

## Apprendre le bridge

La formation au jeu de bridge s'étale sur trois années sous l'égide de la Fédération Française du Bridge. Absence de diplôme, de contrôle, d'instance de régulation des conflits : il s'agit d'un loisir, d'un sport cérébral. La succession d'expériences a incité l'auteure à tenir son carnet de route.

Les différentes problématiques l'ont conduite vers les neurosciences notamment vers la théorie de Benjamin Libet : « *Je ne choisis pas mes désirs. Je ne fais que les sentir et agir en conséquence.* » Des scanners cérébraux sont aujourd'hui utilisés pour prédire les désirs et les décisions des gens bien avant qu'ils en aient conscience. La volonté et l'intention ne seraient-elles qu'illusion ? Nos intentions ne sont pas systématiquement à l'origine de nos actions. Tout ce qui se produit est d'abord inconscient avant de devenir conscient avec un retard d'une demi-seconde à dix secondes. La conscience réagit émotionnellement par la satisfaction ou son contraire.

Du trac à la désinvolture crispée, de la courtoisie à la duplicité, entraînements, tournois, championnats, la formation a permis à l'auteure de comprendre l'état d'humilité stricto-sensu. Constante, la problématique de l'impatience et de la tolérance s'immerge dans un effet synergique. Apprendre à jouer au bridge, c'est combattre en arborant la niaque, la volonté de vaincre, seulement en disposant de moyens ainsi que du mental appropriés afin d'atteindre l'objectif d'une application enthousiaste avant tout.

*Cadre Socio-éducatif dans sa vie active, Elyane CAUBET est co-auteure de l'ouvrage Le Service Social Hospitalier publié en 2002 aux éditions L'Harmattan. Elle a diffusé de nombreux articles notamment en Travail Social et en Gérontologie dans différentes revues. En complément de la responsabilité d'encadrement, formateur et conférencière, elle a articulé le résultat de ses recherches à l'enseignement des Sciences de la Santé dans les instituts ad-hoc.*

ISBN : 978-2-343-13620-2  
17 €

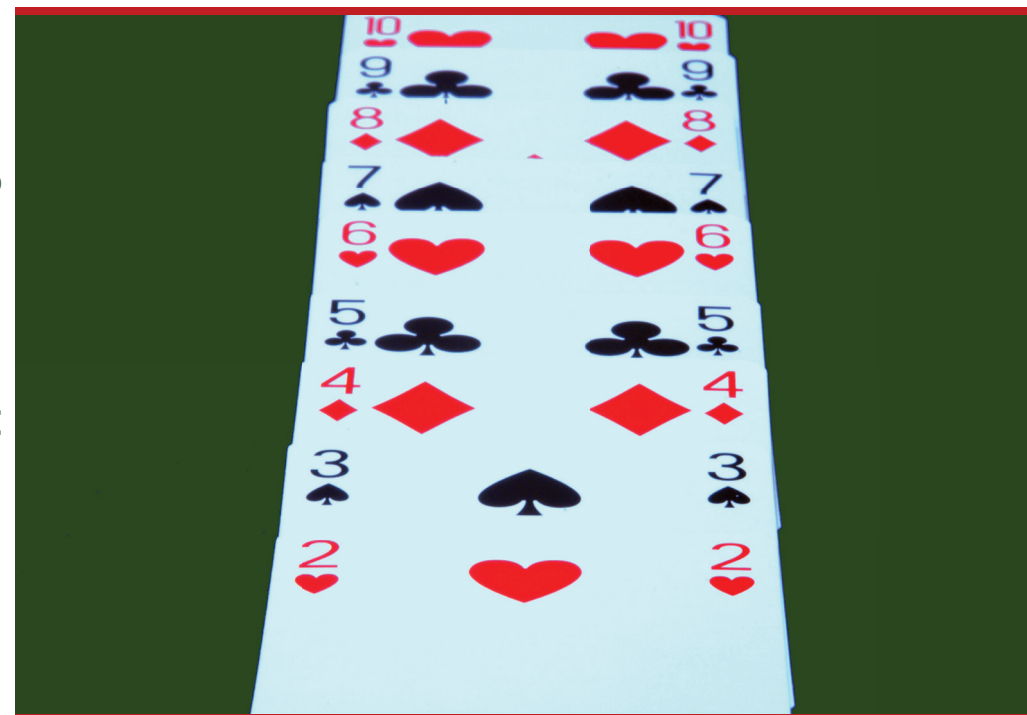


Elyane Caubet

Apprendre le bridge

# Apprendre le bridge

Entre espoirs et désillusions



L'Harmattan