

FUTURA

Les jeux vidéos rendent violent, vrai ou faux ?

Podcast écrit et lu par Melissa Lepoureau

N.B. La podcastrice s'est efforcée, dans la mesure du possible, d'indiquer par quel personnage ou personnalité sont prononcées les citations. Néanmoins, certaines de ces dernières échappent à sa connaissance et devront rester anonymes.

[Une musique d'introduction détendue et jazzy. Une série de voix issues de films se succèdent, s'exclamant alternativement « C'est vrai », ou « C'est faux ». L'intro se termine sur la voix du personnage de Karadoc issu de Kaamelott, s'exclamant d'un air paresseux « Ouais, c'est pas faux. »]

[Une auditrice curieuse :] Hé Melissa, est-ce que c'est vrai que jouer aux jeux vidéos rend violent ?

C'est souvent l'idée que l'on s'en fait, surtout quand on voit certains jeux de guerres et d'armes, ou le but est de tuer un maximum de personnages dans la partie. Mais d'un point de vue scientifique, je ne sais pas s'il y a quelque chose qui modifie notre comportement suffisamment pour devenir violent. Mais avant de voir ça, on pourrait parler un peu des premiers jeux et des premières consoles.

[L'auditrice :] Oui, je me demandais d'ailleurs quels sont les premiers jeux justement !

Ce sont les jeux vidéo d'arcade qui ont ouvert le bal. Des étudiants en informatique ont réussi à programmer le tout premier, qui s'appelle Spacewar, et qui est paru en 1961. Il faudra attendre le début des années 1970 pour que ces jeux partent vers le grand public. Et là, c'est Pong qui fait son entrée en 1972, ou encore Space Invaders en 1978. Ils ont rapidement captivé l'attention du public, et l'âge d'or des arcades a vu l'émergence de jeux plus complexes, comme *Pac-Man* en 1980 ou encore *Donkey Kong* l'année suivante. Ce sont notamment ces jeux qui ont posé les bases des genres futurs. C'est là que Nintendo fait son entrée avec l'arrivée des consoles de salon dans les années 1980. La Nintendo Entertainment System (NES) et la Sega Master System ont démocratisé l'accès aux jeux vidéo. Des titres emblématiques comme *Super Mario Bros.* en 1985 et *The Legend of Zelda* l'année d'après, ont permis d'établir de nouvelles normes en matière de gameplay et de narration. Par la suite, les années 1990 ont marqué une révolution avec les graphismes 3D et les jeux sur PC. *Doom* (1993) et *Quake* (1996) ont popularisé les jeux de tir à la première personne, les FPS, souvent critiqués pour leur contenu violent. L'apparition d'Internet a également ouvert la voie aux premiers jeux en ligne massivement multijoueurs, les MMO, comme *Ultima Online* (1997) et *EverQuest* (1999). Et puis avec le 21^e siècle, on a vu arriver des consoles de nouvelles générations comme la PlayStation 2, la Xbox et la Wii de chez Nintendo. Ce sont des consoles qui offrent des expériences de jeu toujours plus immersives.

En parallèle, les jeux en ligne ont continué à se développer, avec des titres connus comme *World of Warcraft* (2004) et *League of Legends* (2009), qui attirent des millions de joueurs.

[L'auditrice :] Et alors c'est quand qu'on a commencé à parler de violence à cause des jeux vidéos ?

Et ben dès le début en fait. Les premiers jeux vidéo, comme *Death Race* (1976), ont rapidement suscité des critiques à cause de leur contenu violent. Sauf que là, la violence à cette époque était souvent abstraite et pixelisée, on était bien loin du réalisme graphique des jeux d'aujourd'hui. Avec l'arrivée des FPS dans les années 1990, le débat s'est un peu intensifié. Ces jeux, souvent caractérisés par une violence graphique et un réalisme accru, ont été accusés d'inciter à la violence dans la vie réelle. Alors évidemment, la science s'est penchée sur le sujet.

Les premières études scientifiques sur le sujet se sont concentrées sur les effets à court terme de l'exposition aux jeux vidéo violents. Ces recherches ont souvent utilisé des protocoles expérimentaux, où les participants étaient divisés en groupes jouant à des jeux violents ou non violents. Les résultats ont généralement montré une augmentation de l'agressivité à court terme chez les joueurs exposés à la violence virtuelle. Mais attention à bien comprendre de quoi on parle quand on dit "agressivité". On ne parle évidemment pas de tabasser quelqu'un. Ici, on parle de joueurs qui montraient des niveaux d'excitation plus élevés, des pensées et des émotions plus agressives, ainsi que des comportements légèrement plus coléreux dans les minutes qui suivaient une session de jeu violent. Il faut bien noter que ces comportements restent mineurs et non pénalement répréhensibles. Bon, le truc avec ces études, c'est que la validité de ces résultats a été remise en question par certains chercheurs, qui estiment que l'ampleur de ces effets est souvent surestimée. En plus, ils interpellent sur le fait que le passage à des actes agressifs dans la vie réelle n'est pas automatique, mais dépend de nombreux facteurs environnementaux et sociaux.

[L'auditrice :] Et pour les effets à long terme, il y a des preuves scientifiques ?

Ben elles sont moins claires. Les études ont identifié plusieurs facteurs qui peuvent influencer l'impact des jeux vidéo violents sur le comportement. On a par exemple la fréquence de jeu. Une exposition plus fréquente pourrait augmenter les risques d'agressivité, sans pour autant être systématique. C'est comme tout, en trop grande quantité, c'est pas bon. On peut aussi parler des facteurs individuels. Certaines personnes, notamment celles ayant des prédispositions à l'agressivité, à l'isolement social ou aux troubles mentaux, peuvent être plus vulnérables. Et puis il y a l'environnement qui joue aussi. La pauvreté, le chômage, la violence familiale et l'influence des pairs peuvent également jouer un rôle important. En fait, ce qui a rajouté une nouvelle dimension au débat, c'est l'essor des jeux en ligne, avec des interactions entre joueurs qui peuvent être un sujet de préoccupation. C'est un peu comme sur les réseaux sociaux, l'anonymat et la désinhibition en ligne peuvent favoriser des comportements agressifs, comme les insultes. Ce qui pose problème c'est que les jeux vidéos en ligne sont des espaces de socialisation avec leurs propres normes et codes, ce qui peut favoriser une communication parfois compliquée voire agressive. Les joueurs souffrant de troubles psychologiques ou de difficultés d'adaptation peuvent être particulièrement vulnérables aux interactions négatives en ligne.

[L'auditrice :] Bon, j'ai l'impression qu'il ne faut pas voir les jeux vidéos comme un levier pour passer à une réelle violence, d'après ce que tu dis.

La plupart des études tendent à ne pas faire de lien de causalité. Il y en a d'ailleurs eu une publiée par l'université d'Oxford en 2022. Pendant un mois et demi, les chercheurs ont examiné le comportement de 40 000 joueurs et ont conclu que le jeu vidéo n'avait pas d'effet particulier sur leur bien-être. Et une autre étude singapourienne cette fois, publiée en 2021, montrait déjà que les jeux violents ne rendaient pas plus anxieux, dépressif et ne provoquaient pas un trouble d'hyperactivité. Et les études en ce sens sont en réalité nombreuses. Donc en gros, non, jouer aux jeux vidéos ne va pas changer le comportement de quelqu'un sur la durée, ni lui faire développer un trouble psychologique. A court terme, comme pour tout événement qui s'avèrerait frustrant, il peut y avoir une réponse agressive, de l'agacement, mais non pénalement répréhensible bien sûr. Il faut tout de même faire attention avec les plus jeunes à encadrer la pratique du jeu. Pour ça, il y a de nombreuses façons de restreindre l'accès. Certains jeux mettent en place des quotas d'heure à ne pas dépasser.

Au fait, si ces épisodes vous plaisent et que vous voulez les écouter en avant première, c'est possible ! Pour ça, il vous suffit d'aller sur Apple podcast pour souscrire à un abonnement premium et entrer dans le Club Science ou Fiction. Les épisodes vous seront accessibles dès le dimanche ! Alors n'hésitez plus !

Et vous, vous avez d'autres idées reçues à debunker ? Envoyez-les nous sur les apps audio ou en vocal sur Instagram, et nous les inclurons dans de futurs épisodes. Pensez à vous abonner à Science ou Fiction et à nos autres podcasts pour ne plus manquer un seul épisode, et n'hésitez pas à nous laisser un commentaire et une note pour nous dire ce que vous en pensez et soutenir notre travail. À bientôt !