Les jeux vidéos, un monde à part?

Une technologie en constante évolution

De nombreux auteurs s'intéressent à l'influence des nouvelles technologies de l'information et de la communication (TIC) tels qu'Internet ou le jeu vidéo sur l'individu et son environnement. Ceux-ci regroupent les activités ludiques (jeux), les activités de contacts (courriel, forum, chatts, rencontres, et maintenant les blogs), les activités d'information et les pratiques sexuelles par les sites pornographiques. La réglementation de ces activités est quasi inexistante, hormis dans le domaine de la pornographie et la pédophilie. (Réf art. 197 CPS, SCOCI DFJP, Action Innocence). La majorité des jeux vidéos se déroulent dans un environnement violent ou sont basés sur une forme de combat. Le graphisme, toujours plus réaliste, combiné avec la composante compétitive, rend les jeux vidéos très excitants et stimulants. De nombreux spécialistes se penchent sur la corrélation entre les jeux vidéos à contenu violent et les comportements agressifs (réf. C.A. Anderson et K.E. Dill 1999). Bien que préoccupant et d'un grand intérêt, nous n'aborderons pas ici ces aspects particuliers ; la littérature est abondante à ce sujet et le débat reste entier.

Une politique marketing offensive

Les possibilités d'accès aux jeux sur écran se multiplient sans cesse. La politique marketing, très offensive du marché des jeux vidéos, vise à équiper les familles et toutes les catégories d'âge de logiciels de loisirs spécifiques. Les concepteurs et fabricants cherchent donc constamment le développement de nouveaux marchés. L'exploitation de supports de jeux transportables, toujours plus légers, maniables, performants et surtout largement compatibles (« cross plateformes », évolue rapidement. La publicité dope les ventes et se montre très attractive pour les enfants toujours plus jeunes. Parallèlement au marché florissant visant les enfants, ce sont les femmes et les filles, jusqu'ici minoritaires dans le domaine des jeux vidéos, qui sont la cible privilégiée actuelle. Les jeux vidéos, malgré l'idée communément admise, ne sont pas réservés aux enfants et adolescents. Depuis une dizaine d'années, les jeux se complexifient et prennent de la maturité afin de répondre à la demande d'un public plus âgé. La masse critique des joueurs a aujourd'hui entre 25 et 35 ans ; son pouvoir d'achat plus important la rend plus attractive en terme commercial. Ainsi, il existe une hiérarchisation des supports, qualifiées de « nobles » pour les joueurs sur PC (30% des ventes, des centaines de fonctions), par opposition aux consoles de jeux (70% des ventes, une dizaine de fonctions), plus populaires, moins onéreuses puisque limitées.

L'outil informatique : un « must » ?

L'utilisation de l'outil informatique, de l'écran électronique, y compris la téléphonie portable, est valorisée, même pour les activités de divertissement ; celles-ci sont aujourd'hui si répandues qu'elles en deviennent banales.

Les jeux de rôles en ligne (RPG), répertoriés sous l'appellation « massive multi-players online games » (MMOG) tels que « Counter Strike », « EverQuest », « Dark Age of Camelot », « World of Warcraft »

Yaël Liebkind
Coordinatrice

www.riennevaplus.org
riennevaplus@iprolink.ch

sont des jeux en réseau. Ils se jouent en connexion, principalement sur ordinateur, et peuvent accueillir des milliers de joueurs en même temps. Ils fidélisent plusieurs centaines de milliers de joueurs à travers le monde et en recrutent sans cesse. Dans l'industrie des jeux électroniques, les jeux vidéos sont une véritable révolution financière. Si certains jeux permettent de jouer gratuitement, d'autres, plus pointus et performants, nécessitent un abonnement. C'est le cas du « World of Warcraft » qui comptabilise aujourd'hui 5 millions de copies vendues dans le monde. Le coût moyen d'un jeu DVD est de 80.- et l'abonnement coûte entre 10.- et 20.- par mois : pour un million de joueurs abonnés et par année, un DVD rapporte 80 millions de francs d'achat et jusqu'à 120 millions de francs d'abonnement.

Anecdote : Internet a été déclaré d'utilité « tout public » par le gouvernement français lors de sa promotion en 2003, alors qu'il avait été question de l'interdire en Suisse il y a seulement une dizaine d'années !

Au-delà des discours visant à réfuter ou à démontrer les liens de cause à effet entre certains problèmes psychologiques et l'utilisation excessive de l'outil informatique et des jeux sur écran, les intervenants ont à s'interroger sur le phénomène, la généralisation de l'utilisation des Technologies de l'Information et de la Communication et de l'impact qu'ils ont sur les rapports sociaux.

Les jeux vidéos mobilisent certaines compétences et permettent de développer des aptitudes nécessaires à l'initiation aux nouvelles technologies. Ils introduisent également un nouveau rapport à l'image par la possibilité d'interagir avec un environnement virtuel, rendu toujours plus réaliste et attractif par le graphisme, les sons, les univers représentés, ainsi que par leur dynamique de plus en plus complexe.

Des clans et des univers virtuels

Les MMOG (Massive Multi players On line Games) sont des mondes virtuels en constante évolution, modifiés en permanence par les joueurs connectés. Le joueur y rencontre sans cesse de nouveaux défis, de nouvelles quêtes. Son but est alors d'explorer toutes les possibilités offertes et de rester « on line » afin de participer aux modifications induites par les autres joueurs. Grâce à la possibilité d'influencer le déroulement du jeu, toute situation devient réversible, par opposition aux contraintes de la réalité du quotidien. Le sentiment de toute-puissance et le refus de se confronter à cette réalité peuvent ainsi être exaltés. L'identification à un personnage, créé selon des critères subjectifs, un pseudonyme gommant toute référence à l'identité réelle, viennent amplifier et renforcer cette toute-puissance. Le personnage évolue au fil du jeu et acquiert progressivement des pouvoirs et des compétences ; hors des périodes de connexion, il est inactif au sein d'un jeu en mouvement grâce à l'intervention des autres joueurs. Se déconnecter requiert l'abandon momentané de ce monde virtuel intemporel et changeant.

Les joueurs se reconnaissent d'un même univers auquel ils appartiennent ; ils développent un code de langage, un jargon spécifique. Ils forment des « clans, des « tributs », des « guildes »répondant à ce besoin de faire partie d'un monde que l'on choisit et qui nous choisit. Selon le degré hiérarchique atteint

Yaël Liebkind
Coordinatrice

www.riennevaplus.org
riennevaplus@iprolink.ch

par le personnage virtuel, sa notoriété et son habilité sont reconnus et enviés par les pairs. Le sentiment d'appartenance au groupe agit comme facteur de renforcement positif. De cet investissement naît alors une relation quasi affective à laquelle participent les joueurs qui cherchent en permanence un leader auquel s'identifier et suivre dans la progression de jeu. Le groupe contribue à renforcer le caractère « réel » du monde virtuel en exaltant l'imagination. Les tournois organisés mettent en scène ces différents clans, comme sur un vaste champ de bataille où tous se sont donné rendez-vous. Dans certains pays, les jeux vidéos sont reconnus comme discipline compétitive engageant des joueurs professionnels dont le salaire peut atteindre plusieurs dizaine de milliers de dollars l'an.

Un marché parallèle ?

Il existe un marché parallèle où les jeux se troquent et s'échangent. Les très longues heures de jeu et de défis investis donnent une valeur au personnage qui peut se chiffrer à plusieurs centaines de francs. Certains joueurs mettent leur pseudonyme en vente au plus offrant ou cherchent à l'échanger, contre des substances psychoactives illégales dans certains cas.

La pertinence de la prévention en matière de jeux

Le centre de prévention du jeu excessif « Rien ne va plus » a été crée en 2000 au moment où la loi sur les maisons de jeux est entrée en vigueur en Suisse. Depuis cinq ans, les demandes de conseils et d'orientation concernant les problématiques associées aux jeux de hasard et d'argent (JHA) affluent, augmentent et se diversifient chaque année. L'offre de jeu s'accroît et expose la population aux jeux de toutes sortes ; de ce fait, un nombre toujours plus importants de personnes rencontrent des difficultés avec les jeux .

L'information sur la problématique du jeu et de son impact sur les familles et sur la société, diffusée par le biais de différents milieux professionnels, permet de sensibiliser la population, de mettre en évidence les risques et de comprendre les conséquences afin de les prévenir en amont. Dans la majorité des cas, la promotion de comportements réfléchis et modérés permet de limiter les dommages.

Malgré le peu d'études disponibles sur le sujet, le centre de prévention du jeu excessif tente de mettre en évidence l'incidence de l'augmentation de l'offre sur les parcours individuels et sur l'environnement collectif. La prévention doit susciter la réflexion et la mobilisation vers le développement de réponses concertée et largement accessible au public.

Le jeu excessif touchent 1 à 2 % de la population en Suisse, soit entre 40'000 et 180'000 joueurs qui rencontrent des problèmes avec les jeux de hasard et d'argent (JHA) (réf. Bondolfi, Osiek, 2000). La consultation révèle une très grande variété de profils chez les joueurs excessifs. Certains connaissent les jeux de hasard et d'argent depuis toujours; ils ont été initiés dans leur enfance par un de leur parent jouant aux cartes, au PMU, aux billets à gratter au kiosque, au bingo. D'autres ont été des sportifs de

Yaël Liebkind
Coordinatrice

www.riennevaplus.org
riennevaplus@iprolink.ch

haut niveau et trouvent, dans les JHA, une excitation, l'adrénaline que procuraient la compétition. D'autres encore ne connaissaient rien des jeux avant que ceux-ci n'apparaissent dans leur quartier, au bistrot du coin. Fréquemment l'activité de jeu augmente et devient problématique à la suite d'un événement ou d'un changement, comme un deuil, un déménagement, la perte d'un emploi, une rupture affective et parfois même, suite au mariage ou à la naissance d'un enfant. Les histoires de vie font apparaître dans certains cas, une forme de dépendance ou de co-dépendance chez l'un ou l'autre membre de la famille d'origine.

Antérieurement ou parallèlement aux compulsions de jouer, se manifestent d'autres consommations excessives: d'alcool chez 38% des joueurs (Réf. Dr Bondolfi et Osiek, 2000), de drogues illégales chez 12% d'entre eux selon les estimations du Centre du Jeu Excessif de Lausanne. La corrélation entre le tabac et le jeu est également peu documentée mais estimée à plus de 60% des joueurs. Quelques joueurs n'investissent qu'un seul type de jeu, d'autres naviguent entre toutes sortes d'activités de mises et de paris.

Entre jeux de hasard et d'argent et jeux vidéos : des similarités et des passerelles

Nombre d'entre eux jouent devant leur écran, à la maison, parfois jusque très tard dans la nuit. Il y a, pour beaucoup de ces joueurs, une nette corrélation entre les jeux vidéos et les JHA, malgré les différences. L'investissement excessif des jeux vidéos peut conduire à l'addiction : il se développe à la fois une utilisation massive et des conséquences sociales, psychologiques et physiologiques vécues comme désagréables, sans que la diminution ou l'arrêt de l'activité ne soit possible.

Dans une société qui prône le pari, par l'ampleur et l'omniprésence d'une offre de jeu médiatisée et popularisée, on peut s'interroger sur les représentations données aux enfants sur le rôle de la chance. Une étude menée à l'Université Mac Gill au Québec, entre 2004-2007, se penche sur cette question, se basant sur la prémisse que le pari renforce ou encourage la croyance de l'enfant par rapport à la chance, en comparaison avec l'effort, comme cause de succès ou d'échec. L'étude en cours cherche à vérifier si l'emphase prêtée à la chance influence des conduites inadaptées face au rendement scolaire. Elle pose l'hypothèse que les enfants se détachent de la logique que l'effort fourni mène à un résultat donné, pour se réfugier dans une logique de la chance, aléatoire et présupposée efficace.

Ces observations périphériques, conjuguées avec la multiplication de l'usage des écrans dans la vie quotidienne de la grande majorité de la population, offre un terrain fertile aux utilisations excessives des jeux vidéos. Ainsi que le relève Mark Griffiths, il est nécessaire d'établir l'incidence et la prévalence des problèmes associés à l'utilisation excessive des jeux vidéos de même que de conceptualiser les parallèles entre les jeux vidéos et les JHA, notamment les jeux sur machines à sous, dont les graphismes ressemblent toujours plus aux jeux vidéos.

Le « hard gamer » ne parie pas et ne mise pas. Mais le jeu vidéo occupe une place prépondérante dans sa vie, conduisant à une perte de maîtrise de l'activité qui devient centrale et omniprésente dans son

Yaël Liebkind
Coordinatrice

www.riennevaplus.org
riennevaplus@iprolink.ch

esprit, au détriment d'autres investissements et activités affectives et relationnelles (Réf. V. Simon « La pratique addictive des jeux vidéos », Uni Toulouse, 1999). Le risque de confusion entre le réel et l'imaginaire serait, avec le risque d'un retrait social et affectif excessifs, un des dangers principaux du jeu vidéo. (Réf. S. Tisseron, « Jeux vidéos : la triple rupture »). La probabilité d'une utilisation excessive est importante si l'on tient compte des composantes attractives des jeux tels qu'ils sont conçus : la qualité de l'image, conjuguée avec la créativité d'univers extraordinaire et des défis excitants entraînent une forme d' « *engloutissement passionnel dans un univers parallèle* » (Réf. Valleur et Matysiak, Les nouvelles formes d'addictions, éd Flammarion, revue en 2004).

Connaître pour mieux choisir : le rôle de l'information

Le public ne dispose pas encore d'information suffisante pour prendre conscience de ce problème qui se vit souvent dans un profond isolement et sans manifestation spécifique. Les études de prévalence bien documentée manquent encore pour nous donner une estimation objective de l'ampleur des comportements excessifs en matière de jeux vidéos dans la population globale. Néanmoins, des parallèles entre les différentes dépendances sont possibles et nécessaires si l'on considère la tendance générale au déploiement des comportements excessifs au sein de la population. Ces comportements répondent à des besoins non satisfaits, à des manques et posent une question de fond à notre société d'aujourd'hui: comment promouvoir une santé individuelle et collective intégrant les nouvelles technologies et les formes de loisirs, tout en limitant les dommages causés par les comportements excessifs?

La prévention se veut globale et vise à encourager le partenariat des professionnels autour de ces problématiques, dans une vision holistique du développement de ressources sociales et sanitaires. Souligner les similarités des conséquences sociales et relationnelles entre les comportements excessifs de natures différentes permet de dégager des stratégies dynamiques et positivement efficientes, loin des débats séparatistes, et répondant à l'individu autant qu'à la collectivité. Si la prévention permet d'orienter les réflexions vers une véritable intégration de l'outil dans l'environnement, en remplacement de la tendance générale d'une adaptation de l'environnement à l'outil, elle aura atteint un de ses buts. Le jeu vidéo se veut un divertissement, et donc une activité choisie, consentie. Il se doit de rester un choix…

Lorsque le jeu devient un enjeu

Des parents s'adressent aux centres de consultation . Souvent peu familiarisés avec les supports de jeu de leur enfants et adolescents, ils ont souvent cru à une utilisation fonctionnelle, requise par l'école ou nécessaire au maintien de certains contacts. Ils ont souvent valorisé cette activité la préférant à des sorties tardives et leur donnant une illusion de contrôle sur la vie de leur enfant.

Fascinés par l'aisance des jeunes dans la navigation et leur facilité à saisir le fonctionnement complexe de leur ordinateur ou de leur console de jeu, les parents ont offert le tremplin d'une activité qui finit par leur

Yaël Liebkind
Coordinatrice
www.riennevaplus.org
riennevaplus@iprolink.ch

poser problème. Ils ont d'abord accepté et supporté que certains repas soient sacrifiés au bénéfice de l'ordinateur. Puis les nuits s'écourtent, les heures passées devant l'écran s'allongent et rendent le réveil difficile et conflictuel. Des conflits et des tensions naissent des réactions de refus, puis des abandons plus fréquents des activités diurnes. Lorsque l'utilisation devient massive, la relation familiale en pâtit. Ainsi les récits de parents désespérés font état de leur inquiétude face au désinvestissement scolaire en premier lieu, viennent ensuite les difficultés à maintenir un organisation familiale autour des repas, du coucher, du réveil. Les disputes de plus en plus fréquentes, se heurtent aux attitudes de résistances typiques à l'adolescence. L'enjeu devient l'écran, la connexion, le support de jeu.

Les adultes joueurs excessifs présentent des signes identiques à ceux décrit ci dessus. Ils ressemblent à des symptômes de stress et peuvent de ce fait masquer un surinvestissement des jeux.

L'évaluation de l'excès dans ce domaine s'avérant périlleux et incertain, il convient d'observer les signes de perturbations de divers ordres : les troubles du sommeil, une fatigue permanente, un désintérêt général, un désinvestissement relationnel, des troubles de l'alimentation, des douleurs dorsales, l'assèchement des glandes lacrymales, des troubles de la vue, des sautes d'humeur. Comme pour d'autres dépendances c'est le croisement d'un faisceau d'indices qui permet de repérer l'addiction aux jeux vidéos. C'est pourquoi il est si difficile de déterminer la limite entre une utilisation ordinaire et un investissement excessif Les tests d'autoévaluation sont un moyen d'inviter à la réflexion et au dialogue, moyens plus sûrs

En conclusion, quelques pistes de réduction des dommages

Dans sa mission de prévenir les conséquences dommageables liés aux jeux engageant de l'argent, l'association « Rien ne va plus » se trouve de plus en plus fréquemment interpellée par le phénomène de surinvestissement des jeux vidéos.

Le taux de fréquentation des centres spécialisés reste encore relativement bas et s'explique par le peu d'information diffusée. Les moyens financiers octroyés à la prévention sont insuffisant pour développer une politique de santé publique véritable.

Les questions soumises au centre de prévention du jeu excessif concernent principalement l'utilisation problématique de jeux sur écran par les jeunes en âge scolaire et proviennent majoritairement d'adultes encadrant ces jeunes. Les enseignants, les infirmières en santé publique, les éducateurs à la santé et éducateurs spécialisés s'inquiètent de l'état de fatigue d'un nombre croissant d'adolescents. Ils relèvent les problèmes d'hygiène alimentaire et de surpoids, en nette augmentation dans notre pays. Ils s'interrogent sur le lien entre les problèmes de nutrition, le désinvestissement scolaire, la rupture scolaire et sociale et l'utilisation parfois massive des jeux sur écran.

De même, les parents, en prise avec des comportements parfois ingérables au sein de la cellule familiale, appellent à l'aide. Ils se confrontent au déni de leur adolescent quant à un visible désinvestissement de

Yaël Liebkind
Coordinatrice

www.riennevaplus.org
riennevaplus@iprolink.ch

plusieurs sphères d'activités au profit d'un surinvestissement du monde des jeux vidéos et se trouvent démunis. Jusqu'à aujourd'hui, les questions soumises à « Rien ne va plus » font état de l'utilisation excessive de ces formes de divertissement, de leurs effets sur les comportements et leurs conséquences dommageables sur le plan familial et scolaire, sans mention particulière pour les comportements agressifs.

La première prise de contact permet de dresser un bilan de la situation dont fait état la personne qui s'adresse au centre. De ces données, découlent l'orientation et les suggestions pour la mise sur pied d'une intervention adéquate. Fréquemment, ce sont les proches qui expriment leur détresse face au joueur excessif, alors que lui-même nie ou banalise le problème. Les proches perçoivent le dysfonctionnement mais n'ont souvent pas d'autre moyen que de réagir par la colère, le contrôle, les interdictions et les menaces. Ces stratégies mènent à l'escalade des conflits, sans apporter l'apaisement recherché. Ils ont besoin d'une information objective et d'outils pour retrouver une maîtrise d'une situation qui leur échappe. Le centre de prévention propose d'ouvrir le dialogue sur le jeu excessif et son impact sur les relations.

L'émergence de l'utilisation excessive des jeux sur écran, mise en exergue par la réactivité des enfants et des adolescents aux loisirs électroniques omniprésents et par la rapide progression de leur commerce, doit mobiliser la vigilance des intervenants psychosociaux. Entre la banalisation et la diabolisation d'une technologie devenue incontournable, le centre de prévention du jeu excessif, en réponse aux demandes du public, s'est attelé à la mise sur pied d'une plateforme de réflexion et de concertation interprofessionnelle. Celle ci rassemble aujourd'hui une dizaine de services et d'institutions et vise, dans un premier temps, la publication d'une brochure d'information destinée aux adultes. Elle rassemble et met à disposition les liens et la documentation utiles.

Les joueurs adultes sont eux-mêmes peu conscients et peu renseignés sur les risques de dépendance aux jeux vidéos. Ils les considèrent comme un pur divertissement, tout en reconnaissant néanmoins leur difficulté à parfois freiner leur investissement. Surtout lorsqu'ils découvrent un nouveau jeu. Une association à but non lucratif « Swiss gamers network » s'est créée à Genève depuis peu et réunit les passionnés de jeux vidéos. Ses objectifs sont d'offrir un réseau de discussion pour les joueurs, d'informer les utilisateurs intéressés et de répondre aux questions des novices afin de les aider à mieux connaître et comprendre les jeux vidéos. Partenaires de la prévention dans ce domaine , « Swiss gamers network » cherche à établir des contacts avec des intervenants spécialisés afin d'élargir leur réflexion et de s'associer aux actions préventives en la matière. C'est dans ce cadre que l'association Rien ne va plus est entrée en contact avec l'un de ses membres fondateurs. «*Une association des usagers de jeux vidéo n'est pas seulement un lieu de rencontre possible pour les joueurs heureux, elle peut aussi constituer un interlocuteur utile pour tous ceux que ces jeux angoissent, soit parce qu'ils en ignorent tout, soit parce qu'ils s'en perçoivent comme dépendants*» Serge Tisseron 22 janvier 2006 sur le site www.swissgamers.net

Dans l'intervention sociale, il faut à la fois veiller à ne pas diaboliser le jeu vidéo et le jeu en réseau, tout

Yaël Liebkind
Coordinatrice

www.riennevaplus.org
riennevaplus@iprolink.ch

en prenant en compte le potentiel de risque contenu dans les pratiques de jeu sur écran. Face aux jeunes, le jeu vidéo peut constituer un prétexte au dialogue et inviter à une responsabilisation de l'individu face au loisir qui le passionne. Face à une utilisation massive et durable, avec l'incapacité de diminuer ou de cesser le jeu malgré les conséquences négatives, le jeu vidéo doit être considéré et traité au même titre que des problématiques de comportements compulsifs pouvant induire des conséquences dommageables, tels que les JHA, les dépendances affectives et sexuelles, les achats compulsifs. Dans un soucis de pertinence et d'efficacité, nous devons être en mesure d'apporter des réponses semblables à des problèmes comparables, malgré les différences apparentes.

Le dialogue et la réflexion sur les comportements et leur incidence sur le mode de vie sont efficients s'ils s'accompagnent d'une information objective et étayée. C'est le rôle de la prévention qui, dans ce domaine, en est à ses balbutiements.

Yaël Liebkind
Coordinatrice

www.riennevaplus.org
riennevaplus@iprolink.ch