

Préface

La part du jeu

Se poser la question « mon enfant est-il accro aux jeux vidéo ? » ne résulte pas d'une volonté de jeter l'opprobre sur un comportement intimement lié à la condition humaine, le jeu. C'est, au contraire, nous inviter à comprendre notre rapport au plaisir et les limites que nous lui donnons au fur et à mesure que les progrès techniques de ces nouveaux jeux en effacent les contraintes et en démultiplient les possibles.

Au-delà de la caricature du « temps passé à », c'est d'abord observer son enfant dans le rapport qu'il construit avec un nouvel objet, les plaisirs et les risques qu'il y trouve, cela fait partie de l'éducation qu'il est en droit de recevoir : quelle part prend ce jeu ?

C'est aussi interroger l'objet. Dans le jeu vidéo, la problématique est double : celle du support (téléphone, tablette, console de jeu) et celle du programme, du jeu vidéo en lui-même. Les écrans se sont installés dans nos vies, qu'ils ont simplifiées et enrichies, comme l'ont fait d'autres objets en leur temps (le livre imprimé, les différents moteurs, etc.). Et les jeux vidéo/programmes jouent avec notre attention, nos émotions et notre besoin de loisirs, comme bien d'autres productions culturelles. Ils sont des occasions de rencontre dans cet espace social nouveau, mais bien réel, qu'est Internet, mais ils sont aussi un risque d'être à part, retiré du monde, enfermé sur le jeu.

Reste le troisième élément de la question, entre l'enfant et l'objet « jeu vidéo », celui des pratiques, des usages et donc des risques encourus. Tout un continuum, du plus anecdotique au plus problématique, au risque d'être « accro », de perdre sa liberté dans la dépendance. Mais peut-on être accro à un jeu, simple divertissement et source de plaisir ? Offrir du plaisir, exercer des compétences, partager des émotions, n'est-ce pas plutôt cela qu'apporte le jeu ?

Se poser cette question, c'est retrouver la dimension adaptative des usages, trop souvent oubliée, c'est anticiper les conséquences négatives à leur juste place (selon les cas, on évoquera le cancer, les problèmes respiratoires et autres pathologies dont l'addiction). Alerter sur ces risques est nécessaire, rares sont les plaisirs sans risques. On peut même s'étonner de l'absence d'évaluation du risque « abus » par la norme PEGI autant

qu'être surpris des couvre-feux collectifs pour joueurs en ligne des pays d'Asie. Mais en parcourant ce livre, on comprendra que les jeux ne sont pas seuls, isolément, responsables des difficultés qu'ils génèrent : elles résultent d'une combinaison de facteurs individuels, familiaux, sociétaux qui évoluent au fil du temps et vont orienter la diversité des réponses.

Le parcours ici proposé invite à repartir du départ, de cette fonction plaisir du jeu, en nous plaçant du côté de celui qui se pose cette question : le parent, l'éducateur, comme celles et ceux qui témoignent tout au long de ce livre. Il propose de partager des solutions, de l'éducation aux soins en passant par la réduction des risques. Comme l'envisageait Kubrick dans *2001, Odyssée de l'espace*, il invite à faire la part du risque, pour adopter ces nouveaux jeux, comme nous avons fait la part du feu, appris à jouer avec l'eau, su capter le vent, pour y trouver nos plaisirs, ceux de la vitesse, ceux de la chaleur, ceux de la glisse, et même avec intensité. Le plaisir de jouer a lui aussi ses limites, et l'éducation est là pour aider chacun à s'en doter, afin de garder les mille et une manières de jouer, ensemble, et avec plaisir.

Jean-Pierre Couteron
Porte-parole de la Fédération Addiction
Psychologue clinicien
Président de la fédération Addiction de 2006 à 2018