

# LES JEUX VIDÉOS

Apparus sur consoles, les jeux vidéo ont été développés sur tous les supports numériques actuels : ordinateurs, tablettes et smartphones. Tout est devenu accessible aux adeptes des jeux vidéo pour rallonger leur temps de jeu, et jouer en toute circonstance.

En ligne ou sur console, le jeu vidéo fait partie intégrante du quotidien de près de la moitié des Français : l'étude GFK nous indique qu'il y aurait 28 millions de joueurs en France. Précisons que près de 6 millions d'entre eux sont adeptes de jeux payants sur Internet. L'âge moyen des joueurs en ligne tourne autour de 35 ans. Qu'en est-il des plus jeunes ?

## 1 – LES ENFANTS ET LEUR PRATIQUE DES JEUX VIDÉOS

L'étude GFK montre que même si plus de 60% des filles jouent aux jeux vidéo, elle y consacrent moins de temps que les garçons. En effet, 95% des garçons de 8 à 12 ans jouent aux jeux vidéo, et y passent 6 heures par semaine. Cette durée augmente chez les 13-19 ans, atteignant les 9 heures de jeu par semaine, contre 10 heures pour la télévision et 12 heures pour Internet.

Qu'ils soient ludo-éducatifs ou répertoriés dans l'une des catégories phares du moment (sport, aventure, stratégie, combat), les jeux vidéo font aujourd'hui partie de l'univers de plus de 70 % des enfants. Diversifiés à souhait, enrichis de graphismes enfantins, ou au contraire d'un réalisme époustouflant, il y en a pour tous les goûts, et pour tous les âges...

Et justement, concernant les âges, nous avons constaté, lors de nos passages dans les établissements scolaires, qu'une écrasante majorité de collégiens, et même bon nombre d'écoliers, ont expérimenté des jeux vidéo déconseillés aux moins de 18 ans : notamment « Call of Duty », « G.T.A. » et « Assassin's Creed ». Beaucoup d'entre eux reconnaissent même y jouer régulièrement : les uns, chez des copains, ou chez eux en l'absence de leurs parents ; les autres, en toute transparence, ces jeux leur ayant été achetés par leurs parents, ou appartenant à leur père qui les laisse jouer avec lui.

## 2 - LES JEUX VIDEOS ONT DES BIENFAITS, MAIS ATTENTION AU RISQUE DE DÉPENDANCE !

Les jeux vidéo constituent un moyen très efficace d'initier les jeunes au multimédia :

- *ceux dédiés aux petits* peuvent devenir un véritable allié dans l'éveil et le développement ; ils permettent d'entraîner leur habileté, leurs réflexes, leur sens de la coordination et de l'anticipation, voire leur imagination.
- *ceux consacrés aux plus grands* leur permettent d'évoluer dans un monde virtuel qui les valorise, de s'évader, d'échanger leurs expériences entre copains, mais aussi de se défouler, contribuant ainsi à canaliser certaines pulsions agressives. Captivante, interactive, cette activité prend parfois une dimension magique : le temps du jeu, notre enfant est le maître de ce petit monde imaginaire.

Néanmoins, si notre enfant se met à ne plus vouloir sortir ni voir ses copains, et qu'il passe l'essentiel de son temps libre derrière les manettes, c'est que sa pratique des jeux vidéo est devenue une véritable addiction. Cette conduite peut refléter des difficultés dans la famille ou un manque d'échange, de communication, qui lui donne envie de se réfugier dans sa bulle virtuelle, ce monde d'images.

Les conduites de l'enfant face aux jeux vidéo sont les reflets de sa situation en famille. S'il a trop tendance à jouer aux jeux vidéo, au détriment des autres activités normales d'un enfant de son âge (sport et autres loisirs en extérieur), il est alors temps pour nous autres parents d'agir... en commençant par chercher à comprendre ce qu'il se passe.



### 3 – LES PARENTS FACE AUX JEUX VIDÉOS : RESTONS LES MAITRES DU JEU...

- ... en s'assurant que le contenu des jeux vidéo est compatible avec l'âge de notre enfant et nos valeurs morales



Pour vérifier le contenu des jeux vidéo de notre enfant, il n'y a rien de mieux que de jouer avec lui, ou au moins de rester à ses côtés et l'observer aux commandes des manettes. Déjà, c'est l'occasion pour nous d'être un peu plus " dans le coup " ! Mais c'est surtout l'occasion de partager ces moments en famille : nous pouvons en profiter pour commenter le jeu avec notre enfant, échanger nos points de vue, lui faire prendre conscience de la violence éventuelle de certaines scènes. Il est bon d'adopter une attitude cohérente avec **l'éducation** que nous souhaitons lui donner, pour qu'il sache exactement quels jeux lui sont autorisés ou non, et pourquoi.

Car si, à l'instar des programmes télé ou des films de cinéma, des limites d'âge sont indiquées en gros sur les boîtiers des jeux vidéo, c'est parce que des pédopsychiatres ont déterminé que les images diffusées et/ou les propos tenus dans ces jeux vidéo sont inappropriés pour les enfants ayant un âge inférieur à la limite qu'ils fixent : en effet, les enfants n'ayant pas encore atteint l'âge indiqué n'ont pas la construction mentale et le recul suffisants pour que leur cerveau intègre ces images sans risquer d'induire la confusion dans leur esprit, de semer le trouble dans leur perception des choses, de heurter leur sensibilité, leur pudeur.



Afin d'éviter ces risques de perturbation chez notre enfant, on peut évaluer au premier coup d'oeil le contenu des jeux vidéo grâce à la **norme P.E.G.I.** (Pan European Game Information) : il s'agit d'une classification par âge directement identifiable sur le devant de la boîte de jeu (le nombre représentant l'âge minimal requis). C'est à l'arrière du boîtier que se trouvent des pictogrammes indiquant le contenu du jeu : langage grossier, discrimination, violence, peur, drogue, jeux de hasard, nudité.



➤ ... en limitant la durée de jeu

Malgré tout, il est bon de limiter une trop forte pratique, même si elle n'entraîne pas forcément des troubles du comportement. Chez les petits, le jeu virtuel ne doit pas remplacer le jeu réel et l'interaction qu'ils ont avec le monde physique. Réagissons aussi si notre enfant prend un peu trop l'habitude de s'isoler dans sa **chambre** pour jouer. C'est à nous de fixer des règles et les priorités (notamment par l'établissement de plages-horaires à respecter). Car jouer aux jeux vidéo, c'est bien, mais c'est encore mieux après **les devoirs**, et entre deux autres activités, histoire de varier les plaisirs.



➤ ... en évitant à notre enfant une fatigue visuelle et les risques d'épilepsie

Comme pour la télévision, il est préférable que l'enfant se trouve dans une pièce bien éclairée, à une distance raisonnable de l'écran : 1 mètre à 1 mètre 50. Pour les plus petits, l'idéal est une console branchée sur la télé. Ne laissons pas notre enfant jouer des heures durant, et s'il joue longtemps, obligeons-le à faire des pauses (d'au moins dix minutes toutes les heures). Diminuons la luminosité de l'écran et baissions le son. Attention : certains enfants sujets à l'épilepsie (ceux sensibles à la lumière, soit 2 à 5 % des malades) peuvent déclencher une crise après avoir joué à des jeux vidéo. Renseignements au B.F.E. (bureau français de l'épilepsie) : 01 53 80 66 64.

➤ Précautions propres aux jeux en ligne :

➔ Jouer dans l'anonymat

Si notre enfant joue en réseau sur Internet, il doit toujours utiliser un **pseudonyme pour préserver son identité**, et nous prévenir s'ils reçoit un message suspect ou injurieux (ce qui arrive assez fréquemment, même sur des jeux vidéo conçus à la base pour un public très jeune, comme « Clash of Clans »). À nous, aussi, de le surveiller...

➔ Importance du logiciel de contrôle parental

On constate également, que le contrôle parental reste le point à améliorer pour limiter l'accès aux jeux vidéo puisque, selon une étude de la SOFRES, moins d'un tiers des foyers à installé un logiciel de contrôle parental sur l'ordinateur, un foyer sur 8 sur la console, et un foyer sur 10 sur les téléphones mobiles.



6 adolescents sur 10 déclarent s'être déjà sentis gênés par du contenu de jeu, notamment par des situations effrayantes, des images violentes et des propos racistes. En effet, cela se répercute également dans les magasins et les jeux en lignes, puisque 52% des adolescents avouent avoir déjà joué à des jeux déconseillés pour leur âge. Par ailleurs, 8% des adolescents, qui savent que les jeux de hasard sont interdits aux mineurs, reconnaissent avoir déjà tenté d'y jouer.

Un phénomène qui représente un secteur porteur, puisque le jeu vidéo attire de plus en plus de monde, et de tout âge. C'est un moyen qui permet aux parents que nous sommes de se rapprocher de nos enfants en essayant de s'intégrer à leur univers. Cependant, la vigilance est de mise pour limiter son accès, afin que les jeunes puissent distinguer la fiction du réel.

#### **4 – PEDAGOJEUX : LES JEUX VIDEOS EXPLIQUES AUX PARENTS**

Bon nombre des parents que nous sommes se retrouvent démunis devant l'univers des jeux vidéo, et se posent beaucoup de questions. C'est pour tenter d'y répondre que le site « Pédagojeux.fr » a été créé : il s'agit d'un site d'information et de sensibilisation à destination des éducateurs et des parents sur tous les aspects liés aux jeux vidéo.

Le but de « PédaGoJeux » est de donner aux adultes personnellement ou professionnellement concernés les clés de compréhension de cet univers, ainsi que des informations sur les questions sensibles, telles que la pratique excessive ou la violence des jeux, ou encore leur parler des dispositifs techniques de contrôle parental.

Les créateurs de « PédaGoJeux » souhaitent rendre le site accessible et clair à tous les parents. Pour cela, ils ont fait appel à des spécialistes du jeu vidéo.

« **PédaGoJeux** » est composé de 6 grandes rubriques où les parents sont invités à piocher les informations utiles. Ils peuvent aussi transmettre toutes les questions qu'ils se posent sur les jeux vidéo : des spécialistes du site y répondront. Une foire aux questions est également disponible, reprenant les principales interrogations des familles.

Les créateurs de « PédaGoJeux » ont également sollicité des experts de l'enfance et de l'adolescence, notamment pour les questions les plus sensibles.

