

Jeux vidéos : démons du passé et promesses d'avenir

Steve Mettraux, Luka Najjar, Nathan Zweifel, Robin Zweifel

Étudiants en ingénierie des médias, 1^{ère} année, HEIG-VD

On entend souvent que les jeux vidéo rendent dépendants et parfois même violent. Ces discours génèrent forcément de l'inquiétude pour l'entourage des personnes qui jouent beaucoup. La pratique des jeux vidéo a aujourd'hui gagné l'ensemble des tranches d'âge de notre société : d'après Médiamétrie, une entreprise spécialisée dans l'étude des usages des médias audiovisuels et numériques, plus d'un français sur deux est un *gamer*, ceux-ci ont en moyenne 40 ans et sont aussi bien des femmes que des hommes. Toutefois, les discours de ceux qui y sont réfractaires ne manquent pas et ne semblent pas réellement évoluer. En outre, plusieurs recherches ont permis de mettre en lumière divers aspects prometteurs du "gaming", notamment dans ce qu'il pourrait amener à notre quotidien. Alors, le jeu vidéo mérite-t-il vraiment toutes les critiques qui lui sont adressées ?

I. DISTINCTION ENTRE ADDICTION ET VIOLENCE

Le jeu vidéo étant régulièrement accusé de provoquer addiction et violences, il conviendrait dans un premier temps de revenir sur chacun de ces termes afin d'en comprendre les enjeux. On parle traditionnellement d'addiction pour référer aux usages de substances psychoactives. Selon certaines sources, l'usage excessif des jeux vidéo et d'internet montre des caractéristiques similaires à celles observées dans l'addiction aux drogues, notamment : poursuite de l'activité en dépit des conséquences négatives, symptômes de tolérance (augmentation du temps passé) voire symptômes de sevrage (nervosité et mal-être en cas d'arrêt de la pratique). Toutefois, les jeux vidéo sont une pratique de la vie de tous les jours, et certains auteurs invitent à utiliser prudemment le qualificatif d'addiction pour les décrire. [1]

Serait-ce la source de la violence ?

Cette question est souvent abordée caricaturalement par les médias lors de drames particulièrement violents (fusillade, prise d'otages). On peut lire fréquemment que la personne était "accro" aux jeux vidéo aux contenus violents, et que des tensions familiales étaient présentes.

La causalité n'a pu être prouvée, mais certaines enquêtes suggèrent cependant un lien entre comportements violents et pratique intensive des jeux vidéo. Toutefois, ces observations doivent être prises avec précaution, "*car d'autres résultats indiquent tantôt une absence de lien entre agressivité et exposition aux jeux vidéo, tantôt des liens ténus et surpassés par d'autres facteurs sociaux ou familiaux plus influents*". [2]

Si les liens entre jeu et attitudes violentes peuvent sembler flous, il est intéressant de noter que les jeux vidéo peuvent prendre dans certains cas le rôle de sonnette d'alarme. En effet, une forte activité vidéoludique peut d'une part avoir un effet cathartique bénéfique au joueur, et d'autre part alarmer sa

condition psychologique. Il est cependant nécessaire dans ce cas de comprendre le langage des jeux vidéo et de s'y intéresser afin de saisir l'usage qu'il peut en être fait, par exemple par ses enfants. [2]

II. DÉVELOPPEMENT DE FACULTÉS

Si les jeux ont généralement pour objectif premier le divertissement, ils peuvent aussi contribuer à développer certaines compétences chez les joueurs. À l'instar du cinéma, il est possible de classer les jeux vidéo par genre, que l'on compte communément au nombre de six: action, aventure, jeu de rôle, simulation, stratégie et sport. Chacune de ces thématiques use de différentes mécaniques de jeu¹, qui elles-mêmes font appel à des compétences spécifiques du joueur. Par exemple, les jeux d'actions sont associés à la rapidité de réaction, à la gestion de plusieurs tâches simultanées ou à la coordination œil-main, les jeux d'aventure à la capacité de résolution de problème et les MMORPG (jeux de rôle en ligne massivement multijoueur) aux compétences collaboratives et sociales. [3] Bien que certains facteurs comme l'interaction avec d'autres joueurs ou la perception du jeu peuvent amplifier ce phénomène, développer des facultés qu'elles soient psychologiques, cognitives ou sociales grâce au jeu vidéo est possible et fait partie intégrante de l'expérience de jeu. [4]

III. LUDIFICATION

Les mécaniques de ces jeux souvent décriés se trouvent pourtant désormais dans notre quotidien. À travers la ludification (*gamification* en anglais), de nombreux domaines, tels que la publicité, le commerce et l'éducation réussissent à nous fidéliser ou améliorer nos performances grâce à la récompense (sous forme de points, badges, etc.). Le jeu vidéo a donc de réels avantages, possiblement transmissibles à d'autres applications.

Néanmoins, malgré de belles promesses, quelques critiques ressortent récemment à propos de cette méthode [5]: les résultats ne sont aujourd'hui pas aussi brillants qu'escompté, notamment dans le domaine des applications de santé [6], et cela profiterait en fait davantage aux intérêts des entreprises plutôt qu'à ceux des gens ordinaires. [7]

IV. EXERGAMING

L'exergaming, venant de la contraction des mots anglais *exercising* et *gaming* est un bon exemple de ludification dans le domaine du sport, sous forme de jeux vidéo. Démocratisée en 2008 avec la sortie du jeu Wii Fit sur la console Wii de Nintendo, cette pratique rentre gentiment dans nos habitudes.

1. Les mécaniques de jeu sont les règles qui régissent le fonctionnement du jeu.

Récemment, de nombreuses études [8] ont été effectuées dans le but de comprendre les effets que pouvait avoir l'exergaming sur les personnes âgées. La majorité de ces recherches ont montré qu'avec une pratique régulière, ces exercices renforcent la confiance en soi, le lien social et réduisent la solitude des seniors examinés.

Mais nos aînés ne sont pas les seuls à en bénéficier. En effet, une autre étude de 2018 [9] relève aussi son importance chez les enfants et adolescents, souvent en manque d'exercices physiques. L'American College of Sports Medicine l'a même qualifié de "futur de la forme physique". Cependant, les recherches suggèrent également qu'il est difficile de s'y engager à long terme et que leurs potentiels sont souvent sous-exploités. Des développements supplémentaires, tels que des exergames personnalisés, sont aussi probablement nécessaires.

V. SIMULATIONS PROFESSIONNELLES

Aussi, dans divers milieux professionnels, les jeux vidéo se détournent du divertissement et s'essayent à émuler la réalité de la manière la plus fine possible, on parle alors de simulations. Celles-ci permettent à des pilotes ou à des chirurgiens de s'entraîner et se préparer au mieux aux différentes situations dans un contexte moins punitif. L'usage de simulations se retrouve dans de très divers domaines, de la santé à l'aéronautique, en passant par l'exploration spatiale et l'architecture. [10]

VI. PROBLÈMES EXISTANTS LIÉS AUX JEUX VIDÉOS

En dehors de la relation de "dépendance" un peu controversée citée en début d'article, certains risques sont eux à ne pas négliger:

- Risques liés aux achats intégrés. En effet, beaucoup de jeux "gratuits" ont fait leur apparition ces dernières années avec un principe très simple, miser sur les achats en ligne. Les moyens de paiement numérique actuels permettent de dépenser beaucoup d'argent rapidement et les créateurs de ces jeux sont devenus maîtres dans l'art de créer le besoin. Les sommes dépensées peuvent être colossales à l'instar de Ze Jodecast, joueur de Clash of Clan qui, pour être meilleur joueur en 2016 était en possession d'un compte dans lequel pas moins de 120'000 euros avaient été dépensés! [11]
- Ce phénomène a poussé la plateforme PEGI (Pan European Game Information) à ajouter la thématique à leur palette de sensibilisation. [12]
- Problèmes de confidentialité et de vie privée : De nombreux jeux permettent de s'identifier sur leur plateforme en utilisant les réseaux sociaux comme moyen de connexion. Si cette option peut paraître très pratique, elle n'est pas sans danger, car les éditeurs ont ensuite accès à beaucoup de données nous concernant. Ils peuvent ensuite les utiliser pour faire de la publicité ciblée ou les revendre [13]. Cela est d'autant plus délicat pour les jeunes personnes qui sont facilement manipulables et manquent de sensibilisation sur le sujet.
- Exposition de mineurs à des contenus inappropriés. Violence physique, pornographie ou encore insultes sont des thématiques qui peuvent ressortir dans certains jeux. Si les achats de ces jeux sont contrôlés en magasin par les vendeurs, l'avènement des plateformes de paiement en ligne a rendu ce filtrage bien moins évident. En mars 2019, le conseil fédéral a accepté un avant-projet du DFI

(Département fédéral de l'intérieur) portant sur la protection des mineurs en matière de films et de jeux vidéo. [14]

VII. DÉCLARATION OMS GAMING DISORDER

L'OMS a ajouté en 2018 le trouble du jeu vidéo à la Classification internationale des maladies (CIM). Cet ajout fait suite à l'élaboration de programmes de traitement destinés à des patients souffrant d'affections présentant des caractéristiques identiques à celles du trouble du jeu vidéo, observées dans de nombreuses parties du monde, ce qui amènera les professionnels de la santé à porter une attention accrue sur les risques de développement de ce trouble et partant, sur les mesures à prendre en matière de prévention et de traitement. Ce trouble est défini comme un comportement lié à la pratique des jeux vidéo et se caractérise par une perte de contrôle sur le jeu, ainsi qu'une prise d'importance du jeu sur d'autres activités quotidiennes et centres d'intérêts, et par l'augmentation de la pratique du jeu en dépit des conséquences négatives.

Il est à souligner que l'OMS le classifie comme un trouble, et non une addiction. À l'heure où les jeux vidéo atteignent toutes les tranches d'âge (jeux mobile de type *Candy Crush* touchant petits comme personnes âgées), il est important de savoir que ce trouble ne touche qu'une petite partie des personnes qui utilisent des jeux numériques ou des jeux vidéo.

L'OMS rappelle aussi que "*tout joueur doit être attentif au temps passé sur les jeux, en particulier si ses activités quotidiennes en pâtissent, ainsi qu'à tout changement physique ou psychologique, sur le plan social et celui de sa santé, qui pourrait être attribué à un comportement de jeu*". [15]

VIII. REPORTERS SANS FRONTIÈRES & MINECRAFT

À l'occasion de la journée mondiale contre la censure sur Internet le 12 mars, l'association RSF (Reporters sans frontières) a mis sur pied une bibliothèque construite dans le très populaire jeu Minecraft. Le titre développé initialement par Mojang et racheté par Microsoft offre la possibilité de créer des livres ce qui a permis au studio BlockWorks, mandaté pour l'occasion de proposer des articles de journalistes "interdits, emprisonnés, exilés, voire tués" à des personnes vivant dans des états à forte censure [16]. Si elle peut faire sourire, cette initiative nous montre que le jeu vidéo à plus d'un tour dans son sac pour oeuvrer à l'amélioration de notre société.

IX. JEUX VIDÉOS & QUARANTAINE

Lors de la pandémie du Covid-19 en 2020, la pratique du jeu vidéo a pris un essor monumental. Il est pour le moment très difficile de le chiffrer, mais les futurs rapports nous le montreront d'ici quelques mois. L'OMS elle-même, en coopération avec divers acteurs majeurs de l'industrie du jeu vidéo, a lancé le mot-dièse *#PlayApartTogether* encourageant à jouer aux jeux vidéo à travers le compte Twitter de Ray Chambers, ambassadeur de l'OMS pour la stratégie mondiale [17]. En effet, la population ne pouvant plus sortir de son domicile dans la plupart des pays doit se trouver une occupation face à l'ennui. Le jeu vidéo en est le parfait remède !

X. RÉFÉRENCES

- [1] BILLIEUX, Joël, SCHIMMENTI, Adriano, KHAZAAL, Yasser, et al. Are we overpathologizing everyday life? A tenable blueprint for behavioral addiction research. *Journal of behavioral addictions*, 2015, vol. 4, no 3, p. 119-123.
- [2] ZUMWALD, Coralie, LUONGO, Antonella, et FERRARI, Carina. 20 réponses sur les troubles liés aux jeux vidéo et à internet. Centre du jeu excessif, 2018.
- [3] OBERDÖRFER, Sebastian et LATOSCHIK, Marc Erich. Develop your strengths by gaming: Towards an inventory of gamificationable skills. *INFORMATIK 2013–Informatik angepasst an Mensch, Organisation und Umwelt*, 2013.
- [4] BARR, Matthew. Student attitudes to games-based skills development: Learning from video games in higher education. *Computers in Human Behavior*, 2018, vol. 80, p. 283-294.
- [5] B, Coline. Gamification et récompenses, une divergence d'intérêts ? In : laGamification [en ligne]. (Modifié le 16/08/2016.) Disponible sur : <http://www.lagamification.com/gamification-recompenses-divergence-dinterets/> (Consulté le 29/03/2020)
- [6] LISTER, Cameron, WEST, Joshua H., CANNON, Ben, et al. Just a fad? Gamification in health and fitness apps. *JMIR serious games*, 2014, vol. 2, no 2, p. e9.
- [7] MCGONIGAL, Jane. We don't need no stinkin'badges: How to re-invent reality without gamification. Retrieved December, 2011, vol. 18, p. 2015. <https://www.gdcvault.com/play/1014576/We-Don-t-Need-No>
- [8] LI, Jinhui, ERDT, Mojisola, CHEN, Luxi, et al. The social effects of exergames on older adults: systematic review and metric analysis. *Journal of medical Internet research*, 2018, vol. 20, no 6, p. e10486.
- [9] BENZING, Valentin et SCHMIDT, Mirko. Exergaming for children and adolescents: strengths, weaknesses, opportunities and threats. *Journal of clinical medicine*, 2018, vol. 7, no 11, p. 422.
- [10] ALVAREZ, Julian, DJAOUTI, Damien, et al. An introduction to Serious game Definitions and concepts. *Serious Games & Simulation for Risks Management*, 2011, vol. 11, no 1, p. 11-15.
- [11] AUDUREAU, William. Ed, l'homme devenu « baleine » pour être numéro un du jeu « Clash of Clans » In : Site du journal Le Monde [en ligne]. (Modifié le 14/05/2016.) Disponible sur : (Consulté le 29/03/2020)
- [12] PEGI. Achats intégrés [en ligne]. Disponible sur : <https://pegi.info/fr/page/achats-integres> (Consulté le 29/03/2020)
- [13] Les risques d'atteinte à la vie privée des jeux vidéo en ligne, diffusée le mardi 29 août 2012, Arte. Disponible sur : https://www.francetvinfo.fr/replay-radio/le-droit-d-info/les-risques-d-atteinte-a-la-vie-privee-des-jeux-video-en-ligne_1736799.html
- [14] Conseil Fédéral, Département fédéral de l'intérieur. Protection des mineurs en matière de films et de jeux vidéo : nouvelle loi en consultation. In : Site de la Confédération Suisse [en ligne]. (Modifié le 15/03/2019) Disponible sur :
- [15] <https://www.edi.admin.ch/edi/fr/home/documentation/communiqués-de-presse/msg-id-74351.html> (Consulté le 29/03/2020)
- [16] Organisation mondiale de la santé. Trouble du jeu vidéo. [en ligne]. (modifié en janvier 2018) Disponible sur <https://www.who.int/features/qa/gaming-disorder/fr/> (Consulté le 29/03/2020)
- [17] <https://www.rts.ch/info/monde/11160583-comment-reporters-sans-frontieres-contourne-la-censure-via-minecraft.html> (Consulté le 29/03/2020)
- [18] <https://twitter.com/RaymondChambers/status/124401120551022594> (Consulté le 29/03/2020)