

« Les jeux vidéo, c'est comme une drogue. »

Des médecins anglais ont décrit le cas d'un garçon de 15 ans qui utilisait sa console de jeux jusqu'à sept heures par jour. Il avait développé un « syndrome des vibrations du système main-bras » (syndrome de Raynaud mécanique) : douleurs et modifications de la couleur des mains selon la température.

British Medical Journal, 2 février 2002

Le SimCycle est un petit pédalier que l'on pose par terre. Relié à un ordinateur, il permet de contrôler le déroulement d'une simulation de course de Formule 1 ou d'un combat aérien : plus on pédale vite, plus la voiture ou l'avion que l'on pilote accélère... Ainsi, pendant qu'il s'adonne à sa passion, l'enfant ou l'adolescent fait un peu d'exercice physique. Greg House et Ryan Forvilly, les deux inventeurs du SimCycle, le présentent comme le remède idéal à un fléau qui frapperait de très nombreux petits Américains : l'obésité. Outre-Atlantique, près de 30 % des enfants en âge scolaire seraient obèses ou victimes d'un poids excessif. Principaux accusés : la télévision et les jeux vidéo. Les heures passées devant le poste de télévision ou l'ordinateur seraient autant de temps pris sur le sport ou les activités en plein air et souvent consacré à manger des barres chocolatées ou à boire du soda.

Ces chiffres, de même que l'explication avancée pour cet embonpoint juvénile et généralisé, sont à prendre avec des pincettes. De plus, pas de panique :

les petits Français ne semblent pas autant menacés que leurs camarades américains par cette épidémie de surcharge pondérale. Cependant, il est indéniable que certains enfants passent beaucoup trop de temps devant leur console. Fascinés par ces jeux interactifs, ils sont incapables de « décrocher » et restent rivés à leur manette*. Ils sont « accro ».



Comment cela peut-il arriver ? La nature même des jeux vidéo et la psychologie des adolescents expliquent ces excès. D'abord, il faut bien reconnaître que les jeux vidéo sont captivants. Jouant sur nos sens et notre imagination, ils nous font pénétrer dans des univers magiques où nous devenons des surhommes. De nombreux spécialistes estiment que ces logiciels utilisent cinq stimuli pour nous séduire, et créent ainsi un véritable phénomène d'accoutumance, puis de dépendance, de manque : des sensations de performance et d'accomplissement, un sentiment de maîtrise, la fascination du récit et du spectacle, ainsi, enfin, qu'une immersion quasi-organique dans un autre monde. Ces cédéroms exacerbent en effet notre sens de la compétition, que ce soit contre la machine, en famille, entre amis ou collègues, mais aussi lors de concours officiels organisés

au niveau local, régional ou national. Ils nous obligent également à surmonter un certain nombre d'épreuves pour parvenir à la fin du jeu. Mais ce n'est pas tout : ces logiciels nous donnent l'illusion que quelques pressions sur le clavier de l'ordinateur ou la manette de la console nous permettent de tout contrôler, nous transformant en démiurge (certains jeux, comme *Black and White*, aiguïsent très clairement l'appétit de pouvoir, en nous proposant d'incarner un dieu). De plus, ils nous font entrer dans une histoire et une mise en scène conçues par une autre personne – l'auteur du jeu – qui, certes, nous réserve surprises et rebondissements, mais, sans en avoir l'air, nous soumet à sa stricte volonté. Enfin, les jeux vidéo nous font baigner dans un monde virtuel qui nous permet de nous affranchir des contraintes du réel.

Les deux derniers points peuvent être lourds de conséquences sur le plan psychologique. Le caractère profondément directif des jeux vidéo (nous devons respecter les règles édictées par les auteurs) comporte, de toute évidence, une dimension aliénante. Mais il y a plus inquiétant. « Le virtuel, jusqu'à un certain point, peut ébranler le sentiment de la réalité et conduire à l'irréalité psychotique, estime, dans une thèse sur la politique de santé mentale, Jean-François Pelletier, docteur en sciences politiques (université du Québec à Montréal). Nous dirons de cette irréalité qu'elle est grisante. C'est pourquoi, elle séduit en particulier l'adolescence, ce "tournant de l'organisation structurale de la personne". »

Le danger est de devenir dépendant de cette griserie et prisonnier du virtuel. Ce qui peut empêcher toute projection dans la vie réelle, ou, pire, entraîner une inversion dramatique des registres du réel et de l'irréel. Il n'est pas impossible – mais ce n'est qu'une

hypothèse qui n'a jamais reçu de confirmation scientifique – que plusieurs adolescents américains ayant massacré leurs camarades de classe à l'arme automatique aient été victimes de ce phénomène psychotique. Le 10 avril 1999, Eric Harris et Dylan Klebold tuèrent treize élèves du lycée Columbine, à Littleton (Colorado). Dans une vidéo tournée peu avant leur geste fou, Eric Harris brandit un revolver, qu'il appelle Arlene. Or Arlene est le nom d'un des personnages de *Doom*, un jeu vidéo particulièrement violent...