



## CONSEILS À L'USAGE DES PARENTS DONT LES ENFANTS JOUENT AUX JEUX VIDÉOS

Extrait des travaux du psychologue, Yann Leroux.  
<http://psychologik.blogspot.fr/>

Les enfants et les adolescents jouent aux jeux vidéos, avec un PC, une tablette, une console alors que les temps de jeu sont un motif de conflit fréquent dans les familles. **Les parents s'inquiètent soit du contenu des jeux vidéo, soit du temps passé à jouer, soit de l'excitation provoquée par les jeux.** Certains s'inquiètent même des trois ? Comment s'y retrouver ?

### 1. Sanctuarisez le jeu.

Le jeu est une activité séparée du régime normal. L'enfant peut être un preux chevalier, un brigand terrible, une patiente maîtresse ou une marchande roublarde parce que les actions réalisées "en semblant" n'ont pas de conséquences dans sa vie réelle. Avant et après le jeu, il reste un petit garçon ou une petite fille entouré de l'affection de ses parents. Il ne viendrait pas à l'idée de parents de réprimander un enfant pour les massacres qu'il a réalisés au cours d'une bataille de playmobils. **Le même principe s'applique aux jeux vidéo.**

**Ainsi, les parents doivent veiller à respecter le jeu de leur enfant.** Passer entre l'écran de télévision et l'enfant, l'interrompre parce qu'il n'est "que" en train de jouer aux jeux vidéo et qu'il est plus important de rendre service à ses parents, c'est l'empêcher de vivre pleinement l'expérience du jeu ; c'est lui indiquer que ses activités n'ont pas d'importance et qu'elles sont subordonnées au désir des adultes.

**Sanctuariser le jeu, cela veut dire s'assurer que la session de jeu vidéo reste du jeu. Lorsqu'un enfant fait des actions répétées dans un jeu sans aucun plaisir, ou lorsqu'il est trop énervé parce qu'il n'arrive pas à faire quelque chose, il faut intervenir parce qu'il est dans une situation difficile.**

La sanctuarisation du jeu permet d'arrêter de jouer plus facilement. L'enfant sait le temps de jeu dont il dispose, il sait que ce temps lui est totalement acquis, et il sait aussi qu'il pourra rejouer dans d'aussi bonnes conditions dans le futur. Tout cela lui permet de quitter tranquillement le jeu le moment venu.

## 2. Soyez tolérants.

Le jeu provoque nécessairement des débordements et termes de temps de jeu et d'excitation. **C'est le travail d'éducation des parents d'aider l'enfant à mettre fin à une activité plaisante pour passer à autre chose.** En ce sens, les débordements des enfants sont plus des occasions d'éducation plus que des inconduites à punir. Les débordements seront réglés facilement si l'enfant trouve en face de lui un parent calme, reconnaissant la difficulté à s'arrêter de jouer, et maintenant tout de même la limite. S'il a été décidé d'arrêter de jouer à 7 heures, alors il faut le rappeler à l'enfant à l'heure dite, et si nécessaire, il faut rester avec lui le temps qu'il mette fin au jeu.

**Le jeu produit nécessairement une excitation qui peut déborder l'enfant.** Cette excitation n'est pas en soi préjudiciable, mais les parents doivent veiller à ce qu'elle ne nuise pas au jeu. Il peut arriver que l'enfant, trop excédé par ses échecs ne soit plus capable de jouer. Il faut alors soutenir l'enfant pour l'aider à passer ce moment difficile. Tout parent sait que l'échec est douloureux, et c'est en cela qu'il faut aider l'enfant. en lui assurant que l'échec n'est que temporaire. Parfois, il faut aider l'enfant à ne plus jouer pendant 5 minutes pour mieux jouer ensuite.

## 3. Discutez du jeu.

Spontanément, les enfants viennent parler aux parents de ce qu'ils ont fait pendant le jeu vidéo. Il peut arriver que les parents ayant déjà eu à supporter la séance de jeu vidéo ne souhaitent pas en entendre davantage. C'est dommage. **L'enfant a en effet besoin de vérifier que son activité n'est pas désapprouvée par son parent et qu'elle est un jeu, c'est à dire sans conséquence sur la réalité.**

Il y a à cela aussi des raisons plus profondes. En effet, le jeu est accompagné de pensées inconscientes agressives ou érotiques. Le jeu vidéo n'est pas en une exception : le Monopoly a pour but de ruiner tous ses adversaires, et le Mille Bornes permet de faire crever son opposant en toute tranquillité. **Le jeu est une manière par laquelle les individus d'une société peuvent traiter la violence. Les formes changent mais les buts restent les mêmes.**

**Le récit que l'enfant fait de ses exploits vidéo ludiques lui permet de vérifier que la violence, l'agressivité, le désir maîtrisé, les désirs amoureux qu'il a retrouvé dans le jeu n'ont pas eu d'effet sur son parent dans la réalité.** Raconter à son parent qu'on a été adroit dans un jeu de guerre permet à la fois de dire les désirs de violence et de trouver chez le parent la confirmation qu'il ne s'agit que de désirs : nul en peut être tué en jeu vidéo.

Le récit après jeu permet à l'enfant de traiter un autre problème. **Les jeux vidéo sont très chargés émotionnellement.** La mise en parole auprès d'un adulte investit positivement permet à l'enfant de mieux "digérer" les émotions et les images qui ont été transmises par le jeu. La discussion lui permet de reformuler les problèmes qu'il a rencontré dans le jeu, et donc commencer à y trouver des solutions. S'entendre raconter le jeu lui permet également de mieux comprendre son propre fonctionnement : *pourquoi se cache-t-il toujours derrière ces hauts murs ? Pourquoi se jette-t-il toujours tête baissé dans le danger ? Pourquoi joue-t-il toujours des pilotes ?* il y a à chaque fois des occasions de compréhension de soi et donc de croissance psychique.

## 4. Donnez des règles précises.

Ces règles doivent être stables, révisables, et au service du développement de l'enfant. Ces règles d'utilisation seront discutées avec l'enfant à chaque changement car aucune éducation ne se fait contre l'enfant. La stabilité est importante parce qu'elle permet de vivre suffisamment une expérience. Elles doivent être révisables en fonction des enseignements que l'on tire des dispositions prises et du développement de l'enfant. Elles doivent bien entendu être à son service et non pas données en fonctions du bon plaisir des adultes.

## À partir de quel âge peut-on jouer, et à quel type de jeu ?

**Jusqu'à 6 ans, le meilleur des jeux vidéo est très certainement... les parents !** Pour profiter pleinement des jeux vidéo, il est important que les enfants aient suffisamment manipulé des objets concrets et aient bénéficié d'interactions riches et complexes avec des êtres humains. Très généralement, avant 6 ans, les enfants ne s'intéressent aux images que parce qu'elles intéressent un de leurs parents. Ils cherchent alors à comprendre ce qui peut tant intéresser l'adulte. Lorsqu'ils manipulent un jeu vidéo, leur investissement est très bref. Cela s'explique par le fait qu'ils n'ont pas les outils cognitifs et sensori-moteurs pour jouer.

**A partir des 6 ans, les parents peuvent s'appuyer sur les indicateurs PEGI mais l'essentiel est que le plaisir de jouer soit au rendez-vous.** Il est fondamental que les enfants jouent, et qu'ils jouent beaucoup. Il existe d'excellents jeux multijoueurs pour jouer en famille. Certains sont coopératifs, et d'autres sont basés sur la compétition. Il n'y a pas de règle particulière pour choisir un jeu, chaque famille se détermine en fonction de ses goûts et de ses idéaux...

### QUELQUES RESSOURCES EN PLUS :

**Jouer Malin, Jouer Serein. Un guide familial pour le jeu vidéo**

[http://www.pedagojeux.fr/sites/default/files/FR\\_guide\\_famille.pdf](http://www.pedagojeux.fr/sites/default/files/FR_guide_famille.pdf)

**Le site officiel de Yann Leroux**

[www.psyetgeek.com/](http://www.psyetgeek.com/)

**PédaGoJeu est le pionnier des sites d'information et de sensibilisation à l'univers des jeux vidéo.**

<http://www.pedagojeux.fr/>