

Les pièges à éviter

Plus l'enfant commencera à jouer tôt au jeu vidéo, plus le risque de consommation excessive est important. Il ne faut cependant pas interdire les jeux vidéo avant 18 ans, mais bien veiller à ce qu'ils restent une source de plaisir et non de conflit. Il existe de nombreux jeux éducatifs destinés aux plus jeunes enfants, qui permettront une première approche ludique et conviviale de l'univers des jeux vidéo.

Cependant le Professeur Serge Tisseron, psychiatre et psychanalyste, spécialisé dans les relations que nous établissons avec les images et nos rapports aux nouvelles technologies, recommande de ne pas donner de console de jeu personnelle à l'enfant avant l'âge de 6 ans, afin de favoriser le développement de sa motricité et de sa créativité. En cas de problème, les parents ne doivent pas fuir leurs responsabilités et se dire que « de toute façon, tous les ados sont comme ça ». Certains actes peuvent être effectivement typiques de l'adolescence, mais il est préférable de continuer à instaurer des discussions. Beaucoup de parents se demandent si le comportement de leur enfant est « normal » par rapport aux jeux vidéo. Un psychologue américain, Mark Griffith, a élaboré une liste de 7 questions clefs permettant de se rendre compte de la situation de l'enfant. Ces questions ne sont pas exhaustives et n'ont pas pour but de montrer la gravité des jeux vidéo. Elles ne sont qu'un repère qui permet aux parents de s'interroger sur le comportement de leurs enfants par rapport aux jeux vidéo. Voici les sept questions :

- Votre enfant joue-t-il presque tous les jours ?
- Votre enfant joue-t-il longtemps sans s'arrêter (3 à 4h de suite) ?
- Votre enfant joue-t-il pour « l'excitation » ?
- Votre enfant est-il agité et irritable quand il ne peut pas jouer ?
- Votre enfant a-t-il abandonné ses relations sociales ou

ses activités au profit des jeux vidéo ?

- Votre enfant joue-t-il au lieu de faire ses devoirs ?
- Votre enfant essaye-t-il d'arrêter de jouer sans y parvenir ?

S'il y a au moins 4 réponses positives à ces questions, les parents doivent s'alerter.

Ces questions permettent aux parents de mieux cibler les problèmes de l'enfant vis à vis des jeux vidéo : le temps de jeu, la fréquence, l'excitation, la scolarité, etc.