



Enseignement Secondaire Catholique Cinacien

Institut de la Providence

Les jeux vidéo et ce qu'ils peuvent faire :

« En quoi les jeux vidéo peuvent-ils être bénéfique ? »



Travail de fin d'études réalisé par Darrien Trévor

Promoteur : Mr Mailleux

Mars 2017



Enseignement Secondaire Catholique Cinacien

Institut de la Providence Ciney

Les jeux vidéo et ce qu'ils peuvent faire :

«« En quoi les jeux vidéo peuvent-ils être bénéfique ? »»

Travail de fin d'études réalisé par Darrien Trévor

Promoteur : Mr Mailleux

Mars 2017

Remerciements

Je tiens à remercier toutes les personnes qui ont pu me conseiller, me soutenir et m'encourager tout au long de la réalisation de ce travail.

Particulièrement, Monsieur Mailleux pour ses conseils qui m'ont été d'une grande aide.

Mais aussi ma maman qui m'a été d'une aide importante, elle qui a su m'aider, me soutenir et m'encourager.

Pour finir je tiens à remercier toutes les personnes qui m'ont donné leur avis sur mon travail, que ce soit ma famille ou mes amis, ils m'ont permis de le perfectionner et à faire en sorte que je puisse être fier de cet ouvrage.

Table des matières

INTRODUCTION	1
1 LES JEUX VIDEO ET SON INFLUENCE POSITIVE SUR LA SANTE	2
1.1 LA VUE.....	2
1.2 LE CERVEAU	3
1.3 LA CONDITION PHYSIQUE	4
2 LES JEUX VIDÉO ET LA MÉDECINE UNIS	5
2.1 LES GRANDS BRULES.....	5
2.2 LA MALADIE DE L'ALZHEIMER	6
2.3 LA MALADIE PARKINSON	7
3 LES JEUX VIDÉO ET LES SÉNIORS	8
3.1 LE SOCIAL	8
3.2 LE VIEILLISSEMENT DU CERVEAU.....	9
3.3 LE DECLIN COGNITIF	10
4 LES JEUX ET LE MONDE EXTÉRIEUR	10
4.1 LA SOCIABILITE.....	10
4.2 LES LANS	11
4.3 LES SALONS DE JEUX.....	12
5 CONCLUSION	13
6 BIBLIOGRAPHIE	14

Listes des figures

Figure

1.....3

Introduction

Vous avez sûrement déjà dû entendre ou même dire "les jeux vidéo rendent bêtes, ça ne sert à rien ou encore ils rendent violents". Mais, il faut savoir qu'ils peuvent être aussi très bénéfiques pour nous. Que ce soit en termes de santé, d'ouverture sur le monde ou encore d'autres points divers, ce divertissement a beaucoup à nous apprendre et nous apporter. Voici pourquoi avoir fait ce choix, il faut savoir qu'il n'y a pas que des points négatif.

En effet, ils peuvent rendre agressifs, créer un décrochage scolaire ou faire s'isoler le joueur si on y joue d'une manière trop répétitive, sur une trop grande période et si on ne respecte pas les limites d'âge. Il faut idéalement jouer maximum une heure par jour et jouer uniquement aux jeux où nous avons l'âge conseillé. Mais que se passerait-il si on respectait toutes ces conditions ? Que pourrait-on gagner à jouer aux jeux vidéo ? 4 points vont aider à répondre à cette question.

Tout d'abord, il y aura un point qui traitera des bienfaits sur notre corps, que ce soit sur la vue, sur le cerveau mais aussi la condition physique. Ensuite, un autre point parlera de l'utilité dans le rétablissement de diverses blessures, des grands brûlés ou des malades atteints de l'Alzheimer ou de la maladie de Parkinson. Après, il s'agira d'expliquer ce que certains jeux peuvent apporter aux seniors, surtout en ce qui concerne la sociabilité, le recul du vieillissement du cerveau et de déclin cognitif. Pour finir il y aura un point qui sera destiné à l'éveil social et l'ouverture d'esprit qu'ils apportent grâce au système du Online, aux lans et aux salons de jeux vidéo.

1 Les jeux vidéo et son influence positive sur la santé

1.1 La vue

Les jeux vidéo sont mauvais pour la vue. En effet, si l'on passe trop de temps à fixer un écran, nos yeux vont alors se fatiguer, s'irriter et il est possible qu'ils soient douloureux voire même atteints de myopie comportementale. Ces différents dangers ne sont pas à prendre à la légère, ils peuvent être dangereux et irréversibles. Pour éviter ces problèmes, il suffit de faire des pauses de 20 minutes et de faire du sport extérieur pour reposer notre vue. En faisant cela nous pouvons donc profiter de nos jeux sans avoir peur pour nos yeux.

Mais alors, que se passe-t-il sur notre vue si l'on respecte ces conseils? Voici 2 grands points positifs.

Le premier sera que la faculté à mesurer la résolution spatiale va augmenter en fonction du type de jeu pratiqué.

Daphne Bavelier¹ a réalisé une étude sur les effets des jeux d'action sur la vue - une étude faite au laboratoire Brain and Vision, de l'université de Rochester (Etat de New York).

Daphne a demandé à des étudiants du campus qui n'avaient encore jamais joué aux jeux vidéo de participer. Elle a alors divisé les étudiants en deux groupes : un qui jouait à « *Unreal Tournament* » (voir extrait) pendant 1 heure par jour et le deuxième groupe jouait à « *Tetris* » durant le même temps. Les joueurs du groupe n° 1 ont vu leurs résultats augmentés de 20 % sur le test ayant pour but de mesurer la capacité à évaluer la distance séparant deux plateformes. En revanche, « *Tetris* » ne change en rien les résultats. Ce phénomène s'explique par le fait que les jeux d'actions entraînent le cerveau à analyser rapidement une image. Mais alors pourquoi « *Tetris* » ne change rien ? Parce que les formes sont trop petites alors que le jeu d'action présente des scènes complexes nécessitant beaucoup d'attention.

¹ Daphne Bavelier a 42 ans, elle est parisienne et est une spécialiste du cerveau, elle travaille dans le centre de recherche sur le cerveau de l'université de Rochester.

Le second est que certains peuvent améliorer le fait de remarquer le contraste d'une luminosité.

Selon une étude de l'université de Rochester², des jeux comme « *Call Of Duty* » améliorent le contraste dans la vision de ceux qui y jouent ou de leur capacité à distinguer des changements subtils dans la luminosité d'une image. La nécessité de devoir localiser et viser un ennemi et le fait de devoir analyser instantanément toutes les informations visuelles du jeu permettent aux yeux de s'exercer et à améliorer ces points. Cette amélioration est très utile car elle est l'une des premières aptitudes visuelles à diminuer avec le temps. De plus, elle est très importante pour certaines tâches comme la conduite dans la nuit.

1.2 Le cerveau

Les avantages de ces jeux ne s'arrêtent pas qu'à la vue. Ils sont aussi très favorables au développement de notre cerveau.

Ne serait-il pas agréable de pouvoir augmenter la rapidité à laquelle le cerveau traite une information tout en s'amusant ? Et bien une étude, du très sérieux Institut Max Planck et de

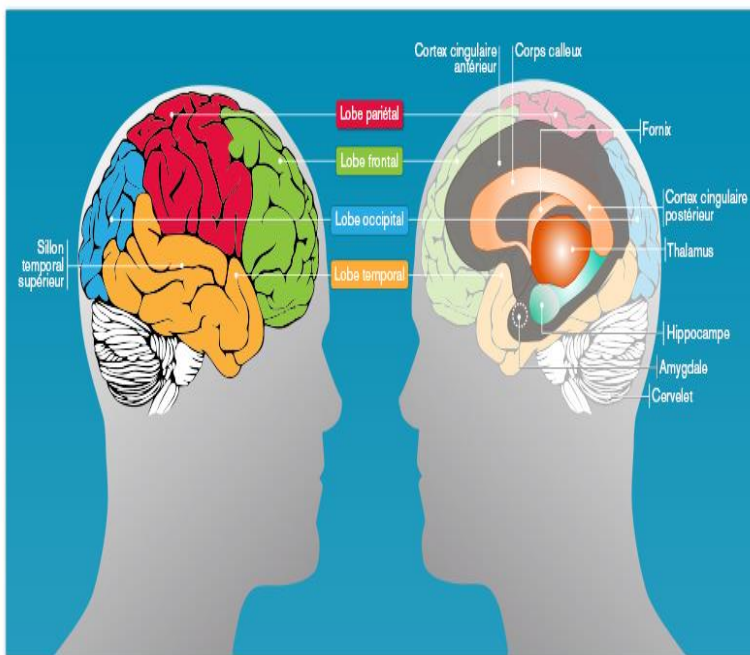


Figure 1 : Schéma du cerveau

la « Charity University Medecine St. Hedwig-Krankenhaus » montre que jouer aux jeux vidéo a un impact positif sur l'orientation spatiale, la formation de la mémoire, la mise en place de stratégies ainsi que sur les facultés motrices.

Tout d'abord les chercheurs ont mené cette étude sur des adultes jouant à « *Super Mario 64* » pendant 30 minutes par jour durant 2 mois. Tout au long de cette étude, ils ont mesuré par imagerie par résonance magnétique

² Cette étude a été faite en 2009 par Shawn Green à l'université de Rochester à New York

(IRM), le volume du cerveau des participants. Ils ont constaté que la matière grise des joueurs a augmenté par rapport au groupe témoin. On remarque ceci dans l'hippocampe droit, le cortex préfrontal et le cervelet.

Ensuite, on se plaint souvent d'oublier rapidement ce que l'on vient d'apprendre ! Les jeux vidéo peuvent vous aider à travailler et donc à améliorer votre mémoire !

En effet, deux chercheurs du Centre de neurobiologie de l'Université de Californie ont réalisé une étude à ce sujet et ont prouvé l'efficacité des jeux sur notre mémoire. Les Docteurs Craig STARK⁴ et Dane CLEMENSON⁵ ont prouvé que les jeux 3D permettaient d'améliorer le travail de la mémoire et les fonctions cognitives en général. Pour cela, ils ont demandé à un groupe de 30 personnes de jouer à « *Super Mario 3D World* » pendant 30 minutes par jour et ce, durant 2 semaines. Ce groupe a été soumis à des tests évaluant leur mémoire épisodique (elle traite les souvenirs). Leurs résultats furent surprenants. Les participants ont fait un score de 12% plus élevés aux tests de mémoire. Ces 12 % représentent ce que nous perdons de notre mémoire entre 45 et 70 ans.

Enfin, « Les jeux vidéo abrutissent les jeunes » ! Un autre préjugé qui a été démantelé par la Queen Mary University of London et l'University College London. Cette étude a été réalisée avec le jeu « *Starcraft* » - qui est un jeu de stratégie mondialement connu. Ils ont effectué des tests psychologiques sur les participants. Les joueurs complétaient des tests de flexibilité cognitive plus rapidement et avec plus de justesse que les personnes n'y ayant pas jouées.

1.3 La condition physique

Finalement, un aspect souvent très critiqué lorsque l'on parle des jeux vidéo - c'est la condition physique. Il est vrai que si l'on n'entretient pas sa ligne, on va vite avoir tendance à grossir dû au fait que l'on ne bouge pas en lorsque l'on joue. Mais ce temps est révolu.

En effet, Wii, Xbox et Playstation sont 3 consoles de salon. Elles ont inventé un système permettant de bouger tout en jouant. Les 3 consoles utilisent des capteurs qui détectent vos mouvements. Cette innovation permet de jouer au tennis, faire du fitness, de la danse ou toutes sortes d'autres sports et activités. Cette invention permet aux personnes aimant les jeux vidéo de se dépenser mais elle sert aussi aux personnes n'ayant pas envie de suivre de cours de sport ou

d'aller dans une salle de sport de quand même pouvoir en faire durant leurs temps libre. On peut y jouer en famille ou entre amis de façon conviviale dans son salon. On pourrait se dire : « il y a un danger à cela car si une personne ne s'y connaît pas en fitness par exemple elle pourrait se blesser » ! Mais les jeux où il y a une possibilité de blessures sont équipés d'un coach virtuel qui explique et montre comment faire chaque exercice.

Cette plateforme de sport ne pourrait-elle par permettre aux personnes qui se sentent ou sont humilié durant certaines séances de sports de continuer d'effectuer une activité sportive avec plaisir et sans avoir peur d'être encore jugé ?

Cette invention, faite par ces entreprises est donc très distrayante, permet de s'amuser entre amis tout en se dépensant et peut être utilisée en tout sécurité grâce aux moyens mis en place par les développeurs des différents jeux énoncés.

2 Les jeux vidéo et la médecine unis

Les jeux vidéo et la médecine sont désormais alliés. Ce nouveau thème sera le deuxième argument en faveur de l'utilité des jeux vidéo.

2.1 Les grands brûlés

En effet, même si l'utilisation première des jeux vidéo est l'amusement, des chercheurs australiens ont essayé de trouver comment les mettre à profit pour les grands brûlés³. Ils ont donc émis une hypothèse : « Et si les jeux vidéo pouvaient diminuer la douleur que ressentent les grands brûlés ». Ils ont effectué une expérience sur ces blessés, âgés entre 16 et 59 ans. Ces personnes devaient jouer à la Wii à raison de 20 à 30 minutes par jour. Suite à cela, il s'est avéré que la douleur a été réduite de 17% au bout d'une semaine. Voici l'explication que Dale Edgar de l'université de Notre-Dame en Australie pour comprendre ce phénomène. Il faut tout d'abord savoir que ces personnes souffrantes ont des dommages aux nerfs. La douleur est normalement un mécanisme de défense, mais dans les cas de brûlure, les nerfs envoient une réponse inadaptée et ne donnent donc plus les bonnes informations. Donc, si l'on fait pratiquer une activité nécessitant le contrôle des mains, la répétition de ces exercices va envoyer un signal positif aux

³ Désigne les personnes ayant été d'une brûlure au 3^{ème} degré.

nerfs, pour qu'ils redonnent une information sur la position de la main dans l'espace plutôt que d'envoyer des signaux de douleurs.

Cette façon d'utiliser les jeux vidéo pour diminuer la douleur des grands brûlés a donc ensuite été testée dans un hôpital. Le « Nationwide Children's Hospital » a commencé à utiliser les jeux vidéo pour distraire les grands brûlés. Le Dr Catherine Butz a déclaré dans son rapport que les jeux vidéo font une très bonne distraction pour les patients. De plus, les malades sont beaucoup moins anxieux. Cette nouvelle façon de se distraire peut être plus interactive et est donc bien plus originale que la lecture ou la musique.

Il n'y a pas que pour les grands brûlés que les jeux vidéo peuvent aider. Ils sont aussi utiles pour certaines maladies ! En voici deux exemples.

2.2 La maladie de l'Alzheimer

Tout d'abord, une maladie qui touche 2 200 000 Belges : l'Alzheimer. En effet, suite à la collaboration de l'Institut Claude-Pompidou et des ingénieurs du studio Genius, un jeu vidéo a été élaboré. Celui-ci ferait office de thérapie pour la maladie d'Alzheimer. Ce divertissement est basé sur des exercices prescrits par des médecins pour prévenir ou ralentir les effets de la pathologie. Cette activité est destinée aux personnes atteintes d'une forme légère d'Alzheimer.

Voici une brève explication du jeu et de son fonctionnement. Il se joue sur console équipée d'un système de détection de mouvement. Durant cet amusement, le patient va se trouver en immersion dans un univers aquatique où il sera aux commandes d'un sous-marin. Son but sera de torpiller les cargos qui naviguent aux alentours grâce aux mouvements du corps.

Comment cette activité peut-elle aider à ralentir la maladie de l'Alzheimer ? C'est assez simple - le jeu agit sur trois volets. Tout d'abord, il agit sur la motricité, puis sur les capacités cognitives et pour finir sur la motivation. C'est donc une grande avancée pour les personnes devenant ou étant malades vu qu'un des symptômes majeurs de l'Alzheimer est l'apathie.

Observons les tests effectués par le laboratoire E-novation. Pour ce faire, ils ont fait un essai sur 20 patients âgés de 84 ans en moyenne. Les résultats sont largement positifs. En effet, le jeu est très efficace quant à l'amélioration de l'attention et de la concentration. Dr Robert est la

personne qui a fait faire ces tests sur les malades. Il a aussi fait faire les tests TMT A et B qui ce sont deux classiques des exercices cognitifs employés en neurologie. Conclusion ! Le temps de réaction et pourcentage d'erreur sont nettement plus faibles auprès des patients après la période de jeu.

La question à se poser est donc « pourquoi utiliser ce jeu plutôt qu'un exercice classique ? ». La raison est dans le fait que l'apport principal du jeu est qu'il augmente l'implication du patient dans ses soins.

Voici le témoignage de Pierre, 74 ans, ingénieur. Souffrant de petite perte de mémoire, il va suivre ce traitement et va se prendre au jeu. Son entourage et lui-même vont remarquer l'amélioration qu'il y a au fur et à mesure des séances. Il explique que « cela rend le traitement ainsi que le rapport à la maladie plus facile à vivre ». Le fait de jouer détend et le processus est moins traumatisant comme Pierre Foulou le déclare.

En plus de ce qu'ils procurent aux patients, les jeux offrent aussi la possibilité aux médecins de collecter des données sur les progrès du joueur et grâce à cela à faire des observations qui pourront amener à l'amélioration de ces soins particuliers.

« Genius » cherche à créer une plateforme en ligne entre le patient et le médecin afin que le médecin crée un programme bien spécifique pour le malade.

Il n'y a donc plus qu'à convaincre les médecins d'essayer cette nouvelle méthode, malgré le fait qu'elle ne soit pas très orthodoxe.

2.3 La maladie Parkinson

Pour finir, parlons de la maladie de Parkinson qui touche plus de 30 000 belges. Afin d'aider les personnes souffrant de cette maladie, le projet REHAB e-NOVATION mené par le groupe GENIOUS et l'ICL a créé TOAP Run.

Ce jeu est de type « runner ». L'environnement va donc défiler automatiquement. Il est destiné aux malades ayant un trouble de la marche et de l'équilibre. Le but de cette activité est d'inciter le patient à bouger en rythme dans les différents décors du jeu en évitant les obstacles et en récoltant un maximum de pièces. Le joueur est immergé dans un univers 3D. Il va travailler les

postures de déséquilibre compliquées pour quelqu'un souffrant de la maladie de Parkinson. Cet exercice va aussi travailler les déplacements latéraux, les fentes, la torsion du buste et les extensions. Ces mouvements vont permettre au patient de progresser et gagner en amplitude et ainsi améliorer le mouvement de la marche au fur et à mesure des séances.

Le jeu ne sollicite pas que les mouvements mais aussi la vision, le son et les aptitudes cognitives du patient.

De plus, les données et les résultats vont être récupérés afin de mesurer les capacités motrices de patient en termes d'amplitude, de vitesse d'exécution et d'accélération du mouvement. Après la récupération de ces données le médecin va pouvoir adapter le niveau du jeu et si nécessaire le traitement que doit suivre son patient.

Ce divertissement permet donc de travailler, se soigner et s'amuser. Il est aussi beaucoup moins stressant car on ne pense pas à se soigner mais à s'amuser, on essaye d'avoir le meilleur score, on se sent plus libre.

3 Les jeux vidéo et les séniors

Ensuite, pour le troisième bienfait des jeux vidéo, il s'agira de l'aide ou améliorations de certains aspects chez les séniors.

Malgré le fait qu'ils se plaignent souvent des nouveaux gadgets, ceux-ci peuvent les aider. Pour ce faire, il y a 3 points dans lesquels ils sont utiles. Tout d'abord, ils permettent de garder une vie sociale, ensuite de ralentir le vieillissement du cerveau et pour finir ralentir le déclin cognitif.

3.1 Le social

Premièrement, la sociabilité ! Lorsqu'une personne âgée est envoyée dans une maison de retraite, elle va se sentir seule. Pour contrer ce problème, la Wii est là ! Cette console a intégré énormément de maisons de retraite. Elle parvient à combler ce vide créé par la solitude grâce au jeu Wii sport. Ce jeu est constitué de pleins de mini-jeux, tels que le bowling, le tennis, la boxe et le golf. Ces sports virtuels vont créer une compétition, des tournois de Wii-sport. Durant ces événements, les personnes âgées de maisons de retraites différentes vont se réunir pour rire,

s'amuser et bien entendu gagner. Ils vont donc pouvoir faire de nouvelles connaissances et garder une vie sociable plus active. De plus, il n'y pas que ces tournois. Les personnes âgées sont souvent tristes de ne plus avoir de points communs ou d'occupations à partager avec leurs petits-enfants. Mais, avec des jeux tels que Wii sport, ils vont pouvoir s'amuser et garder une proximité avec leur petits-enfants.

3.2 *Le vieillissement du cerveau*

Deuxièmement, le vieillissement du cerveau ! Tous nos aînés subissent ce problème. Mais, certains jeux vidéo ont un impact bénéfique pour stimuler les fonctions multitâches du cerveau des personnes âgées. Ils ne font pas que ça. Ils aident à améliorer l'attention et aussi à éveiller la mémoire sensorielle à court terme. Un exemple de jeu qui procure ces améliorations est « Brain Age ». A la base, ce jeu était destiné à l'ensemble des joueurs mais beaucoup de personnes âgées ont commencé à y jouer. Dès lors, des médecins ont effectué une étude sur des personnes âgées de plus de 60 ans - les joueurs ont enregistré des performances mentales largement supérieures à ceux n'ayant pas joué. Ces facultés étaient toujours présentes encore 6 mois après les séances de jeu vidéo. Le jeu « Neuroracer », quant à lui, a été créé par des scientifiques californiens uniquement pour des personnes de 60 à 85 ans. Ce jeu oblige le joueur à faire deux choses en même temps : conduire une voiture sur une route tortueuse et réagir à la fois aux signaux visuels dissociés de la conduite. Ensuite, ces chercheurs ont comparé les performances cognitives des joueurs avec échantillon témoin du même âge qui n'avait pas fait de jeu. Le test montre que les seniors entraînés à « Neuroracer » ont de bien meilleures aptitudes à faire plusieurs tâches à la fois que les non-joueurs. Ces résultats sont présents 6 mois après, ils l'assurent grâce à leur publication dans la revue britannique « Nature⁴».

Ceci montre qu'il y a énormément de jeux différents pour aider ces personnes - on en crée même spécialement pour elles.

⁴Nature est une revue britannique, elle traite de sujets scientifique généraliste de référence, à comité de lecture et publiée de manière hebdomadaire. C'est l'une des revues scientifiques les plus anciennes et les plus réputées au monde.

3.3 *Le déclin cognitif*

Dernièrement, une explication sur ce que les jeux vidéo peuvent faire pour le déclin cognitif ! Ils permettent d'améliorer la mémoire chez les plus de 50 ans. Une étude américaine menée par l'université de L'Iowa le prouve. Ils ont pris 681 personnes en bonne santé et les ont réparties en quatre groupes. À l'intérieur de ceux-ci, ils ont séparé les 50-64 ans et les plus de 65 ans. Un groupe devait jouer à de simples mots croisés sur ordinateur, les trois autres devaient jouer au jeu « Road Tour » qui a pour but d'identifier un modèle de voiture affiché brièvement sur plaque d'immatriculation. Plus on « grimpe » de niveau plus la difficulté augmente, tout comme les éléments de distraction sur l'écran. Le professeur de Santé publique de l'Iowa, Fredric Wolinski, auteur de cette étude, explique que l'entraînement peut augmenter la vitesse d'analyse et de la mémoire de 70%. Cette statistique est le résultat d'un an de pratique pour un total de 10 heures de jeu et ces personnes ont gagné trois ans de bonne santé mentale ! Le groupe ayant joué quatre heures de plus que les autres groupes a gagné quatre ans de recul cognitif. De plus, il n'y pas qu'un recul cognitif, il y même une accélération de leurs facultés affirme le professeur. Fredric Wolinski explique que l'avantage des jeux vidéo, pour les plus âgés, semble résider dans cette accélération des capacités cognitives, qui peut favoriser une vision plus panoramique. Avec l'âge, en effet, la vue se restreint à une sorte de «tunnel», explique le chercheur. On remarque que les personnes ayant joué à « Road Tour » ont obtenu de meilleurs résultats que les joueurs de mots croisés sur les plans de la concentration, de la vitesse et de l'agilité à passer d'une tâche à l'autre. Jouer peut se traduire par une amélioration d'1,5 an à 7 ans pour ces fonctions mentales.

On remarque qu'il y a énormément de jeux destinées aux personnes âgées, que ce soit directement ou indirectement. Cela révolutionne la façon classique d'aider les séniors, il ne reste qu'à leur faire découvrir ces jeux vidéo incroyablement bénéfiques pour eux. Cet aspect va donc créer un marché très intéressant pour les industries spécialisées dans le secteur des jeux vidéo.

4 Les jeux et le monde extérieur

4.1 *La sociabilité*

Pour introduire le quatrième point qui aura pour but de montrer de quelle façon on peut utiliser les jeux vidéo à bon escient, quoi de mieux qu'utiliser un sujet souvent critiquer du jeu vidéo.

La sociabilité ! On dit souvent que les joueurs sont renfermés et n'ont pas d'amis. On entend souvent le mot « geek » ! Mais ne pourrait-on pas faire des rencontres à l'aide de ceux-ci ? De nos jours, les jeux vidéo visent plutôt pour but de jouer en équipe et donc alors à être sociable. Voici pourquoi !

Tout d'abord, il y a le système « online » qui dispose un grand nombre de jeux. Grâce à ce système, il est possible de jouer et de parler avec des milliers de joueurs à travers le monde entier. Ce système va obliger les joueurs à s'ouvrir aux différentes cultures du monde, à ne pas rester fermé à l'inconnu, à être amical et poli. En effet, dans le jeu « League Of Legends », qui est un des jeux les plus joués au monde, le but est de vaincre ses 5 opposants à l'aide de 4 alliés. Pour cela, il faut s'aider, il faut communiquer afin de donner les coordonnées et ce que font leurs ennemis. Sans cela, tout le monde risque de mourir ! Dès lors, si un partenaire refuse de communiquer, mais que les adversaires communiquent convenablement, ils gagneront - c'est inévitable. On remarque alors que les jeux vidéo arrivent à faire oublier les différences, qu'ils existent entre toutes les nationalités ou même religions et amènent tout le monde à communiquer gentiment, même s'ils ont une langue différente. De plus, chaque jeu a su créer son propre « vocabulaire ».

Les jeux font alors place à la fraternité et non à la violence.

4.2 Les lans

En ce qui concerne la sociabilité, il n'y a pas que l'online qui est utilisé, il y a bien sûr les lans. Qu'est-ce qu'une lan ?

Il faut savoir que ce mot vient de Local Area Network, c'est-à-dire que ce sont des ordinateurs reliés entre eux à l'aide d'un câble ethernet. Cela permet donc de jouer avec toutes les personnes qui y sont reliées. Maintenant que nous savons ce qu'est une lan, expliquons le déroulement de celle-ci.

Cet événement est comme un tournoi. On y invite des équipes et elles s'affrontent. Les vainqueurs empochent une somme ainsi que des cadeaux. Cette somme peut parfois être astronomique - par exemple pour la dernière lan de Call Of Duty, l'équipe gagnante repartait avec 1 million d'euro. Durant ce tournoi, il y a alors énormément de spectateurs. Ils sont tous

réunis, ensemble vivant leur passions et regardant leurs joueurs favoris en étant pleins d'émotions. Ces rassemblements sont extrêmement grands : League Of Legends a réussi à réunir 14 millions de spectateurs durant la finale de 2015. N'est-ce pas l'occasion de se faire de nouveaux amis avec tout ce monde ?

On pourrait penser qu'il n'y a que pour les plus grands joueurs des jeux. Ce n'est pas le cas ! Il y a des plus petits événements comme la lan « le Game ». Il y a moins de spectateurs mais elle permet à quiconque de s'y inscrire. Durant cet événement, on peut jouer à 5 jeux qui sont Overwatch, un jeu qui se joue à cinq contre cinq où le but est de capturer un emplacement, League Of Legends, il se joue aussi en cinq contre cinq et le but est de détruire la base ennemie en premier, Hearthstone, un jeu de stratégie qui se joue avec des cartes, les deux joueurs ont trente points de vie et le but est de faire en sorte que l'ennemi n'ait plus de point de vie en l'attaquant avec ses monstres, TrackMania, un jeu de voiture, le but est donc d'arriver en premier à la ligne d'arrivée et Worms, un jeu où l'on est un petit ver de terre et le but est de tuer les autres vers à l'aide d'armes. Ce sont tous des jeux connus et très amusants à jouer et c'est donc le moment de s'amuser tout en faisant des nouvelles rencontres pour n'importe qui.

4.3 Les salons de jeux

Pour finir le chapitre social, voici un autre type d'événement à grande échelle. Ce sont les salons de jeux vidéo. Ces salons rassemblent les joueurs, les communautaires et les passionnés de jeux. Pourquoi un tel rassemblement ? La réponse est simple ! Ce salon accueille la finale de la coupe du monde des jeux vidéo et offre des formations dédiées aux métiers du jeu vidéo, du rétrogaming et des cosplays. Tous les joueurs, amateurs d'animé, ... y sont pour voir les toutes nouvelles sorties des jeux ou des animés. Tous ces fans représentent une foule de 310 000 personnes. Il faut donc un lieu d'une certaine grandeur pour mettre tout ce monde. Voici un croquis du bâtiment afin de vous montrer à quel point ces réunions sont énormes.

5 Conclusion

Pour répondre à la question qui est « Est-ce que les jeux vidéo peuvent être utilisés à bon escient ? », la réponse est selon moi oui.

Pourquoi un oui si franc ? Il y a tout d'abord le fait qu'ils peuvent être utiles pour le corps, que ce soit la vue grâce à des jeux tels que Tetris et Call Of Duty, le cerveau grâce au jeu de stratégie Starcraft ou même la condition physique grâce à la Wii. Ensuite, il y a le fait qu'ils ont la capacité d'aider les personnes blessées comme les grands brûlés grâce à la Wii ou les personnes atteintes de maladies telles que l'Alzheimer ou Parkinson grâce aux jeux qui leur sont destinés.

Après, il y a aussi tout ce que les jeux apportent aux personnes âgées comme l'amélioration de la sociabilité grâce à la Wii, le recul du déclin du cerveau grâce aux jeux spécialement élaborés pour eux.

Et pour finir, la sociabilité qu'ils créent grâce au online, les lans et les salons de jeux. Les jeux vidéo arrivent à réunir énormément de personnes venues de partout dans le monde. Il est donc temps d'arrêter de dire que les jeux vidéo rendent solitaires car quand on voit le nombre de personnes qu'ils peuvent réunir ainsi la diversité qu'ils créent dans un seul et même lieu, cela n'a plus aucun sens. Il n'y pas place au racisme ou à la violence, il n'y a de la place que pour la passions et la fraternité.

Tous ces faits sont vrais si on n'exagère pas sur le temps de jeux. En effet, il est clair que si il y a un excès, les répercussions pourront être graves, mais c'est ainsi dans tous les domaines. Il ne faut donc pas discréditer les jeux vidéo. Il faut apprendre à se contrôler et à se gérer. Si on y parvient, il est possible de se s'améliorer physiquement, de faire de belles rencontres, devenir plus intelligent, se soigner ou ralentir une maladie, apprendre à tous s'aimer et pouvoir tous se réunir autour d'une passion commune. Je terminerai par cette citation de Pierre-Claude-Victor Boiste qui résume parfaitement les jeux vidéo « Où l'abus commence, l'utilité cesse. »

6 Bibliographie

- Sources internet

1. Clément kolodziejczak, 11 effets des jeux sur le cerveau. 17 Mai 2016. Url = <http://www.serious-game.fr/11-effets-des-jeux-sur-le-cerveau/>
2. Celia Hodent-Villaman, Les jeux vidéo sont-ils bons pour le cerveau ? 14 Décembre 2006. Url = https://www.scienceshumaines.com/les-jeux-video-sont-ils-bons-pour-le-cerveau_fr_15191.html
3. Le HuffPost, Jouer aux jeux vidéo peut avoir des effets positifs sur le cerveau. 6 Novembre 2013. Url = http://www.huffingtonpost.fr/2013/11/06/jeux-video-effets-positifs-etude-berlin_n_4223393.html
4. Jean-Luc Goudet, Les jeux vidéo améliorent la vision ! 14 Février 2007. Url = <http://www.futura-sciences.com/tech/actualites/tech-jeux-video-ameliorent-vision-10361/>
5. Hugo Jalinière, Cerveau : les jeux vidéo 3D boostent la mémoire. 11 Novembre 2015. Url = https://www.sciencesetavenir.fr/sante/cerveau-et-psy/cerveau-les-jeux-video-3d-boostent-la-memoire_19558
6. Carole Guidon, Faites du sport avec votre console de jeux. 10 Décembre 2014. Url = <http://www.bienchezsoi.net/articles/faites-du-sport-avec-votre-console-de-jeux-392.php>
7. Renée Greusard, L'EPS, l'éducation sportive et physique, est une des disciplines les plus haïes à l'école, surtout à partir du collège. Témoignages et remèdes. 3 Novembre 2012. Url = <http://tempsreel.nouvelobs.com/rue89/rue89-sport/20121103.RUE3537/le-sport-a-l-ecole-ecole-de-l-humiliation.html>
8. Diane Mottez, Les jeux vidéo au secours des grands brûlés. 21 Janvier 2016. Url = <http://www.serengo.net/check-up/les-jeux-video-au-secours-des-grands-brules/>
9. Louis Nadau, Un jeu vidéo contre Alzheimer. 21 Septembre 2015. Url = http://www.liberation.fr/futurs/2015/09/21/super-mario-contre-alzheimer_1385752
10. Genius Serious Games, Un jeu au secours de Parkinson. Url = <http://www.genious-seriousgames.com/portfolio-item/toap-run/>

11. Vanessa Lalo, Serious games : comment les jeux vidéo peuvent rajeunir le cerveau. 17 Septembre 2013. Url = <http://leplus.nouvelobs.com/contribution/938577-serious-games-comment-les-jeux-video-peuvent-rajeunir-le-cerveau.html>
12. Senup, Jeux vidéo pour seniors. 15 Avril 2015. Url = <https://www.senup.com/blog/jeux-video-pour-seniors/>
13. Cyrille Vanlerberghe, L'attention des séniors dopée par les jeux vidéo. 5 Septembre 2013. Url = <http://sante.lefigaro.fr/actualite/2013/09/05/21199-lattention-seniors-dopee-par-jeux-video>
14. 20 minutes avec AFP, les jeux vidéo sont bons pour les personnes âgées. 2 Mai 2013. Url = <http://www.20minutes.fr/societe/1148503-20130502-20130502-jeux-video-bons-personnes-agees>
15. Zeltan Cody, Les jeux vidéo, un outil de socialisation grandissant. 30 Août 2014. Url = <http://www.ogaming.tv/news/les-jeux-video-un-outil-de-socialisation-grandissant/8274>
16. Mon Figaro Partner, Le jeu vidéo peut-il devenir un nouveau moyen de socialisation ? 23 Septembre 2010. Url = <http://plus.lefigaro.fr/note/le-jeu-video-peut-il-devenir-un-nouveau-moyen-de-socialisation-20100923-290030>
17. Mathieu Beyney, League of Legends : Worlds 2015 – Des chiffres de spectateurs incroyables. 2 Décembre 2015. Url = <http://www.melty.fr/league-of-legends-worlds-2015-des-chiffres-de-spectateurs-incroyables-a480430.html>
18. Paris Game Week, 3^{ème} Salon Mondial Du Jeu Vidéo. Url = <https://www.parisgamesweek.com/fr/page/exposer>
19. Nourdine Nini, Paris Games Week 2016 : Nouveau record d'affluence battu selon le SELL. 2 Novembre 2016. Url = <http://www.gameblog.fr/news/63364-paris-games-week-2016-nouveau-record-d-affluence-battu-selon>