

Comment repérer un comportement excessif ?

Signes de détection précoce :

- Perte de contrôle du temps passé à jouer devant les écrans (compter aussi la préoccupation et l'organisation autour du jeu, la préparation de l'épisode, les forums,...). Tolérance marquée à l'utilisation d'écrans.
- Désintérêt pour d'autres activités (copains, sport, loisirs, famille,...), voire isolement social.
- Difficultés scolaires par désintérêt et manque de temps (problèmes de concentration, fatigue, baisse des notes,...)
- Augmentation de la tension avant de jouer et soulagement pendant le jeu. Irritabilité ou agitation en cas d'impossibilité de s'adonner au jeu ou pour quitter l'écran.
- Utilisation de l'argent de poche uniquement pour les écrans (achats, abonnement,...) et demandes régulières d'argent.

Problèmes de santé :

- **Physique** : manque de sommeil ou difficulté à s'endormir, fatigue, mauvaise alimentation, manque d'exercice physique, maux de tête/dos/yeux.
- **Psychique** : besoin compulsif d'être connecté, jouer même si les conséquences négatives existent, nervosité lorsqu'Internet n'est pas utilisé, construction d'identité fantasmée uniquement à travers l'avatar.

Normes PEGI (Pan European Game Information)

PEGI 3

Avec cette classification, le contenu du jeu est considéré comme **adapté à toutes les classes d'âge**. Une certaine violence dans un contexte comique (par exemple les formes de violence présentes dans les dessins animés de type cartoon comme Bugs Bunny ou Tom & Jerry) est acceptable. L'enfant ne doit pas pouvoir associer le personnage à l'écran avec des personnages réels, ils doivent être totalement imaginaires. Le jeu ne doit pas comporter de sons ou d'images susceptibles d'effrayer ou de faire peur à de jeunes enfants. Le jeu ne doit faire entendre aucun langage grossier et ne contenir aucune scène de nudité ni aucune référence à un contact sexuel.



PEGI 7

Tout jeu qui obtiendrait normalement une classification 3 mais qui contient certaines scènes ou sons **potentiellement effrayants** peut être considéré comme convenant à cette classe. Des scènes de nudité partielle peuvent être autorisées, mais jamais dans un contexte sexuel.



PEGI 12

Les jeux vidéo montrant de la violence sous une forme plus graphique par rapport à des caractères imaginaires et/ou une violence non graphique envers des personnages à figure humaine ou représentant des animaux identifiables, ainsi que des jeux vidéo montrant des scènes de nudité d'une nature légèrement plus graphique tomberaient dans cette classe d'âge.

Toute grossièreté doit rester légère et ne pas inclure d'insultes à caractère sexuel.



PEGI 16

Cette classification s'applique lorsque la **représentation de la violence (ou d'un contact sexuel) atteint un niveau semblable à celui que l'on retrouverait dans la réalité**. Les jeunes gens de cette classe d'âge doivent également être en mesure de gérer un **langage grossier plus extrême, le concept de l'utilisation de tabac et de drogues, et la représentation d'activités criminelles**.



PEGI 18

La classification destinée aux adultes s'applique lorsque le **degré de violence atteint un niveau où il rejoint une représentation de violence crue** et/ou inclut des éléments de types spécifiques de violence. La violence crue est la plus difficile à définir car, dans de nombreux cas, elle peut être très subjective, mais de manière générale elle peut regrouper les représentations de violence qui donnent au spectateur un sentiment de dégoût.





« Pour que les écrans et les jeux restent un plaisir pour toute la famille »

Trois messages :

« Soyez avec »

- s'intéresser à ce que fait son jeune
- jouer avec lui, lui demander de nous apprendre
- discuter de ce que vous voyez dans le jeu
- l'aider à développer son esprit critique...



« Posez des limites »

- mettre un contrôle parental
- limiter le nombre d'heures/semaine
(programmer la console et limiter le temps sur internet)
- faire une charte avec votre jeune
- respecter les normes PEGI (vérifier contenu et âge)

« Soyez vigilants/es »

- mettre l'ordinateur dans une pièce commune et non dans la chambre du jeune
- est-ce qu'un natel est indispensable pour un enfant ?
- dialoguer et encourager lorsque l'enfant vient vous parler de quelque chose qui l'a choqué
- informez-vous, demandez conseil, lisez !
- observer les changements de comportements, les attitudes étranges, l'agressivité...



REPER
Secteur Information et Projets

Rte du Jura 29
1700 FRIBOURG

Contact :

026 322 40 00
projets@reper-fr.ch

www.reper-fr.ch

