

Métamorphose de la violence avec le jeu vidéo

Lucie Epivent

DANS **PRATIQUES EN SANTÉ MENTALE** 2023/1 (69^E ANNÉE), PAGES 43 À 48
ÉDITIONS **CHAMP SOCIAL**

ISSN 1286-1286

ISBN 9791034607921

DOI 10.3917/psm.231.0043

Article disponible en ligne à l'adresse

<https://www.cairn.info/revue-pratique-en-sante-mentale-2023-1-page-43.htm>



CAIRN.INFO
MATIÈRES À RÉFLEXION

Découvrir le sommaire de ce numéro, suivre la revue par email, s'abonner...

Flashez ce QR Code pour accéder à la page de ce numéro sur Cairn.info.



Distribution électronique Cairn.info pour Champ social.

La reproduction ou représentation de cet article, notamment par photocopie, n'est autorisée que dans les limites des conditions générales d'utilisation du site ou, le cas échéant, des conditions générales de la licence souscrite par votre établissement. Toute autre reproduction ou représentation, en tout ou partie, sous quelque forme et de quelque manière que ce soit, est interdite sauf accord préalable et écrit de l'éditeur, en dehors des cas prévus par la législation en vigueur en France. Il est précisé que son stockage dans une base de données est également interdit.

Métamorphose de la violence avec le jeu vidéo

Lucie Épivent

Psychologue clinicienne, cyberpsychologue, CMP Enfants de Sens, Sens.
epivent.lucie@gmail.com

Résumé

À partir des concepts métapsychologiques, nous verrons comment naît la violence chez le sujet et comment celle-ci tend progressivement à se transformer en agressivité, dite secondaire. Nous décrirons ensuite comment ce processus est remis en mouvement lors de l'adolescence et peut venir fragiliser les digues psychiques préalablement établies. Nous proposerons de médiatiser la rencontre thérapeutique avec ce profil d'adolescents, pour lesquels les passages à l'acte violents peuvent devenir un mode d'interaction privilégié. À partir de l'utilisation du jeu vidéo en séance avec la psychothérapeute, nous observerons les possibilités de remaniements psychiques tels qu'observés lors des premiers temps du développement psycho-affectif.

Mots-clés

Adolescence, agressivité, jeu vidéo, psychothérapie, violence.

Quel adolescent aujourd'hui n'a pas un écran greffé au bout de la main ? Un smartphone, une console de jeu vidéo... le numérique dispose d'une place importante dans le quotidien de tous et offre un support d'une grande richesse qui peut être utilisé lors d'une psychothérapie.

À l'image du rêve ou des méthodes projectives, le jeu vidéo donne accès à des projections inconscientes et peut nous éclairer aussi bien sur la représentation qu'a le sujet de lui-même que sur ses relations au monde. Ce terreau permet, s'il est accompagné par un tiers traducteur, de transformer et métaboliser les contenus exposés.

Lorsqu'il s'agit d'associer violence et jeu vidéo, la maladresse commune serait de penser : « les jeux vidéos rendent agressifs », « les contenus proposés sont de potentiels générateurs de comportements violents », comme en témoignent certaines réactions médiatiques ou politiques. Pourtant, de nombreuses études récentes tentent de démontrer le contraire et pointent les vertus possibles des jeux vidéo (Jordan, Dhamala, 2022, Sauce et al., 2022).

L'agir adolescent peut venir mettre à mal le cadre thérapeutique qui est parfois proposé à ce public. Comment accueillir cette violence primaire et parfois brute qu'un adolescent nous manifeste ? Comment l'accompagner pour transformer cette violence en une agressivité afin de remettre en mouvement les capacités de conflictualisation et donc d'élaboration psychique ?

James, de la violence à la coopération

Je voudrais pour illustrer cette question, faire le récit de l'accompagnement en psychothérapie d'un jeune adolescent de 12 ans que nous appellerons James.

Sa présentation est plutôt renfrognée, lors de notre première rencontre. James vient seul, entre dans le bureau, se déchausse et envoie valser ses baskets dans un coin de la pièce, pour ensuite s'avachir dans un fauteuil en saisissant son smartphone pour écouter du rap tout en augmentant le son à son maximum. Les échanges verbaux sont lapidaires : « le collègue c'est l'enfer » dira-t-il en naviguant sur TikTok. Il ajoute qu'il n'aime rien faire car il a « la flemme ». James se dévalorise constamment, arguant qu'il n'est « qu'une merde ». Il cherche en permanence à être rassuré sur son narcissisme ; il me demande, par exemple, si « avoir 63 abonnés sur TikTok, c'est beaucoup ? » afin de valider un quota suffisant pour exister aux yeux des autres, d'une communauté de pairs.

James dit ne pas savoir pourquoi il vient me voir. Lors de la deuxième séance, un passage à l'acte me dévoilera ce qui l'amène. Ce jour, James après avoir brièvement exposé son humeur, à savoir « la flemme » et « j'ai faim », me questionne sur ma prise de notes. Il saisit la feuille posée sur le bureau et la déchire tout en s'écriant : « ça ne sert à rien, de toute façon, je suis qu'une merde ».

Il répète cela en boucle, je comprends qu'écrire à son sujet est vécu comme terriblement persécutant. Réalisant ce qui vient de se passer, James appréhende rapidement ma réaction ; il imagine que ses parents vont le « tuer » s'ils apprennent qu'il va être « exclu du psy » parce qu'ils ont déjà été convoqués plusieurs fois au collège. Je lui propose donc de recoller les morceaux ensemble, tout en constatant ce qu'il me dit là : James s'identifie sur un versant négatif, « une merde ». Cette auto-dévalorisation envahissante pour lui, James l'expulse au dehors, car cela lui est insupportable, aussi bien sur la scène du collège, de la maison, et ce jour dans l'espace de la psychothérapie. Cette séance inaugurale a fait émerger, dans la violence, la demande implicite de James. Par cette attaque de l'ébauche du lien avec un autre, James met en lumière la représentation narcissique violente et dégradante qu'il porte de lui-même.

Sa violence interne débordante se déverse sur l'entourage par des bagarres, provocations, insultes au collège, mais également au sein de sa famille. Cette dernière, que je ne pourrai rencontrer que plusieurs mois après le début de la thérapie, se retrouve en grande difficulté avec James du fait de la cristallisation de cette violence comme mode relationnel quasi exclusif.

Peu de temps après cette séance, James remarque la présence d'une télévision dans le bureau. Il l'observe, s'approche et constate avec émerveillement qu'il y a une console de jeu vidéo.

Il apparaît presque nostalgique ; James a eu une Wii quand il était plus petit et a beaucoup joué au jeu Super Mario. Il retrouve ici une possibilité de régression en retrouvant un objet familier et rassurant car il peut me montrer assez vite à quel point il est performant lors de premières sessions de jeu qu'il fait seul. Il n'empêche que ses réactions sont assez radicales : de la toute-puissance lorsqu'il parvient à terminer un niveau « je suis le meilleur, t'as vu ! » à une dépréciation massive lorsqu'il perd : « je suis vraiment qu'une merde ».

À partir des rendez-vous suivants, James m'invite spontanément à le rejoindre sur le jeu New Super Mario Bros Wii. Nous jouons donc en coopération pour compléter ensemble les niveaux jusqu'à pouvoir affronter les différents « boss » et avancer dans l'exploration des mondes du jeu. Pour autant, il ne sera pas question de collaboration lors de nos premiers essais. Mario (incarné par James) avance très vite, et n'attend pas son partenaire Toad (incarné par moi-même). Toad finit donc par ne plus suivre l'avancée du leader Mario et meurt faute de ne pouvoir le rattraper, car lorsque l'on quitte le cadre de l'écran si l'un des avatars progresse plus vite, le personnage est éliminé. Cela fera beaucoup rire James de me voir en difficulté pour tenter de le rattraper.

De même, lorsque Toad se retrouve parfois en tête de l'aventure ou qu'il obtient un objet bonus qui facilite l'avancée du duo, cela lui est insupportable. Mario (James) saisit alors son partenaire pour le jeter dans le vide et perdre la partie. Ainsi, pour James la victoire ne peut se résumer qu'à la sienne seule et ne peut faire l'objet d'une réussite collaborative. Si l'autre peut faire gagner le binôme, alors c'est un échec, donc il vaut mieux tout recommencer. James se sabotera parfois « accidentellement » en voulant éliminer Toad, provoquant également la chute de Mario et donc un « *game over* ».

À partir de ce moment-là, James exprime le souhait de venir en psychothérapie car il a un but, celui de progresser dans le jeu. La continuité entre les séances à partir de cette médiation permet à James de se livrer progressivement et également de prendre du recul sur sa façon d'aborder l'autre, de faire avec l'autre.

Partie après partie, Mario et Toad progressent dans l'aventure. Sur cette scène numérique, une alliance thérapeutique se noue car James dépose des parties de sa psyché sur cet univers virtuel. A partir de la rencontre avec la psyché du thérapeute, nous co-construisons ensemble de nouvelles potentialités pour avancer. Cette triangulation, James-psychologue-jeu vidéo, va apaiser son sentiment d'insécurité, tout en le revalorisant. Là où James initialement jouait seul et ne pouvait supporter la présence de l'autre, il va progressivement l'accueillir, s'assouplir et ne plus se sentir menacé par l'avancée de l'autre.

J'observe d'ailleurs une évolution assez remarquable dans le lien, aussi bien sur la scène du jeu qu'en dehors. James se montrera bienveillant, et proposera de lui-même des possibilités de coopération. Dans sa progression du jeu Super Mario, nous sommes désormais arrivés sur des niveaux très complexes qui demandent une grande dextérité, rapidité et adaptabilité. Toad, beaucoup moins dégourdi que Mario, se retrouve en difficulté dans les mondes hostiles de glace ou de lave. Tel un petit enfant démuné, Toad a besoin d'aide pour avancer. James l'a remarqué : Mario est désormais une figure protectrice et soutenante pour Toad. Il le porte désormais sur son dos pour avancer ensemble à travers les pièges qui entravent leur route.

La violence à l'adolescence

L'époque de l'adolescence que le sujet subit fait violence. De par les transformations du corps, avec la puberté, mais aussi des remaniements psychiques que cela suppose. Le pubertaire (Gutton, 2013) correspond à un moment de transition au cours duquel les vécus

infantiles ressurgissent. L'expérience adolescente sera en partie pré-déterminée selon la manière dont le développement psycho-affectif s'est déroulé pendant la petite enfance.

« L'adolescence est une période où domine le sentiment d'incapacité, d'impuissance face à la réalité du monde telle qu'elle apparaît lorsque les brumes de l'enfance se lèvent » (Denis, 2019). Le sujet oscille alors entre la revendication de son indépendance en défiant l'adulte et sa dépendance régressive envers ses figures parentales. Ce processus de reconfiguration présente un risque de défaillance des processus de subjectivation.

Avec sa dernière théorie des pulsions, S. Freud met en avant un rôle plus important de l'agressivité. C'est dans *Au-delà du principe de plaisir* (1920) qu'il introduit la notion de pulsion de mort en lien avec la pulsion de vie. Autrement nommée « pulsion d'agression » (*Agressionstrieb*), le but de la pulsion de mort vise à la destruction de l'objet et la déliaison psychique. Dans cette perspective, l'agressivité primaire serait constitutive de l'Homme et une force radicalement désorganisatrice et morcelante lorsqu'elle se délie d'Eros.

« En psychopathologie, la violence est d'abord une notion qui renvoie à l'économie psychique, à l'intensité que peuvent atteindre différents mouvements psychiques » (Denis, 2019). La tension psychique consécutive à un trop plein d'excitation atteint alors un seuil au-delà du contrôlable, qui déferle sur le Moi et/ou vers l'extérieur. Cette décharge pulsionnelle porte en elle une valeur désorganisatrice.

Si l'on reprend le modèle de la pulsion telle que définie par S. Freud, on comprend alors le but de cette décharge comme un retour vers un état d'excitation moindre afin de protéger le Moi du chaos et de restaurer un narcissisme menacé dans son intégrité. « Les actes violents qui en résultent sont les effets d'une tentative de maîtrise, laquelle paradoxalement, fait baisser la violence de l'excitation qui a envahi le psychisme en lui donnant une forme qui la contient » (*ibid.*).

Ce que nous appelons violence prend la place de l'agressivité primaire. La violence constitue un moment de rage narcissique (Houssier, 2009), là où l'agressivité – secondaire – impliquerait la différenciation de soi d'avec l'autre et pourrait mobiliser sentiments de culpabilité et désir de réparation.

La violence renvoie donc aux stades primitifs du développement où le sujet a l'illusion d'être omnipotent - dans une toute-puissance narcissique - et, face aux fantasmes paranoïdes qui menacent son intégrité, le Moi va déployer des modes de défenses tout aussi archaïques, où l'altérité s'efface. Une de ces modalités pour exprimer cette violence est le passage à l'acte, fréquent chez les adolescents.

A. Braconnier et D. Marcelli (2013) nous le rappellent : « l'agir est considéré comme un des modes d'expression privilégié des conflits et des angoisses de l'individu » à cette période de la vie.

Ainsi, le passage à l'acte peut surgir lorsque le langage fait défaut pour mettre en lumière une souffrance insupportable. Par le recours à une manifestation comportementale, l'adolescent tente de faire passer un message : dans une tentative de mise en représentation adressée à un autre, témoin de l'acte, ou au contraire afin d'entraver ses propres capacités de penser pour assourdir un vécu affectif intolérable.

L'enjeu pour l'adolescent et vis-à-vis duquel il tâtonne serait de trouver un moyen de contenir et transformer cette tension interne projetée sur l'environnement. Afin que cette violence ne désorganise ni le sujet, ni le monde qui l'entoure, il nous faut trouver une autre voie où elle puisse se déployer pour ensuite la remodeler. C'est là, entre autres, que la médiation par le jeu vidéo en psychothérapie prend sens.

La plongée via la médiation vidéoludique

En pratique clinique, on observe souvent la nécessité d'adapter le cadre thérapeutique avec le public adolescent, notamment dans le cas de patients en mal de symbolisation. D'où l'intérêt de prises en charge à partir de médiums afin de tiercéiser une relation duelle parfois vécue comme trop angoissante ou persécutante. Le choix de la médiation n'est pas le simple résultat du hasard, mais convoque à la fois le désir du patient et celui du thérapeute. Ainsi, l'usage du jeu vidéo en séance propose un espace au sein duquel la rencontre transférentielle peut se matérialiser.

Les deux appareils psychiques, celui du patient et du thérapeute, s'exposent à travers l'écran. Ce dernier peut alors se penser comme l'équivalent d'un miroir du fonctionnement psychique pour l'un comme pour l'autre : « ils aident alors le psychothérapeute et le patient à prendre conscience de positions psychiques ou des mécanismes de défense » (Leroux, 2019a).

En outre, grâce à l'arène virtuelle déployée dans les jeux vidéo, le patient peut plus facilement s'autoriser à mettre en scène des motions pulsionnelles régressives et agressives, comme par exemple, en y détruisant des objets numériques.

L'externalisation sur la sphère du numérique, au-delà d'un simple moyen de décharge pulsionnelle, éveille des potentialités jusqu'alors inaccessibles pour le sujet, « le jeu vidéo est un espace en quelque sorte théâtral où l'acte possède en soi une valeur symbolique. » (Stora, 2016).

L'adolescent se saisit donc de cet univers immersif pour y projeter son monde interne parfois empreint de contenus violents et potentiellement menaçants, aussi bien pour lui-même que pour son entourage lorsque, entre autres, les digues psychiques menacent de céder face aux remaniements du pubertaire. Ces dépôts fantasmatiques inquiétants se révèlent et, tout comme le récit du rêve en thérapie, viennent réactualiser en images (Tisseron, 1995), en sons, en gestes, en mots, les affects du patient. Le numérique rend visible l'intérieur de son propre Moi (Tordo, 2020).

Parfois déjà connu par le patient, le jeu vidéo en séance figure un espace sécurisant et contenant où l'illusion de maîtrise de l'objet numérique réhabilite le Moi fragilisé par ses affluences pulsionnelles.

Que ce soit dans une recherche de gratification narcissique, d'un besoin de symbolisation, ou même du renforcement du sentiment de continuité entre les séances (Pitteri, Epivent, 2021), la médiation vidéoludique permet aussi un remaniement des investissements d'objets. En jouant par exemple, en dispositif de groupes thérapeutiques, ou à deux avec le psychothérapeute, l'adolescent peut progressivement tolérer la présence de l'autre projeté virtuellement, par le biais de son incarnation dans l'avatar.

Ainsi, bien au-delà d'un reflet de sa propre intériorité, le jeu vidéo en thérapie met aussi en exergue les modalités relationnelles du sujet. L'interaction de l'avatar de l'adolescent à l'égard des PNJ (personnages non-joueurs), du thérapeute s'il incarne également un autre avatar, du *game design*, mais aussi des limites qu'offre le monde numérique en question souligne un rapport singulier du sujet à son environnement, dupliqué fantasmatiquement dans le jeu. Cette médiation « met en jeu une polarité régressive centrée sur les relations d'objet, et une polarité prospective centrée sur la construction narcissique de soi » (Leroux, 2019b).

Face à des comportements violents, de passages à l'acte aussi bien sur lui-même que son environnement, l'adolescent peut se retrouver bien en peine pour contenir cette

impulsivité. Dans une tentative d'auto-guérison, le sujet adolescent peut trouver via les supports numériques un espace d'atténuation de son angoisse exprimée par ses manifestations bruyantes mais aussi, peut tendre vers une quête du sens.

Ainsi, en répétant compulsivement les mêmes actions au sein de certains jeux ou bien en allant à l'aventure afin d'accomplir une mission, le joueur tente de transformer cette « pulsion d'agression », loin de son potentiel de destructivité originel, vers d'autres buts. Devenir le héros d'un récit imaginaire, déplacer son histoire personnelle sur une scène pour la transformer, figurant ainsi des chemins alternatifs : « Et si cela s'était passé autrement ? ». Cette étape de sublimation, par le biais d'un médium culturel partagé par les pairs, métabolise les ressentis de « rage » et les remodèle progressivement. Les adolescents trouvent alors ensemble un objectif commun dans un jeu vidéo en particulier, partageant ainsi un vécu similaire mais infiltré des spécificités de chacun. Par le biais de la thérapie, c'est la relation transférentielle qui permet de soutenir l'adolescent dans ce processus de symbolisation, à la fois par sa présence en co-immersion mais aussi par la possibilité de faire du lien entre le vécu *in game* et *in real life*. ■

Conclusion

L'adolescence fait violence de par les remaniements psychiques qu'elle impose au sujet et le réveil de la violence archaïque inhérente au développement psycho-affectif du sujet. Pour autant, cette violence parfois externalisée par le biais de passages à l'acte signe un processus de reconfiguration des modalités narcissiques et relationnelles. Afin de traduire cette actualité indicible pour le sujet, la mise en images puis en mots à partir de l'objet numérique donne à voir ce qui anime le psychisme et vient proposer de nouvelles potentialités créatrices. Dans le cas de James, la violence primaire se remodèle alors en une agressivité dite secondaire, remettant en mouvement la conflictualité psychique, et donc ses potentialités d'élaboration et de symbolisation.

RÉFÉRENCES

- Braconnier A., Marcelli D. (2013 éd révisée). *Adolescence et Psychopathologie*. Masson.
- Denis, P. (2019). Les racines de la violence. *Adolescence*, 372, 225-232.
- Freud, S. (1920). «Au-delà du principe de plaisir », *Essais de psychanalyse*, 1973, (pp.7-81). Paris, Payot.
- Gutton, P. (2013). *Le pubertaire*. Éditions Presses Universitaires de France.
- Houssier, F. (2009). « Métapsychologie de la violence ». *Enfances & Psy*, 45, 14-23.
- Jordan, T., Dhamala, M. « Video game players have improved decision-making abilities and enhanced brain activities », *Neuroimage: Reports*, Volume 2, Issue 3, 2022.
- Leroux, Y. (2019a). « Les jeux vidéo dans les psychothérapies psychanalytiques ». Dans : Marion Haza éd., *Médiations numériques : jeux vidéo et jeux de transfert* (pp. 31-57). Toulouse: Érès.
- Leroux, Y. (2019b). « Le jeu vidéo comme miroir dans la relation thérapeutique ». Dans : M. Haza éd., *Médiations numériques : jeux vidéo et jeux de transfert* (pp. 137-159). Toulouse: Érès.
- Sauce, B. et al. « The impact of digital media on children's intelligence while controlling for genetic differences in cognition and socioeconomic background ». *Scientific Reports* 12, 7720 (2022).
- Stora, M. (2016). « Médiation par les jeux vidéo : cadre et aspects thérapeutiques ». *Cliniques*, 11, 90-104.
- Tisseron, S. (1995). *Psychanalyse de l'image : de l'imgo aux images virtuelles*. Paris: Dunod.
- Tordo, F. (2020). « Transparence digitale et transfert digital dans les consultations en ligne ». *Cahiers critiques de thérapie familiale et de pratiques de réseaux*, 65, 49-64.