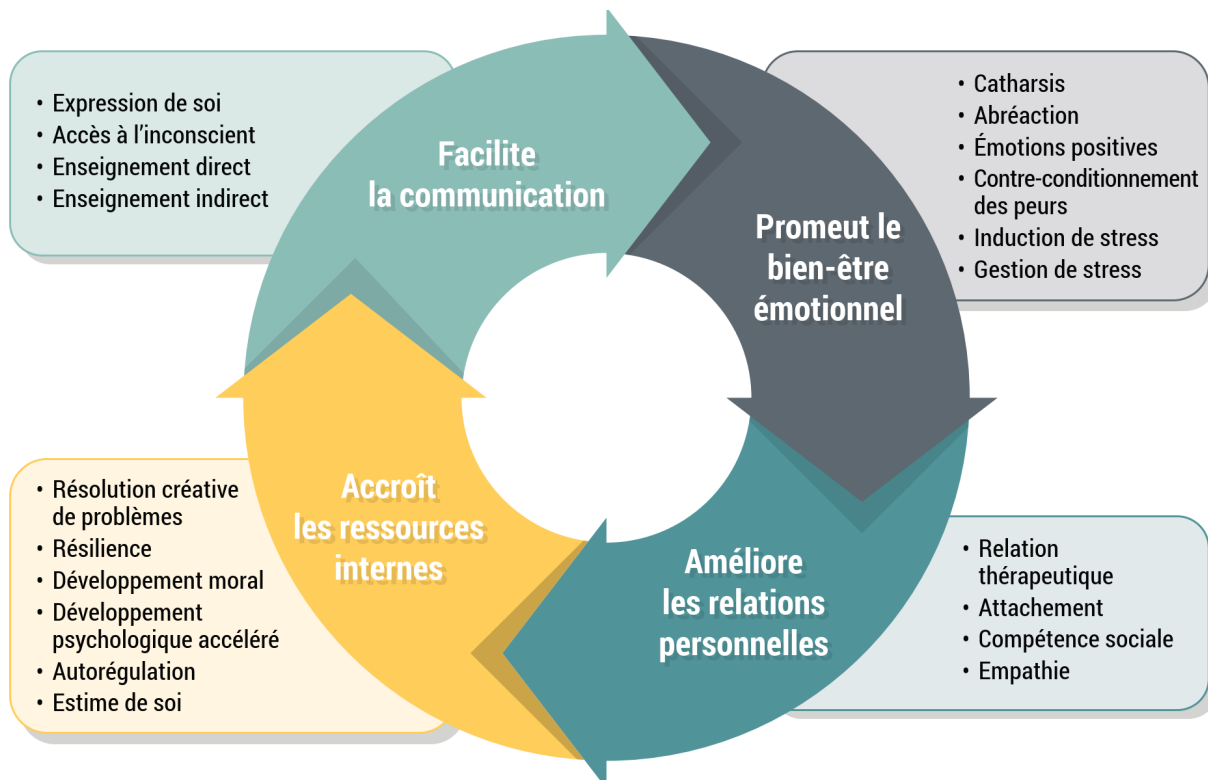


LA THERAPIE PAR LE JEU

ses principes clés et ses références théoriques

La thérapie par le jeu est aidante pour traiter une grande variété de problématiques dus à des événements stressants et déstabilisants pour l'enfant, tels que : le divorce de ses parents, une recomposition familiale compliquée, une réadaptation à un nouveau contexte de vie, le deuil d'un proche, une démotivation scolaire, des difficultés relationnelles, des violences subies, un choc vécu, une maladie avec laquelle il lui faut composer ou qui impacte sa famille, etc.

Les pouvoirs thérapeutiques du jeu (Schaefer & Drewes, 2014) :



Les 20 pouvoirs thérapeutiques du jeu. Graphique adapté et réimprimé avec permission de l'Association for Play Therapy, Play Therapy™, 14(3) de septembre 2019. Graphique original du Dr. Judi Parson, Deakin University, Melbourne, Australie.

La thérapie par le jeu et les arts créatifs est un processus centré sur la personne et attentif:

- à ce qu'exprime l'enfant sans se focaliser sur son problème ou les symptômes en présence
- au vécu présent plutôt que focalisé sur le passé
- à suivre le rythme que donne l'enfant
- à essayer de comprendre plutôt que chercher à expliquer
- à accepter plutôt que chercher à corriger ou changer l'enfant
- à faire confiance au processus et à l'enfant (cf. Landreth, *The art of the relationship*, 2023)

Le thérapeute veille à:

- Instaurer une relation thérapeutique chaleureuse qui permette à l'enfant de travailler en confiance
- Accepter l'enfant tel qu'il est (sans jugement ou flatteries)
- Offrir un espace permettant de se sentir libre d'explorer et de s'exprimer
- Observer puis refléter l'enfant ce qui a été perçu et ressenti de manière à l'aider à mieux se comprendre
- Laisser à l'enfant la responsabilité de faire ses choix
- Suivre l'enfant dans son processus thérapeutique
- Eviter de vouloir accélérer ou diriger son processus
- N'établir que quelques limitations essentielles de sécurité,
- aide l'enfant à rester ancré dans le réel et à se sentir responsable dans la relation.

(principes développés par Virginia Axline, la première thérapeute à avoir explicité la pratique de la thérapie par le jeu (1969))

Références théoriques

La thérapie par le jeu et les arts créatifs est une approche intégrative qui s'inspire notamment des chercheur-e-s et praticien-ne-s suivant-e-s:

- Virginia Axline (adapte de l'approche centrée sur la personne de C. Rogers à l'enfant)
- John Bowlby (théorie de l'attachement)
- C.G. Jung (le monde des symboles avec dans sa foulée la pratique de la thérapie par le jeu de sable)
- Terry Kottman (approche adlérienne)
- Garry Landreth (spécialiste du jeu thérapeutique non-directif centré sur la personne et son application dans le contexte de la thérapie parent-enfant)
- Clarke Moustakas (précurseur de la thérapie par le jeu)
- Byron et Carol Norton (approche expérientielle)
- Violet Oaklander (développe la diversité des outils thérapeutiques et la Gestalt en thérapie par le jeu et les arts créatifs)
- Judith Aron Rubin (pour l'Art Thérapie plus spécifiquement)
- D.W. Winnicott (l'objet transitionnel et le jeu en thérapie)