



FICHE 11

# GAMERS & GAMEUSES

Parfois très méconnus de certains adultes, les jeux vidéo sont pourtant multifacettes: un business florissant, une passion d'ado (et pas seulement...), un sport de compétition (esport) et enfin, le lieu de cristallisation de conflits familiaux! Bref, ils font parler d'eux, tant chez les adultes étrangers à ce domaine que chez ceux et celles, gamers-euses de longue date, qui se posent des questions sur leurs usages en voyant ceux des jeunes...

## ETAT DES LIEUX

Les jeux vidéo peuvent être classés dans des catégories. Nous vous proposons un état des lieux, très loin d'être exhaustif, qui pourrait malgré tout vous aider à appréhender ce monde peut-être inconnu. (Mais vous commencez à connaître notre rengaine, la meilleure manière de s'informer à ce sujet reste de demander à vos jeunes ;-))

- Les **jeux de plateforme**: ils reposent sur la simplicité: un héros ou une héroïne saute d'élément en élément pour éviter des obstacles (ravins, lave, etc.) et change de niveau à la fin de chaque partie réussie pour faire avancer le jeu. Par exemple: Super Mario Bros et Sonic.
- Les **FPS** (First Person Shooter): ce sont des jeux vidéo de tir en 3D très immersifs (on peut voir l'action à travers les yeux du héros ou de l'héroïne, sauf

Cette fiche renvoie à cet épisode du podcast



Toutes les ressources liées à la thématique sont disponibles dans ce tableau !



dans la variante des TPS où l'on voit la scène «derrière» le personnage). Ils demandent de la concentration et de la précision pour abattre rapidement l'adversaire avant d'être touché. Par exemple: les Counter Strike et Call of Duty.

- Les **RPG** (Role Playing Game ou «jeu de rôle» en français): inspirés initialement des jeux de rôle sur table (comme Donjons et Dragons), ils permettent à un-e joueur-euse d'incarner un rôle qui évolue dans une aventure. Grâce aux multiples possibilités de scénario et aux dialogues, ces jeux offrent immersion et attachement aux personnages. Par exemple: Final Fantasy, la licence Zelda.

- Les **MMORPG**: ils associent jeux de rôle et jeux en ligne multijoueurs-euses. C'est donc une variante des RPG et leur succès est dû à cette interaction, à la collaboration avec d'autres joueurs-euses et au fait que ce jeu n'a jamais de fin! Le terme «raid» qui apparaît dans les POV fait d'ailleurs référence à la possibilité de lutter en groupe contre les créatures du jeu. Par exemple: World of Warcraft, Final Fantasy XIV
- Les **MOBA**: ces Multiplayer Online Battle Arena mettent en scène un arène multijoueurs où le but est «simplement» de vaincre l'adversaire. Cela demande donc de la coopération, ce qui explique que ce soit la référence pour l'Esport. Stratégie, anticipation et esprit d'équipe sont les maîtres-mots de cette catégorie. Par exemple: League of Legends

Il existe une multitude d'autres catégories que nous vous citons ici: Party game (Among Us, Just Dance), jeux de simulation, jeux de sport (FIFA), jeux de combats, jeux d'horreur, jeux sandbox, Battle royal (Fortnite), jeux d'action et d'aventure, puzzlers, jeux de réflexion, etc. N'hésitez pas à consulter les deux articles indiqués dans les ressources pour aller plus loin.

Le jeu vidéo est donc un média vidéoludique. Il permet aux utilisateur-rices de jouer, de communiquer, de se montrer créatif-ve et de développer potentiellement des aptitudes positives.

## SES ATOUTS

Vous le comprenez, l'univers des jeux vidéo présente des atouts peut-être insoupçonnés.

- **Un lien social**: pendant le confinement lié à l'épidémie du Covid-19, l'OMS (organisation mondiale de la santé) en a conseillé l'usage aux jeunes pour briser leur isolement. Bon, même si c'est un peu contradictoire à leur envie de

reconnaître «l'addiction» au jeu vidéo comme maladie mentale (et vous vous doutez qu'on est complètement contre cette idée!). Cependant, les jeux vidéo créent un lien très fort de collaboration, d'entraide et de communication.

- **Les nombreuses compétences développées** : l'agilité intellectuelle (rapidité d'analyse et de décision) et l'intelligence spatialisée (repérer très rapidement dans un espace ce dont on a besoin pour l'action) sont surtout mises en avant. On peut aussi discuter de la résolution de problèmes, de la coordination main-oeil, etc.
- **Se changer les idées**: être un-e adolescent-e n'est pas facile tous les jours... S'évader quelque temps dans un jeu vidéo peut donner un répit appréciable pour mieux affronter ensuite les éventuels problèmes rencontrés.
- **Profiter de merveilles technologiques et l'exploration de mondes imaginaires** : les jeux vidéo offrent souvent des mondes fantastiques qui peuvent stimuler l'imagination des joueurs et des joueuses.
- **Passer un bon moment** : les jeux vidéo sont loin d'être des médias qui éloignent. Tout au contraire, ils peuvent rapprocher des générations. Des jeux utilisés sur la Wii par exemple sont de formidables moments passés entre ami-es ou en famille.

N'oublions pas non plus qu'il existe, à côté des jeux vidéo plus «classiques», ce qu'on appelle des serious game. Des jeux qui ont des portées éducatives à la base dans une démarche ludique. Et on ne parle pas seulement d'activités pour apprendre l'orthographe en s'amusant, non non. Pour une anecdote un peu cocasse mais bien réelle, certains jeux vidéo sont utilisés en maisons de repos pour freiner l'évolution

de certaines pathologies. Neuroracer est un jeu de voitures où la personne doit réaliser 2 actions en même temps, ce qui offre à nos aînés la possibilité de développer des fonctions cérébrales spécifiques. X-TORP, est un jeu vidéo d'aventure pour les personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer.

## ET ALORS, LA VIOLENCE DES JEUX VIDÉOS !?

On entend souvent «mais les jeux vidéo violents rendent nos jeunes violents».

FAUX. Voilà.

Bon, on pourrait s'arrêter là mais on ne va pas le faire. Il est vrai que le réalisme proposé dans certains jeux vidéo peuvent faire peur, surtout quand il s'agit de jeux où les actions sont violentes (foncer dans d'autres voitures, tuer des gens, etc.). Mais la causalité entre «jouer aux jeux vidéo violents» et «être violent» est une légende urbaine. On vous explique. *En réalité, une étude réalisée en 2014 à l'Université de Rochester montrait que le fait de ne pas atteindre un nouveau niveau pouvait rendre le joueur ou la joueuse plus agressive et lui faire ressentir une forme de colère. Richard Ryan, le psychologue à la base de la recherche, explique que la présence de la violence n'apparaissait pas comme un facteur déclencheur. C'est tout un contexte autour qui pourrait mener à de la violence : un contexte familial, personnel, scolaire.*

*D'ailleurs, un autre psychologue de Floride, Christopher J. Ferguson soutenu par les recherches d'une sociologue Karen Sternheimer, souligne que les taux de crimes violents commis par des mineures a baissé de 77% dans les 10 années qui ont suivi la sortie de plusieurs jeux vidéo en 3D dont les objectifs étaient de «shooter» d'autres personnes. Les jeux vidéo peuvent devenir un exutoire. Selon une étude de*

*l'ALD (Association canadienne du Logiciel de Divertissement), 85 % des joueuses et joueurs interrogés ont affirmé que les jeux vidéo atténuent le stress; 84 % considèrent que cette activité leur apporte de la joie.*

## «NOS ADOS SONT ACCROS AUX JEUX VIDÉO»

Il faut utiliser cette idée avec énormément de vigilance. On préfère parler de pratique excessive plutôt que d'addiction. Ça vient d'ailleurs de l'OMS (dont on parlait au début de cette fiche). En anglais, l'Organisation Mondiale de la Santé a parlé de «gaming disorder» et ça a été traduit en français par «addiction aux jeux vidéo». Grande erreur car cela a fait peur à tout le monde. Il s'agit plutôt d'un trouble. Et pour qu'il y ait un trouble, il faut qu'il y ait un surinvestissement des écrans **AU DÉTRIMENT** des autres aspects de la vie personnelle du jeune ou de la jeune et ce, pendant au moins 12 mois. Vanessa Lola, *psychologue clinicienne et spécialiste des comportements numériques annonce qu'au niveau des études, on a 1 à 2% de la population qui pourrait avoir un trouble du jeu vidéo, ce qui est extrêmement faible.*

## MAIS ALORS QUE FAIRE?!

Vous avez l'impression que les jeunes passent leur temps sur Fortnite? sur le nouveau GTA6? Il faut sortir de ces usages d'adultes! Vanessa Lalo explique "en ce qui concerne le jeu vidéo, si on ne joue qu'une heure par semaine mais qu'on ne pense qu'à ça toute la semaine, ça va être potentiellement très compliqué et générer un trouble. Si en revanche, on joue 12, 13, 14 heures par jour parce qu'on est un joueur professionnel, on n'aura aucun trouble parce que c'est cadré, on s'entraîne d'une manière sportive avec une équipe, avec une hygiène de vie. On se lève à heure fixe, on mange à heure fixe, on dort bien, on fait du sport..."

- Comme nous l'avons déjà dit dans plusieurs autres thématiques, misez sur **l'accompagnement**. Intéressez-vous aux pratiques des jeunes et adoptez un point de vue a priori **positif**. Pour les plus jeunes surtout, informez-vous sur les jeux auxquels ils jouent. Les normes PEGI peuvent vous donner une indication intéressante à propos de l'âge requis et du contenu du jeu. Cette recommandation ne vous donnera malgré tout pas ce conseil: considérez le jeu vidéo comme une source de loisirs et d'apprentissages et non pas comme un-e baby-sitter!
- En parlant justement de la gestion du temps: **discutez-en** ensemble et fixez plutôt un nombre de parties (quand c'est possible dans la structure du jeu) plutôt qu'un temps précis qui pourrait obliger à stopper en plein milieu d'une action. Vous n'apprécieriez pas qu'on interrompe votre série en plein climax, non?
- Soyez **un-e modèle** pour vos jeunes. Il sera difficile de limiter leur temps de jeu si vous-mêmes, vous scrollez sans fin sur votre téléphone.

## PAR CONTRE, LE SEXISME ET LA MISOGYNIE SONT BIEN PRÉSENTS

Bon déjà, il ne faut pas être un-e feru-e des jeux vidéo pour se rendre compte que les personnages des jeux vidéo sont sexistes et hypersexualisés. Les personnages masculins sont du genre macho, gros muscles et j'ai tout envie de péter ! Les personnages féminins ont des attributs qui correspondent aux standards de ce qu'aime (dans la norme) les hommes. Elles sont souvent représentées à moitié nue ou dans des tenues hyper suggestives. On pourrait déjà questionner la représentation des femmes dans les jeux vidéo.

Mais on a aussi envie de parler des voix qui s'élèvent depuis quelques temps autour des propos sexistes, misogynes, dégradants et insultants que vivent les meufs qui jouent aux jeux vidéo. Elles essayaient déjà de parler mais la situation a réellement éclaté lorsque Maghla a dénoncé une vague de cyber-harcèlement sexiste auquel elle est confrontée, et ce depuis des années. Le mouvement a pris de l'ampleur et des centaines de joueuses, streameuses ont trouvé un (petit malheureusement) espace pour se faire entendre. Menaces, deepfakes, usurpation d'identité, etc. Elles vivent un enfer, tout ça, parce que ce sont des femmes sur un terrain créé par et pour les mecs. Certaines vont même jusqu'à utiliser de faux pseudos et ne jamais parler dans des jeux vidéo collaboratifs en ligne, pour éviter qu'on ne reconnaisse qu'elles sont des femmes et donc qu'on les nie pendant le jeu (au mieux) et qu'on les insulte et les menace (au pire!).

On vous invite à regarder quelques vidéos à ce propos qui se trouvent dans les ressources.



E.R. : Ultra Vagues - [www.ultravagues.com](http://www.ultravagues.com)