

Pourquoi jouer au Jeu de la Tortue? (les explications pour les grandes personnes)

Les enfants sont, comme les adultes, traversés en permanence par de nombreuses émotions dont il n'est pas toujours facile de maîtriser les manifestations. Surtout, il n'est pas toujours évident pour elles et eux de les reconnaître. Or, réussir à identifier ses émotions - surtout les plus désagréables - est le premier pas pour sortir de l'état de crise mais aussi et surtout pour identifier ses ressources: LA solution qui convient, ici et maintenant, pour dépasser cette peur, apaiser cette colère, ne plus avoir honte, ne plus se sentir coupable. Et puisqu'il n'y a pas toujours de solution, la ressource choisie fera office de bouclier, de parapluie ou de pansement.

Le jeu de la Tortue est un jeu pour tous les enfants car tous et toutes font face, dans leur quotidien, à des situations plus ou moins difficiles qui susciteront en elles et eux un panel d'émotions variées. Une copine qui nous abandonne au profit d'une autre, un enseignant ou un parent qui nous punit, un monstre caché en-dessous du lit ou un vilain cauchemar...

Chez Solidarité Femmes, un jeu comme celui-ci prend un sens bien particulier. Que peut ressentir un enfant qui voit son papa maltraiter sa maman ? Qui l'entend crier et casser des objets ? Que peut ressentir un enfant dont les parents viennent de se séparer dans un contexte de violences ? Que peut-il ou que peut-elle ressentir quand le passage d'un domicile à l'autre suscite à chaque fois des tensions ? Les enfants qui grandissent dans un contexte de violences peuvent avoir, plus que d'autres, des difficultés à identifier et à verbaliser leurs émotions. Ils peuvent aussi se sentir démunis et réagir aux tensions et aux violences en adoptant des comportements problématiques à l'école comme à la maison, en régressant dans certains apprentissages, en développant du stress et de l'anxiété. Ce jeu, nous l'espérons, leur permettra de découvrir des ressources variées, allant de la plus introspective (la méditation) à la plus concrète (memoriser des numéros de téléphone importants ou identifier des personnes de confiance dans son entourage et à l'école). Tout cela, évidemment, dans une ambiance ludique et détendue. Jouer, ne l'oublions pas, est un droit pour tous les enfants.

Une partie idéale du Jeu de la Tortue se joue à 3 ou 4 enfants entre 6 et 12 ans sous l'encadrement d'un.e intervenant.e. Il n'est pas nécessaire de constituer des groupes d'enfants du même âge. Plus il y a de joueurs et de joueuses, plus la partie sera longue. Avec plus de quatre enfants, elle dépassera probablement une heure. L'intervenant.e peut proposer le jeu à un.e seul.e enfant et jouer avec iel. Cette formule peut être intéressante pour briser la glace en travail thérapeutique et faciliter le dialogue.

Le Jeu de la Tortue, pensé et conceptualisé par Solidarité Femmes, a été illustré par Massimo Pasca et imprimé par Azao Games grâce au soutien de la Coopérative CERA.



Jeu de la Tortue

Reconnaître ses émotions et identifier ses ressources avec Tottie



un jeu de l'ASBL
Solidarité Femmes
dessiné par Massimo Pasca

POUR LES ENFANTS ET LES TORTUES ENTRE 6 ET 12 ANS

A lire ensemble avant de commencer à jouer...

Les bébés tortues marines éclosent sans leurs parents, mais tous en même temps.

Ensemble, on est plus fortes !

Pour arriver jusqu'à la mer, elles doivent accomplir un parcours dangereux et tenter d'échapper à leurs nombreux prédateurs. Ce n'est pas simple et il faut beaucoup de chance. Une fois dans l'eau, elles doivent nager avec énergie, alors qu'elles viennent à peine de naître, pour trouver les bons courants qui les amèneront dans leur environnement naturel.

Heureusement que les enfants ne sont pas des tortues ! Les enfants ont des droits, eux ! Et notamment celui d'être élevés et accompagnés par des adultes bienveillants. Mais comme les petites tortues, ils possèdent aussi des ressources pour faire face aux difficultés. Une de ces ressources est de s'aimer et de savoir reconnaître ses émotions et les respecter. C'est une ressource que tout enfant devrait avoir. Si tu sens que tu ne l'as pas, pas de panique. On peut, à tout âge, apprendre à s'aimer et à reconnaître et accepter les émotions qui nous traversent.

Comme les petites tortues, les enfants avancent dans la même direction : vers le futur.

Tottie est une tortue, mais elle ressemble beaucoup à un enfant. Elle aimerait bien, comme toi, avoir des droits.

Joue avec elle au jeu de la Tortue pour découvrir tes ressources et apprivoiser tes émotions !

Les règles du jeu

Le jeu de la tortue se déroule comme un jeu de l'oie dont les cases renvoient vers des cartes qui leur sont associées. On joue avec des dés. Le ou la plus âgé.e du groupe commence pour montrer l'exemple.

Chaque enfant possède un joker qu'il peut utiliser à tout moment mais une seule fois !

Difficile de répondre à une question, de relever un défi ? Demande de l'aide aux autres joueurs et joueuses. On ne joue pas contre mais avec les autres. La règle numéro 1 est la solidarité et l'entraide.

On ne se moque pas et on écoute les autres s'exprimer.

