

Congrès AEJeST d'ARANDA de Duero, Espagne, 9-12 juillet 2009
« Jeux traditionnels et santé sociale »

**SANTE ET BIEN-ETRE RELATIONNEL DANS LES JEUX
 TRADITIONNELS**

Pierre PARLEBAS
 Université de la Sorbonne, Paris

La santé est habituellement associée, de façon quasi exclusive, aux caractéristiques biologiques de l'individu. Cependant, ainsi que l'a rappelé avec beaucoup d'à-propos Pere LAVEGA, les phénomènes affectifs, cognitifs et sociaux, qui influencent profondément les conduites motrices, interviennent de façon importante sur cet état organique. Aussi adopterons-nous l'excellente définition proposée par l'Organisation Mondiale de la Santé, selon laquelle la santé est « *un état de complet bien-être physique, psychologique et social et pas seulement l'absence de maladie* ». Issue d'une instance officielle, cette définition a eu l'heureuse initiative d'associer aux caractéristiques sanitaires, des facteurs de bien-être psychologique et relationnel qui jouent un grand rôle dans le ressenti lié à la qualité de vie de chaque personne.

LE BIEN-ETRE RELATIONNEL.

Dans le cadre des jeux traditionnels, que peut-on entendre par « bien-être relationnel » ? A coup sûr, le plaisir de la rencontre avec autrui, la recherche du « vivre ensemble », le partage d'actions et d'émotions communes. Cette joie de la rencontre n'exclut pas la tonicité de la confrontation et de la lutte ; l'affrontement d'adversaires dans un cadre accepté fait partie de la stimulation collective. Les jeux traditionnels possèdent une diversité inépuisable, et le bien-être relationnel repose sur la capacité d'adaptation du joueur à cette foisonnante ludo-diversité.

Le pratiquant doit être capable de vivre l'opposition et la coopération sous leurs formes multiples ; il doit pouvoir s'adapter aux renversements de situations, aux subtilités des conflits et des alliances, aux prises d'initiative inopinées au sein des groupes. Mettre toute son énergie au service de ses partenaires, recevoir l'aide appuyée de ses co-équipiers, agir en communion avec des compagnons solidaires, tous ces élans peuvent susciter un enthousiasme qui enflamme l'affectivité relationnelle. A son niveau abouti, ce bien-être ludique accepte les contraintes de la règle du contrat collectif ; celui-ci devient le cadre indispensable à un vécu partagé dont les différentes péripéties, parfois agréables et parfois désagréables, s'inscrivent dans une aventure globalement très motivante. Apprendre à surmonter une défaite, à risquer de perdre un avantage personnel pour sauver un équipier en difficulté, à se sacrifier pour délivrer un partenaire prisonnier, représentent des expériences enrichissantes qui invitent le joueur à sortir des routines trop centrées sur soi-même.

Les subtilités de la communication motrice très différente de la communication verbale, introduisent une originalité passionnante. Les corps se font signe. Le joueur doit déchiffrer le comportement corporel des autres tout en sachant que les autres déchiffrent le sien. Les fausses évidences et la ruse rôdent sur le terrain de la « Balle assise », de « l'Ours et son gardien » ou de « Poules, renards, vipères ». L'enfant se plonge avec délectation dans ce

décodage et cet encodage des conduites d'interaction praxique. Il est sollicité au plus profond de lui-même : il doit « cacher son jeu », offrir de faux indices et essayer de se mettre à la place des autres par empathie, pour deviner leurs projets.

Le plaisir du jeu est bien là ; dans cette communication sur une communication, dans cette méta communication qui incite le joueur à intervenir au premier degré, mais aussi au second degré, et souvent au troisième degré des significations tactiques. Très tôt, l'enfant jubile de s'offrir le luxe d'être le maître des événements en cours. Durant quelques instants, c'est lui qui détient les clés... ou qui croit les détenir avant qu'un autre s'arroge les mêmes prérogatives éphémères.

Dans cet entrelacs des contacts de joueur à joueur, se multiplient les expériences d'interaction qui, peu à peu, soudent les participants et développent un sentiment d'appartenance au groupe. Un parfum d'aventure partagée et un sentiment d'identité collective s'affirment et sont perçus par les intervenants. Les réactions joyeuses des enfants au cours d'une partie de « Barres », de « Balle au prisonnier », de « Balle assise » ou « d'Accroche-décroche » révèlent que le jeu traditionnel peut devenir euphorisant. Ce bien-être relationnel est vécu comme une émotion agréable et stimulante, comme une puissante motivation à l'échange, au contact et au partage. A ce titre, le jeu traditionnel favorise le mieux-vivre, représente un indiscutable facteur de santé au sens où l'entend l'Organisation Mondiale de la Santé.

La problématique générale étant posée, peut-on analyser brièvement des situations concrètes de terrain, et identifier les grandes catégories de jeux moteurs en fonction de leur participation à la santé sous l'angle relationnel ?

LES RONDES ET LES JEUX CHANTÉS.

Ces pratiques se déploient sous forme de groupements divers : farandoles, cortèges, chaînes, rondes, trios, duos, souvent accompagnés d'une comptine ou de couplets et de refrains chantés. Le scénario global de l'action est réglé par la succession des événements annoncés dans le contenu des paroles ; il laisse aux différents acteurs, le choix d'intervenir à certaines séquences et, très souvent, la possibilité de désigner leurs partenaires.

Dans ces jeux chantés, le vécu relationnel est dénué de compétition et de comptabilité : il n'y a pas de vainqueur final. Il s'agit d'un jeu de rôles, d'une véritable mise en scène au cours de laquelle l'harmonisation de la conduite motrice du joueur aux exigences collectives, suscite un fort sentiment de fusion dans le groupe. Le chant, qui soutient le déroulement de l'action, accroît le sentiment d'appartenance groupale et souligne la tonalité collective de ce type de jeu.

L'atmosphère de joie qui accompagne habituellement ces jeux chantés montre combien ceux-ci peuvent être les agents actifs du plaisir d'agir ensemble, générateurs d'un bien-être relationnel.

LES DUELS LUDOSPORTIFS.

Les situations symétriques de « duels » et de « coalitions » représentent la grande majorité des sports : sports collectifs, sports de combat, escrime, tennis... On retrouve également ce schéma symétrique du duel et des coalitions, dans de nombreux jeux traditionnels : « les Barres », « le Voleur de pierres », « la Balle au prisonnier », les jeux de quilles, de boules et de palets.

Dans les duels, ces 'jeux à deux joueurs et à somme nulle', comme les nomme la « Théorie des jeux », ce que l'un gagne, c'est au détriment de l'autre qui le perd. La gloire du gagnant se forge sur les déboires du perdant. La coopération au sein d'une équipe est mise au service d'une opposition à l'autre équipe. Autrement dit, la solidarité n'est qu'un sous-produit de la rivalité. Et l'éventuelle égalité des chances, prônée au début de l'épreuve, ne fait que

donner davantage de poids à l'inégalité du résultat final et, partant, à la supériorité du vainqueur.

Le duel déclenche un affrontement objectif qui incite chacun à mobiliser ses meilleures ressources face à un adversaire sans complaisance. Le duel témoigne tout à la fois des faiblesses et des capacités du joueur. Celui-ci apprend à perdre, ce qui favorise une meilleure socialisation ; et il peut aussi apprendre à maîtriser sa victoire. Pratiqué à dose raisonnable, le duel sportif peut entraîner une bonne intégration des joueurs à l'ensemble des acteurs et il fait alors indiscutablement partie du dispositif éducatif.

Cependant, le duel peut se muer en épreuve néfaste et dangereuse s'il est utilisé de façon systématique. Quand il est le seul horizon de la sociabilité, il se transforme en une machine à exclusion. Il faut gagner à tout prix, car seule la victoire est belle, et tant pis pour le vaincu !

Dans le cas où les duels sont une pratique systématique comme dans le sport, l'échec peut engendrer des frustrations et affaiblir l'estime de soi. Le contact avec autrui devient une source de déconvenues et de dépit. Les conséquences des duels sportifs systématisés débouchent alors sur un mal-être relationnel.

Tous les sports sont des duels (ou leur généralisation à des structures de coalition). La pratique répétée de ces activités motrices qui valorisent la domination, provoque une intériorisation des normes compétitives ; celles-ci deviennent ainsi les critères fondamentaux d'une relation sociale réussie. Comment s'étonner alors que l'agressivité, voire la violence, devenues le cri de ralliement des pratiques, se généralisent à l'ensemble des comportements de la vie quotidienne ?

Lorsqu'ils sont l'objet d'une pratique hypertrophiée, les duels sportifs risquent de déclencher de multiples frustrations et un insidieux mal-être social. Il ne semble guère raisonnable de les présenter comme des facteurs de bonne santé.

LES JEUX A BRUSQUES RENVERSEMENTS D'ALLIANCES.

A côté des duels d'équipes qui opposent deux blocs monolithiques selon des relations positives ou négatives restant rigoureusement intangibles tout au long du match, existent des jeux sportifs à brusques renversements d'alliances ; ceux-ci offrent au joueur l'occasion de changer brutalement de partenaire et d'adversaire au cours même de la partie. Tel joueur qui était un coéquipier que l'on aidait ou à qui l'on passait le ballon, devient brusquement un opposant que l'on poursuit ou sur qui l'on tire. Les deux relations, de coopération et d'opposition, sont exclusives, c'est-à-dire totalement distinctes et séparées, mais elles sont instables. Ce n'est plus la stabilité de relations inamovibles qui est éprouvée, mais la flexibilité de la compétence relationnelle des pratiquants. Ainsi, à « la Balle au chasseur », le joueur qui était agressivement pris pour cible par le chasseur, au moment même où il est touché devient un partenaire de cet ancien prédateur ; et il se transforme alors en un farouche adversaire de ses anciens compagnons qui, désormais, détalent à toutes jambes à son approche (avant de redevenir bientôt ses partenaires).

Ce renversement ex abrupto de la nature de l'interaction entre les joueurs se retrouve dans de nombreux jeux traditionnels : A « l'Epervier », à « la Balle au fanion », à « l'Esquive-ballon au loup », à « la Mère Garuche », à « l'Ours »... Les relations sont brutalement inversées mais elles ne sont jamais ambiguës : à chaque instant, équipiers et opposants sont clairement distingués. Ces situations ludomotrices sont quelque peu déconcertantes, mais en cela même, elles sensibilisent à la plasticité relationnelle. Elles apprennent à se mouvoir dans l'instabilité des réseaux d'interaction et dans les aléas du lien social.

LES JEUX AUX RESEAUX ORIGINAUX.

De nombreux jeux traditionnels, dont certains appartiennent aux catégories que nous venons d'évoquer, reposent sur des systèmes d'interaction très différents du duel symétrique représentatif des sports collectifs. Ces systèmes offrent au pratiquant l'occasion de vivre des situations relationnelles insolites et fortement diversifiées, qui l'immergent dans un univers social très éloigné du schéma dichotomique et stéréotypé des sports sociomoteurs classiques. Ces structures sont illustrées, parfois par des réseaux d'interaction motrice qui imposent un canevas inhabituel du lien social, et parfois par des réseaux de rôles sociomoteurs qui proposent au joueur l'étonnante gerbe des comportements autorisés à tout moment de la partie.

1/ Réseaux de communication motrice.

Dans la surabondance des jeux traditionnels, on peut distinguer plusieurs structures originales :

. *Le duel dissymétrique* : à l'opposé des sports collectifs (football, basket...) dont les équipes en miroir sont en situation de duel égalitaire, ces jeux opposent deux équipes dissymétriques dont les statuts respectifs sont différents. Souvent, les uns sont les prédateurs et les autres les victimes potentielles (Gendarmes et voleurs, le Drapeau, les Sept cailloux, la Thèque, le Chambot...).

. *Le chacun pour soi* : en l'absence d'équipe constituée, chacun joue pour soi-même, sans lien formel préétabli (Quatre coins, Chandelle, Accroche-décroche, Balle nommée...).

. *Un contre tous* : un joueur affronte tous les autres ligüés contre lui (Cache-cache Gamole, le Main chaude...). Parfois, il est remplacé par celui qui réussit à le prendre en défaut (Balle au fanion, Un, deux, trois, soleil...), parfois il transforme en partenaire l'adversaire qu'il capture (Balle au Chasseur, Esquive-ballon au loup, Mère Garuche, Epervier...) et le jeu s'achève alors en une structure de « tous contre un ».

. *Une équipe contre les autres* : une équipe de plusieurs joueurs est opposée au reste des participants (l'Ours et son gardien, le Filet du pêcheur).

. *Réseau opposant de façon dissymétrique trois équipes ou davantage* : sont alors en confrontation au moins trois coalitions (Poules-renards-vipères).

. *Réseau paradoxal* : les relations entre joueurs sont ambivalentes. Chaque pratiquant est en même temps partenaire et adversaire de certains autres, au gré des fantaisies des joueurs et des circonstances du jeu (la Balle assise, Poules- renards-vipères, le Gouret, la Galine, la Porte...).

2/ Réseaux de rôles sociomoteurs.

On peut globalement distinguer trois grands types originaux de réseaux de rôles sociomoteurs qui prédéterminent les conduites relationnelles des participants :

. *Les jeux à réseau convergent* : tous les joueurs convergent petit à petit vers le même rôle en fin de partie, et ils se retrouvent tous du côté des gagnants (la Sardine, la Balle au chasseur, l'Epervier...).

. *Les jeux à réseau permutant* : le flux des joueurs est soumis à une règle de permutation systématique de rôle à rôle. En fonction des épisodes ludiques et selon les prescriptions de la règle, chaque participant pourra endosser successivement tous les rôles disponibles (les Quatre coins, Accroche-décroche, la Chandelle, l'Ours et son gardien...).

. *Les jeux au réseau fluctuant* : là encore, les changements de rôle sont au cœur du jeu et possèdent une résonance exceptionnelle d'autant qu'ils sont liés aux réactions affectives des joueurs (la Galine, la Balle assise...).

Ainsi que le révèle ce foisonnement de structures, les jeux traditionnels proposent des configurations extrêmement diversifiées qui offrent une multiplicité d'expériences

relationnelles différenciées. Ils provoquent une mise à l'épreuve de l'adaptabilité aux différents modèles du lien social ; à ce titre, ils représentent une remarquable école d'apprentissage de la compétence relationnelle, facteur de santé.

LES JEUX PARADOXAUX.

Certains jeux traditionnels proposent des situations radicalement originales : ce sont les jeux paradoxaux dans lesquels l'adversaire d'un joueur est en même temps son partenaire. Ce schéma, inconnu des sports collectifs, projette les pratiquants dans une ambivalence relationnelle déconcertante, mais très stimulante. Amis et ennemis tout à la fois : c'est là que gît le paradoxe ! L'incertitude associée aux comportements des autres intervenants est permanente. Le joueur doit décoder la conduite des différents acteurs avec subtilité, et l'interpréter comme une méta communication du 2^{ème} ou du 3^{ème} degré. Et c'est bien cette subtilité relationnelle qui fait le piment des jeux paradoxaux et qui enchante aussi bien les enfants que les adolescents ou les adultes.

. Dans certains jeux, le paradoxe est imposé et apparaît explicite. C'est le cas de « Poule-renard-vipère » (encore appelé les Trois camps), dans lequel les vipères ont prise sur les renards, les renards sur les poules et les poules sur les vipères.

Apparemment banales, ces règles recèlent en réalité une 'double contrainte' surprenante et inévitable : le protecteur d'un joueur est en effet celui que ce joueur doit éliminer pour gagner ! Ainsi, dans un tel cycle, les renards doivent capturer les poules pour vaincre, mais en capturant les poules, ces renards éliminent les joueurs qui les protègent des vipères !

Le pratiquant doit donc anticiper les réactions des autres joueurs, négocier, et faire preuve d'adresse relationnelle face aux comportement contradictoires d'autrui. La communication de solidarité et la contre-communication d'hostilité s'entrecroisent et se fondent constamment. Chacun cherche à jouer au plus fin lors de cette communication triangulaire. Le lien relationnel se noue, se dénoue puis se renoue au fil des péripéties ludiques. Cette expérience mouvementée, ponctuée de réussites et de déconvenues, suscite une effervescence qui provoque un engouement marqué. Elle enrichit manifestement la compétence relationnelle des joueurs.

. Dans d'autres jeux paradoxaux, le paradoxe n'est que proposé et reste implicite ; il peut revêtir des degrés d'importance plus ou moins accentués.

Ainsi, à la « Balle assise », un joueur qui tient le ballon en mains, peut choisir de le lancer agressivement de volée sur tout autre pratiquant ou peut décider de le lui passer amicalement par rebond au sol. Autorisée par la logique interne du jeu, cette ambivalence bouleverse les schémas sportifs habituels qui cantonnent les rencontres à une opposition absolue entre deux blocs antagonistes, comme au rugby, au basket-ball ou au water-polo. Une bonne entente paradoxale entre deux joueurs suppose que chacun d'eux fasse confiance à l'autre et se montre en retour loyal envers lui. Cette façon de surpasser le paradoxe refuse l'acte de trahison, rendu facile dans cette situation par l'éventuelle confiance du partenaire.

Les jeux paradoxaux abondent dans les jeux traditionnels : « la Balle assise », « le Gouret », « la Galine », « l'Ours et son gardien », « la Porte », « les Quatre coins », « Accroche-décroche »... Ces jeux enchantent les participants. Tout en autorisant des performances physiques et des démonstrations éventuelles d'habileté gestuelle, ils n'excluent pas de la partie les enfants les moins robustes et les plus discrets. Ils se prêtent volontiers à la mixité entre garçons et filles ; ils permettent de fréquentes facéties et des interactions teintées d'humour, ce qui ajoute du sel à la rencontre.

En menant un travail expérimental sur le terrain, reposant sur des enquêtes sociométriques et l'observation méticuleuse des comportements, nous avons constaté que la

Balle assise, par exemple, pouvait modifier les relations socio-affectives des joueurs et favoriser le développement d'une cohésion interpersonnelle plus affirmée.

COMPETITION EXCLUANTE ET COMPETITION PARTAGEANTE.

L'intérêt présenté par les jeux traditionnels réside notamment dans la multiplicité et la diversité des situations d'interaction qu'ils proposent. L'enfant apprend à vivre les différentes facettes de la communication, les rôles et les contre-rôles de l'échange.

Cet apprentissage de l'adaptabilité au contact d'autrui est un facteur de socialisation qui favorisera l'aisance relationnelle et le plaisir de la rencontre. Les jeux traditionnels sont de véritables laboratoires qui essaieront de transformer le plomb de l'agressivité ludique en l'or de la cohésion sociale.

Cependant, un problème reste posé : tout comme les sports proprement dits, les jeux traditionnels reposent sur un affrontement, sur une compétition. Or, avons-nous observé, quand la compétition devient systématique, elle tend à susciter des frustrations et à créer du mal-être. Les jeux traditionnels peuvent-ils éviter ce mal-être, cette atteinte à la santé relationnelle ?

Les analyses précédentes permettent d'opérer une distinction capitale entre deux types de compétition : la compétition excluante et la compétition partageante.

1/ La compétition excluante.

C'est l'affrontement absolu du duel : tout ce qu'un joueur gagne, il le prend à son adversaire. Le résultat est tranchant comme un coup de sabre et s'inscrit dans la comptabilité implacable d'un système des scores révélateur d'une supériorité.

Le vainqueur impose sa domination aussi bien dans les duels d'individus (escrime, tennis, lutte...) que dans les duels d'équipes (football, hockey, les Barres, la Balle au prisonnier, le Voleur de pierres, le Drapeau...). Tous les sports fonctionnent sur le modèle du duel et adoptent son état d'esprit : la recherche d'une hiérarchie et d'une domination sanctionnée dans la comptabilité du score. L'égalité des chances, affirmée au départ de la compétition, ne fera que mieux légitimer la supériorité du vainqueur. Seule la victoire est belle et seuls les gagnants montent sur le podium. On constate que la compétition sportive est excluante : finalement, elle met hors jeu les plus faibles. Le sport est une machine à fabriquer des perdants, à produire des frustrés potentiels.

2/ La compétition partageante.

. Dans de nombreux jeux traditionnels aux brusques changements d'alliances, l'affrontement compétitif, qui peut devenir très vif, connaît des déroulements particulièrement originaux. Ainsi, à la « Balle aux chasseurs », à « l'Épervier » ou à la « Mère garuche », le joueur capturé n'est pas perdant ; loin d'être vaincu, il est au contraire incorporé au camp de la victoire puisqu'il devient finalement l'un des partenaires du gagnant. Dans ces jeux au réseau des rôles convergent, tous les intervenants participent à la victoire et seront du côté des vainqueurs : la compétition est partageante.

. Dans le cas des jeux traditionnels au réseau de rôles permutant, le partage s'effectue de façon différente. Au cours des jeux tels « l'Ours et son gardien », les « Quatre coins » ou « le Gouret », chaque joueur à l'occasion de s'emparer du poste dominant et d'imposer sa réussite ; mais il ne pourra pas pour autant éviter de rentrer rapidement dans le rang. A tour de rôle, chacun est vaincu puis vainqueur, provisoirement. Le jeu est dépourvu de comptabilité et s'achève sans qu'un score affirme la supériorité de l'un des protagonistes, et donc sans souligner l'infériorité des autres.

L'échec est dédramatisé car il est rapidement remplacé par le succès qui le suit et qui ne pourra pas lui-même provoquer trop de narcissisme car lui aussi disparaît rapidement dans le tourbillon des interactions. Les incessants affrontements des jeux permutants donnent lieu, là encore, à une compétition partageante.

. Le comble de la richesse relationnelle et de sa complexité parfois déconcertante est offert par les jeux paradoxaux. Le joueur s'éprouve et provoque les autres en dynamitant les interdits habituels de l'adversité et de la solidarité. Il joue le paradoxe en donnant une nouvelle perception de ses comportements, en brouillant son image. Le jeu traditionnel devient un laboratoire où le joueur expérimente de nouvelles attitudes face à autrui, ou il peut enfreindre les relations académiques sans encourir de sanctions extérieures ; l'activité ludique est un monde à part qui permet de vivre des émotions et des liaisons de transgression, sans conséquences objectives.

Chacun peut, tour à tour, réussir et échouer, perdre et gagner. Cependant, le jeu s'achève sans comptabilité, sans vainqueurs ni vaincu, en ayant offert à tous les pratiquants la possibilité de vivre les différentes facettes de l'émotion relationnelle. Là encore, la compétition est éminemment partageante.

Les jeux traditionnels offrent, à qui sait les saisir, des situations d'action très favorables à l'épanouissement d'une sociabilité ouverte et adaptable à de multiples configurations, fussent-elles déroutantes. Les duels académiques du sport institué, proposent des pratiques stimulantes d'une grande clarté dichotomique, séparant partenaires et adversaires. Cependant, le recours systématique et exclusif à ce type de compétition excluante, entraîne son cortège de dépits et de frustrations. Possédant une place légitime au sein d'un enseignement équilibré, le duel sportif devient néfaste quand il s'arroge la quasi-exclusivité des pratiques censées être éducatives. De nombreux jeux traditionnels dessinent une perspective originale en mettant en œuvre l'opposition et la coopération dans une compétition partageante qui favorise un vécu de mieux-être relationnel.

Le jeu traditionnel est une sorte de maquette, une sorte de « modèle réduit » qui fait vivre aux pratiquants les principes fondamentaux présidant à la complexité et à l'harmonie des relations sociales. A ce titre, son rôle peut être d'un grand apport dans l'apprentissage d'une sociabilité épanouie, dans l'acquisition d'un aspect significatif du bien-être social, facteur de santé.
