COMMENT LES JEUX VIDÉO EN LIGNE TRANSFORMENT LA VIE SOCIALE DES ADOLESCENTS

L'université de Rouen Normandie est partenaire de The Conversation*, média en ligne proposant du contenu d'actualité élaboré avec des universitaires. À travers cette rubrique, retrouvez les articles de nos collègues.*

Si les jeux vidéo en ligne dessinent de nouveaux espaces d'échanges entre adolescents, ils peuvent être sources de pression sociale quand l'obsession de la victoire devient trop forte.

---

52 % des 12-17 ans passent plus de trois heures par jour devant les écrans. Si les réseaux sociaux occupent une place de choix dans leurs pratiques numériques, les jeux vidéo sont également largement plébiscités : 93 % des 10-17 ans y joueraient, parmi lesquels 62 % quotidiennement.

Si les consoles et PC restent des supports importants, la généralisation des smartphones dès l'entrée au collège a permis une plus grande accessibilité, offrant aux adolescents la possibilité de plonger partout et à tout moment dans leurs univers ludiques favoris.

De *Fortnite* à *Roblox*, de *Minecraft* à *Brawl Stars*… les jeux en ligne sont devenus de véritables lieux de rassemblement et d'interaction pour les jeunes. S'ils peuvent susciter des inquiétudes et des conflits au sein des familles, il faut voir aussi qu'ils constituent des outils de socialisation privilégiés pour les jeunes générations.

Retrouver des amis en ligne

L'adolescence est une période intense de questionnement et d'exploration, pendant laquelle les jeunes construisent leur identité sociale. Les groupes de pairs prennent une place centrale, devenant une référence essentielle pour ces individus en quête d'interactions, d'approbation et de reconnaissance.

Dans ce contexte, les jeux vidéo participent de la culture adolescente. Ils ouvrent un espace dans lequel ils vont pouvoir créer, maintenir ou renforcer les liens avec leurs pairs, mais aussi développer leur confiance en eux. Ainsi, dans leurs pratiques vidéoludiques, les jeunes privilégient largement les modes de jeux qui leur permettent de vivre une expérience collective : 81 % des 10-17 ans préfèrent jouer à plusieurs (en ligne ou en local), et 48 % ont le sentiment, grâce aux jeux, de faire partie d'une communauté.

Pendant les sessions, les adolescents prennent plaisir à retrouver leurs amis pour partager un moment ludique, riche en interactions. Les systèmes de chats (vocaux ou textuels) proposés par les jeux renforcent l'hédonisme de l'expérience : « je joue avec des amis, qui sont drôles, qui pendant le jeu vont faire des petites blagues, enfin c'est ça, c'est toujours chercher la petite vanne qui va faire rigoler l'équipe », note le participant d'une enquête en cours.

En fonction du jeu, ils sont amenés à collaborer pour résoudre des énigmes, coconstruire des structures, ou encore battre des équipes adverses. Ils doivent alors communiquer, élaborer des stratégies et se coordonner, ce qui renforce les liens et offre un terrain d'apprentissage de nombreuses compétences psychosociales (solidarité, gestion des conflits, leadership, empathie…). La coopération dans les jeux vidéo favoriserait les comportements prosociaux des enfants, même dans le cas de contenus violents comme *Fortnite*, comparativement au mode solo.Les systèmes de teams, clans, clubs ou guildes, offrent des occasions de créer de nouvelles amitiés fondées sur une passion commune. Les adolescents peuvent également décider d'entrer en compétition contre leurs amis, le jeu leur permet alors d'obtenir la reconnaissance des pairs en cas de victoire et de renforcer l'estime de soi.

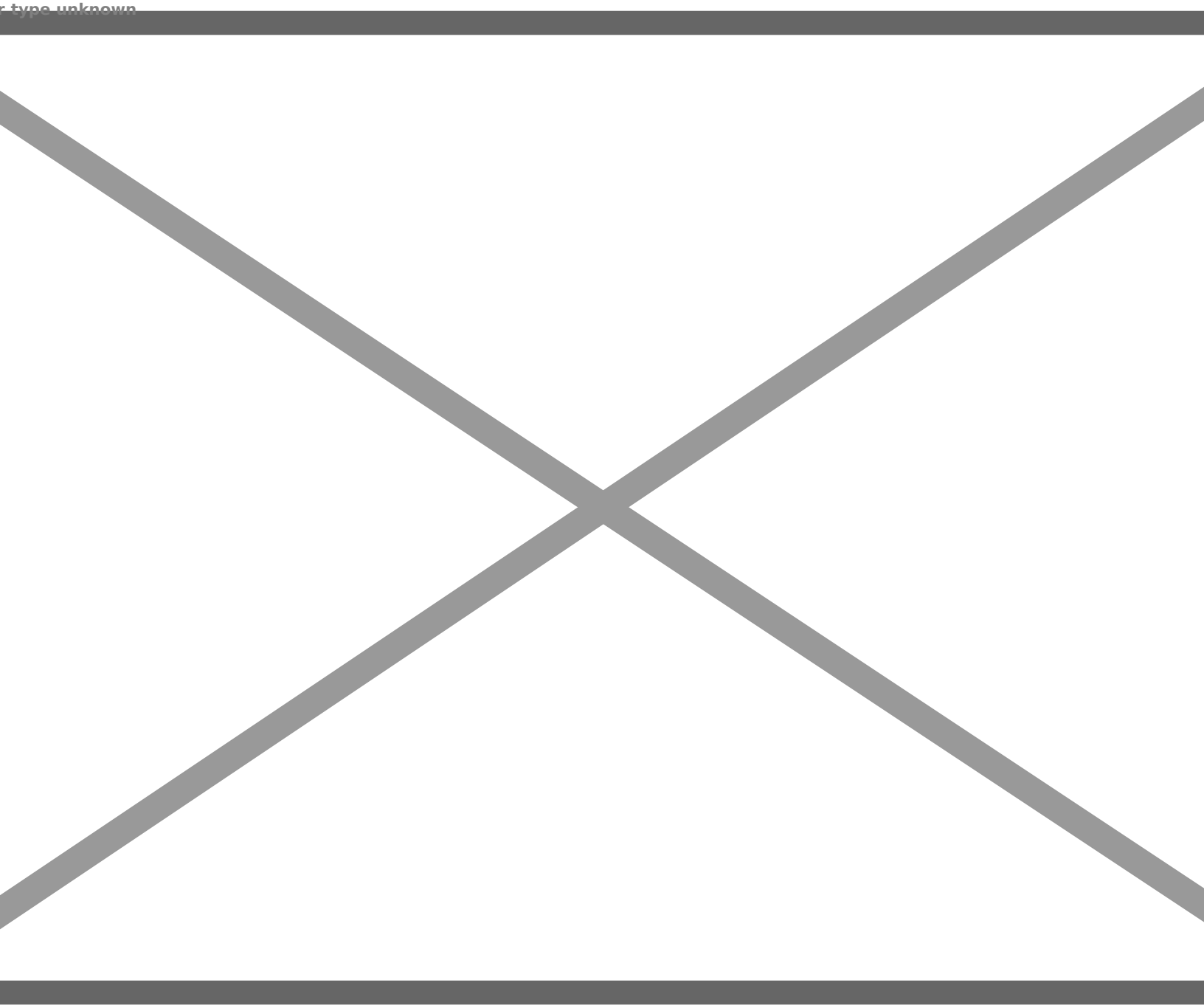
Au-delà de l'expérience, le fait de jouer aux jeux plébiscités par le groupe de pairs permet à l'adolescent de prendre part aux conversations, de donner son opinion, de partager des anecdotes et un langage commun (par exemple, les joueurs *Fortnite* utiliseront à tout va des termes comme « *spawn* », « *crack* », ou « *bambi* »). Celui qui ne joue pas se retrouvera en position de spectateur et pourra se sentir exclu du groupe.

La pression sociale des communautés de joueurs

Si les jeux vidéo en ligne sont des espaces de rencontre, d'amusement et d'échanges, ils peuvent également générer une pression sociale sur les jeunes joueurs.

Les mécaniques de compétition mobilisées dans certains jeux peuvent en effet amener les adolescents, qui se comparent aux autres, à être toujours plus exigeants envers eux-mêmes : les performances individuelles doivent constamment être améliorées, car les enjeux sont importants. Il s’agit à la fois d’être reconnu et valorisé par les pairs, mais aussi de ne pas être responsable de la défaite de son équipe, au risque d’en être exclu.

r type unknown



Les mécaniques de compétition mobilisées dans certains jeux peuvent amener les adolescents à être toujours plus exigeants envers eux-mêmes.

Si au départ les équipes se font par affinités (il s'agit de passer un bon moment avec les amis), elles peuvent très vite se restructurer en fonction de la montée en compétences des joueurs (l'idée est alors de constituer l'équipe la plus performante possible) : « on recrute des personnes, on doit être la faction la plus puissante pour gouverner toutes les autres », raconte un joueur.

Cette pression sociale engendre une implication émotionnelle forte et peut aboutir à l'adoption de pratiques « *tryhard* ». Elles se manifestent par une obsession de la victoire et de la performance, qui pousse un joueur à consacrer un temps et des efforts considérables dans le jeu et qui peut, in fine, mener à des phénomènes de dépendance et à un isolement social.

Apprendre à gérer les risques et les excès

L'obsession du *ranking* devenant plus importante que le plaisir de jouer, la dynamique sociale au sein des communautés peut rapidement devenir anxiogène et oppressante envers les moins bons joueurs, et les expose à des risques de cyberintimidation voire de harcèlement.

En effet, bien que les différentes plateformes proposent des restrictions d'interactions pour protéger les jeunes joueurs (par exemple, un chat limité aux amis ou membres du club, un filtrage des mots grossiers…), les adolescents peuvent facilement les contourner, en utilisant notamment d'autres outils de communication en ligne (tels que Discord), ou encore en saisissant un âge supérieur lors de la création de leur compte.

Enfin, la volonté d'être reconnu et valorisé par le groupe pousse les adolescents à vouloir réaliser toujours plus d'achats « in-app » : il s'agit, par exemple, d'obtenir des avantages stratégiques pour gagner davantage de trophées, ou encore des « *skins* » ou objets rares et précieux, signes de statut et de prestige dans certaines communautés de joueurs.

Face à ces dérives, la tentation est grande pour les parents de limiter drastiquement les temps de jeu, voire d'en bloquer complètement l'accès. Or, le jeu vidéo en ligne, lorsque son usage n'est pas excessif, répond aux besoins de sociabilité et d'appartenance des adolescents. Il s'agit donc davantage de favoriser le dialogue et de responsabiliser les jeunes.

Des règles peuvent être imaginées ensemble, concernant notamment les temps de jeu (une limite temporelle raisonnable et souple, permettant de ne pas couper le jeu en

pleine session), les interactions (un chat limité aux amis proches), ou encore les moments de jeux (conditionnés à la réalisation d'autres activités sans écran). L'important est d'ouvrir un espace de discussion permettant à l'adolescent de profiter des bénéfices du jeu vidéo, en le préservant de ses dangers.

Auteur

Marina Ferreira Da Silva, Enseignant-chercheur en Sciences de Gestion, *Université de Rouen Normandie.*

Cet article est republié à partir de The Conversation sous licence Creative Commons. Lire l'article original.

Publié le : 2025-04-08 10:49:10