



Les règles du jeu...

Information et Prévention sur l'usage
des jeux vidéo à la maison





Avant propos...

En quelques décennies, les jeux vidéo ont beaucoup évolué. Nous avons pu observer des générations d'ordinateurs et de consoles se succéder, une constante amélioration des graphismes, l'apparition de la 3D et bientôt le relief...

Aujourd'hui, le jeu vidéo est un média qui arrive à sa maturité et qui a pris une place importante dans notre société. Il se pratique partout, dans nos loisirs bien-sûr mais aussi dans les écoles et l'entreprise au travers d'une génération de nouveaux jeux dits "serious game". Il s'adresse à tous les publics, de l'enfant au « senior ».

Le jeu vidéo est donc devenu un média incontournable. Depuis plusieurs années, son chiffre d'affaire est même devenu supérieur à celui du cinéma.



Cette évolution n'est pas sans soulever des questionnements au sein de notre société et de la part des familles qui sont confrontées à ce média souvent méconnu des adultes et très apprécié des enfants : Quel jeu est le plus adapté ? Mon enfant ne joue-t-il pas trop ? Dois-je laisser mon ado seul dans sa chambre avec une connexion Internet ?

Ce document tente de répondre à vos interrogations en vous informant sur les caractéristiques des jeux vidéo et en apportant quelques éléments de prévention des pratiques excessives.



Qui joue ?

Selon une étude de l'ISFE (Interactive Software Federation of Europe) réalisée en 2008 dans 15 pays européens, le joueur de jeu vidéo en Europe a en moyenne 30 ans.

Il s'agit, pour la majorité, d'hommes qui jouent principalement pour s'amuser, se détendre ou encore passer le temps.

En moyenne, les personnes interrogées déclarent passer entre 1 et 5 heures par semaine à jouer et achètent de 1 à 6 jeux par an.

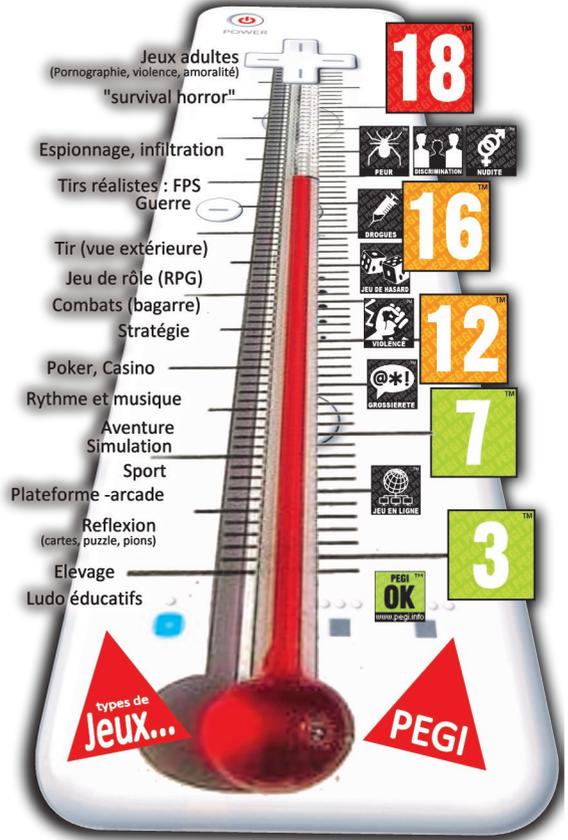


Les différents jeux

Jeu vidéo et PEGI : grandes tendances

« Le choix des jeux est un moment clé ! »

Parents,
grands-parents,
apprenez à identifier
un jeu adapté ! »



Les différentes catégories de jeux vidéo selon 4 critères :

Le mode Il est possible de jouer seul ou à plusieurs. Pour le mode multijoueurs, le jeu est possible avec des amis à la maison, dans des « LAN party » ou en se connectant sur Internet (y compris dans les salles de jeux en réseau)

L'univers Le joueur, comme le cinéphile, évolue selon ses goûts dans un monde contemporain, historique (Moyen-âge...), futuriste ou imaginaire (Heroïc fantasy...)

Le support
Il est possible de jouer partout :



♣ **Le type** ou « **gameplay** ». Parmi les jeux existants, on peut trouver :

Les jeux de rôle et MMORPG

(jeux de rôle massivement multijoueurs en ligne) :

Le personnage évolue dans un univers virtuel dans lequel il est représenté par un avatar appartenant à des catégories diverses (elfes...) et ayant des caractéristiques physiques, des fonctions et des compétences propres. Ses capacités évoluent (fortune, expérience, habileté, endurance) en fonction de l'expérience acquise en jouant (remplir des missions, combattre...)

Ex : World of Warcraft ou Dofus

Les jeux d'aventure :

Ils permettent aux joueurs d'explorer un univers à partir d'un scénario qui les conduit à mener une enquête ou résoudre des énigmes.

Ex : Myst



Les jeux ludo-éducatifs et les jeux sérieux

Ces jeux sont des outils de formation, d'apprentissages scolaires, de prévention ou encore de soin.

Ex : Abidou, L'entraîneur cérébral, Happy Night, Second Life

Les jeux d'action

Plusieurs sous-catégories se distinguent :

► **Jeux de plateforme.** Le personnage progresse à travers des niveaux dans un univers souvent en 2D :
Ex Mario Bros, Sonic

► **Jeux de tir dits "à la première personne" ou FPS.**

Le joueur ne voit pas son personnage entièrement. Il voit uniquement la main et l'arme dont il se sert. Le but est de tuer pour réussir une mission guerrière.

Ex : Half life, Counter strike, Call of duty

Les jeux de sport et simulation

Ces jeux de sport proposent des parties simulant un sport réaliste (football, tennis) ou fantaisiste (engins futuristes ...). Ex : PES, trackmania, blood bowl
Les jeux de simulation proposent de reproduire une activité réelle dans un univers virtuel : piloter un avion, un train, une formule 1 ... Ex : Flight Simulator
Les jeux de hasard et d'argent sont associés à cette catégorie.

Les jeux de stratégie et de gestion :

Le joueur doit opérer des choix, faire évoluer son univers pour atteindre ses objectifs (évolution d'une société, conquête de territoires, ...)
Ex : Age of Empire, Warcraft, Les Sims)
Les jeux de réflexion comme les échecs ou les puzzles sont intégrés à cette catégorie. (Ex : Tetris)



► Jeux de tir dits "à la troisième personne" ou TPS.

Le joueur voit le personnage qu'il contrôle et qui évolue dans un univers 3D.

Ex : Lara Croft dans Tomb Raider, Space Invaders

► **Jeux d'espionnage et d'infiltration.** Ils permettent aux joueurs de mener des missions et d'exécuter de nombreux ennemis en vue TPS ou FPS. Ex : Hitman

► **Jeux de combat :** Deux joueurs s'affrontent avec pour objectif de réaliser des "prises" ou "combos" pour battre l'adversaire. Ex : Street Fighters

Les jeux de rythme et musique

Les habiletés motrices sont utilisées pour jouer au rythme de la musique grâce à un instrument, un tapis de danse ...
Ex : Guitar Hero, DDR

Il existe des jeux associant plusieurs genres vidéo-ludiques.



Les jeux vidéo rendent-ils dépendants ?

Le jeu vidéo est avant tout un plaisir, source d'amusement, de créativité et de divertissement. Il initie les enfants aux nouvelles technologies et encourage le travail d'équipe et la coopération lors des parties multijoueurs.

Il stimule également certaines facultés comme la capacité à résoudre des problèmes, la coordination ou la rapidité d'exécution.

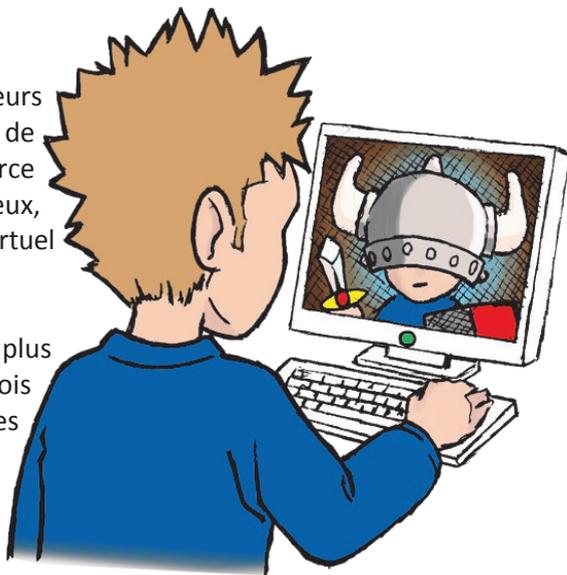
Malgré tout, nous constatons que chez une faible proportion de joueurs, la perte de contrôle du temps passé à jouer est manifeste et les conséquences sur la vie quotidienne parfois importantes.

Chez certains, la pratique excessive des jeux vidéo va conduire à des difficultés scolaires qui peuvent aller jusqu'à l'arrêt total de l'école, ainsi qu'à un repli au domicile avec abandon des autres loisirs et diminution des relations sociales dans la vie réelle.

L'une des motivations de ces joueurs excessifs pourrait être la volonté de s'échapper de la réalité, source d'obstacles et de difficultés pour eux, pour se réfugier dans le monde virtuel qui est plus rassurant.

A ce titre, les MMORPG semblent plus problématiques et peuvent parfois conduire à des abus, voire à des dépendances.

Plusieurs pistes explicatives sont avancées :



❁ **Univers persistant :** Ces jeux n'ont pas de buts prédéfinis et donc pas de fin. Leur exploration est presque infinie. De plus, le jeu fonctionne de manière continue, même si le joueur n'est pas connecté.

♣ **La certitude** : Contrairement à la vie réelle pleine d'incertitudes et d'instabilités qu'il est impossible de contrôler, le jeu est rassurant. Il n'y a pas d'injustice. La réussite passe par le temps de jeu plutôt que par le talent. Cette caractéristique différencie le jeu du travail scolaire. Il est possible de passer trois heures sur un devoir et de malgré tout avoir une mauvaise note.

♣ **L'immersion** : Le joueur a un sentiment d'existence fort dans le monde virtuel qu'il investit grâce au réalisme du jeu ou à l'anonymat qui facilite la désinhibition.

♣ **La communauté** : Les joueurs ont le sentiment d'appartenir à un groupe (les guildes). Il leur offre une forme de reconnaissance intense qui va renforcer leur implication dans le jeu.

Comment savoir si mon enfant joue trop ?

L'apparition de ces signes doit vous alerter:

- Il commence à jouer toute la nuit et perd la notion du temps
- Il se replie au domicile et abandonne ses autres loisirs
- Ses résultats scolaires connaissent une forte baisse
- Il a des troubles de l'humeur, semble triste, voire parfois agressif quand il ne peut pas jouer
- Ses relations sociales dans la vie réelle diminuent
- Il se détourne de sa famille et est au centre de conflits familiaux. Cette opposition familiale dépasse des éléments de l'adolescence habituelle.



Les jeux vidéo rendent-ils violents ?

Les recherches sur le sujet restent contradictoires et ne démontrent pas de liens directs entre la violence à l'écran et les comportements violents.

Deux points de vue s'expriment:

- Pour certains, l'écran a une valeur cathartique, c'est à dire qu'il permet à la personne de libérer son agressivité dans le jeu et non dans le réel.
- Pour d'autres, la violence à l'écran induirait des passages à l'acte dans la réalité.

Dans tous les cas, les jeux vidéo ne peuvent expliquer à eux seuls les comportements violents. Le passage à l'acte violent s'explique avant tout par l'histoire de la personne et son environnement à la fois familial, éducatif et social.



Quelques conseils préventifs...

Installez votre ordinateur ou la console de jeu dans un lieu de passage.

Cette règle vous permettra d'avoir un regard sur l'activité de votre enfant et de maintenir une présence familiale. Votre contrôle sera plus compliqué si votre enfant est équipé d'un ordinateur et d'une connexion Internet dans sa chambre. A ce titre, les consoles portables, en particulier chez les plus jeunes, peuvent être problématiques.

Déterminez un temps de jeu

Le temps de jeu n'est pas toujours un critère objectif d'une situation à l'autre. Selon son âge ou les circonstances (semaine scolaire ou week-end), un jeune ne dispose pas du même temps pour jouer. Il faut donc en tenir compte. De même, il n'existe pas de limites de temps en deçà duquel il n'y aurait pas de dangers. Les spécialistes s'accordent à dire que l'investissement que l'enfant met dans le jeu pose plus de problèmes que le temps de jeu réel, même si les deux peuvent être liés.

Malgré tout, comme dans beaucoup d'autres domaines, il est indispensable que les parents posent des limites à leurs enfants. Ces règles aident les enfants et les adolescents à développer leur autonomie et leur auto-contrôle. Ainsi on peut proposer un temps négocié avec l'enfant (certains jours, nombre d'heures...) ou encore le responsabiliser sur une semaine avec un compteur d'heures qu'il doit lui même gérer.

Évaluez le contenu du jeu vidéo grâce à la norme P.E.G.I. 2.0:

(Pan European Game Information)

Il s'agit d'un système d'évaluation européen des jeux vidéo.

3 Tout public

7 Tout public mais contenant des sons ou des scènes potentiellement effrayantes

12 Jeux contenant une forme de violence visible ou induite envers des personnes ou des animaux. Des scènes de nudité plus graphiques peuvent aussi être présentées.

16 Jeux se rapprochant d'une représentation proche de la réalité et pouvant contenir de la violence (bagarres, meurtres avec armes blanches, armes à feu, activités criminelles...) et des contacts sexuels. Un langage grossier, une atmosphère effrayante, la présence de drogues ou de discriminations peuvent également être présents.

18 Réservés à un public adulte. Ces jeux présentent des contenus réalistes, très violents ou pornographiques.

Cette classification **par âge** identifiable sur le devant de la boîte de jeu, est complétée par des pictogrammes à l'arrière.



Violence

Jeu contenant des scènes violentes



Grossièreté de langage

Jeu contenant des expressions vulgaires



Peur

Jeu dont le contenu peut effrayer de jeunes enfants



Sexe

Jeu montrant la nudité et (ou) des contacts sexuels ou faisant allusion au sexe



Jeux de hasard

Jeu qui encourage ou enseigne les jeux de hasard



Drogue

Jeu faisant référence aux drogues ou montrant leur usage



Discriminations

Jeu montrant ou encourageant la discrimination



Grâce à Internet, la majorité des jeux sont jouables en "multijoueurs" en ligne. Le joueur peut alors entrer en relation avec des personnes de tous les âges et être confronté à des situations à risque (invitation au téléchargement, piratage, clics sur des liens malveillants, discussion en privé, vulgarité, images choquantes...)



Le pictogramme « Pegi ok » est affiché sur certains sites de jeux en ligne (jeux par navigateur). Il certifie que le jeu proposé ne référence aucune des catégories ci dessus.

Cette classification n'évalue pas le niveau de difficulté ou les aptitudes nécessaires mais uniquement le contenu du jeu en fonction de l'âge

Si votre jeu est importé des Etats-Unis, une autre classification reconnue est appliquée.

A consulter sur le site www.esrb.org

Enfin, certains jeux non distribués commercialement, jeux libres et jeux gratuits, téléchargeables sur Internet ne mentionnent pas cette norme PEGI.

A vous de décider par comparaison avec d'autres jeux ressemblants ou en vous aidant de notre outil : le « jeuvidéomètre » (dans ce livret p 3) .



Installez un logiciel de contrôle parental

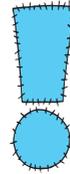
Ils sont conçus pour empêcher la réception chez vous de certains sites ou types d'informations. Mais, attention, ils ne sont jamais efficaces à 100%. D'autres fonctionnent par "liste blanche" et permettent uniquement l'accès aux sites identifiés et répertoriés par les parents.

Depuis 2006, les fournisseurs d'accès Internet ont l'obligation de fournir gratuitement à tous leurs abonnés un programme de filtrage. Il existe également des logiciels gratuits et payant à télécharger.

Les consoles de dernière génération (Wii, PS3 et Xbox 360) disposent d'un système de contrôle parental permettant d'empêcher la lecture de jeux "déconseillés" en dessous d'un certain âge.

Pour conclure, le principal "contrôle" reste bien sûr vous-même : être présent, tester les jeux et jouer avec vos enfants, en discuter, rechercher à savoir ce qui les valorise dans leurs jeux, regarder leurs réactions sont autant de moyens de guider vos enfants dans la pratique des jeux vidéo chez vous.

S'intéresser aux contenus des jeux et les choisir ensemble vous permettra d'échanger avec vos enfants et renforcera ainsi la communication avec eux, parfois difficile au moment de l'adolescence. Ces échanges peuvent aussi être l'occasion d'inviter votre enfant à découvrir d'autres familles de jeux.



Attention, votre enfant peut aussi être amené à participer à des pratiques illégales : téléchargement de jeux non payés, « cracks », générateur de numéros de série « keygen », pose de puce sur console... Ces pratiques peuvent engager votre responsabilité civile et pénale et sont parfois génératrices de virus ...



Qui consulter ?

Il existe en France quelques centres spécialisés dans la prise en charge de la dépendance aux jeux vidéo.

Le centre de soins spécialisés en addictologie :

Espace Barbara – Nantes : 02 40 20 66 40

Un groupe « Entourage Jeux vidéo » est proposé dans ce service avec pour objectif : partager et échanger les expériences et angoisses de chacun autour de ces nouvelles pratiques et permettre aux proches d'obtenir des informations et du soutien.

Un annuaire répertoriant les centres de soin en France est disponible à cette adresse : http://www.crje.fr/ou_s_adresser.html



Quelques mots des joueurs...

Avatar

Personnage ou objet créé par le joueur et qui le représente

PNJ, IA

Personnage : monstre, ami, ennemi ... géré par l'intelligence artificielle (le moteur du jeu)

Level, lvl

Niveau d'un personnage, d'un png, d'un objet

Combo

Succession d'actions du joueur permettant une action spéciale

XP, Expérience

Personnages du jeu

Le Joueur

Gamer

Joueur régulier de jeu vidéo

Hardcore Gamer

Joueur passionné et invétéré

PGM ou Progamer

Joueur pratiquant la compétition ou le haut niveau

Newbie ou Noob

Joueur débutant

Roxor ou Roxueur

Joueur de bon niveau

Suxor ou suxueur

Joueur de mauvais niveau

Troll ou Kevin

Joueur de jeune âge qui perturbe tout le monde et "pollue" le jeu

Geek ou Nerd

Joueur passionné voire obsédé par un sujet précis

Nolife, NL

Anglicisme de "sans vie" : désigne un joueur qui consacre une très grande partie de son temps à jouer au détriment d'autres activités, affectant ainsi ses relations sociales

Cheater

Joueur suspecté de triche

Afk

away from keyboard, je reste connecté mais je ne suis plus devant mon écran

GG ou NG

Good Game ou nice game : bien joué

lol, mdr, ptdr, XD, :D

Sentiment d'amusement

Frag

Tuer un ennemi dans les jeux de tir

Entre joueurs

Communauté de joueurs

Gilde

Communauté des jeux de rôle en ligne MMORPG

Team

Equipe de joueurs amateurs ou en compétition

GM

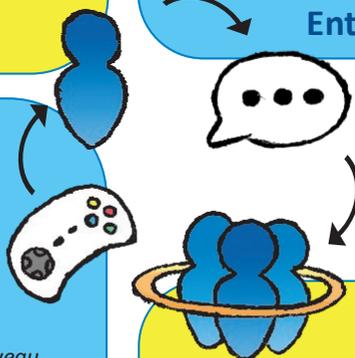
Guild Master ou Maître de guide : le leader de la gilde

IRL

In real life, dans la vraie vie les joueurs se rencontrent aussi

LAN party

Compétitions amicales ou sérieuses de jeu en réseau





Sur le web

Sites généraux

- **IFAC** : www.ifac-addictions.fr
- **Hôpital Marmottan** : www.hopital-marmottan.fr
- **Game addict** : www.game-addict.org

Prévention

- **Pan European Game Information** : www.pegi.info
- **Action Innocence** : www.actioninnocence.org
- **Association E-enfance** : www.e-enfance.org
- **Internet sans crainte** : www.internetsanscrainte.fr
- **Maison des adolescents** : mda44.free.fr/public

Information

- **Agence française pour le jeu vidéo** : www.afjv.com
- **Pédagojeux** : www.pedagojeux.fr
- **Jeux vidéo info parents** : www.jeuxvideoinfoparents.fr
- **Questions de parents** : www.vosquestionsdeparents.fr



Lectures conseillées

- **Du plaisir du jeu au jeu pathologique : 100 questions pour mieux gérer la maladie.**

Dr Abdou Belkacem, Pr Michel Reynaud, Pr Jean-Luc Vénisse (2011). Paris : Maxima

- **Jeux vidéo et Ados. Ne pas diaboliser pour mieux les accompagner.**

Phan, O., Bastard, N. (2009). Paris : Edition Pascal.

- **Les jeux vidéo, ça rend pas idiot!** Yann Leroux (2012) Limoges : FYP Editions

- **L'enfant au risque du virtuel.** Tisseron, S., Missonnier, S., & Stora, M. (2006). Paris: Dunod.

- **Qui a peur des jeux vidéo ?** Tisseron, S. & Gravillon, I. (2008). Paris : Albin Michel.



Auteurs

Julie Caillon, auteur, Institut fédératif des addictions comportementales, Nantes, 44, www.ifac-addictions.fr

David Girard, auteur, animateur de l'éducation populaire, ACLEEA, Indre, 44, david@acleea.fr

Richard Rouelle, illustrations, dessinateur, Nantes, 44, richardrouelle@yahoo.fr

Document initialement réalisé à l'occasion du festival Indre Arena 2010 organisé par l'Espace Jeux Vidéo de l'ACLEEA (www.acleea.fr) sur la commune d'Indre de Nantes métropole (www.indre44.fr).

Cette initiative a été particulièrement soutenue par le Conseil régional des Pays de la Loire au travers de son réseau des Espaces Régionaux Numériques.

Edition mise à jour en avril 2013.



réseau des
Espaces régionaux
numériques



Document mis à disposition en licence creative common sur www.acleea.fr et sur www.ifac-addictions.fr

Licence « by-nc-nd » <http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/2.0/fr>

Paternité, Pas d'utilisation commerciale, Pas de modifications

