

Les jeux vidéo et les jeunes

Elizabeth Rossé. Intervention au forum du Club Européen de la Santé. Mai 2006.

Le plaisir de jouer est l'objet des premières rencontres avec les jeunes venus en consultation au sujet de leur usage des jeux vidéo. La possibilité pour le jeune d'évoquer sa réalité virtuelle auprès d'adultes est souvent limitée : les parents ne veulent en général plus rien entendre de positif concernant l'ordinateur, celui-ci étant devenu l'objet de conflits intarissables.

Dans ces conditions, les joueurs ne peuvent en rien décrire le monde fantastique dans lequel leur avatar évolue, ils ne peuvent pas faire part de leurs prouesses : leur habilité, leur adresse, les réflexes et les réflexions déployées pour mettre au point des stratégies ne trouvent pas écho chez leurs parents. Pourtant, lors de ces premiers entretiens, ils sont fiers de rendre compte du type de personnage qu'ils ont choisi, du niveau qu'ils ont atteint et des responsabilités qu'ils assument au sein du jeu. Et pour qu'ils s'emparent de cet espace d'écoute, parler du jeu est une entrée en matière rassurante pour des jeunes qui disqualifient l'acte de parole.

De plus nombre de joueurs ne se sentent pas ou peu concernés par cette problématique. Ce constat se reflète dans les prises en charge actuelles. En effet, ces consultants, pour l'essentiel des jeunes garçons âgés entre 18 et 20 ans, viennent sur l'insistance de leurs parents. En fonction de cette situation se dégagent différents profils, non réellement de joueurs, mais de suivis :

- ▶ Certains ne se sentent pas concernés par cette problématique et au cours du premier entretien, ils restent sur cette position, considérant que leurs parents s'inquiètent de trop. Ils n'ont pas l'impression que leur existence soit mise à mal par leur engouement pour les jeux vidéo. Ainsi, ils ne voient pas l'utilité d'un suivi et ne souhaitent pas revenir. A ces jeunes, nous indiquons notre disponibilité pour une rencontre ultérieure s'ils éprouvent un problème lié à leur usage des jeux vidéo.
- ▶ Pour d'autres, ils effectuent cette démarche comme un devoir, presque scolairement. Ils viennent à 2 ou 3 entretiens, qui restent sans suite. Au cours de ces quelques séances, ils évoquent des difficultés liées soit à un contexte familial conflictuel, soit à une scolarité moins investie qu'antérieurement et à des incertitudes concernant leur orientation ; les deux entrant généralement en interaction. Mais ils ne font pas le lien avec leur manière de jouer. Cette non adhésion à la prise en charge peut s'expliquer d'une part, par le fait qu'ils ne se sentent pas complètement responsables de cette démarche et d'autre part, le fait de jouer leur procure du plaisir et un apaisement par rapport à leur situation de vie. Dans ces conditions, ils ne peuvent donner sens au suivi.
- ▶ Quelques uns, sans nécessairement être dans un usage pathologique, venus demander de l'aide souvent après la visite des parents (ces derniers ayant facilité l'accès à la consultation) s'appuient sur cet accueil pour poser leurs difficultés. En période de transition, passant d'un environnement plus ou moins structuré, « protecteur », à un temps marqué par l'incertitude, le doute et impliquant des choix, ils ressentent la nécessité d'une écoute spécifique. Dans cette période d'instabilité, l'engloutissement dans le jeu a pu être une réponse transitoire aux angoisses suscitées par les changements de l'adolescence. En général, ce sont des prises en

charge de courte durée (6 mois environ) où les jeunes sont à la recherche d'un soutien leur permettant une mise à distance.

► Enfin, une minorité de ces jeunes peut être qualifiée de dépendante. Ils sont le plus souvent à l'origine de leur demande d'aide ayant une conscience accrue de leurs difficultés mais n'arrivant plus à arrêter de jouer. La prise en charge est plus longue que pour les autres joueurs : l'addiction est plus installée et répond à un malaise antérieur important. Nombreux d'entre eux ont développé une dépendance à un « M.M.O.R.P.G » (Massively Multiplayer Online Role Playing Game », c'est-à-dire à un jeu d'aventures en univers persistant (présentation Power point).

Les premières séances du traitement ont surtout consisté à leur permettre de parler du jeu, des rôles qu'ils peuvent tenir, des attentes comme des plaisirs qu'ils peuvent y prendre. Peu à peu, ils peuvent aborder leurs difficultés scolaires, les tensions intra familiales, qui ont de loin précédé les problèmes d'études et d'engloutissement dans le jeu. Nous avons affaire à des problématiques qui semblent rapidement mobilisables, et après moins de deux mois de suivi, à raison d'une séance par semaine, le cadre psychothérapeutique permet de dépasser les simples conseils d'aide au contrôle ou à l'abstinence du jeu, pour se rapprocher d'un suivi de jeune présentant des troubles phobiques, dans un contexte de difficultés familiales anciennes. Mais si cet abord relativise la place de l'addiction au jeu, qui apparaît plus symptomatique que processuelle, il met aussi en évidence une possibilité (qui est certes loin d'être la règle) de déplacement de symptôme, à travers les débuts d'une alcoolisation avec répétition des ivresses et/ou de dépendance affective. Le jeu a été un refuge, une façon de s'anesthésier, et aussi de transposer dans univers plus neutre ses conflits inconscients.

Réflexions générales :

La problématique adolescente est sous jacente à chacune de ces prises en charge mise à part pour les cas avec antécédents psychiatriques. Les jeux vidéos et les mondes parallèles qu'ils offrent, apparaissent comme de nouveaux médiums à la socialisation de jeunes en mal de reconnaissance et dont la principale difficulté est l'insertion dans le système de la société actuelle ; celle-ci leur apparaît souvent étrange, « flippante », semées d'embûches insurmontables. Chaque nouvelle difficulté rencontrée dans la réalité peut être une nouvelle raison pour préférer le monde virtuel, un arrangement qui réponde à leur désir d'adaptation psychologique dans une mouvance sociale qui les largue. Si la plupart des jeunes joueurs ne sont pas encore dans une démarche de demande d'aide, c'est certainement parce qu'ils ne se sentent pas en difficulté : celle-ci existe dans la réalité et non dans le virtuel.

La difficulté majeure sous jacente : au coeur de leurs préoccupations, établir des relations acceptables avec soi et les autres, construire une intimité... Le sujet des entretiens s'oriente rapidement sur leurs difficultés sur le plan affectif : « comment former un couple » est certainement l'une des questions qui les préoccupe le plus. Face à cette interrogation, ils se sentent démunis ; la plupart adopte des stratégies d'évitement de l'autre sexe, d'autres s'engagent dans des relations dans lesquelles ils établissent des liens fusionnels et destructifs. Souvent, ils ont vécu une forte déception amoureuse quelques années auparavant qui les aura beaucoup marqués. Pour ces jeunes, l'expérience amoureuse est par excellence une situation à « hauts risques », où la rencontre avec l'autre est à la fois source d'angoisses et de déception au vu de leurs attentes et de leurs désirs.

Le jeu : une porte ouverte vers le soin. Sans pour autant dramatiser, « pathologiser » des conduites, qui, au cours de l'adolescence peuvent constituer des « appels » ou des demandes très fortes de reconnaissance, un accompagnement peut former un appui non négligeable, moins dans l'idée de mettre fin à un comportement émergent et susceptible ou non de s'accroître, que, dans ce temps délicat et difficile de l'adolescence, d'offrir un lieu, un espace et une écoute accessibles. Il est notable que parmi les joueurs de jeux vidéo, nombreux sont ceux qui souffrent d'une forme de phobie sociale : avoir un contact et savoir qu'on peut les aider et ce, dans d'autres domaines de dépendance que ce qui les a amenés à consulter, permettra certainement une re-mobilisation ultérieure plus aisée.