

## ANALYSE : LE JEU VIDÉO, INQUIÉTANT OU VALORISANT ?

## « Il n'y a pas d'addiction »

Le jeu vidéo est désormais incontournable, mais sa pratique reste encore pointée du doigt par certaines études. Alors, dangereuse ou pas ?

ALEXANDRA TAUZIAC

a.tauziac@sudouest.fr

Avec ses 2,7 milliards d'euros de chiffre d'affaires en 2014, le jeu vidéo pèse lourd en France, où il est devenu la deuxième industrie culturelle derrière le livre, selon le Syndicat des éditeurs de logiciels de loisirs (Sell). Au début des années 2000, seuls 20 % des Français se déclaraient joueurs. Désormais, plus d'un sur deux admet jouer.

Devenus incontournables, les jeux vidéo restent toutefois critiqués, voire craints. Même si certaines études commencent aussi à vanter leurs vertus pédagogiques, la liste des reproches reste longue, avec en tête la violence et l'addiction.

**Souvent pointés du doigt**

« L'utilisation problématique d'Internet, en tant que support pour les jeux en ligne et en tant que média à part entière, a été documentée en France, écrivait ainsi, en début d'année, l'Institut national de prévention et d'éducation pour la santé. L'Inpes fait ici référence aux premiers résultats de l'enquête du programme d'étude sur les liens et l'impact des écrans sur l'adolescent scolarisé, baptisée Pelleas.

Selon cette étude, « un élève sur huit aurait un usage problématique des jeux vidéo ». Et il s'agirait la plupart du temps d'adeptes des jeux de rôle en ligne massivement multijoueurs (1) ou MMORPG, comme le célèbre « World of Warcraft », qui réunissent, selon l'Inpes, les conditions « pour que la passion se transforme en obsession ».

Obsession qui, dans les cas les plus extrêmes, amènerait certains « accros aux jeux en ligne à oublier de manger, ne plus se laver, le corps ayant moins d'importance puisque sa représentation sous forme d'avatar est dans le jeu... » Et les chercheurs de l'enquête Pelleas d'expliquer que les MMORPG « sont régulièrement pointés du doigt pour leur caractère addictif ». Le fameux : c'est la faute des jeux vidéo, ils rendent addictif.

**Méfiance envers le numérique**

Est-ce vraiment le cas ? « Il y a vis-à-vis du numérique en général une méfiance, pour ne pas dire une animosité, qui se traduit par des études de ce type, qui cherchent coûte que coûte à "pathologiser" des conduites », déplore Yann Leroux, psychologue et membre de l'Observatoire des mondes numériques en sciences humaines (OMNSH). Il le clame haut et fort depuis des années : il n'y a pas d'addiction aux jeux vidéo.

Cette notion est née des critiques récurrentes sur le temps que peuvent passer certains joueurs sur leur console. Mais, comme l'expliquait déjà en 2009 dans « Le Monde » Yann Leroux, le fait même de parler d'addiction « pose un lourd problème, car toute passion peut alors être "pathologisée", que vous fassiez du radio-modélisme ou que vous passiez votre temps à jouer aux échecs ou à lire... On débouche très vite sur des positions paradoxales, voire intenables. »

### « Si excès il y a, le jeu n'est jamais la cause, seulement le catalyseur »

Un avis que partage Vanessa Lalo, également psychologue spécialisée dans les usages numériques : « Lorsqu'on parle d'addiction aux jeux, on se trompe de diagnostic, renchérit-elle. Il faut replacer les choses dans leur contexte : le jeu n'est qu'un outil, un média. Si excès il y a, le jeu n'est jamais la cause, seulement le catalyseur. »

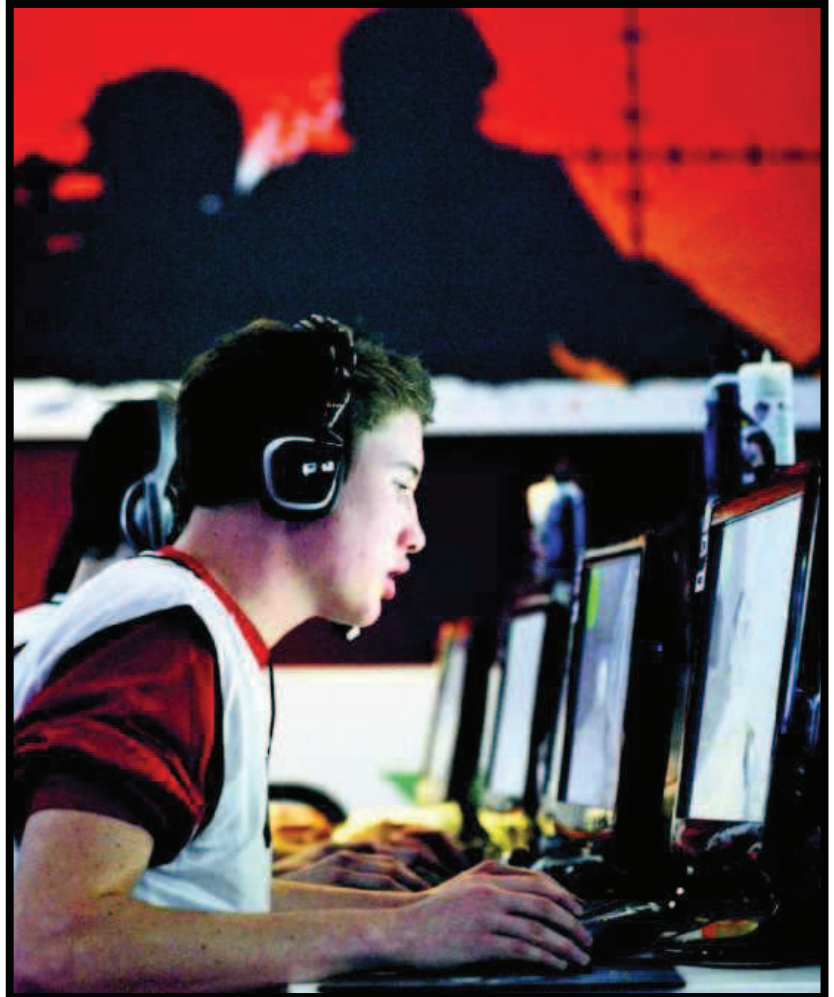
**Le jeu vidéo, un révélateur**

« Quand on passe du temps avec une machine, le plus souvent, ce n'est pas la machine qui est en cause », affirme aussi Yann Leroux. « Quelqu'un de très énervé peut décharger son énergie sur sa console pour diminuer les tensions sur le moment. Mais cela ne règle pas les problèmes de fond. » Des problèmes qui sont finalement toujours les mêmes, quel que soit le média (jeu, livre, film), note Vanessa Lalo.

« Ennui suite à un décrochage scolaire ? Problème de chômage ? Deuil ? » Autant de situations difficiles auxquelles les jeux permettent d'échapper.

« Il y a quelque chose de valorisant dans le fait de cumuler des points d'expérience, réussir une quête, etc., explique la psychologue. Cela permet d'obtenir des gratifications que l'on n'est pas toujours en mesure de recevoir dans le monde réel. »

Alors, plutôt que de se braquer, Vanessa Lalo conseille aux parents de se servir des jeux comme support de discussion avec leurs enfants. Car tout est question de contexte. « Jouer à GTA V (déconseillé aux moins de 18 ans) à 10 ans ne pose pas de problème, juge-t-elle. Tant que les parents sont là pour décrypter les images. C'est même l'occasion d'aborder des thèmes

**« SERIOUS GAMES »**

## Une autre façon d'apprendre

Loin d'être la cause de nombreux maux de la jeunesse, les jeux, s'ils sont utilisés de manière intelligente, « permettent même de rattraper des jeunes qui sont en décrochage scolaire parce qu'ils ne percutent pas au même moment, ou pas de la même manière, que les autres », affirme la psychologue Vanessa Lalo.

C'est dans ce but que se multiplient les « serious games », à l'image de « EduQuest - Bac histoire 2015 », une application téléchargeable gratuitement sur smartphones et tablettes et qui permet de réviser de manière ludique. Qu'ils soient éducatifs, informatifs ou en-

gagés, ces « serious games » se développent de plus en plus. Mais ils ne bénéficient évidemment pas du battage médiatique auquel ont droit les blockbusters vendus dans le commerce.

**Pont entre virtuel et réel**

Une façon de créer un pont du virtuel vers le réel. Car la crainte souvent évoquée, notamment par les parents, est que les jeunes perdent la notion du réel, comme si l'excluait l'autre. « Il y a pourtant de

vraies choses à valoriser dans les jeux », rétorque Vanessa Lalo. À commencer par les si critiqués MMO (jeux multijoueurs en ligne). Grâce à eux, « on fait une expérience de groupe riche qui assigne à chacun des rôles, des places, des fonctions, analyse Yann Leroux. Les fantasmes de toute-puissance vont être vite mis à mal par les demandes du groupe, par le travail commun à réaliser. »

comme le pouvoir, l'argent facile, la violence etc. sans avoir recours à une discussion trop frontale lors de laquelle tout le monde se braque. »

« Cela suppose donc de s'intéresser au sujet et de chercher un peu », souligne Vanessa Lalo. Rien n'empêche toutefois de simplement commencer par détourner les jeux à succès, comme « Assassin's Creed Unity », pour comparer les événements narrés et les personnages représentés à la réalité historique, en l'occurrence la Révolution française.

« Ils permettent de découvrir la stratégie, d'apprendre à créer une communauté, à gérer la frustration, et font travailler différentes intelligences », renchérit Vanessa Lalo, selon qui « tous les jeux peuvent être utilisés à des fins sérieuses ».

Certains affichent carrément cette volonté (lire ci-contre), comme « Soldats inconnus : mémoires de la Grande Guerre », d'Ubisoft, inspiré de lettres écrites pendant la Première Guerre mondiale. « Un jeu magnifique », de l'avis de la psychologue, qui le conseille pour travailler sur le conflit 14-18.

Et de citer « Minecraft » comme le meilleur exemple de jeu que l'on peut détourner à des fins éducatives : « Aussi bien en langues qu'en histoire, en faisant recréer aux enfants des monuments historiques, ou même en physique ». À tel point qu'une version éducative a fini par voir le jour.

De toute manière, « le numérique est là et bien là, alors autant s'y intéresser et s'en servir », conclut Vanessa Lalo.

**Les jeux vidéo, cause de mal-être ? Non, répond la psychologue Vanessa Lalo.**

PHOTO AFP

« Ils permettent de découvrir la stratégie, d'apprendre à créer une communauté, à gérer la frustration, et font travailler différentes intelligences », renchérit Vanessa Lalo, selon qui « tous les jeux peuvent être utilisés à des fins sérieuses ».

Certains affichent carrément cette volonté (lire ci-contre), comme « Soldats inconnus : mémoires de la Grande Guerre », d'Ubisoft, inspiré de lettres écrites pendant la Première Guerre mondiale. « Un jeu magnifique », de l'avis de la psychologue, qui le conseille pour travailler sur le conflit 14-18.

Et de citer « Minecraft » comme le meilleur exemple de jeu que l'on peut détourner à des fins éducatives : « Aussi bien en langues qu'en histoire, en faisant recréer aux enfants des monuments historiques, ou même en physique ». À tel point qu'une version éducative a fini par voir le jour.

De toute manière, « le numérique est là et bien là, alors autant s'y intéresser et s'en servir », conclut Vanessa Lalo.

(1) En anglais, Massively Multiplayer Online Role Playing Game, soit MMORPG.