

Suite à un constat survenu au cours de nos séances de jeu, je voulais approfondir certains aspects du jeu de rôle. Prenez le temps de lire ce texte, il n'en sera que plus profitable ☺

Je définis le jeu de rôles (JDR) comme « *une plate-forme d'apprentissage active basée sur l'imagination, la créativité et l'expérience des participants* ». Le JDR favorise le contact social et la communication, il aide à se mettre dans la peau d'un autre pour se confronter à sa réalité et comprendre son point de vue.

L'investigation et l'aventure sont les deux axes principaux du JDR. Le joueur développe le sens de l'observation, l'organisation et le sens des responsabilités. Sa mémoire, sa concentration, sa logique et sa stratégie sont sollicités au maximum quand il apprend à mesurer et assumer les conséquences de ses actes, à anticiper les événements et les réactions des autres joueurs, à gérer une situation et à résoudre des conflits.

Le JDR fournit des références encyclopédiques qui entraînent le joueur à se cultiver. Dans une ambiance que l'on souhaite décontractée et amusante, il apprend à discuter, il prend de l'expérience et des risques sans danger réel et il tire des enseignements de ses expériences. On ne s'étonnera pas que le JDR enseigne aux futurs diplômés le fonctionnement d'une entreprise!

En s'intéressant au déroulement d'une partie de JDR, on constate qu'il s'agit d'un terrain d'étude de la psychologie et des relations sociales. Il s'agit d'un roman "vivant" et interactif, du vrai théâtre participatif lors duquel les interactions entre les joueurs font évoluer une histoire et des personnages, mais aussi les joueurs.

Le JDR exerce une fonction thérapeutique bénéfique en permettant la socialisation de l'individu dans sa relation avec le groupe. Le joueur apprend à parler sans peur, à s'extérioriser et à s'épanouir. Les amateurs de jeux de rôles sont donc beaucoup plus sociables en général.

Le JDR est un travail d'acteur. Les événements qui surviennent durant les séances de jeu sont simulés: on fait semblant. Les joueurs sont les acteurs d'un film qui se passe dans leurs têtes et

qui n'est pas capté par des caméras. Tout comme les acteurs de cinéma, les joueurs éprouveront des émotions pendant cette simulation. Si les situations sont fictives, les émotions sont bien réelles et c'est ce qui pimente le jeu. Le joueur grandit en apprenant à les gérer.

Le JDR aura des effets positifs sur des joueurs bien encadrés. La discipline qui se forme dans le groupe aide le joueur à acquérir sociabilité, esprit d'équipe et estime de soi. En se projetant dans différents rôles, il se libère de ses craintes, gère ses émotions et canalise son énergie. Les spécialistes s'entendent sur le fait que le JDR aide à évacuer l'agressivité par le défoulement.

Le JDR est donc un outil psychologique puissant et comme tout outil, il doit servir avec prudence. L'utilisation du JDR se compare avec celle des outils de menuiserie: mal utilisés, ils peuvent blesser. Il convient de porter attention.

Si le JDR peut aider l'adolescent à traverser une période difficile de sa vie, le joueur à la personnalité plus fragile aura du mal à distinguer les émotions de son personnage de ses propres émotions. Pour lui, le jeu et la réalité se confondent. Ainsi, lorsque quelque chose dérape dans le jeu de rôles, ce type de joueur est affecté pour vrai et il aura besoin d'écoute afin de ventiler ses émotions.

Cette confusion existe déjà avant que le joueur n'embarque dans le jeu de rôles. Le JDR ne crée pas les troubles émotifs, il ne fait rien de plus que révéler ou exacerber un trouble émotif existant. Par exemple: *une personne aux tendances violentes sera violente qu'elle joue aux jeux de rôles ou non. Il est permis d'espérer que le JDR lui permette d'exacerber cette violence et de se défouler dans le jeu plutôt qu'en commettant des gestes répréhensibles...*

En conclusion, jouez bien, jouez prudemment et n'hésitez pas à ventiler si vous éprouvez des émotions plus fortes qu'attendu. L'émotion est un processus normal du cerveau humain. C'est tout aussi normal d'en parler.

Patrick Loranger, auteur
Rôliste depuis 1996