk&feature=emb_rel_pause)

Un site +++ : ah, ces Belges !!!

<https://www.lecho.be/dossiers/coronavirus/confinement-voici-comment-occuper-intelligemment-vos-enfants/10215774.html>