

PSYCHOLOGIES

WWW.PSYCHOLOGIES.COM

MAGAZINE

On fait une partie ?

Les jeux de développement personnel vont-ils damer le pion aux classiques Cluedo, Trivial Pursuit et autre Scrabble ? Une certitude : leurs ventes décollent et les initiés sont emballés. Jouer ensemble pour explorer son monde intérieur : enquête sur un phénomène de (jeux de) société. PAR ERIK PIGANI

À l'époque du multimédia et des jeux vidéo sur console ou sur Internet, il est difficile d'imaginer l'incroyable succès de nos jeux de société « traditionnels ». Ceux qui, loin du numérique et des prouesses visuelles de la 3D, requièrent un simple plateau, des dés, quelques pions et un jeu de cartes. En témoignent pourtant un chiffre d'affaires en progression depuis cinq ans, la création de plus de mille ludothèques – avec des « ludobus » qui sillonnent les campagnes –, l'annonce en 2008 de la création d'un Centre national du jeu à Boulogne-Billancourt en 2010. Ou encore le succès du Festival international des jeux, à Cannes, celui du Salon du jeu de société, qui a ouvert ses portes pour

la première fois au public à Paris au mois d'avril dernier, l'organisation de six concours de création de jeux de société « familiaux » en France...

UNE MÉTAPHORE DE LA VIE

Dans ce mouvement, les jeux de développement personnel ne sont pas en reste, et bénéficient parfois de ventes considérées comme exceptionnelles par les professionnels. En tête, le Jeu du tao (encadré p. 127) et ses quarante-cinq mille exemplaires vendus, suivi de près par Les Cartes des anges¹, qui atteignent les quarante mille exemplaires². Dix fois plus que la moyenne des livres de développement personnel. Un succès tel que le Salon zen de Paris leur consacre désormais un espace privilégié. « L'une des raisons de ce succès

tient à leur principe même, assure Yves Michel, fondateur des éditions du Souffle d'or³. Ils nous plongent dans une situation métaphorique de la vie, qui permet, d'une façon ludique, de mieux se connaître tout en testant sans danger de nouveaux comportements. » Voilà la première grande différence entre les jeux de société « familiaux » et ceux de développement personnel : selon les psychologues, en temps normal, les enfants jouent pour se découvrir et se structurer; les adultes, pour s'oublier et se dépasser. Ici, ces quatre principes sont réunis dans un seul et même espace. « À l'occasion d'une partie, l'adulte s'autorise à donner une place à la part d'enfance qu'il a, heureusement, conservée au fond de lui et qui contribue fortement à le rendre humain », explique le psychosociologue Jean Epstein⁴.

DES QUESTIONS SANS RÉPONSES TOUTES FAITES

Mais ce n'est pas tout. « Les jeux de développement personnel ont une particularité : ils posent des questions dont les réponses ne sont ▶

► pas déterminées », atteste Pascal Desclos, le fondateur de la société Valorémis et concepteur de Plury One (encadré p. 128). « Après dix ans de syndicalisme, de médiation et de formation en relations humaines, je me suis aperçu que le savoir académique et les connaissances livresques étaient érigés comme seul indicateur de reconnaissance de l'individu. Du coup, de nombreuses personnes ne se sentant pas à la hauteur, elles n'osent pas exprimer leur savoir personnel. Plury One leur offre un accès à la parole, puisqu'il valorise la connaissance de la vie et l'expérience. » Par exemple, plutôt que de demander qui a gagné le prix Goncourt en 2005, le joueur devra répondre à la question : « Qu'est-ce qui n'a pas de prix selon vous ? » ; ou se verra proposé : « Inventez une phrase qui n'a pas de sens ». Ce principe se retrouve dans

tous les jeux de développement personnel, qui nous demandent d'exprimer notre avis, d'éveiller notre créativité, de faire le point sur certains aspects de notre vie, de réfléchir sur nous-mêmes... En somme, l'inverse du Trivial Pursuit.

NI GAGNANTS NI PERDANTS

Pascal Desclos est allé plus loin en développant des jeux utilisés par les professionnels de la psy et de la relation d'aide, comme *Distinct'Go!*⁵, qui permet aux jeunes d'aborder les questions de société qui les concernent, ou *8^e Dimension*⁶, conçu par la pédopsychiatre Nicole Catheline, et le pédopsychiatre Daniel Marcelli et son équipe en vue d'aider les adolescents en difficulté. Il en existe aussi des « sur mesure » pour des écoles, des centres de formation, des entreprises... « Cette approche permet de travailler sur les grands sujets de la vie et de la société, comme le handicap, les aptitudes professionnelles,

les discriminations, les conduites à risques, la consommation responsable, poursuit Pascal Desclos. Comme dans les groupes de développement personnel, le collectif est valorisé : les réponses sont validées par le groupe de joueurs, chacun participant ainsi à l'évolution de l'autre. »

En effet, alors que le développement personnel a longtemps été orienté vers la quête de soi, l'individuation, voire l'individualisme, il s'oriente désormais de plus en plus vers la réalisation de soi « avec » les autres. « Ces jeux dans lesquels il n'y a ni gagnants ni perdants n'en sont que plus conviviaux, dit Yves Michel. Le bénéfique est ailleurs : être écouté donne non seulement l'occasion d'écouter les autres, mais aussi de s'entraider. » Ce que propose entre autres le Jeu de l'entraide⁷, un ensemble de cartes de situations mis au point par deux experts en communication ; ou le Jeu de la transformation (encadré p. 128), avec en plus une dimension spirituelle ; ou encore le Jeu du tao, qui nous invite à explorer notre monde intérieur tout en élaborant des projets communs. Yves Michel n'hésite pas à qualifier certaines parties de « véritables séminaires de connaissance de soi et des autres ». E.P.

1. Les Cartes des anges, Éditions Contre-Dires, 24 €.

2. Sources éditeurs.

3. Les éditions du Souffle d'or, avec des dizaines de coffrets de jeux (plateau ou cartes) sur la découverte de soi, la communication, la relation de couple, la spiritualité... sont leader sur le marché.

4. Jean Epstein in la préface du *Jeu vous va si bien!* de Pascal Deru (Le Souffle d'or, 2006).

5. *Distinct'Go!*, Éditions Valorémis, 60 €.

6. *8^e Dimension*, Éditions Valorémis, 60 €.

7. Jeu de l'entraide, Guy Trédaniel Éditeur, 23 €.

Notre cadeau de l'été : Jour de fête

Un exemplaire du jeu de cartes *Jour de fête* est offert à certains abonnés de *Psychologies magazine* (voir p. 5).

Il a été conçu et dessiné par Frédérique Epelly, diplômée en programmation neurolinguistique et artiste plasticienne, également auteure du jeu *Toi et Moi*, publié par le même éditeur. Un étui de trente-six cartes constitue ce « jeu de paroles » et de communication. Fondé sur des questions et des situations, il peut se pratiquer en famille, entre amis, avec ses collègues les jours de fêtes – anniversaires, soirées de Noël ou de Nouvel An, réunions de promotion... « La première partie, je l'ai faite dans mon groupe de travail, au cours d'un séminaire d'entreprise, raconte Gérard, 36 ans. Au début, c'était pour détendre l'atmosphère pendant une pause. Mais très vite, nous nous sommes mis à parler plus librement et à découvrir chacun sous un angle nouveau. Les questions sont simples, elles ont pourtant donné plus d'intensité à la relation de notre groupe, une nouvelle impulsion créative aussi. Il nous arrive depuis, quand nous en avons le temps, de refaire une partie. »

De 2 à 8 joueurs (Le Souffle d'or, 14,90 €).

@ PSYCHOLOGIES.COM

Des jeux à gagner!

50 jeux de cartes *Jour de fête* sont à gagner dès maintenant et jusqu'au 15 juillet, faites-en profiter vos amis!



Plury One

Conçu par le créateur de jeux Pascal Desclos et édité en 2001, cet opus a été récompensé par le concours Lépine 2007. Fort de son succès, il a été réédité la même année dans une nouvelle version en quatre langues.

Avec un plateau, un dé, un sablier, des jetons, soixante quilles et cent soixante-cinq cartes, les joueurs ont deux minutes pour répondre chacun à une question. Il faut faire appel à son imagination, à son expérience de la vie, à son esprit d'analyse, à son humour, et aussi à sa sincérité, car les autres joueurs votent!

Valérie, 54 ans

« C'est un véritable espace de communication.

J'y ai parfois joué avec ma belle-fille, que je ne connais pas encore très bien, et nous avons pu aborder des sujets personnels, nous dire des choses sur nous-mêmes dont nous n'aurions jamais osé parler en temps normal. Mais il me permet aussi, à chaque fois, de découvrir certains aspects de moi, d'en savoir un peu plus sur mes capacités à m'exprimer, à m'engager ou à m'affirmer. »

De 2 à 8 joueurs. En automne prochain, ce coffret pourra être enrichi par Plury One No Limit, un supplément de deux cent dix questions (Valorémis, 39 €).

Le Jeu de la transformation

L'ancêtre des jeux de développement personnel, en quelque sorte. Conçu par Kathy Tyler et Joy Drake à la Fondation Findhorn, en Écosse, au début des années 1980, il a depuis connu un succès international. Le plateau représente des « chemins de vie ». Les cartes des anges, d'ombre, de lumière ou du « feed-back de l'univers » ponctuent la partie de questions, d'épreuves, ou d'aides. Après avoir choisi une « intention de jeu », une question précise sur sa vie, chaque joueur doit parcourir quatre niveaux : physique, émotionnel, mental, spirituel.

Marianne, 42 ans

« J'y joue régulièrement depuis plus de dix ans avec des amis. Ce qui est incroyable, c'est que chaque fois, d'une façon quasi magique, les parties révèlent le niveau où je suis bloquée intérieurement. Si j'ai un problème émotionnel, il apparaît! Le but étant d'atteindre le niveau spirituel, les réflexions et le soutien des autres me permettent toujours de trouver les solutions pour résoudre le problème, de dépasser le niveau où je suis bloquée et d'obtenir une réponse à ma question. » ●

De 2 à 4 joueurs (Le Souffle d'or, 73 €).

