

Les jeux vidéo pour enfants: Que savons-nous?

Extraits de textes de Cheryl K. Olson, ScD, Lawrence Kutner, Ph. D., et Eugene V. Beresin, MD.

Traduction de l'Observatoire québécois du loisir

VOLUME 8, NUMÉRO 9 - 2011

Combien de fois a-t-on entendu dénoncer les effets pervers des jeux vidéo sur les comportements et les bonnes habitudes de vie des enfants et des adolescents ? Quelle différence faire entre le langage populiste et la réalité ?

Les professionnels du loisir sont souvent appelés à répondre à des questions ou à mettre en perspective des opinions sur des pratiques émergentes en loisir. Voilà pourquoi l'Observatoire québécois du loisir présente ce bulletin : pour répondre précisément à cette question, sachant qu'à ce jour le chiffre d'affaires des jeux vidéo dépasse celui du cinéma et que les jeux vidéo occupent de plus en plus une bonne partie du temps libre non seulement des enfants, mais de toute la population.

Au dernier Congrès mondial du loisir tenu en Corée du sud, en conférence principale, la professeure Olson, de l'Université Harvard, a présenté les résultats d'une recherche sur l'omniprésence de la violence dans les jeux vidéo et l'influence de la pratique de ces jeux sur la création de pensées, les émotions et les comportements violents chez les enfants et adolescents.

Les résultats de cette recherche démystifient les effets néfastes des jeux vidéo, mais les chercheurs font des recommandations aux parents qui ont fait grand bruit aux États-Unis. Le présent bulletin présente les résultats d'une recension étendue des écrits, ainsi que de sondages et groupes de discussion.

AVANT-PROPOS : LES JEUX VIDÉO SERAIENT BÉNÉFIQUES

L'exagération ne manque pas quand vient le temps de décrire la nature et les effets des jeux vidéo. Le candidat républicain à la présidence américaine Mitt Romney a déjà déclaré : « La pornographie et la violence empoisonnent notre musique, notre cinéma, notre télévision et nos jeux vidéo. Le tireur de Virginia Tech, comme les tireurs de Columbine avant lui, étaient issus de cet environnement. ».

Certains chercheurs ont fait écho à des perceptions similaires, notant que les tireurs de l'école secondaire Columbine en 1999, Dylan Klebold et Eric Harris, étaient férus de jeux d'ordinateur. Par ailleurs, plusieurs ont rapidement établi un lien entre la tuerie de Virginia Tech en 2007 et les jeux vidéo.

Ces hypothèses sur la violence des jeux vidéo et ses conséquences sur les comportements violents des enfants et des adolescents sont-elles fondées dans la réalité?

Une recension des travaux de recherche sur la question permet de savoir quels modèles de jeux vidéo peuvent constituer des marqueurs de problèmes potentiels graves chez les enfants, et lesquels peuvent être considérés comme normaux et même bénéfiques.

D'autres recherches et études de cas mettent en lumière certaines préoccupations des parents, tel le degré de dangerosité et de dépendance des jeux vidéo. Notre recherche propose des recommandations sur ce que les parents peuvent faire pour réduire les risques et maximiser les avantages potentiels de cette pratique.

La plus grande crainte du public et des cliniciens, celle que les jeux vidéo violents transforment des enfants et adolescents ordinaires en gens violents dans le monde réel, n'est pas corroborée par les données recueillies.

Mais que démontre la recherche en matière de comportements plus subtils, comme l'intimidation ou les changements dans la perception de la violence chez les joueurs?

QUEL USAGE FAIT-ON DES JEUX VIDÉO ?

En 2005, la Kaiser Family Foundation a fait enquête auprès d'un échantillon national (États-Unis) de 2032 enfants dans les classes de 3^e à 12^e année au sujet de leur usage des médias, y compris les ordinateurs et les jeux vidéo. En moyenne, les enfants âgés de 8 à 18 ans consacraient 49 minutes par jour aux jeux vidéo (console ou jeux de poche) et 19 minutes aux jeux informatiques. Les garçons âgés de 8 à 10 ans étaient les plus grands utilisateurs de jeux vidéo : 73 % d'entre eux y jouaient en moyenne une heure et demie par jour.

Afin d'en savoir plus, nous avons interrogé des étudiants de 7^e et 8^e année dans deux collèges, en Pennsylvanie et en Caroline du Sud. Pratiquement tous les enfants admissibles qui fréquentaient l'école à ce moment-là ont participé à l'enquête. Pour la plupart, le jeu électronique était une activité de routine. Sur les 1254 enfants interrogés, seulement 6 % n'avaient pas joué à des jeux électroniques dans les six mois précédant l'enquête. Les différences entre les sexes sont frappantes : les garçons ont affirmé en général jouer à des jeux vidéo à raison de six ou sept jours par semaine, alors que les filles, en général, ont dit y jouer une journée par semaine.

Afin d'évaluer l'exposition des joueurs à différents types de contenu de jeu, nous avons interrogé les enfants ayant affirmé avoir joué à « un grand nombre dans les derniers mois ». Nous avons constaté que 68 % des garçons et 29 % des filles âgés de 12 à 14 ans avaient joué à des jeux incluant au moins un jeu classé pour les 17 ans et plus (souvent en raison du contenu violent ou sexuel).

POURQUOI LES ENFANTS JOUENT-ILS ?

Nous avons présenté aux enfants et adolescents une liste de 17 raisons possibles pour jouer à des jeux vidéo. Plus de la moitié ont cité des raisons créatives, tels que « J'aime apprendre de nouvelles choses » ou « Je tiens à créer mon propre monde ».

« Pour me détendre » a été choisi par la majorité des garçons et près de la moitié des filles. « Pour évacuer ma colère » a été choisi par 45 % des garçons et 29 % des filles. De plus, 25 % des garçons et 11 % des filles ont dit qu'ils jouaient afin de « faire face à leur colère ». Des jeux vidéo

violents peuvent donc être un exutoire sécuritaire pour ces émotions de frustration et de colère.

L'utilisation des jeux vidéo afin de gérer les émotions a été mentionnée à plusieurs reprises dans les groupes de discussion que nous avons menés avec 42 jeunes garçons adolescents. Un commentaire typique était : « Si j'ai une mauvaise journée à l'école, je vais jouer à un jeu vidéo violent, et il soulage simplement tout mon stress. »

Les enfants jouent aussi à des jeux vidéo violents pour des raisons prévisibles de développement, comme la rébellion, la curiosité à propos d'un interdit ou tester les limites d'un comportement acceptable dans un environnement sécuritaire. « Vous arrivez à voir quelque chose qui ne devrait pas vous arriver, dit un garçon. Donc, vous voulez faire l'expérience un peu sans vraiment y être. »

Dans les deux enquêtes et les groupes de discussion, les garçons ont décrit les jeux vidéo comme une activité sociale. Bien que la plupart jouent seuls, il leur arrive régulièrement de jouer avec un ou plusieurs amis. Seulement 18 % des garçons et 12 % des filles interrogés ont déclaré toujours jouer seuls.

LES MARQUEURS DE PROBLÈMES

Les résultats de notre enquête, combinés avec d'autres recherches, font allusion à certains marqueurs signalant des modes de jeu anormaux (sans être nécessairement malsains). Il est rare que les filles jouent de façon fréquente et intense, particulièrement à des jeux violents. Un tiers des filles dans notre enquête ont dit jouer à des jeux électroniques moins d'une heure par semaine en moyenne. En revanche, il est peu fréquent que les garçons jouent rarement ou jamais à des jeux vidéo. Seulement 8 % des garçons ont affirmé jouer moins d'une heure par semaine.

Puisque le jeu est souvent une activité sociale pour les garçons, la non-participation pourrait être un marqueur de difficultés sociales. Ces garçons sont également plus susceptibles que les autres à éprouver des problèmes tels que se bagarrer ou avoir des ennuis avec les enseignants. Enfin, les garçons et les filles qui jouent exclusivement seuls sont considérés comme atypiques.

Dans notre enquête auprès des jeunes adolescents, nous avons découvert des

corrélations significatives entre l'habitude de jouer à des jeux classés 17 ans et plus et une plus grande participation auto-déclarée à des bagarres réelles, avec un lien d'association plus fort chez les filles.

Il est probable que les jeunes adolescents agressifs ou hostiles soient attirés vers des jeux violents. Il existe des preuves limitées, mais suggestives, que les personnes ayant des traits colériques ou agressifs puissent être influencées différemment par la violence que véhiculent certains jeux. Une étude a montré que les joueurs avaient tendance à être moins en colère après avoir joué à un jeu violent, mais ce n'était pas le cas des sujets qui avaient été catégorisés colériques et agressifs. Ainsi, un autre marqueur possible de l'utilisation malsaine de jeux vidéo pourrait être l'augmentation de la colère après la pratique du jeu.

Il est important de souligner que les études corrélationnelles, y compris la nôtre, ne peuvent évaluer si les jeux vidéo causent des comportements particuliers. Trop souvent, on ignore l'importante distinction entre corrélation et causalité.

CONFLITS DE PERCEPTION ENTRE PARENTS ET ENFANTS À PROPOS DES JEUX VIDÉO : UN CAS

Pierre est un garçon populaire de 14 ans qui est un excellent athlète et obtient de bons résultats scolaires. Toutefois, selon ses parents, il semble se préoccuper davantage des jeux vidéo et de se procurer les dernières versions de ces jeux et consoles que de toute autre chose. Il est un lecteur avide de magazines de jeux vidéo, les préférant clairement à un « un bon livre ». Ses parents craignent que ces activités « pourrissent son esprit », comme les bandes dessinées.

Pierre et ses parents se disputent souvent à propos des jeux vidéo. Ses parents ont essayé de lui offrir de l'argent et d'autres récompenses afin de réorienter son comportement. Pierre soutient que son travail scolaire, sa vie sociale et les sports auxquels il participe ne sont pas compromis par sa pratique des jeux vidéo.

Ses parents doivent prendre conscience qu'il n'y a pas d'indicateurs pointant vers des retards de développement interpersonnel, moral, affectif ou cognitif dans la situation de Pierre. Ils doivent

reconsidérer leurs valeurs personnelles et la façon dont ils évaluent la croissance et le développement de leur enfant. Une brève session de thérapie familiale et d'éducation aux médias peut aider à résoudre le conflit parents-enfant.

CONSEILS ET RESSOURCES POUR LES PARENTS

Que peut-on dire aux parents à propos de l'utilisation des jeux vidéo?

Tout d'abord, il faut répéter que nous avons tous besoin de plus de connaissances sur la forme, le contenu et l'épidémiologie de l'utilisation des jeux vidéo et des médias en général.

La recherche est nécessaire afin de déterminer si toute violence dans les jeux a le même impact, et de savoir si les stades de développement sont influencés par les jeux et si le jeu peut être une forme saine de sublimation. Il faut déterminer aussi quelle utilisation des jeux pourrait être considérée comme excessive.

Deuxièmement, les parents devraient se familiariser avec la classification du Comité de classification des logiciels de divertissement (ESRB)ⁱ ainsi que les « résumés de contenu » qui se trouvent sur les boîtes de jeux et dans les publicités.

Les parents doivent également savoir que des informations qui pourraient s'avérer importantes, telles que le contexte, la cible et les objectifs de la violence dans les jeux de leurs enfants, ne sont pas fournies par l'ESRB. Ainsi, ils pourraient avoir besoin d'accès à plus de détails pour aider leurs enfants à faire des choix appropriés.

Les adultes doivent savoir que jouer ou observer un jeu pendant seulement une ou deux heures ne permet probablement pas de recueillir assez d'informations pour bien comprendre le contenu d'un jeu. Consulter les critiques des jeux vidéo sur un site commercial (tel que www.gamespot.com) peut aider les parents à déterminer si le jeu est adapté à l'enfant.

Les classifications ne sont plus suffisantes. Par exemple, la différence entre la classification « T » (pour adolescents de 13 ans et plus) et « M » (mature pour 17 ans et plus) peut ne pas être la violence : la violence peut être présentée comme propre et inoffensive si on ne voit ni sang ni cadavres.

Les parents peuvent aussi visiter des sites sans but lucratif, tels que Commonsense Media (www.commonsensemedia.org), qui offrent des analyses et des évaluations de jeux en abordant le contenu sexuel, la violence, le langage, le message, le comportement social, le mercantilisme, la consommation de drogues, l'alcool et le tabac en plus de la valeur éducative. La Coalition pour la qualité dans les médias pour enfants, fruit d'une collaboration entre l'industrie des médias, les enseignants et les organisations de défense des enfants (www.kidsfirst.org), peut aider les parents à se familiariser avec les jeux vidéo auxquels jouent leurs enfants. GetNetWise (www.kids.getnetwise.org), une coalition de groupes de pression et de groupes industriels, offre un guide de sécurité en ligne qui fournit des conseils adaptés à l'âge des enfants et propose des activités comme le clavardage, la messagerie instantanée et les forums de discussion. Le site passe également en revue les technologies disponibles pour les familles afin de restreindre l'accès à certains types de contenu Internet.

Il convient de noter que, pour la plupart des adolescents bien adaptés qui se comportent bien à l'école, dans les sports, dans les activités parascolaires, à la maison et avec leurs pairs, les limites à l'utilisation des jeux vidéo peuvent être minimales.

Les parents doivent considérer ce qui est le mieux pour le développement optimal de leur enfant, en

rapport avec leur propre ensemble de valeurs et d'idéaux.

Les professionnels de la santé mentale (NDLR : et pourquoi par ceux du loisir) ont besoin de plus de connaissances sur le rôle et la fonction des multimédias dans la vie familiale.

IMPORTANTANCE DE L'ÉDUCATION, DE LA SURVEILLANCE ET DE L'ÉVALUATION

L'omniprésence des multimédias a augmenté l'importance de l'éducation aux médias. On doit réfléchir sur les jeux et équipements à offrir aux enfants et aux compétences de base à développer chez nos enfants.

On doit se préoccuper de la durée d'exposition des enfants à la télévision, au cinéma, à Internet et aux jeux vidéo à la maison. On doit veiller à ce que l'utilisation de ces médias soit surveillée.

Enfin, les parents peuvent encourager la pensée critique chez leurs enfants en leur parlant de solutions sans violence aux problèmes rencontrés. Ils peuvent aussi encourager le scepticisme, par exemple en parlant des histoires vécues dans les jeux et de leurs conséquences si elles devaient se produire dans la vie réelle.

RÉFÉRENCE

OLSON, C. K., KUTNER, L. & BERESIN, E. V. (Octobre 2007). *Children and video games: How much do we know?*, *Psychiatric Times*, 24(12). <http://www.psychiatrictimes.com/display/article/10168/54191>

ⁱ VOIR <http://www.esrb.org/index-js.jsp>