

Quelques précautions à prendre

- L'âge de début pour les petits est une question de bon sens.
L'essentiel est de proposer à votre enfant des jeux adaptés à son jeune âge, de l'accompagner dans cette activité et de bien limiter sa pratique dans le temps.
- Le jeu vidéo est un outil pédagogique ludique et intéressant pour votre enfant, notamment en matière de compréhension et d'application des règles.
- Pour les jeunes enfants, de nombreux jeux éducatifs permettent une première approche ludique et conviviale de l'univers des jeux vidéo (voir la norme PEGI).
- À tout âge, un bon encadrement de ce type de loisir est préférable à l'interdiction. Le jeu doit rester un plaisir et ne pas devenir une source de conflit.

Placer l'ordinateur ou la console de jeu dans une pièce commune vous permet de :

- vous intéresser au contenu du jeu et d'en limiter le temps
- de maintenir votre enfant dans le climat familial en lui évitant de s'isoler dans son monde virtuel
- de vous impliquer dans l'utilisation d'Internet par votre enfant, notamment la nature des propos échangés dans les chats (insultes), les contacts virtuels susceptibles de déboucher sur des rencontres réelles, les sollicitations commerciales...
- de sensibiliser plus largement votre enfant aux risques potentiels d'internet

Vous devez éviter la banalisation: Si certains comportements sont typiques de l'adolescence, il vaut mieux continuer à instaurer des discussions et des règles, et se faire aider si

nécessaire par NET ECOUTE 0820 200 000. Lorsque vous demandez à votre enfant d'arrêter, conformément au temps de jeu imparti, la discussion débouche systématiquement sur un conflit. Soit il cherche à gagner du temps en vous expliquant qu'il ne peut pas quitter maintenant car il est en plein milieu d'un combat, d'une course, d'une partie, et vous cédez avant de réagir violemment lorsque vous vous rendez compte que votre enfant a fini par gagner le double du temps de jeu prévu !

Soit vous l'obligez à respecter immédiatement le temps de jeu imparti initialement et il rentre dans une colère noire vous expliquant que vous venez de lui faire perdre tout ce qu'il avait accumulé comme points, pouvoirs, niveaux depuis 2 heures et qu'il devra recommencer au début la prochaine fois !

Mais comment savoir si cela est vrai ou s'il vous dit cela pour gagner du temps ?

Vous trouverez dans chacune de nos fiches des informations sur la possibilité de Sauvegarde de chaque jeu. Une information indispensable pour savoir si le jeu que vous allez offrir à votre enfant est un jeu dans lequel il pourra sauvegarder à tout moment, auquel cas vous pourrez fixer un temps de jeu qu'il respectera sans autre frustration que celle d'arrêter de jouer. Par exemple 20 minutes tous les soirs.

OU s'il s'agit d'un jeu où la sauvegarde n'est possible qu'à chaque fin de niveau (et passage au niveau supérieur), il faudra prévoir un aménagement du temps de jeu imparti plutôt sur une longue période une fois par semaine qu'une courte chaque jour. Par exemple 2 ou 3 heures d'affilée le dimanche. Comme beaucoup de parents, vous vous demandez si le comportement de votre enfant face aux jeux vidéo est « normal ». Sept questions clefs élaborées par le psychologue américain Mark Griffith peuvent vous servir de repères pour évaluer la situation :

1. Votre enfant joue-t-il presque tous les jours ?
2. Votre enfant joue-t-il longtemps sans s'arrêter (3 à 4h de suite) ?

3. Votre enfant joue-t-il pour «l'excitation» ?
4. Votre enfant est-il agité et irritable quand il ne peut pas jouer ?
5. Votre enfant a-t-il abandonné ses relations sociales ou ses activités sportives au profit des jeux vidéo ?
6. Votre enfant joue-t-il au lieu de faire ses devoirs ?
7. Votre enfant essaye-t-il d'arrêter de jouer sans y parvenir ?

Quatre réponses positives doivent attirer votre attention.