

---

## Symptômes anxiodépressifs et création d'avatars dans les jeux vidéo

**Auteur :** Argento, Tallia

**Promoteur(s) :** Glowacz, Fabienne

**Faculté :** Faculté de Psychologie, Logopédie et Sciences de l'Éducation

**Diplôme :** Master en sciences psychologiques, à finalité spécialisée en psychologie clinique

**Année académique :** 2020-2021

**URI/URL :** <http://hdl.handle.net/2268.2/11065>

---


### *Avertissement à l'attention des usagers :*

*Tous les documents placés en accès ouvert sur le site le site MatheO sont protégés par le droit d'auteur. Conformément aux principes énoncés par la "Budapest Open Access Initiative"(BOAI, 2002), l'utilisateur du site peut lire, télécharger, copier, transmettre, imprimer, chercher ou faire un lien vers le texte intégral de ces documents, les disséquer pour les indexer, s'en servir de données pour un logiciel, ou s'en servir à toute autre fin légale (ou prévue par la réglementation relative au droit d'auteur). Toute utilisation du document à des fins commerciales est strictement interdite.*

*Par ailleurs, l'utilisateur s'engage à respecter les droits moraux de l'auteur, principalement le droit à l'intégrité de l'oeuvre et le droit de paternité et ce dans toute utilisation que l'utilisateur entreprend. Ainsi, à titre d'exemple, lorsqu'il reproduira un document par extrait ou dans son intégralité, l'utilisateur citera de manière complète les sources telles que mentionnées ci-dessus. Toute utilisation non explicitement autorisée ci-avant (telle que par exemple, la modification du document ou son résumé) nécessite l'autorisation préalable et expresse des auteurs ou de leurs ayants droit.*

---





Symptômes  
anxiodépressifs et  
création d'avatar  
dans les jeux  
vidéo : Quels liens  
existants ?

Promoteur : Glowacz Fabienne  
Lectrices : Lakaye Ariane & Blairy Sylvie

Réalisé par : Argento Tallia

En vue de l'obtention du grade de Master en Sciences psychologiques

Année académique 2019 - 2020

## Remerciements

*Avant toute chose, je tiens à remercier Madame Fabienne Glowacz pour avoir permis la réalisation de ce travail qui me tenait à cœur mais également à son assistante Emilie Schmits pour ses précieux conseils.*

*Ensuite j'aimerais remercier toutes les personnes qui ont participées de près ou de loin à la réalisation de ce mémoire dont Mathilde Goffard pour sa précieuse aide.*

*Enfin, un remerciement tout particulier à mes proches dont ma marraine, mon compagnon, ma meilleure amie et ma collègue fraîchement diplômée pour leur soutien indéfectible durant cette longue période qui clôture l'aboutissement d'un projet de vie.*

## **Table des matières**

<b>I. Introduction</b> .....	<b>1</b>
<b>II. Revue de la littérature</b> .....	<b>3</b>
2.1. Les jeux vidéo .....	3
2.1.1. Définition de la problématique générale .....	3
2.1.2. Un problème de consensus .....	3
2.1.3. Des facteurs de risque .....	6
2.2. La dépression et l'anxiété chez les adolescents et jeunes adultes .....	8
2.2.1. L'anxiété .....	8
2.2.2. La dépression .....	10
2.3. L'identification à un avatar .....	14
2.3.1. Quelques définitions .....	14
2.3.2. L'identification à un avatar : terrain propice au développement de l'identité ? .....	14
2.3.3. La conception d'avatars .....	16
2.3.4. Impact sur la perception de son corps .....	18
2.3.5. L'identification projetée .....	19
2.3.6. Les dangers de l'identification .....	20
2.4. Le cyberharcèlement .....	22
2.4.1. Cyberharcèlement ou cyberintimidation ? .....	22
2.4.2. Les différentes formes de cyberharcèlement .....	22
2.4.3. Taux de prévalence et facteurs de risque .....	23
2.4.4. Cyberharcèlement et symptômes anxiodépressifs .....	24
2.4.5. Le cyberharcèlement dans le contexte du jeu vidéo : un phénomène de genre ? .....	25
2.4.6. L'effet de désindividuation .....	27
2.5. L'objectivation dans les jeux vidéo .....	29
2.5.1. Sexe ou genre ? .....	29
2.5.2. Les jeux à contenu objectivé .....	29
2.5.3. L'impact de l'intensification du genre chez les adolescents .....	33
2.6. La résilience .....	35
2.6.1. Le concept de résilience au cœur même des jeux vidéo .....	35
2.6.2. Des facteurs de risque et de protection .....	36
<b>III. Hypothèses et question de recherche</b> .....	<b>38</b>

3.1. Hypothèses de recherche .....	38
<b>IV. Méthodologie</b> .....	<b>42</b>
4.1. Population.....	42
4.2. Questionnaires et instruments.....	43
4.2.1. Questionnaire démographique.....	44
4.2.2. Problematic Internet Use Questionnaire-12.....	45
4.2.3. Questionnaire portant sur les caractéristiques de l'avatar .....	45
4.2.4. Player Identification Scale.....	46
4.2.5. Échelle sur les stéréotypes de genre .....	46
4.2.6. Échelle sur les cyberviolences sexuelles et sexistes .....	46
4.2.7. Beck Anxiety Inventory-21 .....	47
4.2.8. Beck Depression Inventory-13 .....	47
<b>V. Présentation des résultats</b> .....	<b>48</b>
5.1. Statistiques descriptives .....	48
5.2. Statistiques inférentielles .....	51
5.2.1. Hypothèse principale .....	52
5.2.2. Hypothèses secondaires .....	53
5.3. Analyses additionnelles .....	56
<b>VI. Discussion</b> .....	<b>60</b>
6.1. Interprétation des résultats.....	61
6.1.1. Relation entre identification à un avatar et symptômes anxiodépressifs.....	61
6.1.2. Ressources externes, identification à un avatar et symptômes anxiodépressifs .....	64
6.1.3. L'identification à un avatar : un phénomène genré ?.....	64
6.1.4. Fréquence de jeu et identification à un avatar.....	65
6.1.5. La question du cyberharcèlement .....	65
6.1.6. Le rôle de l'objectivation dans l'adhésion aux stéréotypes de genre.....	66
6.2. Limites de l'étude .....	67
6.3. Perspectives de recherche.....	70
<b>VII. Conclusion</b> .....	<b>72</b>
<b>Références</b> .....	<b>73</b>
<b>Annexes</b> .....	<b>79</b>
<b>Résumé</b> .....	<b>91</b>

## **Liste des figures**

Figure 1. Schématisation de l'état d'anxiété de Boutillier (2005) .....	8
Figure 2. Modèle d'unification de la dépression de Beck et Bredemeier (2016).....	11
Figure 3. Création d'avatar dans le jeu « The Elder Scroll Online » .....	16
Figure 4. Schématisation des différents types d'avatar .....	16
Figure 5. Exemple de personnages hypersexualisés .....	29
Figure 6. Exemple de jeu objectivé et non objectivé .....	55

## **Liste des tableaux**

Tableau 1. Variables démographiques et données de consommation (n = 229).....	43
Tableau 2. Test de normalité sur les variables impliquées .....	48
Tableau 3. Répartition de l'échantillon en fonction de la nationalité (n = 229) .....	50
Tableau 4. Répartition de l'échantillon en fonction du lieu de vie (n = 229) .....	50
Tableau 5. Répartition de l'échantillon en fonction de la situation professionnelle (n = 229).....	50
Tableau 6. Répartition de l'échantillon en fonction du niveau d'étude (n = 229) .....	50
Tableau 7 : Récapitulatif des statistiques descriptives (n = 229) .....	51
Tableau 9. Corrélations de Kendall sur le sentiment d'identification et les symptômes anxiodépressifs (n = 229) .....	52
Tableau 8. Test de régression multiple sur le sentiment d'identification et des symptômes anxiodépressifs (n = 229) .....	53
Tableau 10. Test de Kruskal-Wallis sur le sentiment d'identification en fonction des ressources externes.....	53
Tableau 11. Test de Kruskal-Wallis sur les symptômes anxiodépressifs en fonction des ressources externes.....	53
Tableau 12. Test de Kruskal-Wallis sur le sentiment d'identification selon la fréquence de jeu.....	54
Tableau 13. Test de Wilcoxon pour la dimension « Victime de harcèlement » selon le sexe .....	54
Tableau 14. Test de Wilcoxon sur l'adhésion aux stéréotypes de genre selon la consommation de jeux objectivés .....	55
Tableau 15. Test de Wilcoxon sur la susceptibilité à adhérer aux stéréotypes de genre selon le sexe	56
Tableau 16. Test de Wilcoxon pour échantillon indépendant sur l'identification selon le type de jeu	56
Tableau 17. Test de régression multiple sur l'écart morphologique et les symptômes dépressifs .....	58
Tableau 18. Test de Kruskal-Wallis sur les symptômes anxieux selon la fréquence de jeu .....	58
Tableau 19. Test de Kruskal-Wallis sur les symptômes dépressifs selon la fréquence de jeu .....	59

## **Liste des graphiques**

Graphique 1. Répartition joueurs VS non joueurs .....	48
Graphique 2. Distribution du sexe .....	49
Graphique 3. Distribution de l'âge .....	49
Graphique 4. Consommation de jeu par semaine .....	51
Graphique 5. écart morphologique.....	57
Graphique 6. Idéaux physiques rapportés par les participants .....	57

# I. Introduction

---

Qui n'a jamais joué à un jeu ? En effet, quelle que soit sa forme, le jeu a toujours été présent dans nos sociétés depuis les temps anciens. En Europe, autour de 35.000 ans AA<sup>1</sup>, l'Homo Sapiens Sapiens démontrait déjà cette capacité à jouer et à créer des représentations graphiques par plaisir (Gibeault, 2004). De nos jours, et principalement depuis les années 2000, le jeu a pris la forme de format vidéo, se jouant à l'aide d'un support électronique.

La définition du jeu vidéo a fait l'objet de plusieurs modifications au fil des années. D'une définition technique, elle s'est vue transformée en un concept plus général définissant un nouveau type de divertissement interactif. Cependant, vers la fin des années 2000, cette définition a perdu cet aspect technique et a englobé « *tout jeu fonctionnant via un circuit électronique logique et affichant sur un écran le résultat des actions du joueur* » (Wolf, 2012).

Cette nouvelle technologie est rapidement devenue l'application ludique la plus prisée chez les enfants, adolescents et jeunes adultes (Ferguson, 2010). En Belgique, une étude a été commanditée par la Politique Scientifique Fédérale (Belspo) afin de comprendre les enjeux relatifs aux usages problématiques d'Internet. Il s'avère que 66% des élèves interrogés jouent de temps en temps à des jeux. En ce qui concerne l'usage problématique, 11% des élèves de l'enseignement secondaire obtiennent un score indiquant un comportement de jeu compulsif (Klein et al., 2013).

Un des processus mis en œuvre dans le jeu vidéo est l'identification à un avatar. L'identification, selon Suh et al. (2001) peut être définie comme « *la connexion cognitive entre un individu et un avatar, entraînant l'individu à considérer l'avatar comme un substitut de lui-même* ». Pourtant, peu d'études encore se sont penchées sur ce sujet. Néanmoins, nous constatons que de plus en plus de recherches commencent à voir le jour (Seung & Jin, 2010 ; Cacioli & Mussap, 2014 ; Dieter et al., 2015). À travers cette recherche, nous aimerions mettre en lien ce processus avec les mécanismes dépressifs et anxieux.

En effet, de nombreuses études ont démontré que les taux de dépression ou de symptômes dépressifs ont drastiquement augmentés chez les adolescents et jeunes adultes (Hankin et al., 1998 ; Ge et al., 2001 ; Twenge et al., 2010). En ce qui concerne l'anxiété, elle

---

<sup>1</sup> AA : Avant Aujourd'hui



est associée à un usage problématique des jeux vidéo et pourrait être une possible conséquence de cette consommation, tout comme la dépression (Männikkö et al., 2015).

L'objet de ce mémoire est donc d'observer s'il existe des liens entre des symptômes anxiodépressifs et l'identification à un avatar chez les jeunes adultes. Pour cela, nous reviendrons d'abord sur divers concepts théoriques dont les jeux vidéo, l'anxiété et la dépression, le cyberharcèlement, le phénomène d'identification à un avatar, l'objectivation ainsi que la résilience.

N.B : Dû à notre thématique de recherche, nous abordons des sujets très controversés et médiatisés tels que le lien entre des symptômes anxiodépressifs et les jeux vidéo. Bon nombre d'auteurs mais aussi les médias se sont afférés à donner une image négative des jeux vidéo et l'impact que ceux-ci peuvent avoir sur leurs utilisateurs. Il ne s'agira pas ici de remettre en question les apports réalisés par ces auteurs mais d'éviter de tomber dans une position dichotomique du « tout blanc/tout noir ». Notre recherche tente de trouver des liens entre des symptômes anxiodépressifs et l'identification à un avatar, dès lors, il était alors nécessaire de rappeler que les jeux vidéo n'ont pas que des conséquences négatives sur la santé de ses utilisateurs.

## **II. Revue de la littérature**

---

### **2.1. Les jeux vidéo**

#### **2.1.1. Définition de la problématique générale**

Avant d'aller plus loin, il convient de définir ce qu'est un jeu vidéo. Selon le Larousse (s.d.), un jeu vidéo est « *un programme informatique permettant de jouer seul ou à plusieurs, conçu surtout en 3D et installé le plus souvent sur une console électronique ou un micro-ordinateur* ». Le joueur dispose de périphériques tels que des manettes, claviers, souris, pour agir sur le jeu et percevoir les conséquences de ses actes sur un environnement virtuel. Les systèmes électroniques utilisés (ou plateformes) peuvent être des ordinateurs, des bornes, des consoles ou des smartphones.

Ces nouvelles technologies sont vite devenues l'activité la plus prisée des adolescents et jeunes adultes. En effet, elles représentent une nouvelle forme d'amusement, faciles d'accès et permettent également un certain contact social au travers des jeux en ligne. Ce véritable phénomène de société a également entraîné l'intérêt des médias, qui adoptent souvent une position négative envers cette forme de divertissement. Par exemple, depuis ces dernières années, il y a une recrudescence de reportages sur les « *no-life* <sup>2</sup>», « *hikikomori* <sup>3</sup>», mais aussi des études qualifiées de « scientifiques » sur des thèses plus ou moins douteuses. Cette multitude de désinformations a conduit à créer un sentiment de peur et de méfiance chez le grand public envers ce nouveau loisir.

#### **2.1.2. Un problème de consensus...**

Tout d'abord, accordons-nous un moment pour définir les critères d'un usage problématique des jeux vidéo. Ce n'est que très récemment, en 2018, que le trouble du jeu vidéo a été reconnu officiellement par l'Organisation Mondiale de la Santé (OMS) dans sa 11<sup>ème</sup> édition de la Classification Internationale des Maladies (CIM-11). En 2013, L'American Psychiatric Association (APA) proposait déjà, dans sa 5<sup>ème</sup> édition du Manuel Diagnostique et Statistique des Troubles Mentaux (DSM-V), des critères diagnostiques pour un « trouble du jeu vidéo sur Internet ». Il n'est cependant pas officiellement adopté par l'APA mais les

---

<sup>2</sup> No-life : personne qui consacre une grande partie de son temps à sa passion au détriment d'autres activités.

<sup>3</sup> Hikikomori : état psychosocial et familial concernant des personnes qui vivent coupés du monde le plus souvent dans leur chambre et ce durant plusieurs mois voire années.

professionnels s'accordent à dire que la problématique du jeu vidéo doit faire l'objet de recherches supplémentaires avant de songer à une adoption officielle.

Les signes cliniques auxquels il faut porter son attention sont inspirés des critères du trouble de l'utilisation d'une substance et repris ci-après.

« Utilisation persistante et récurrente d'Internet pour s'adonner à des jeux, souvent avec d'autres joueurs, ce qui entraîne une perturbation ou une détresse cliniquement significative, comme l'indiquent cinq (ou plus) des éléments suivants au cours d'une période de 12 mois :

1. Préoccupation concernant les jeux sur Internet ;
2. Symptômes de sevrage lorsque les jeux sur Internet sont écartés ou impossible. Ces symptômes sont généralement décrits comme de l'irritabilité, de l'anxiété ou de la tristesse ;
3. Tolérance - la nécessité de consacrer de plus en plus de temps aux jeux sur Internet pour satisfaire le craving ;
4. Tentatives infructueuses pour contrôler ou réduire la consommation de jeux sur Internet ;
5. Perte d'intérêt pour des loisirs et divertissements antérieurs en conséquence des jeux sur Internet ;
6. Utilisation excessive et continue des jeux sur Internet en dépit des problèmes psychosociaux qui en résultent ;
7. A trompé des membres de la famille ou d'autres personnes en ce qui a trait à la quantité de jeux sur Internet ;
8. Utilisation de jeux sur Internet pour fuir ou soulager une humeur négative (e.g. sentiments de désespoir ou de culpabilité) ;
9. A mis en péril ou perdu une relation importante ou un emploi en raison de sa consommation de jeux sur Internet ».

Il est à noter que seuls les jeux sur Internet sans jeu de hasard sont inclus dans ce trouble. Les jeux d'argent sur Internet ne sont également pas repris dans le diagnostic de ce trouble. L'usage problématique peut être léger, modéré ou sévère selon le degré de perturbation des activités quotidiennes.

Maintenant que nous avons défini les critères d'un usage problématique du jeu sur Internet, intéressons-nous maintenant à sa prévalence. Les taux de prévalence varient d'une étude à l'autre. En effet, dans une revue systématique de la littérature, Abreu et al. (2009) ont référencés plusieurs études portant sur la prévalence d'un usage problématique du jeu vidéo. Sur les 757 articles trouvés, seulement dix études ont évalué l'utilisation problématique des jeux vidéo à l'aide d'instruments de diagnostic structurés. Une seule étude n'a pas utilisé la nomenclature « addiction » mais a choisi le terme « utilisation problématique » du jeu vidéo. Dix études ont également essayé de définir un seuil d'usage problématique dans une tentative de catégorisation des individus mais également dans le but de dégager des caractéristiques cliniques. La prévalence reprise dans ces études variait de 2,7% à 37,5%. Ce large intervalle peut s'expliquer par l'absence de méthodologie commune et de consensus sur le diagnostic d'un usage problématique du jeu vidéo (Kuss, & Griffiths, 2012).

Une pléthore d'études s'est centrée sur les usages excessifs des jeux vidéo et leurs associations avec des problèmes de santé physiques, psychiatriques et interpersonnels (Longman et al., 2009 ; Achab et al., 2011 ; Pawlikowski & Brand, 2011 ; Stetina et al., 2011 ; cités par Deleuze et al., 2018). Cependant, la plupart d'entre-elles ne prennent pas en compte le fait qu'un engagement élevé ne soit pas nécessairement problématique et que les joueurs hautement engagés ne rencontrent pas forcément de conséquences négatives. Les chercheurs ont alors voulu démontrer que la distinction entre un engagement élevé et un engagement problématique dans les jeux vidéo était importante. En effet, les conceptualisations actuelles des usages problématiques tendent à ignorer cette distinction, comme c'est le cas pour le modèle d'addiction de Brown (1993), engendrant une confusion entre les modes de jeu sains et problématiques. Les résultats de cette étude ont indiqué que les critères d'abus de substances utilisés pour définir un usage problématique du jeu (e.g. préoccupation, tolérance, etc.) pourraient ne pas être valables pour définir l'engagement problématique dans le jeu. Ils constituent des critères périphériques qui n'indiquent pas un véritable trouble. De plus, les facteurs généralement liés à des comportements problématiques tels que l'impulsivité ou les symptômes dépressifs ne sont pas liés au concept d'engagement qui comprend des éléments qui évaluent les critères périphériques. En revanche, pour la toxicomanie, des critères de base sont potentiellement indicatifs d'un trouble (e.g. conflits, symptômes de sevrage) lorsqu'ils surviennent simultanément, et sont

associés à une impulsivité accrue et à des symptômes dépressifs. De surcroît, l'on remarque une extension des troubles d'addiction à d'autres activités de la vie quotidienne comme « Facebook addiction » ou encore « TV series addiction », ce qui a entraîné une pathologisation du comportement normal (Deleuze et al., 2018). Ces résultats appellent donc à un raffinement des critères généralement utilisés pour mesurer les dépendances liées aux écrans.

Au regard des différentes raisons abordées plus haut, il convient donc de rester prudent sur cette notion d'usage problématique et des critères qui y sont associés.

### 2.1.3. Des facteurs de risque

Les jeux vidéo et les jeux de chance contiennent souvent des caractéristiques similaires. En effet, les deux procurent des récompenses intermittentes et fonctionnent sur base d'éléments aléatoires. De ce fait, il a été suggéré que jouer à un jeu vidéo peut conduire certains adolescents à développer un pattern de jeu excessif. À titre d'exemple, une recherche menée au Royaume-Unis par Brown en 1989 a mis en avant que jouer à un jeu vidéo était souvent un signe avant-coureur d'usage problématique des machines à sous.

De par leur structure interactive et leur expérience de gratification intense, les jeux vidéo peuvent satisfaire un grand nombre de besoins psychologiques chez le joueur (Rehbein et al., 2010). Afin d'identifier les facteurs de risque d'un usage problématique futur, Rehbein et al. (2010) ont mené une étude de grande envergure en Allemagne, qui a permis d'identifier des troubles du sommeil plus conséquents chez les garçons présentant un usage problématique du jeu. Cette recherche est en lien avec d'autres études rapportant des niveaux élevés de stress psychologique chez les personnes ayant une consommation ostentatoire du jeu vidéo. En d'autres termes, les troubles du sommeil ou la présence de stress sont des éléments cliniques qui devraient être considérés comme annonciateur d'un trouble. Cependant, les troubles du déficit de l'attention avec ou sans hyperactivité (TDAH), la dépression et l'anxiété, qui engagent des troubles du sommeil et du stress, ne contribuent pas nécessairement à un risque d'usage problématique à l'adolescence (Yang, 2001 ; Wildt et al., 2007 ; cités par Rehbein et al., 2010). Aussi, un risque accru de développer un usage problématique des jeux vidéo semble être inhérent à certains jeux vidéo tels que World of Warcraft ou Counterstrike. Les auteurs n'ont pas précisé pour quelle(s) raison(s) certains jeux semblent être plus associés à un usage problématique. Cependant, ils évoquent tout de même

le fait que l'environnement social d'un individu peut s'avérer être un facteur de risque et pourrait augmenter la probabilité d'utiliser certains types de jeux vidéo.

Mais peut-on prédire cet usage problématique futur ? Schimt et ses collègues (2010) ont tenté de mettre en lumière ces possibles variables prédictives. En considérant les caractéristiques sociales, les stratégies de coping, l'estime de soi et une symptomatologie dépressive (évaluées à travers différentes échelles), ces chercheurs ont découvert que le nombre d'heures de jeu par semaine, le sentiment d'appartenance sociale, l'estime de soi, la qualité des relations familiales et le sentiment de solitude étaient des facteurs prédictifs d'un usage problématique du jeu vidéo. De même, le fait d'être un homme et de se situer dans la tranche d'âge plutôt jeune étaient également de bons prédicteurs (Mentzoni et al., 2011).

Pour conclure cette entrée en matière, nous retiendrons que la thématique des jeux vidéo a largement été abordée dans la littérature, que ce soit au niveau des conséquences négatives que des facteurs de risque. Cependant, le manque de consensus et de méthodologie entraînent des résultats très hétérogènes en ce qui concerne le diagnostic d'un usage problématique des jeux vidéo et de sa prévalence. Enfin, notons également qu'étant donné le caractère récent des études portant sur les jeux vidéo, il existe de nombreuses terminologies telles que « addiction aux jeux vidéo », « usage problématique du jeu vidéo », « jeu excessif », etc. Dès lors, cette effusion de termes rend la définition et l'identification de ce trouble problématique.

## 2.2. La dépression et l'anxiété chez les adolescents et jeunes adultes

### 2.2.1. L'anxiété

Selon Martens et ses collègues (1990 ; cités par Delignières en 1993), l'anxiété est définie comme une réponse de l'organisme lorsque celui-ci est confronté à des demandes environnementales pour lesquelles l'individu éprouve des affects négatifs (e.g. sentiment d'appréhension, de tension, etc.). C'est donc l'évaluation de la situation qui est perçue comme une menace qui entraîne l'état d'anxiété et non la situation en elle-même (Spielberger, 1972 ; cité par Delignières, 1993).

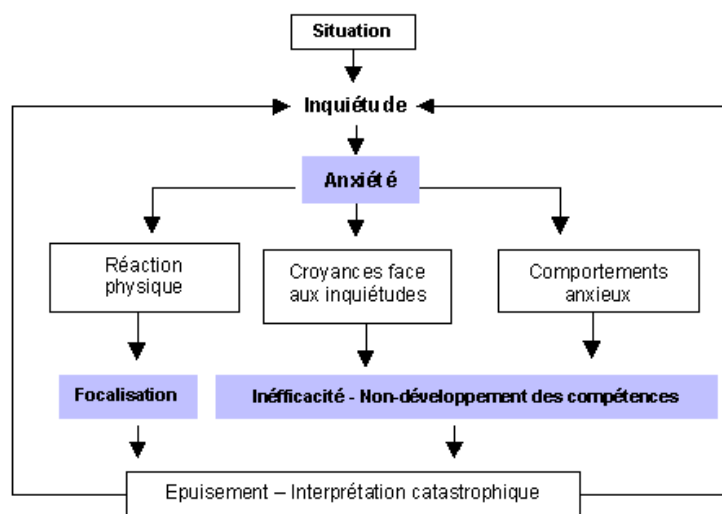


Figure 1. Schématisation de l'état d'anxiété de Boutillier (2005)

Lorsqu'une situation se présente, l'incertitude, qui se conceptualise sous la forme d'un discours intérieur, survient et entraîne un état d'anxiété. Cet état d'anxiété engendre à son tour des réactions physiques, croyances et comportements et tendent à renforcer l'état anxieux.

Dans le contexte de l'anxiété sociale, McKenna et Bargh (cités par Lo et al., 2005) ont réalisé une étude sur les relations interpersonnelles physiques et l'anxiété sociale chez les joueurs. En effet, ces auteurs ont suggéré que les individus qui tentent d'établir des relations étroites et significatives dans le cyberspace sont guidés par leur « true self <sup>4</sup> » sur Internet. Ces personnes ont dès lors du mal à exprimer leur « true self » dans un environnement social réel, ce qui provoque alors de l'anxiété sociale. Pour réduire temporairement leur anxiété, ces

<sup>4</sup> True self : l'essence sous-jacente d'un individu qui doit être exprimée, reconnue et comprise pour que cette personne puisse atteindre son bien-être psychologique.

personnes ont alors recours à des mécanismes de défense tels que les interactions en ligne. Leurs résultats ont indiqué que la qualité des relations interpersonnelles est moins satisfaisante chez les plus gros utilisateurs de jeux en ligne que les utilisateurs occasionnels mais également que l'anxiété sociale augmente à mesure que la fréquence du jeu est élevée. Dès lors, les joueurs présentant des symptômes anxieux se renferment dans un cercle vicieux en tentant de réduire leur anxiété via les interactions sociales « en ligne » au détriment des interactions dites « réelles » : ceci provoque un affaiblissement de la qualité des liens, générant à son tour une augmentation du temps de jeu et in fine augmentant l'anxiété (Lo et al, 2005).

Lee et Leeson (2015), parmi d'autres auteurs, confirment d'ailleurs cette théorie. D'après Peters et Malsky en 2008 (cités par Lee & Leeson, 2015), les personnes montrant des symptômes d'anxiété sociale perçoivent internet comme un environnement social plus sûr que les interactions en face à face car il permet de dissimuler certaines manifestations/indices physiques et auditifs tels que le rougissement et le bégaiement, qui sont souvent sources de préoccupation pour cette population. L'étude de Lee et Leeson a révélé que les joueurs avec un haut niveau d'anxiété sociale peuvent davantage exprimer leur « true self » dans le jeu que dans les échanges de la vie réelle qu'ils seraient amenés à avoir. Ils rapportent également un plus grand soutien dans le contexte du jeu et/ou un plus faible soutien dans le contexte du face à face.

Une autre étude plus récente (Ohannessian, 2018) avait pour objectif d'examiner la relation entre la consommation des jeux vidéo et la symptomatologie de l'anxiété sur un échantillon de 441 élèves en considérant le sexe et le contexte social (i.e. s'ils jouent seuls ou avec d'autres personnes). Il apparait en effet que jouer à des jeux vidéo en ligne permettrait aux adolescents de créer des liens sociaux avec des personnes ayant les mêmes centres d'intérêt. À titre d'exemple, en 2015, 57% des adolescents de cette recherche ont reporté avoir rencontré un nouvel ami en ligne, la plupart via les réseaux sociaux ou en jouant à un jeu vidéo en ligne (Lenhart et al, 2015 ; cités par Ohannessian, 2018). Les résultats mettent en évidence qu'à la fois le sexe et le contexte social ont modérés la relation entre la consommation de jeux vidéo et la symptomatologie d'anxiété. Ainsi, les garçons qui jouent le plus aux jeux vidéo ont un taux plus bas d'anxiété tandis que cette relation est inversée pour les filles. De plus, cette relation s'intensifie dans le contexte du jeu avec d'autres personnes.



En effet, il apparaît que pour les garçons, les jeux vidéo servent à développer et maintenir leurs liens d'amitiés. Les filles par contre semblent moins tirer profit des jeux vidéo. En effet, pour elles, l'anxiété tend à augmenter à mesure que la consommation s'accroît. Une hypothèse qui pourrait expliquer cette relation inversée pour les filles serait que la compétition inhérente à de nombreux jeux vidéo est plus stressante pour les filles que pour les garçons. Par conséquent, la pratique des jeux vidéo peut s'apparenter à un facteur de protection pour les garçons mais pas pour les filles.

Pris ensemble, ces résultats laissent suggérer que jouer à des jeux vidéo peut être bénéfique pour les garçons. En effet, ceux-ci semblent être plus à l'aise dans un environnement en ligne anonyme pour chercher des liens sociaux. Une explication plausible concerne le soutien social : de nombreux adolescents nouent des amitiés au travers du jeu vidéo et plus particulièrement pour ceux qui jouent en ligne. Comme nous avons pu le voir, le modèle est différent pour les filles. Cette différence peut être attribuée à la manière dont les garçons et les filles utilisent les jeux vidéo. Par exemple, les garçons ont tendance à beaucoup plus interagir avec les autres lors de jeux en ligne que leurs homologues féminins. Il est intéressant de noter que les filles utilisent également le soutien social et cherchent plus des liens sociaux lorsqu'elles doivent faire face à des problèmes. Ces différences de sexe suggèrent donc que les garçons peuvent tirer davantage de bénéfices sociaux du jeu vidéo en comparaison aux filles (Ohannessian, 2018).

### 2.2.2. La dépression

Le terme « dépression » est encore bien trop souvent employé à tort dans le langage courant. En effet, dans le langage familier, il décrit les périodes de tristesse, d'ennui et de mélancolie que chacun d'entre nous est amené à vivre. C'est lorsque ces états persistent dans le temps que l'on peut le qualifier de dépression (Larose, 2014).

Beck et Bredemeier (2016) ont élaboré un modèle unifié de la dépression qui peut être considéré comme une adaptation à la perte d'une ressource perçue comme vitale et qui permet de conserver de l'énergie suite à cette perte : l'individu aura tendance à percevoir l'information de manière négative et à éprouver de fortes réactions biologiques. Ces cognitions et réactions somatiques peuvent conduire à des croyances dépressogènes sur soi, le monde et le futur. À leur tour, ces croyances dépressogènes amènent l'individu à faire des

évaluations cognitives négatives qui amplifient la perception de la perte et conduiront ensuite à des symptômes cognitifs et émotionnels et des réponses automatiques.

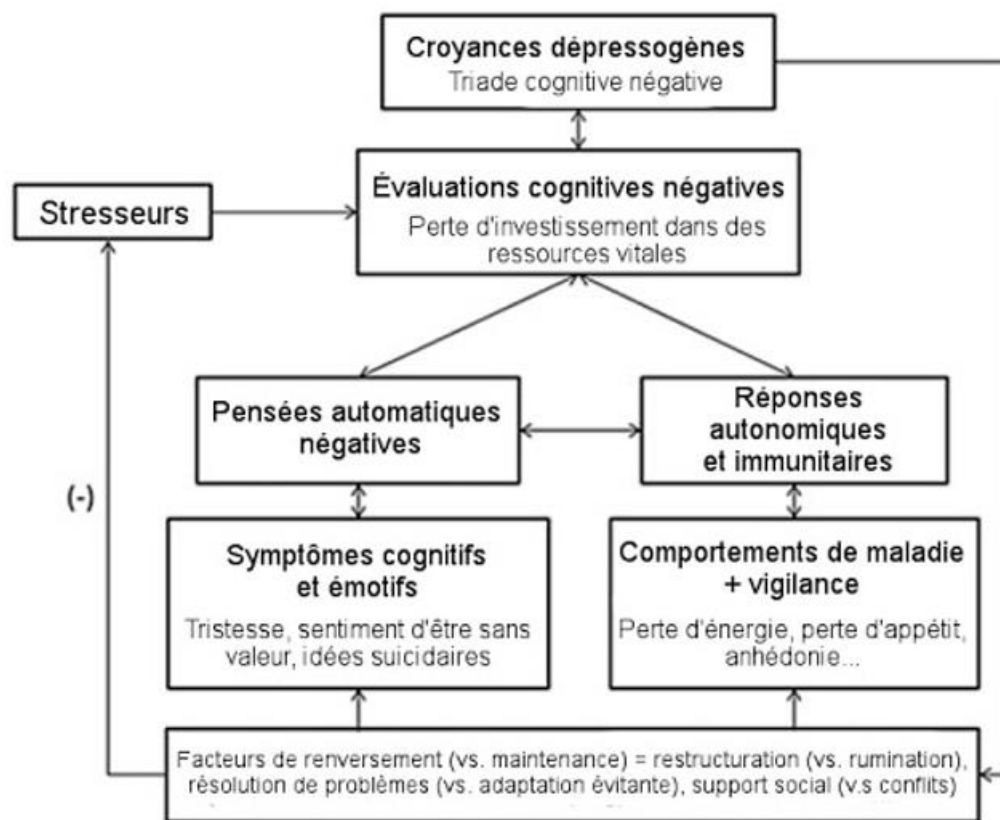


Figure 2. Modèle d'unification de la dépression de Beck et Bredemeier (2016)

En partant du même principe que pour l'anxiété, jouer à des jeux vidéo de façon excessive pourrait donc servir de stratégie afin de pallier à des symptômes dépressifs préexistants, ce qui peut renforcer la symptomatologie en retour (Ko et al., 2012 ; cités par Burleigh et al., 2018). Ainsi, des niveaux élevés de dépression s'associent à un taux plus élevé de comportements de jeu problématique. La contribution de la dépression en tant que facteur de risque à un usage problématique peut être expliquée sur base des addictions qui fonctionnent souvent comme des stratégies de régulation émotionnelle inadéquates (Stavropoulos et al., 2016). L'étude de Burleigh et ses collègues démontre que les jeunes adultes jouant en ligne qui affichent des symptômes dépressifs et qui s'identifient fortement à leurs avatars sont plus à risque de développer un usage problématique du jeu en comparaison aux joueurs qui peuvent être déprimés mais qui s'identifient moins fortement à leurs avatars. Il semble donc y avoir une modulation provenant du processus d'identification à l'avatar : les auteurs supposent que des joueurs plus déprimés pourraient projeter leur soi idéalisé sur leur avatar comme moyen de répondre à leurs sentiments négatifs qu'ils ont

d'eux-mêmes. Ce processus, que l'on pourrait qualifier « d'auto-guérison », peut s'avérer être un terrain propice au développement d'une dépendance, augmentant ainsi l'immersion dans le jeu et par conséquent, le temps de jeu. Il est en effet possible que les comportements de jeu problématique qui avaient initialement pour but de fournir un sentiment positif, puissent ultérieurement amplifier les dysfonctionnements dans la vie réelle. En d'autres termes, ces comportements inadaptés pourraient à la fois précipiter et perpétuer des sentiments dépressifs et finalement engendrer un cercle vicieux (Stavropoulos et al., 2016).

Il existe une pléthore de recherches axées sur des liens entre le jeu et les inadaptations comme la dépression (Gentile et al., 2011), l'impulsivité (Ferguson & Ceranoglu, 2014), les déficits d'attention (Swing et al., 2010), la violence (Anderson et al., 2010), etc. Cependant, le jeu est également associé à des résultats positifs sur le plan développemental tels qu'une meilleure perception spatiale (Ferguson, 2007), un comportement prosocial (Greitemeyer & Osswald, 2010), une augmentation des performances cognitives ou encore l'attention et la mémoire à court terme (Boot et al., 2008, cités par Mikuska & Vazsonyi, 2018). En réalité, le jeu vidéo peut combler divers besoins normatifs de développement pendant l'enfance et l'adolescence (Mikuska & Vazsonyi, 2018). Olson (2010) suggère que la majorité des adolescents jouent aux jeux vidéo simplement car le monde virtuel leur offre la possibilité de dépasser la réalité et d'expérimenter des comportements qu'ils ne pourraient mettre en place dans leur environnement immédiat (cité par Mikuska & Vazsonyi, 2018).

Dans le cadre d'une étude longitudinale, des chercheurs (Mikuska & Vazsonyi, 2018) ont mené une recherche étendue sur onze ans à propos des relations entre le jeu vidéo et les symptômes dépressifs chez 9421 adolescents âgés entre 16 et 27 ans. Les résultats ont indiqué que le jeu excessif était largement transitoire de l'adolescence au début de l'âge adulte. En effet, les auteurs ont pu mettre en évidence que des symptômes dépressifs à l'adolescence – qui ont pu être exacerbés par le jeu excessif – conduisaient à une réduction du temps passé sur les jeux vidéo au début de l'âge adulte. Plus précisément, la plupart des jeunes de leur échantillon semblent s'être plus engagé dans le jeu vers l'âge de 21 ans tandis que ceux ayant des symptômes dépressifs élevés à l'âge de 16 ans tendent à diminuer leur temps de jeu à l'âge adulte. La dernière découverte de ces auteurs réside en une différence entre les garçons et les filles. En effet, les garçons tendent à passer plus de temps sur les jeux vidéo et sont également plus susceptibles de développer un usage problématique du jeu. Cette différence

sexuelle peut s'expliquer par le fait que le jeu excessif chez les garçons est plus toléré par les parents que pour leurs homologues féminins.

Cette présente étude entre en contradiction avec les modèles habituels rencontrés dans la littérature : les auteurs ayant mené une recherche sur la dépression et les jeux vidéo suggèrent souvent que le jeu serait utilisé comme une régulation émotionnelle évitante qui, à long terme, finit par exacerber les symptômes dépressifs (Acremont & Van der Linden, 2007 ; Ko et al., 2012 ; Stavropoulos, 2016 ; cités par Mikuska & Vazsonyi, 2018). Mikuska et Vazsonyi expliquent donc leurs résultats au travers d'un des critères du trouble dépressif : l'anhédonie.

D'une manière générale, nous avons pu voir que les individus souffrant de symptômes d'anxiété perçoivent internet comme un environnement social plus sûr et ont plus de facilité à exprimer leur « true self » dans le monde virtuel. En effet, l'anonymisation et la possibilité de se forger une nouvelle identité au travers de laquelle les individus vont pouvoir interagir avec les autres sans se soucier des indices physiques qui sont souvent source d'anxiété chez ces personnes dans des situations « réelles », engendrent un sentiment de sécurité lorsqu'ils sont sur Internet.

En ce qui concerne les individus souffrant de symptômes dépressifs, il apparaît de prime abord que ceux-ci jouent aux jeux vidéo afin de réduire leur symptomatologie. Cependant, cette consommation qui tantôt s'apparente à une véritable stratégie de coping voire à un déclencheur d'un processus d'auto-guérison semble parfois engendrer ou précipiter des symptômes dépressifs. Dès lors, les individus qui en font l'expérience s'enferment dans un cercle vicieux où cette stratégie peut s'envisager telle une tentative de régulation émotionnelle inadaptée comme c'est le cas pour les addictions.

Enfin, nous avons vu précédemment que le processus d'identification pouvait avoir un effet modérateur sur la symptomatologie dépressive. Dans le prochain chapitre, nous étudierons cette question en abordant le processus d'identification à un avatar et d'autres mécanismes associés.

## **2.3. L'identification à un avatar**

Depuis quelques années déjà, les recherches sur l'identification à un avatar commencent à voir le jour. Nous ne présenterons ici que les plus pertinentes par rapport à notre problématique de recherche.

### **2.3.1 Quelques définitions**

Que signifie ces deux concepts ? Si l'on suit le courant psychanalytique, l'identification est le « *processus par lequel une personne assimile un trait ou un attribut d'une autre personne et se transforme partiellement ou totalement sur base du modèle choisi* » (Laplanche & Pontalis, 1967). Ce mécanisme voit le jour tôt et est essentiel à la construction de la personnalité (Breuillot, 2009). Précisons que la construction de l'identité est un processus longitudinal au sein duquel l'adolescence représente une période charnière, comme expliqué ci-après. En ce qui concerne le concept d'avatar, il est défini comme « une représentation visuelle du joueur, ou alter ego » (Ducheneaut et al., 2009, cités par Sukkyung, 2017). Dans le jeu vidéo, c'est au travers de ce personnage que sont dirigées les interactions sociales.

### **2.3.2. L'identification à un avatar : terrain propice au développement de l'identité ?**

Les jeux, et plus particulièrement les interactions au travers d'un avatar permettraient d'exprimer des aspects de nous-mêmes comme fonction compensatoire (Allison et al., 2006). En effet, Young (1998, cité par Allison et al., 2006) a mené une recherche sur les utilisateurs d'Internet et a mis en évidence que certains utilisateurs choisissaient des identités qui étaient à l'opposé de qui ils étaient dans leur vie réelle. En général, il s'agissait d'une version idéalisée d'eux-mêmes. De fait, les auteurs en ont déduit que les jeux en ligne peuvent alors également donner l'opportunité aux joueurs d'explorer des aspects menaçants et réels d'eux-mêmes mais dans un environnement où les conséquences ne le sont pas. Par la même occasion, ceci permettrait aux individus d'intégrer des aspects violents ou altruistes d'eux-mêmes en essayant des identités différentes. Si l'on considère l'adolescence tardive jusqu'à l'âge adulte comme une période charnière durant laquelle l'évolution d'un soi cohérent est une tâche fondamentale de maturation, l'impact des jeux de rôle en ligne peut s'avérer être d'une importance toute particulière (Allison et al., 2006).

En 2007, Bessière, Seay et Kiesler ont étudié les possibilités d'exploration de l'identité présentées dans les jeux multi-joueurs en ligne dans lesquels les joueurs utilisent des outils graphiques et un logiciel de création de personnage pour concevoir un avatar. Ces auteurs sont partis du principe que les joueurs de World of Warcraft créeraient leur avatar selon leur soi idéal plutôt qu'un personnage ressemblant à eux-mêmes. En d'autres termes, la différence entre les attributs du joueur virtuel (personnage) et leur soi idéal, appelée « différence de personnage », sera plus petite que la différence entre les attributs du joueur réel et leur soi idéal, appelé « différence de soi ». Les résultats vont dans ce sens : un échantillon de joueurs a évalué son avatar comme ayant des attributs plus favorables que leurs réels attributs qu'ils se sont eux-mêmes donnés. Cette tendance est d'autant plus forte chez les personnes avec un bien-être psychologique moindre et qui se considéraient comme moins bien par rapport à leur personnage. Ces résultats suggèrent que le monde virtuel offre aux joueurs la liberté de créer des personnages virtuels réussis et fantasmés quelles que soient les contraintes de leur situation actuelle.

Ces deux dernières études rejoignent les dires d'Erikson (1968) et nous montrent bien que l'adolescence est une période durant laquelle la principale tâche de développement consiste à rechercher son identité. Li et al., (2011) replacent d'ailleurs cette théorie dans le contexte des jeux vidéo : une façon pour les adolescents de résoudre leurs crises d'identité est de trouver le temps de mieux se connaître et de choisir qui ils veulent devenir. Les jeux MMORPG<sup>5</sup> offrent aux adolescents cette opportunité d'explorer et de développer leur identité dans le monde du jeu.

La théorie du « Actual-Ideal Self Discrepancies » (AISD) a été utilisée dans diverses études (Banaji, & Steele, 1989 ; Wolfe, & Maisto, 2000 ; Wolfe & Maisto, 2007) pour expliquer les comportements pathologiques associés aux processus identitaires tels que les troubles alimentaires, l'alcoolisme, les achats compulsifs, etc. La théorie AISD postule que les personnes ont tendance à se comparer à des standards internes et cette théorie s'est étendue au domaine des jeux vidéo dans le cadre d'un usage problématique. Selon les concepteurs de cette théorie, il existe trois standards liés au soi : 1) le soi réel, 2) le soi idéal et 3) le soi qui devrait être. Le premier fait référence à la représentation des attributs que quelqu'un pense

---

<sup>5</sup> MMORPG : Massive Multiplayer Online Role Playing Games.

posséder réellement. Le deuxième est la représentation d'attributs que quelqu'un voudrait posséder idéalement. Enfin, le dernier est la représentation des attributs que quelqu'un pense qu'il devrait posséder. Ce postulat suggère des relations spécifiques entre différents types d'écart de soi et certains types d'émotions. Par exemple, l'écart entre le soi réel et le soi idéal est associé à des sentiments dépressifs tandis que l'écart entre le soi qui devrait être et le soi réel est lié à des sentiments d'agitation tel que la peur. Si l'on transfère cette théorie au jeu vidéo, le monde virtuel offre la possibilité d'agir selon le soi idéal ou le soi qui devrait être sans s'exposer aux craintes de rejet qu'il pourrait engendrer dans le monde réel (Li et al., 2011).

### 2.3.3. La conception d'avatars

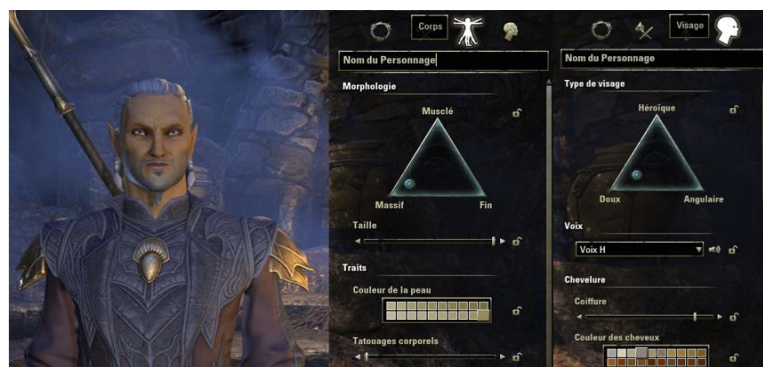


Figure 3. Création d'avatar dans le jeu « The Elder Scroll Online »

Plus en ce qui concerne le processus de création d'avatar, Kromand (2007), a voulu examiner les différents modes de conception des avatars. Son but est alors d'établir un modèle opérationnel de catégorisation de conception des avatars. Ses recherches l'ont conduite à l'établissement de deux continuums. L'un distingue les avatars « ouverts » et « fermés », l'autre l'identification « centrale » et « acentrale ». De fait, il y aura donc 9 archétypes possibles tenant compte que l'avatar pourrait également être placé au centre.

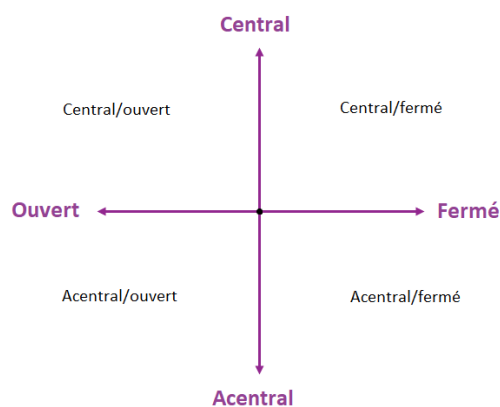


Figure 4. Schématisation des différents types d'avatar

*L'avatar ouvert* permet au joueur une grande capacité d'actions et de mobilités tandis que *l'avatar fermé* ne laisse que très peu de marge de manœuvre en termes de mobilité. Dans un *avatar* de conception *central*, le joueur peut réaliser un grand nombre d'actions grâce aux commandes. Par contre, dans un avatar de conception *acentrale*, celui-ci fait preuve d'une capacité d'autonomie et d'expression de ses sentiments. Pour un *avatar central et ouvert*, le joueur contrôle la progression des compétences de l'avatar. Pour *l'avatar central et fermé*, il s'agit d'un personnage classique qui combine un contrôle moteur clair avec un ensemble d'habilités prédéterminé. *L'avatar* de conception *acentral et ouvert*, lui, permet le contrôle d'une multitude d'actions afin de maximiser le bien-être de l'avatar. A contrario, *l'avatar* de conception *acentral et fermé* laisse peu de marge de contrôle, le rendant presque inutile. Enfin, il existe une dernière possibilité de conception : *l'avatar mixte*. Dans un même jeu, un avatar peut se déplacer d'une catégorie à l'autre en fonction de l'histoire du jeu (e.g. les mini-jeux dans le jeu lui-même).

Il est cependant difficile de placer un avatar sur ces axes. En effet, certains avatars de conception similaire peuvent être placés différemment selon l'environnement dans lequel ils évoluent. Par exemple, dans certains jeux, le programme fournit des informations numériques au joueur sur la santé et l'expérience de l'avatar tandis que ces mêmes caractéristiques sont fournies de manière visuelle au travers d'une barre de remplissage graduelle dans d'autres. Cette différence de conception permet d'aligner le premier avatar comme plus ouvert et donc, vers l'extrême gauche du continuum. La compréhension plus poussée des mécanismes de l'avatar fournit par les informations additionnelles conduit à une expérience d'ouverture plus grande (Kromand, 2007).

Nous venons de voir qu'il existe plusieurs types de conception d'avatar, mais quand est-il du choix sur les aptitudes de celui-ci ? L'étude de Companion, & Sambrook (2008) a analysé l'influence du genre sur les préférences d'attributs du personnage. Ces chercheurs ont fait l'hypothèse que les hommes préféreront un jeu orienté combat tandis que les femmes préféreraient des jeux moins violents, mettant l'accent sur le nurturing et le soutien du groupe. Les résultats indiquent que les femmes sont statistiquement plus susceptibles de choisir le personnage ayant le type guérisseur (50%) que les hommes (16%), ceux-ci choisissant le personnage qu'ils trouvent le plus attirant. Cependant, ces femmes ont choisi le type guérisseur, non pas pour des raisons de nurturing et de soutien du groupe comme les



auteurs en avait fait l'hypothèse au départ, mais pour des raisons de rejet de la violence et de l'agressivité.

#### 2.3.4. Impact sur la perception de son corps

Selon Olivardia et ses collègues (2004), l'insatisfaction corporelle chez les hommes est liée à un désir de musculature et une poursuite effrénée pour augmenter leur masse musculaire. La raison de cette tendance croissante peut s'expliquer par le fait que les médias véhiculent une norme qui met l'accent sur la force et la musculature irréaliste comme étant attrayantes (Mishkind et al., 1986). Les recherches dans ce domaine ont également démontré que l'exposition à un corps masculin idéalisé amène les hommes à évaluer leur corps de manière plus négative, ce qui conduit à une insatisfaction musculaire grandissante (Adliata & Tantleff-Duun, 2004, cités par Martins et al., 2010).

Grâce à la recherche menée par Cacioli et Mussap en 2014, une avancée a été faite sur la création d'avatar chez les hommes. Les auteurs se sont posé la question du lien entre le corps de l'avatar et l'image qu'ils se font de leur corps. En prenant en compte les dimensions d'adiposité et de musculature, il s'est avéré que les avatars étaient généralement plus fins et plus musclés que le corps de leur créateur et plus proche de leur idéal. En d'autres termes, l'évaluation que les hommes se font de l'apparence de leur avatar corrèle avec leurs préoccupations dans la vie réelle. Ces derniers rapportent également une plus haute estime d'eux-mêmes, moins d'anxiété en ce qui concerne les interactions sociales et moins de phobie sociale quand ils sont en ligne. Ces résultats suggèrent donc que les dimensions physiques de l'avatar serviraient de fonction compensatoire dans les interactions sociales en ligne et confirment ainsi la théorie de Allison et al. en 2006.

Un avatar fonctionne comme une représentation de l'identité du joueur dans le jeu et peut parfois fusionner avec son identité réelle (Pringle, 2015 ; cité par Burleigh, 2018). Plus un joueur utilise son avatar, plus l'avatar gagne en expérience, savoir, compétences, accomplissement, ressources et par conséquent, accroît sa valeur. De plus, les interrelations du joueur avec son avatar se développent fréquemment en attachement psychologique qui se renforce progressivement, et ce, surtout dans les MMORPG. Ce type d'attachement génère le sentiment que le corps, les états psychologiques, les états émotionnels, les traits perçus et l'identité d'un joueur existent dans l'environnement virtuel. Ce processus a été défini par Ratan en 2013 comme la « *présence de soi* ». Les recherches suggèrent que ceux qui

présentent un niveau de présence de soi élevé ont tendance à imprégner leur avatar de qualités intrinsèques et/ou de caractéristiques physiques que le joueur souhaite posséder. Ce phénomène est d'autant plus présent si les joueurs créent des identités idéalisées de leur soi réel en essayant de réconcilier les écarts de soi perçus dans la vie réelle (Bessiere et al., 2007 ; cités par Burleigh et al., 2018).

### 2.3.5. L'identification projetée

Un autre concept au cœur du jeu vidéo est le processus de « *flow* ». Il s'agit de l'immersion agréable que la personne expérimente dans les activités récréatives telles que les jeux vidéo. Il est difficile de donner une traduction qui reflète ce terme, nous opterons donc pour le concept de « se laisser transporter ». Ce dernier permet de maintenir l'attention d'un individu sur l'activité en cours en excluant les stimuli externes. La plupart des jeux vidéo arrivent à maintenir les interactions du joueur via le personnage principal/avatar (Lin & Wang, 2014 ; cités par Soutter & Hitchens, 2016). Soutter et Hitchens (2016), mènent alors une recherche visant à évaluer le lien entre l'identification d'un joueur à son avatar, la customisation (i.e. la manière de l'habiller, les traits ou les capacités qu'on lui donne) de celui-ci, la perception de similarités entre l'avatar et le joueur, et enfin, cette habilité à se laisser transporter dans le jeu. Les analyses ont alors révélé que leur première hypothèse était vérifiée : plus la personne se laisse transporter dans le jeu, plus elle ressentira une meilleure identification au personnage. En revanche, la seconde hypothèse n'a pas pu être confirmée. En effet, il apparaît que la customisation d'un personnage n'est pas en lien avec l'identification à celui-ci. Enfin, la dernière hypothèse a pu être avérée : les auteurs ont constaté qu'une plus grande similitude avec son avatar engendrait des niveaux plus élevés d'identification à celui-ci, ce qui est en lien avec les précédentes recherches (Soutter & Hitchens, 2016).

Nous avons vu précédemment que les joueurs ont tendance à créer des avatars qui représentent une version idéalisée d'eux-mêmes. Cependant, ceux-ci peuvent aussi créer une version idéalisée d'un concept ou d'une autre personne : par exemple, un garçon qui créerait un personnage féminin qui représenterait son idéal du sexe opposé. Selon Hart (2017), les joueurs projetteraient des dimensions de leur personnalité dans leur avatar en se basant sur leur idéal. Par exemple, une personne introvertie qui perçoit les extravertis comme un trait de personnalité idéal pourrait agir dans le jeu de cette manière afin d'atteindre cet objectif au travers de l'anonymisation que procure le contexte en ligne. Hart fait alors trois hypothèses :

la première est qu'il y aura une corrélation positive entre l'idéal du sujet envers les dimensions de la personnalité du modèle Big Five et les scores de personnalité du sujet, la deuxième postule une corrélation positive entre l'idéal du sujet envers les dimensions de la personnalité et les scores de personnalité de l'avatar, enfin, l'auteur se demande s'il existe un lien entre les scores de personnalité du sujet et celui de l'avatar.

Pour ce faire, il a procédé à un pré-test/post-test et les résultats de cette comparaison attestent que la première hypothèse est significative pour quatre des cinq dimensions du modèle : l'extraversion, l'agréabilité, la conscienciosité et l'ouverture. La deuxième hypothèse n'affiche une forte corrélation que pour un facteur : seule une relation pour l'ouverture apparaît entre l'idéal du sujet envers les dimensions de la personnalité et la personnalité de l'avatar. Le facteur ouverture ne peut donc pas confirmer à lui seul l'entièreté de l'hypothèse 2. Enfin, la troisième hypothèse montre des résultats similaires à la deuxième hypothèse à savoir, une signification modérée pour le facteur d'ouverture. Par conséquent, l'auteur conclut qu'étant donné la significativité d'un seul des facteurs du modèle Big Five, la projection se limiterait plus aux traits physiques qu'aux traits de personnalité. D'autre part, il semble que les sujets utilisent les jeux vidéo pour vivre des identités différentes plutôt que pour projeter leur idéal dans leurs avatars (Hart, 2017).

#### 2.3.6. Les dangers de l'identification

Concernant les dangers de l'identification, les auteurs Smahel, Blinka et Ledabyl ont fait des recherches en 2008 sur des possibles liens qui existeraient entre un usage problématique du jeu et l'identification à un personnage. Selon eux, l'attitude des joueurs envers leur personnage semble jouer un rôle particulier car les joueurs qui ont tendance à présenter un usage problématique du jeu considèrent leur personnage comme étant supérieur à eux et souhaitent ressembler à celui-ci dans la vie réelle.

Mais que se passerait-il si l'avatar en question représentait l'archétype parfait d'un homme sexiste et violent ?

Des chercheurs (Gabbadini et al., 2016) ont mené une recherche sur l'exposition à des jeux vidéo et la diminution de l'empathie envers les femmes victimes de violence. En considérant l'identification à un avatar comme une possible variable modératrice, ils ont tenté de répondre aux questions suivantes : « qui est le plus affecté » et « pourquoi cet effet

apparaît ». À la première question, les auteurs ont répondu que ce sont les joueurs qui s'identifient au personnage d'un jeu « violent et sexiste » qui sont le plus affectés. En effet, les résultats ont confirmé que jouer à ce type de jeu augmentait les croyances masculines et diminuait l'empathie envers les femmes victimes de violence, et ce, surtout chez les garçons et jeunes hommes qui s'identifiaient fortement au personnage. En d'autres termes, les joueurs subissent un changement automatique dans leur perception de soi implicite. Pour la deuxième question, l'origine de cet effet semble être attribuée à des croyances masculines. Celles-ci sont des références normatives sur la façon dont un homme est sensé penser, ressentir et se comporter. Les résultats ont montré que les croyances masculines étaient associées négativement aux sentiments d'empathie. Cette enquête sur les représentations virtuelles s'est révélée être pertinente car les jeux vidéo ont des caractéristiques distinctes par rapport à d'autres formes de médias et différents effets sur les hommes et les femmes. De fait, contrairement aux images traditionnelles des médias, les personnages de jeux vidéo sont conçus pour répondre aux actions des utilisateurs, ce qui promet une expérience puissante qui va au-delà de la consommation passive des autres médias (Gabbadini et al., 2016).

NB : En ce qui concerne cette dernière étude, nous tenions à préciser qu'il ne s'agit pas là de relation de cause à effet. En effet, le simple fait de jouer à un jeu vidéo que l'on pourrait qualifier de « violent et sexiste » ne suffit pas à provoquer des croyances masculines ou un manque d'empathie envers les femmes. Pour cela, il faut que le joueur s'identifie au personnage qui représente toutes ces caractéristiques.

Pour conclure ce chapitre, nous retiendrons sur la conception d'avatar que les individus tendent à choisir des caractéristiques qu'ils aimeraient posséder. Ceci est notamment dû au fait que les médias véhiculent des images corporelles censées représenter les standards de la société. Leurs avatars leur permettent ainsi de combler différentes insatisfactions qu'ils éprouvent dans la vie réelle et peuvent s'apparenter à une fonction compensatoire dans les interactions sociales. Il y a là une opportunité d'endosser une personnalité, un self que le joueur souhaiterait être, sans s'exposer aux risques des situations sociales réelles telles que le jugement, la gêne, la honte, le rejet, etc. Enfin, nous avons vu que le concept de « flow » est essentiel dans le processus d'identification puisqu'il permet aux personnes de se concentrer et de se laisser transporter dans l'activité présente.

## **2.4. Le cyberharcèlement**

### **2.4.1. Cyberharcèlement ou cyberintimidation ?**

Le cyberharcèlement est devenu une nouvelle forme de harcèlement et par la même occasion, un problème de santé publique (David-Ferdon & Hertz, 2007, cités par Chang & al., 2014). En effet, il y a de cela une vingtaine d'années, le harcèlement s'arrêtait aux portes de l'école. Avec l'avènement d'Internet, cette frontière, invisible, s'est effacée. Dès lors, depuis ces dernières années, le harcèlement a gagné du terrain et s'est immiscé jusque dans l'un des loisirs communs aux adolescents et jeunes adultes : les jeux vidéo. Il nous apparaît alors important de nous renseigner sur le sujet, connaissant les relations entre le harcèlement, la dépression et l'anxiété (Craig, 1998).

Avant de prendre connaissance des recherches sur ce sujet, il est important de bien comprendre les termes utilisés dans la littérature. La *cyberintimidation* consiste généralement en des messages électroniques qui intimident ou menacent une personne visée. Le *cyberharcèlement*, lui, désigne l'utilisation répétée d'un moyen de communication électronique (téléphones, Internet, etc.) afin de harceler une personne (Hango, 2016).

### **2.4.2. Les différentes formes de cyberharcèlement**

En 2007, Willard distingue 8 formes de cyberharcèlement : 1) « Flaming », ce sont des messages d'insultes échangés entre différents protagonistes. 2) « Harassment », il s'agit de l'envoi répété de messages violents via les canaux de communication. 3) « Denigration », des rumeurs et ragots colportés afin de nuire à une réputation. 4) « Impersonation », il s'agit d'usurper l'identité de quelqu'un à des fins malveillantes. 5) « Happy Slapping », les harceleurs choisissent une victime, l'humilient, l'agressent, abusent d'elle tout en filmant la scène qui sera ensuite partagée sur les réseaux sociaux. 6) « Outing/Trickery », c'est l'ensemble des moyens utilisés pour divulguer publiquement des informations intimes comme des secrets, photos, etc. 7) « Exclusion », personne volontairement mise à l'écart d'un groupe de discussion, d'un jeu en ligne, etc. 8) « Cyberstalking », cette dernière rassemble plusieurs formes de harcèlement, il s'agit de traquer la victime sur Internet en ne lui laissant aucun répit par l'envoi répétitif de messages injurieux ou divulgation d'informations intimes.

Bien entendu, il ne s'agit pas d'une liste exhaustive puisque de nouvelles méthodes de harcèlement continuent de voir le jour au fil des années. En mettant ces dernières informations en lien avec les jeux vidéo, il est clair que certaines d'entre-elles sont plus récurrentes que d'autres. En effet, le flaming, le harrasment, l'exclusion et l'impersonation sont des méthodes souvent pratiquées dans le domaine des jeux vidéo. Très récemment, deux autres formes de cyberharcèlement ont vu le jour dans ce domaine : le swatting et le trolling. Bellon et Gardette (2013) définissent le « swatting » comme un canular téléphonique consistant à appeler la police pour signaler un crime imaginaire et le « trolling » consistant en des personnes qui cherchent à agacer d'autres membres.

Les différentes formes de cyberharcèlement peuvent donc être directes ou indirectes. Dans le premier cas, il peut s'agir d'un harcèlement avec interaction physique tels que l'envoi de virus, modification de mots de passe, etc., verbal comme les interactions méprisantes via courriels, forums, et non verbal (publications d'images ou de photos en ligne), ou social (exclusion d'une personne d'un groupe en ligne). Dans le deuxième, il s'agirait de faits tels que l'usurpation d'identité ou le dénigrement (Willard, 2008).

#### 2.4.3. Taux de prévalence et facteurs de risque

Il est important de noter que le manque de consensus sur la définition de ce concept entraîne une grande diversité dans les instruments utilisés pour mesurer ce phénomène, et par conséquent, des résultats très hétérogènes (Brochado et al., 2016). En Belgique, et plus particulièrement pour la région Wallonne, très peu de chiffres existent sur le harcèlement. Cependant, une récente enquête menée par la Fédération Wallonie-Bruxelles (2014) a révélé que 65% des élèves n'étaient pas concernés par le phénomène, 16% des élèves sont régulièrement victimes de cyberharcèlement, 14% ont des comportements réguliers de harceleurs et 5% des élèves sont à la fois régulièrement harceleurs et victimes.

Les études sur la thématique du cyberharcèlement parmi les adolescents n'ont cessé d'augmenter depuis 2004. Le taux de prévalence du cyberharcèlement varie grandement à l'intérieur et entre les pays. Cette hétérogénéité est tout à fait normale puisqu'elle reflète simplement des contextes culturels différents (Barlett et al., 2014, cités par Brochado et al., 2016). Dans cette revue systématique de la littérature, 159 études ont été analysées. La plupart de ces études ont été menées en Amérique du Nord (n = 77) et en Europe (n = 65). En prenant en compte les victimes, la prévalence la plus élevée a été trouvée au Canada, celle-ci

oscillant entre 1,9% et 65%, en Chine (entre 11,2% et 56,9%). Au contraire, les taux les plus bas ont été observés en Australie (5%), Suède (5,2%) et en Allemagne (6,3%). Pour la Belgique, les taux de prévalence sont compris entre 3 et 9%.

En ce qui concerne les facteurs de risque, selon Pingault et Schoeler (2017), les victimes de cyberharcèlement pourraient déjà présenter des symptomatologies préexistantes tels que la dépression et l'anxiété. En effet, ceux-ci ont été identifiés comme des facteurs de risque subséquent au cyberharcèlement. Cependant, il existe aussi des facteurs de protection qui peuvent provenir de ressources externes sur lesquelles l'individu peut compter : l'environnement familial, l'environnement social, c'est-à-dire le soutien des pairs ou encore les caractéristiques personnelles tels que les états psychologiques actuels. En prenant en considération ces différentes informations, il ressort des résultats que les filles étaient plus à risque de présenter des symptômes anxiodépressifs après avoir été la cible de cyberharcèlement tandis que chez les garçons, les conséquences se répercutent au niveau du comportement.

#### 2.4.4. Cyberharcèlement et symptômes anxiodépressifs

L'association entre des symptômes anxiodépressifs et le harcèlement traditionnel est maintenant largement reconnue. Cependant, des chercheurs ont suggérés que le cyberharcèlement pouvait avoir un impact plus grand et des conséquences plus sévères pour les victimes en raison du caractère intempestif et omniprésent de ces attaques et de la possibilité d'atteindre un public plus large. Afin de vérifier cette théorie, Campbell et al. (2012) ont réalisé une étude de comparaison entre la perception des victimes de la dureté et de l'impact de leur harcèlement traditionnel ou cyberharcèlement. Les résultats ont démontré que, bien que les étudiants qui ont été victimisés de manière traditionnelle, ils ont perçu leur harcèlement comme plus dur, plus cruel et comme ayant plus d'impact sur leur vie de tous les jours que les cybervictimes. Cependant, pour ces derniers, la corrélation avec leur bien-être a révélé de plus grandes difficultés sociales et une symptomatologie anxieuse et dépressive plus sévère (Campbell et al., 2012).

Dans la même lignée, Fahy et ses collègues (2016) pensent que le cyberharcèlement est différent du harcèlement traditionnel et devrait constituer un champ de recherche à part entière. En effet, peu d'études ont examiné l'impact du cyberharcèlement impliquant une victime, un auteur et à la fois un auteur-victime sur le bien-être des adolescents.

Dans cette optique, Fahy et al. (2016) ont effectués des analyses sur 2480 adolescents et ont pu démontrer que les victimes de cyberharcèlement mais aussi les auteurs-victimes de cyberharcèlement étaient significativement plus susceptibles de reporter des symptômes dépressifs et anxieux que leurs pairs non impliqués. Ces découvertes sur les symptômes dépressifs sont similaires à l'étude de Gamez-Guadix et al. (2013) : la cybervictimisation est effectivement associée à des symptômes dépressifs. Pour ce qui est des résultats à propos des symptômes anxieux, à savoir, que les victimes de cyberharcèlement rapportent également des symptômes anxieux, ils prolongent également les résultats des précédentes recherches de Juvonen & Gross (2008). Par conséquent, le fait d'être victime de cyberharcèlement ou d'en être à la fois l'auteur et la victime, peut constituer un facteur de risque d'une future symptomatologie anxieuse et dépressive.

#### 2.4.5. Le cyberharcèlement dans le contexte du jeu vidéo : un phénomène de genre ?

Dans la culture du jeu vidéo, les femmes font souvent face au harcèlement. Ce phénomène est notamment dû au fait que celles-ci sont perçues comme une minorité extérieure au domaine des jeux vidéo et intrusive. De fait, le harcèlement en ligne a pu être identifié comme un problème récurrent pour les joueuses. Malgré la présence de la socialisation dans les jeux vidéo depuis leur création – comme le démontre le tout premier jeu « Spacewar » qui nécessite deux joueurs – les jeux vidéo sont bien souvent dépeint comme une activité solitaire, conduisant à une représentation trompeuse de ceux-ci (Kowert et al., 2014 ; cités par Tang et al., 2019). De plus, les hommes ont longtemps dominé la dynamique sociale dans les jeux vidéo en ligne, surtout dans les jeux de type compétitif. De fait, l'hostilité des joueurs envers les femmes peut être vue comme une expérience « homosociale » commune pour le sexe masculin (McInroy & Mishna, 2017 ; cités par Tang et al., 2019).

Selon plusieurs recherches, les auteurs de harcèlement se basent notamment sur le ton masculin ou féminin de la voix (Kuznekoff & Rose, 2013 ; Kasumovic & Kuznekoff, 2015). Dans leur étude, Tang, Reer et Quandt (2019), se sont intéressés au harcèlement sexuel en ligne dans les jeux vidéo et si la personnalité et les facteurs contextuels sont liés à des comportements sexuels toxiques contre les autres joueurs. Pour ce faire, ils ont inclus des traits de personnalité dits « sombres » (i.e. narcissisme, machiavélisme et psychopathie) comme prédicteurs additionnels d'un harcèlement en ligne. Il s'est avéré que ces traits de personnalité étaient associés à divers comportements antisociaux tels que le trolling,



l'agression, le cyberstalking et le harcèlement sexuel et ce, que ce soit dans le contexte en ligne ou hors ligne. Leur étude a également confirmé les résultats de Pina et al. (2009) qui ont postulé que le harcèlement sexuel était un phénomène genré.

Aussi, ils ont pu démontrer que l'identification des joueurs était un prédicteur de perpétration du harcèlement sexuel. Cela peut s'expliquer par le fait que l'identité des joueurs est conceptualisée par les répondants et les médias comme exclusivement masculine, laissant peu de place pour leurs homologues féminins (Tang et al., 2019).

Maintenant que nous avons établi que les femmes étaient bel et bien plus sujettes au harcèlement que les hommes, intéressons-nous à leurs stratégies de coping lorsqu'elles jouent en ligne.

Des recherches (Nakamura, 2012 ; Salter & Blodgett, 2012 ; Gray, 2014 ; cités par Cote, 2015) ont montré que les joueurs qui ne font pas partie de la catégorie « gamer » masculin blanc stéréotypée étaient plus à risque d'être victime de harcèlement en ligne de la part des autres joueurs. De fait, les femmes, les minorités ethniques ainsi que les membres de la communauté LGBTQIA+ sont souvent la cible de ces attaques. Ces joueurs ont donc développé différentes stratégies permettant de répondre ou d'éviter la négativité et parviennent tout de même à retirer du plaisir de leur passe-temps. L'auteur, *Cote* a donc réalisé une étude sur les stratégies de coping développées par ces joueurs exclus et il ressort de ses résultats 5 stratégies de coping utilisées lors des jeux en ligne mais aussi à d'autres situations qui pourraient se présenter dans la vie réelle : il s'agit 1) de tout simplement quitter le jeu en ligne, 2) d'éviter de jouer avec des étrangers, 3) de camoufler leur sexe, 4) de démontrer leurs compétences et expériences, et enfin 5) d'adopter une posture agressive. Cependant, et comme il fallait s'en douter, ces stratégies ont de sévères limitations : certaines se cachent parmi les joueurs masculins, d'autres adoptent des approches qui demandent beaucoup d'effort (e.g. se construire une nouvelle identité, réfléchir à ce que la personne va dire, etc.) tandis que certaines stratégies peuvent potentiellement empirer la situation et augmenter le harcèlement (Cote, 2015).

#### 2.4.6. L'effet de désindividuation

Bien que la participation des femmes aux jeux vidéo ne cesse d'augmenter, le monde vidéoludique est toujours perçu comme un loisir réservé aux hommes (Shaw, 2012).

Ces stéréotypes et attentes ont des répercussions sur la manière dont les gens interagissent à l'intérieur du jeu et déterminent qui mérite d'en faire partie. De plus, l'anonymisation et les indices non verbaux limités peuvent exacerber ce phénomène. Couramment, les joueurs sont sujets au harcèlement simplement car ils sont perçus comme « n'appartenant pas » au monde vidéoludique (Yee, 2014, cité par Tang & Fox, 2016). Et les femmes en particulier sont perçues comme des étrangères et sont la cible de harcèlement dans le domaine du jeu. Dans certains espaces en ligne, les utilisateurs perçoivent peu, voire aucun signal social. Dès lors, pensant être effectivement anonymes, les joueurs expérimentent la désindividuation, ou perte de sens de soi. Le modèle d'identité sociale de l'effet de désindividuation (SIDE) postule que sous ces conditions, c'est-à-dire, l'anonymisation et l'absence de signal social, les utilisateurs s'en remettent à l'appartenance au groupe (Lea & Spears, 1991).

Par exemple, quand les indices de genre sont rendus saillants, les utilisateurs anonymes interagissent de façon plus stéréotypée que ceux qui ne le sont pas. Cette confluence de facteurs conduit à une désinhibition dans l'environnement en ligne, ce qui facilite les comportements antisociaux comme le flaming, le trolling<sup>6</sup>, le cyberharcèlement et autres formes de harcèlement (Fox & Tang, 2014). Bien souvent, le harcèlement sexuel est perpétré par des hommes et cible des femmes (Pina et al., 2009). Le *harcèlement sexuel* est défini comme des avances malvenues ou autres conduites qui ciblent quelqu'un en se basant sur son sexe, son genre, qui peut varier en faisant des commentaires suggestifs ou discriminatoires pour forcer quelqu'un à exécuter des actes sexuels. Le harcèlement sexuel en ligne est similaire à son homologue hors ligne, à l'exception que l'identité des auteurs et des victimes est souvent anonyme (Barak, 2005, cité par Tang & Fox, 2016). Ces circonstances permettent aux individus ayant tendance à faire du harcèlement sexuel d'identifier de telles opportunités et d'agir contre les femmes présentes sur Internet avec peu ou pas de conséquences (Ritter, 2014).

---

<sup>6</sup> Trolling : attitude consistant à provoquer des discussions sur des sujets très controversés.

Nous venons de voir que le fait d'être entièrement anonyme sur Internet pouvait encourager les utilisateurs, pour une majorité des hommes, à pratiquer le cyberharcèlement (selon le modèle de l'identité sociale et de l'effet de désindividuation). Mais il existe une multitude d'autres facteurs. Parmi ceux-ci, l'augmentation de l'incidence et de la gravité de la cyberintimidation a entraîné une augmentation de l'attention qui y est accordée.

En effet, il y a de cela quelques années, des études ont démontré que les facteurs suivants peuvent être associés au cyberharcèlement : être un homme (Huang & Chou, 2010), passer plus de temps sur Internet pour communiquer avec des amis (Werner et al., 2010), donner ses mots de passe à ses amis (Mishna et al. 2012) et perpétration et victimisation hors ligne (Hemphill et al., 2012). Chang et al. (2014) ont trouvé comme résultats que l'augmentation de facteurs de risque (i.e. jeu en ligne, être exposé à des médias violents, comportements à risques sur Internet et cyberharcèlement/harcèlement scolaire) pour les élèves de la 10<sup>ème</sup> à la 11<sup>ème</sup> année prédisait l'émergence de la cyberintimidation et de la victimisation. À l'inverse, des niveaux bas de facteurs de risque en 10<sup>ème</sup> année et des niveaux élevés de facteurs de protection associé à une diminution des facteurs de risque prédisait une cessation de la cyberintimidation et de la victimisation.

En somme, ces différentes études nous ont permis d'identifier le cyberharcèlement comme un phénomène genré dont certaines formes sont plus spécifiques aux jeux vidéo comme le swatting et le trolling. En ce qui concerne la prévalence, il ressort des taux très hétérogènes, notamment dû encore une fois à l'absence de méthodologie commune et le manque de consensus sur la définition du concept. Plusieurs auteurs s'accordent également à dire que les femmes sont plus en proie aux attaques de cyberharcèlement. Ce phénomène peut s'expliquer notamment par l'effet de désindividuation mais aussi par le fait que les femmes – tout comme les minorités ethniques et la communauté LGBTQIA+ – sont perçues comme une minorité étrangère qui ne peut prétendre au statut de « joueur ». Enfin, nous avons pu déterminer que le cyberharcèlement pouvait constituer un facteur de risque quant à une symptomatologie anxiodépressive future et que le cyberharcèlement était également soumis à des facteurs de risque tels que le sexe ou des symptomatologies préexistantes. Cependant, ceux-ci peuvent être atténués par des facteurs de protection tels que les ressources externes et internes de l'individu.

## 2.5. L'objectivation dans les jeux vidéo

### 2.5.1. Sexe ou genre ?

Pour comprendre l'objectivation, il est nécessaire de saisir la distinction entre le sexe et le genre. Le sexe se réfère aux caractéristiques biologiques qui différencient les hommes et les femmes tandis que le genre évoque les rôles déterminés socialement et culturellement (Norris, 2004).

Selon Ku (2011), « *le sexisme désigne les attitudes et comportements qui discriminent les individus sur base de leur sexe* ». Il existe plusieurs formes de sexisme. En 1954, Allport introduisait la notion de sexisme hostile qui se base sur une idéologie de domination et de supériorité masculine (cité par Dardenne et al., 2006). Aussi paradoxal que cela puisse paraître, il existe aussi une forme de sexisme bienveillant. Il s'agit d'attitudes subjectivement positives envers les femmes mais objectivement négatives car elles ancrent celles-ci dans un statut inférieur. Citons comme exemple le fait de porter les courses, ouvrir la porte, etc. (Dardenne et al., 2006).

### 2.5.2. Les jeux à contenu objectivé

Certains jeux vidéo reflètent une définition dichotomique du genre dans laquelle les extrêmes de la masculinité et de la féminité sont dépeints sans demi-mesure.



*Figure 5. Exemple de personnages hypersexualisés*

À titre d'exemple, dans une étude portant sur le contenu des 33 jeux les plus populaires, Dietz (cité par Norris, 2004) a découvert que 33% de ceux-ci avaient un personnage masculin mais aucun personnage féminin. Lorsque des personnages féminins sont présents, dans 21% des cas, celles-ci sont représentées comme des « demoiselles en détresse ». Quand elles sont représentées comme héroïnes, la plupart d'entre elles sont dépeintes de manière

stéréotypée (e.g. portant des vêtements roses ou aguicheurs). Les femmes sont fréquemment illustrées comme des objets sexuels ou alors malfaisantes et disgracieuses. Cependant, les hommes n'échappent pas non plus à la règle, eux aussi sont dépeints soit comme des héros, soit comme malfaisants. Dans les deux cas, on compte sur l'homme pour qu'il soit violent. La sexualisation et cette dichotomie des personnalités bienveillantes/malfaisantes constituent un danger si l'on considère, comme Dietz, que les enfants développent une compréhension collective du monde à travers le jeu. Ils sont socialisés à adopter des traits de personnalité socialement définis, tels que la masculinité et la féminité. Ces messages sont transmis par les parents, enseignants, amis, médias et, dorénavant, par le jeu. Dans l'étude de Norris (2004), les résultats ont révélé que les joueuses percevaient également leur environnement en ligne comme moins convivial que leurs homologues non joueuses. Cependant, elles subissaient moins de harcèlement sexuel en ligne, étaient elles-mêmes plus agressives et ne différaient pas en termes d'identité de genre, de degré de stéréotypes sexuels ou d'acceptation de la violence sexuelle par rapport aux femmes utilisant des ordinateurs mais ne jouant pas aux jeux vidéo.

Selon Fredrickson & Roberts, 1997 (cités par Vandebosch et al., 2017), *l'auto-objectivation* est définie comme la tendance à observer son propre corps du point de vue d'un observateur. Celle-ci peut être causée par la *sexualisation* qui se réfère à l'évaluation des individus basée sur leurs traits sexuels ou comportements sexuels tout en ignorant leur personnalité (APA Task Force on the Sexualization of Girls, 2007 ; cité par Vandebosch et al., 2017).

Ce phénomène de sexualisation peut être rencontré dans différentes situations telles que les interactions sociales ou les jeux vidéo. Dans les jeux vidéo, c'est au travers des avatars que la sexualisation opère. Il existe peu de consensus sur la définition d'un jeu objectivé dans la littérature. Néanmoins, les jeux objectivés peuvent être considérés comme incluant des contenus mettant l'accent sur l'objectivation physique de l'un des deux genres, en général, la femme en leur assignant un statut inférieur aux hommes (Swami et al., 2010, cités par Ferguson, 2016). En effet, ceux-ci illustrent parfaitement les idéaux d'attractivité sexuelle telles que la minceur ou la musculature. Les personnages sont également souvent présentés dans des positions sexuellement suggestives et portant des tenues qui le sont tout autant (Dill & Thill, 2007 ; cités par Vandebosch et al., 2017). La théorie de l'objectivation conçue par

Fredrickson & Roberts en 1997 suggère qu'une telle exposition à la sexualisation peut induire une auto-objectivation, c'est-à-dire qu'une personne pourrait graduellement développer une perception de soi qui repose presque exclusivement sur son apparence physique plutôt que sur sa personnalité ou ses compétences (Fredrickson & Roberts, 1997).

Malgré la participation relativement égale des femmes dans les jeux vidéo, les stéréotypes liés au genre restent souvent signalés (Kaye et al., 2017). Dans une première étude, Kaye et ses collègues ont comparé les perceptions de compétence des joueurs qui variaient selon le sexe du joueur et le sexe de l'avatar. Dans l'ensemble, la compétence des joueurs était perçue comme étant la plus élevée lorsque des avatars masculins étaient utilisés, en particulier lorsque les joueuses étaient représentées par un avatar féminin.

La deuxième étude explore les relations entre l'identité sociale masculine et les croyances sexuelles, avec les attitudes sexistes dans le jeu et si cela variait selon le contexte de jeu (MMORPG vs FPS<sup>7</sup>). Les chercheurs ont alors pu mettre en évidence que de s'identifier en tant qu'identité sociale masculine n'était pas lié à des attitudes sexistes et ce, dans n'importe quel contexte de jeu. Cependant, des croyances plus générales sur le rôle de genre étaient liées à des attitudes sexistes. Ces résultats indiquent que bien que certains stéréotypes existent (e.g. la perception de la compétence), ceux-ci ne sont pas nécessairement encouragés par l'identité sociale des joueurs au sein des communautés mais peuvent découler de fonctions plus opérationnelles telles que le genre de l'avatar (Kaye et al., 2017).

Les croyances liées au rôle de genre sont probablement liées au sexisme. En effet, les rôles sexospécifiques traditionnels se sont révélés être liés aux stéréotypes de genre et aux attentes de genre, conformément à la théorie des « états d'attentes ». Dans le cas des joueuses dans un « univers masculin », ceci peut expliquer les hypothèses sexistes concernant la/l'(in)compétence des femmes dans ce domaine. Cependant, le problème avec cette théorie est que le jeu peut avoir moins d'indices sociaux pour désigner le genre. De fait, seuls les indices tels que le jeu, le chat vocal, la compétence du joueur et le sexe de l'avatar permettent au joueur d'établir le sexe et les attentes associées à l'autre joueur. Néanmoins, le sexe de l'avatar peut se révéler trompeur. En effet, certains joueurs prennent volontairement un avatar qui ne correspond pas à leur propre sexe. Ce phénomène est connu sous le nom de

---

<sup>7</sup> FPS: First Person Shooter

« *gender swapping* » ou en français, « *permutation de genre* », c'est-à-dire que les joueurs choisissent un avatar du sexe opposé au leur. De part ce phénomène, de nombreuses femmes optent pour cette solution afin de réduire l'attention négative et le harcèlement (bien que les hommes le pratiquent également). Cela peut expliquer en partie si le sexisme est favorisé par des indices tel que le sexe de l'avatar. Mais un facteur supplémentaire doit être pris en compte : l'identité sociale au sein des communautés de jeu et la mesure dans laquelle cela peut favoriser la discrimination « out-group ».

Autrement dit, les communautés de joueurs peuvent varier considérablement, certaines étant représentées de manière plus égale dans le sexe des joueurs, comme les MMORPG par rapport aux jeux de types FPS qui sont plus prisés par les hommes. Et c'est en ce sens que les normes masculines représentées dans ces jeux conduisent à augmenter la discrimination féminine en tant que « out-group » (Kaye et al., 2017).

La notion de discrimination in-group/out-group est étayée par la théorie de l'identité sociale (SIT) qui postule que les individus sont motivés à se définir eux-mêmes et les autres en termes d'appartenance à un groupe tout en comparant simultanément ces catégorisations. Ces dernières permettent aux membres d'un groupe d'interpréter et de justifier un comportement. De facto, les membres d'un même groupe conservent leur identité positive en adoptant un comportement de favoritisme envers leur in-group, discriminant l'out-group. Ce phénomène serait à l'œuvre dans le cadre des jeux vidéo (Kaye et al., 2017).

Dans une revue systématique de la littérature, Gestos, Smith-Merry et Campbell (2018) ont investigué sur les représentations de la femme dans les jeux vidéo en considérant le bien-être de celle-ci. Sur les 22 études portant sur le sujet, seulement deux évaluaient le bien être féminin par rapport aux jeux vidéo. Les résultats ont montré que les femmes présentaient une auto-objectivation et de faibles niveaux d'auto-efficacité. Ceci est la conséquence d'une exposition à un contenu féminin objectivé par rapport aux participantes exposées à un contenu non objectivé. On entend par contenu objectivé des images de personnages féminins hypersexualisés. La croyance des hommes et des femmes dans la compétence réelle des femmes a été compromise après avoir été confronté à un contenu objectivé des femmes dans les jeux vidéo. Les résultats mettent également en avant que les personnages féminins dans les jeux sont inégalement représentés par rapport à leurs homologues masculins, les personnages féminins étant généralement présentés comme d'une importance secondaire

contrairement aux « héros masculins ». Ces personnages sont aussi objectivés et hypersexualisés avec des parties du corps disproportionnées. Enfin, cette étude a aussi découvert la propension des hommes exposés à des personnages féminins objectivés et sexualisés à adopter un comportement sexiste envers les femmes et à être plus indulgents à accepter les mythes culturels du viol que ce soit dans le monde virtuel ou réel.

Plus spécifiquement au bien-être des femmes, celles qui sont plus sensibles aux pressions des normes sociales ont tendance à contrôler et comparer leur beauté physique, qui déterminera leur estime de soi. Il s'avère que les images idéalistes des médias ont affecté les deux sexes. Compte tenu de ces images, l'objectivation de la femme peut donner lieu à un sentiment d'inadéquation si les attentes personnelles ne sont pas satisfaites. Les femmes qui s'enferment dans un comportement d'autocritique risquent davantage de souffrir de déséquilibres psychologiques tels qu'une faible estime de soi et une honte corporelle lorsque les normes physiques personnelles ne sont pas respectées (Gestos et al., 2018).

### 2.5.3. Impact de l'intensification du genre chez les adolescents

L'hypothèse d'intensification du genre proposée par Hill et Lynch en 1983, postule qu'au début de l'adolescence, les filles et les garçons font face à des pressions pour se conformer à des rôles de genre sanctionnés culturellement. Face à ces pressions, on attend des adolescents de se différencier dans leur identité de genre. L'intensification de genre a été utilisée pour expliquer un éventail de caractéristiques dans lesquelles les différences de genre émergent et s'intensifient à l'adolescence (Priess et al., 2009). Dès le début de la vie adulte, les femmes sont deux fois plus à risque d'avoir des symptômes dépressifs que les hommes. Ce phénomène peut être expliqué par l'intensification du genre. Par exemple, la masculinité peut réduire les symptômes dépressifs car elle est positivement associée à l'auto-efficacité (Withley, 1985), la compétence perçue (Wilson & Cairns, 1988) et l'estime de soi (Craighead & Green, 1989).

Dans une autre étude, des chercheurs (Georgina et al., 2018) ont fait le lien entre la discrimination de genre perçue et des troubles psychiatriques tels que la dépression majeure et le stress post traumatique. D'autres recherches ont démontré que faire l'expérience d'une discrimination explique la dépression, l'anxiété et les symptômes somatiques chez les femmes par rapport aux stressés psychologiques (Klonoff et al., 2000).



Ce qu'il faut retenir de ce chapitre consiste en trois points. Premièrement, les jeux vidéo objectivés traduisent une vision dichotomique du genre (femmes/faibles, hommes/forts) où les attributs physiques sont exacerbés. L'exposition à une telle sexualisation pourrait conduire à ne plus se définir en termes de compétences mais en termes d'attributs physiques.

Deuxièmement, en ce qui concerne la performance des femmes dans les jeux vidéo, celle-ci est perçue comme plus faible que celle des hommes. Dès lors, certaines joueuses optent pour un avatar de sexe masculin afin de ne pas éveiller d'attitudes négatives envers elles et pour qu'on les juge sur leurs propres performances. En effet, étant donné l'absence de signaux indicateurs de l'appartenance au sexe masculin ou féminin, les joueurs doivent se référer à d'autres indices tels que le sexe de l'avatar, le chat vocal ou encore les performances de l'autre joueur. Une explication à ce phénomène réside dans la théorie de l'identité sociale qui consiste à valoriser son groupe par rapport à un autre groupe. Puisque les jeux vidéo sont perçus comme un environnement réservé aux hommes, ceux-ci ont tendance à discriminer les femmes et à les définir comme des individus « out-group ».

Enfin, nous terminerons par les conséquences que l'objectivation des jeux vidéo peut entraîner. Les images véhiculées par ce type de jeux vidéo mettent à mal la perception que les femmes, mais aussi les hommes ont d'eux-mêmes et pousse à l'intensification du genre. Cette vision dichotomique des rôles peut entraîner une discrimination de la part des hommes et cette discrimination peut à son tour engendrer un manque d'estime de soi, des symptômes dépressifs et un stress post-traumatique à long terme. Finalement, nous avons également abordé les dangers que pouvaient constituer l'objectivation et l'intensification du genre pour de jeunes adolescents qui se construisent une identité au travers du jeu.

## 2.6. La résilience

Durant toute la revue de notre littérature, nous nous sommes afférés à dégager des liens entre les symptômes anxiodépressifs, l'identification à un avatar, le cyberharcèlement ou encore l'objectivation dans les jeux vidéo. Ces différentes thématiques font ressortir le côté sombre des jeux vidéo. Dès lors, et bien que nous ne l'évaluons pas directement au travers de nos tests, nous ne pouvons clôturer cette revue de la littérature sans parler de la résilience que peut amener les jeux vidéo. Pour ce faire, nous identifierons les différents facteurs de résilience chez les adolescents et jeunes adultes ayant un usage problématique du jeu.

En psychologie, la résilience désigne une ressource qui aide un individu à faire face à l'adversité, facilite l'adaptation et le développement car cela lui donne la capacité requise pour répondre efficacement aux situations stressantes (Hu et al., 2015).

### 2.6.1. Le concept de résilience au cœur même des jeux vidéo

Bien que l'objectif principal des développeurs de jeux vidéo ne soit pas l'apprentissage de la résilience, l'on observe cependant une certaine valorisation de cette qualité par ces derniers. Voici un extrait du directeur des productions Sucker Punch : « *N'avez-vous jamais échoué ? N'avez-vous jamais été congédié, viré ou battu ? Une fois que vous récupérez, dépoussiérez-vous et surmontez tous ces obstacles, c'est là que vous gagnez vraiment. Dans Infamous 2, vous aidez Cole à y arriver. Vous le guidez à la recherche de nouveaux pouvoirs plus puissants. Bientôt, il sera temps de surmonter ces choses qui vous ont malmenées dans le passé. Êtes-vous prêt pour cela ?* » (N. Fox, 2011).

En effet, ce concept serait à l'œuvre dans les jeux vidéo. En 2017, Tichon et Mavin ont réalisé une étude sur l'expérience de résilience via des jeux vidéo. Pour ces auteurs, les jeux où l'avatar du joueur doit surpasser différents obstacles en se relevant constamment et n'abandonnant jamais peut exercer une influence positive sur leurs comportements dans le monde réel au travers de changements dans leur concept de soi automatique. Ce concept de soi est automatique dans le sens où l'identification à un avatar engendre des associations spontanées avec leur self. Cet effet apparait car le fait de jouer à un jeu vidéo augmente l'accessibilité automatique des traits associés au self durant le jeu dans la mémoire du joueur (Uhlmann & Swanson, 2004 ; cités par Tichon & Mavin, 2017). Cette situation virtuelle peut donc être comparée avec le fait qu'un individu ait besoin d'apprendre à faire

face à différentes situations stressantes et de rebondir (Tichon & Mavin, 2017). De plus, cette même approche est bien souvent utilisée dans les formations à la résilience assistée par ordinateur. En effet, ces entraînements proposent d'augmenter graduellement le niveau de stress chez les participants afin de les aider à retrouver confiance en leurs habilités lorsqu'ils sont sous pression. Les auteurs ont alors voulu examiner si les joueurs reportaient une augmentation de la résilience psychologique en expérimentant le « try hard » et de savoir s'ils utilisent ce même mécanisme dans leur vie réelle. Ils ont réalisé cette expérience au travers d'un forum où les joueurs pouvaient discuter de sujets en lien avec la résilience et comment cela impactait leur vie dans le monde réel. Les résultats ont fait ressortir 5 sujets qui revenaient constamment chez les joueurs : 1) faire preuve de résilience avec sa famille, 2) avec ses amis, 3) au travail, 4) développer des émotions positives et 5) faire face aux émotions négatives. Dans le premier sujet, les participants mettent souvent en avant que cela les aide à surmonter leurs difficultés familiales tels que le divorce de leurs parents, la perte d'un emploi, etc. Dans le deuxième sujet, le support externe de leurs pairs s'est avéré être un facteur clé de résilience. En ce qui concerne la résilience sur le lieu de travail, la littérature a déjà démontré que le lieu de travail était perçu comme un système de support externe à part entière ainsi que l'engagement dont le travailleur fait preuve, ceux-ci constituant un facteur de protection sous-jacent dans la résilience. Ensuite, pour ce qui est du développement d'émotions positives, les participants rapportent que jouer à des jeux vidéo procurait des émotions positives qu'ils sont capables d'emporter avec eux dans le monde réel. Enfin, le fait de jouer à des jeux vidéo aide certains joueurs à développer un certain optimisme envers le futur et permet aux joueurs de surpasser leurs émotions négatives telles que la dépression et la peur. Les auteurs concluent par le fait que les participants ont tous décrit leurs expériences de résilience au travers du jeu et leur usage dans le monde réel en recouvrant l'aspect social et émotionnel de la résilience (Tichon & Mavin, 2017).

#### 2.6.2. Des facteurs de risque et de protection

Selon la structure du Risk and Resilience Framework, d'abréviation RRF, l'intensité des comportements problématiques change constamment sur un continuum, des comportements minimums au maximums (Stanley, 2015 ; cité par Burleigh et al., 2017). De plus, ces comportements problématiques et leurs intensités sont définis non seulement par les caractéristiques de l'individu telles que les attributs personnels, par les facteurs

contextuels comme l'influence de la famille et des pairs, mais aussi de l'interaction entre les deux sur une période de temps (Griffiths, 2005 ; cité par Burleigh et al., 2017). Ces effets peuvent soit amortir, ou augmenter le taux d'un comportement pathologique, constituant respectivement des facteurs de résilience et des facteurs de risque. L'étude de Burleigh et ses collègues prend donc en compte les comportements problématiques dimensionnellement et les facteurs de risque et de protection se référant aux changements liés à l'âge, aux effets internes liés à l'individu, et à leur contexte hors ligne ou en ligne (Burleigh et al., 2017).

D'autres chercheurs (Canale et al., 2019) ont réalisé une étude sur les effets modérateurs de la résilience et leurs résultats montrent que les participants ayant un niveau élevé de stress perçu étaient plus susceptibles d'avoir une IGD<sup>8</sup> sévère comparés aux participants ayant un niveau bas de stress perçu. Cela suggère également que la vulnérabilité au stress des individus était fortement associée à une IGD sévère. Les jeux en ligne peuvent alors servir aux individus d'échappatoire lorsqu'ils sont confrontés à des situations stressantes (Young & De Abreu, 2010).

Pour conclure cette partie théorique, l'on constate que les jeux vidéo ont été abordés selon différents angles dans la littérature, qu'ils soient positifs ou négatifs. Cependant, l'absence de consensus sur la définition et les critères d'usage problématique du jeu ont conduit à une grande hétérogénéité des méthodologies utilisées et des résultats parfois contradictoires. L'on remarque également que les symptômes anxiodépressifs ont été abordés dans plusieurs thématiques, tantôt comme cause, tantôt comme conséquence du jeu vidéo et que les individus présentant ce type de symptômes pratiquent a priori les jeux vidéo dans le but de réduire leur symptomatologie. Aussi, nous avons vu que le processus d'identification à un avatar pouvait constituer un socle sur lequel les adolescents et jeunes adultes peuvent construire leur identité. Enfin, nous avons abordé la résilience au travers des jeux vidéo : nous avons vu que celle-ci pouvait faciliter l'émergence de la résilience dans la vraie vie, ce qui nous a permis de prendre du recul par rapport aux précédents sujets abordés et d'adopter une perspective plus nuancée. Cependant, il persiste un questionnement quant au lien entre la symptomatologie anxiodépressive et l'identification à un avatar que nous tenterons d'exploiter dans notre partie pratique.

---

<sup>8</sup> IGD : Internet Gaming Disorder.

### **III. Hypothèses et question de recherche**

---

La question de l'identification dans les jeux vidéo reste souvent très peu abordée dans la littérature au profit des effets/conséquences néfastes que la consommation de jeu vidéo peut avoir sur un individu. Bien que nous constatons un nombre de recherches de plus en plus croissant sur le sujet (Alisson et al., 2006 ; Cacioli & Mussap, 2014). Dès lors, nous nous intéresserons à l'un des mécanismes sous-jacents du jeu vidéo, à savoir, « l'identification ». Plus particulièrement, cette recherche a pour but d'évaluer s'il existe un lien entre l'identification à un avatar et des symptômes anxiodépressifs chez les jeunes adultes (entre 18 et 25 ans) dans l'utilisation des jeux vidéo.

Cette étude se veut avant tout neutre et réflexive, c'est pourquoi il faut rester prudent lorsque l'on étudie des thématiques aussi sensibles que les symptômes anxiodépressifs dans l'utilisation des jeux vidéo. En effet, les médias se positionnent souvent dans une posture de détracteur des jeux vidéo, donnant une image de ceux-ci assez négative et réductrice et mettant en péril toute démarche de réflexion sur le sujet. Il ne s'agit donc pas ici de prendre position sur un sujet dont le débat est stérile, mais plutôt d'aborder celui-ci de façon à se positionner dans une attitude de compréhension sur le rôle de l'identification dans les jeux vidéo et des symptômes anxiodépressifs qui pourraient y être associés.

#### 3.1. Hypothèses de recherche

Notre hypothèse principale consiste donc à évaluer s'il existe bel et bien un lien entre l'identification à un avatar dans les jeux vidéo et des symptômes anxiodépressifs. En ce sens, nous nous attendons à ce que plus un individu a des symptômes anxiodépressifs, plus il a un sentiment d'identification élevé à un avatar et par conséquent, se sentirait plus en connexion avec celui-ci.

Passons maintenant aux hypothèses secondaires :

***Hypothèse 1 : Plus les scores à l'échelle de dépression et d'anxiété seront élevés, plus les scores à l'échelle d'identification à un avatar seront élevés également.***

Malgré nos efforts de recherche, nous ne sommes pas parvenus à trouver d'études évaluant ces deux sujets. Étant donné l'absence de documentation sur cette thématique, notre raisonnement s'est basé sur les recherches de Männikkö et ses collègues (2015). Selon

ces auteurs, la consommation élevée de jeu vidéo pourrait avoir comme conséquence une symptomatologie dépressive et anxieuse. Nous nous sommes donc demandé s'il en était de même pour l'identification à un avatar. Les résultats obtenus dans l'étude de Männikkö et al. (2015) oriente notre hypothèse vers une augmentation de l'identification à un avatar en présence de symptômes anxiodépressifs. Cette réflexion nous a amené à concevoir la présente hypothèse.

***Hypothèse 2 : Plus les scores aux échelles d'anxiété, de dépression et d'identification seront élevés, moins un individu aura de ressources externes sur lesquelles s'appuyer.***

Pour cette hypothèse, nous ne nous sommes inspirés d'aucune étude en particulier. Cependant, l'une d'entre elles fait écho à nos réflexions. En effet, l'étude de Lee et Leeson (2015) démontre que les individus sujets à l'anxiété sociale déclaraient avoir un soutien externe moindre dans la vraie vie que dans les jeux vidéo. De fait, ces résultats nous confortent dans l'idée que des symptômes anxiodépressifs et un sentiment d'identification élevé révèlent un manque de ressources externes sur lesquelles s'appuyer dans la vraie vie. Par ressources/soutien externe, nous entendons les pairs, la famille, ou encore les services extérieurs tels que les psychologues, PMS et autres institutions.

***Hypothèse 3 : Les hommes présenteront un score à l'échelle d'identification plus élevé que les femmes.***

Bien que plusieurs recherches aient démontré que la gent féminine était en plein essor et tendait vers une répartition égalitaire dans le contexte du jeu vidéo, il subsiste néanmoins quelques divergences. Comme nous l'avons constaté au travers des études de Companion & Sambrook (2008) et Schimt et al. (2010) qui mettent en avant les différences par exemple dans le choix du type d'avatar mais aussi dans la probabilité de présenter un usage problématique futur. Au vu des nombreuses divergences qui persistent entre les hommes et les femmes dans le domaine des jeux vidéo, nous avons de fortes raisons de croire à un niveau d'identification différent entre les sexes avec une propension plus élevée chez les hommes.

**Hypothèse 4 :** *Les joueurs réguliers présenteront un score à l'échelle d'identification plus élevé que les joueurs occasionnels.*

Toujours dans l'optique d'observer une différence entre deux groupes, nous espérons démontrer une identification plus élevée chez les joueurs réguliers par rapport aux joueurs occasionnels. Une nouvelle fois nous n'avons pas trouvé dans la littérature de quoi soutenir notre hypothèse. Cependant, nous partons du principe que les joueurs réguliers, c'est-à-dire jouant entre douze heures et plus de vingt heures par semaine, présenteraient un niveau d'identification plus élevé que les joueurs occasionnels (jouant moins d'une heure à quatre heures par semaine). En effet, nous pensons que les novices dans ce domaine auront plus de mal à s'identifier à un avatar que les joueurs plus expérimentés, notamment en raison du temps de jeu.

**Hypothèse 5 :** *Les femmes obtiendront un score à l'échelle de cyberharcèlement plus élevé que les hommes.*

Pour cette cinquième hypothèse, nous nous sommes inspirés des recherches de McInroy & Mishna de 2017, et de Tang et al. de 2019. Ces auteurs ont pu démontrer que le harcèlement était non seulement un phénomène genré mais qu'il pouvait aussi être prédit par l'identification des joueurs. Dans notre présente hypothèse nous cherchons donc à confirmer les résultats obtenus par Tang et ses collègues, c'est-à-dire que le sentiment d'identification pourrait expliquer le score à l'échelle de cyberharcèlement.

**Hypothèse 6 :** *Le fait de jouer à un jeu vidéo objectivé entraîne un score élevé à l'échelle d'adhésion aux stéréotypes de genre.*

Ensuite, les recherches que nous avons effectuées sur les jeux vidéo et les stéréotypes de genre nous ont conduit à concevoir une sixième hypothèse. En effet, selon la revue systématique de la littérature de Gestos et al. (2018), le fait d'être exposé à des personnages objectivés favorisait l'adhésion aux mythes culturels du viol. Cependant, cela était surtout vérifié pour les hommes exposés à des personnages féminins objectivés. Nous nous sommes donc inspirés de ces découvertes et avons voulu vérifier si l'adhésion aux stéréotypes de genre pouvait être influencée par le fait de jouer à des jeux vidéo objectivés, c'est-à-dire présentant des extrêmes de la masculinité et de la féminité.

**Hypothèse 7** : *Les hommes afficheront un score à l'échelle d'adhésion aux stéréotypes de genre plus élevé que les femmes.*

Enfin, cette dernière hypothèse est en lien avec la précédente. En effet, après avoir confirmé ou infirmé celle-ci, il conviendrait de vérifier si les hommes sont plus susceptibles d'adhérer aux stéréotypes de genre que les femmes tout comme les recherches de Gestos et ses collègues (2018) ont pu le démontrer.

La partie suivante va être consacrée à la méthodologie utilisée pour tester les hypothèses susmentionnées et les résultats et conclusions qui en découlent.



## **IV. Méthodologie**

---

Afin de tester les différentes hypothèses mentionnées dans la précédente partie, un questionnaire en ligne a été réalisé en se basant sur des méthodologies similaires à d'autres études, mais évaluant d'autres sujets (Smahel et al., 2008 ; Männikkö et al., 2015 ; Gestos et al., 2018).

### **4.1. Population**

La sollicitation des participants s'est effectuée exclusivement via une enquête en ligne. Des annonces de recrutement ont été diffusées sur les réseaux sociaux (Facebook), sur des Forums de discussions (JeuxVidéo.com) et autres plateformes (Discord, Teamspeak, etc.). Cette annonce mentionnait les objectifs de la recherche, la population ciblée et les conditions d'accès.

La population a été choisie dans la tranche d'âge 18-25 ans, correspondant aux jeunes adultes. Il n'y avait aucun critère d'exclusion si ce n'est l'âge des participants et avoir une bonne compréhension du français. Le fait d'avoir déjà joué ou non à un jeu vidéo ne constituait pas un critère car cette étude visait à obtenir une représentativité de la population.

Un total de 524 sujets a ouvert le questionnaire, cependant, 295 d'entre eux n'y ont pas répondu dans son entièreté, ou ont simplement ouvert le questionnaire, faisant chuter l'échantillon à 229 participants. Après avoir accepté le consentement, toutes les personnes étaient redirigées vers une question d'ouverture « Avez-vous déjà joué à un jeu vidéo ». Au sein de notre échantillon, 93,9% (n = 215) des participants ont déclaré avoir déjà joué à un jeu vidéo. Le fait que l'échantillon présente un taux très élevé de joueurs est à considérer avec prudence. En effet, pour les individus entre 18 et 25 ans, les jeux vidéo ont pour la plupart d'entre eux fait partie intégrante de leur enfance. Dès lors, il n'est pas aisé de trouver des personnes qui n'ont jamais joué à un jeu vidéo de leur vie car y ont sans doute déjà été confronté par le passé. De facto, pour la plupart de nos analyses, nous ne définirons pas une personne de façon dichotomique en tant que « joueurs » VS « non joueurs », mais nous les placeront sur un continuum de temps de jeu. L'extrême gauche du continuum étant destinée aux personnes ne jouant que très peu voire pas du tout aux jeux vidéo. A contrario, l'extrême droite s'apparenterait à des heures de jeu élevées (plus de 20 heures par semaine), la fréquence de jeu étant répartie graduellement sur ce continuum. Ainsi, notre échantillon ne

se compose plus de 93% de joueurs et 7% de non joueurs mais de 100% de personnes se plaçant à différents endroits du continuum.

Tableau 1. Variables démographiques et données de consommation (n = 229)

	Hommes (n = 109)		Femmes (n = 118)		Autres (n = 2)	
	$\mu$	$\sigma$	$\mu$	$\sigma$	$\mu$	$\sigma$
Âge	266,30	28,27	273,08	27,25	288	16,97
Années d'étude	13,96	2,46	14,87	2,26	13,5	1,53
Heures de jeu par semaine	11,23	7,65	5,62	6,91	2,49	2,13

Note.  $\mu$  = moyenne ;  $\sigma$  = écart-type

La distribution du sexe dans notre échantillon se compose de 47,6% d'hommes (n = 109), 51,5% de femmes (n = 118) et 0,9% ne se sont pas identifiés dans l'une des deux options de base (n = 2). Au commencement de notre recherche, nous supposions avoir une majorité d'hommes composant notre échantillon, or, nous pouvons constater avec enthousiasme que celui-ci est réparti assez équitablement entre les sexes. Cela nous permettra une plus grande représentativité mais également de se rendre compte de la présence de la gent féminine dans le domaine des jeux vidéo. En ce qui concerne le niveau d'âge moyen, il est de 22 ans et 2 mois pour les hommes, 22 ans et 9 mois pour les femmes et de 24 ans pour les autres. Pour ce qui est du niveau d'étude, il est de près de 14 années pour les hommes et de 15 pour les femmes. Les personnes qui ne sont pas identifiées en tant qu'homme ou femme comptabilisent eux, 13,5 années d'étude. Enfin, pour ce qui est de la consommation de jeu vidéo, on compte une moyenne de 11,23 heures pour les hommes, de 5,62 heures pour les femmes et 2,49 heures pour la catégorie « Autre ».

## **4.2. Questionnaires et instruments**

Au préalable, il convient de parler de l'intitulé de la recherche qui est légèrement différent de celui donné aux participants, et ce, dans le but de limiter les réponses contaminées des sujets aux différents questionnaires. En effet, l'intitulé de recrutement était « Création d'avatars dans les jeux vidéo, leurs significations et émotions qui y sont associées ». Nous avons donc délibérément omis de mentionner le caractère anxiodépressif des émotions ainsi que l'identification à un avatar.

Le questionnaire a été conçu en 2 parties : une partie portant sur les questions démographiques, la consommation de jeu et les avatars et une autre portant sur des échelles d'anxiété, de dépression, de cyberharcèlement et de stéréotypes.

Tout d'abord, la personne ayant cliqué sur le lien était automatiquement dirigée vers le questionnaire en ligne. Si celle-ci entrait dans les critères et donnait son consentement, elle pouvait entamer le questionnaire. Pour aller à la page suivante, le participant devait répondre à toutes les questions et ne pouvait retourner en arrière, cette option limitant les changements de réponse et par conséquent le manque de spontanéité.

Le questionnaire débutait avec la question « Avez-vous déjà joué à un jeu vidéo ? » à laquelle le participant pouvait répondre « Oui » ou « Non ». Si celui-ci répondait « Oui », il était automatiquement dirigé vers le questionnaire dit « Joueur ». Si la réponse était « Non », alors le participant était amené à répondre au questionnaire dit « Non joueur ». Ces deux types de questionnaire sont sensiblement les mêmes : la partie sur la création d'avatar et la consommation de jeu vidéo comporte les mêmes questions mais les énoncés et items ont été tourné au conditionnel dans la version « Non joueur », demandant un effort de projection supplémentaire pour ceux qui se sont identifiés comme tels. La deuxième partie consacrée aux différentes échelles (dépression, anxiété, cyberharcèlement et stéréotypes) était en tout point la même pour les deux catégories de participants.

#### 4.2.1. Questionnaire démographique (cf. annexe 1)

À la suite de la question d'ouverture, le participant devait répondre à un questionnaire démographique composé de différents items : l'âge, le sexe, la nationalité, le niveau d'étude, le nombre d'heures de jeu, la situation professionnelle et le lieu de vie des participants. Une petite précision est néanmoins nécessaire : outre les questions démographiques « basiques », nous avons décidé de nous renseigner également sur la morphologie du participant ainsi que de son idéal physique dans le but de mesurer l'écart entre le corps tel qu'il est perçu par le participant, ses attentes et les choix effectués en ce qui concerne l'avatar. Ces questions ont été posées séparément pour éviter au sujet de répondre de manière circonstanciée.

#### 4.2.2. Problematic Internet Use Questionnaire : PIUQ-12 (cf. annexe 2)

Ensuite, le participant était amené à répondre à un questionnaire portant sur l'usage problématique des jeux vidéo – la PIUQ-12<sup>9</sup> conçue par Démérovics et al. en 2008 et validée en français par Kern et Acier en 2013 dont les qualités psychométriques sont équivalentes à son homologue anglophone (alpha de Cronbach situé entre 0,87 et 0,91). Cependant, cette échelle a été créée dans le but d'évaluer l'usage problématique d'Internet. Par conséquent, le questionnaire a dû être adapté en modifiant légèrement les items. En contrôlant la variable « usage problématique », cette étape permettrait de mieux mesurer le lien entre des symptômes anxiodépressifs et l'identification. Il s'agit d'une échelle de 12 items de type Lickert en 6 points allant de « Jamais » à « Toujours » (coté 0 à 5). Cette échelle évalue 4 dimensions :

- A. Les items 3-6-12 évaluent l'auto-contrôle ;
- B. Les items 2-5-10 mesurent les conséquences négatives ;
- C. Les items 7-9-11 font référence au sevrage psychologique ;
- D. Les items 1-4-8 considèrent la dimension préoccupation.

Ce questionnaire est légèrement différent selon que le participant se soit qualifié de joueur ou de non joueur comme en témoigne la version non joueur de l'annexe 2.

#### 4.2.3. Questionnaire portant sur les caractéristiques de l'avatar (cf. annexe 3)

À la suite de l'échelle mentionnée ci-dessus, des questions portant sur les caractéristiques de l'avatar étaient présentées au participant. Il s'agit ici de se renseigner sur les choix des participants lors de la création de leur personnage quant à leurs caractéristiques physiques (i.e. sexe, type, morphologie) et internes (i.e. classe<sup>10</sup>). Hormis la question sur la morphologie, ces questions ne nous serviront pas lors de nos tests statistiques, cependant, nous avons rédigé ces différents items afin de distraire le participant du véritable objectif de l'étude qui était d'évaluer le lien entre les symptômes anxiodépressifs et l'identification à un avatar. Aussi, une question portant sur le type de jeu en ligne (MMORPG) VS hors ligne (RPG) a été posée dans le but d'évaluer si les types de jeu MMORPG entrent dans le processus d'identification. Dans le cas des non joueurs, les questions ont été tournées au conditionnel.

---

<sup>9</sup> PIUQ 12 : Problematic Internet Use Questionnaire

<sup>10</sup> Classe : la classe d'un personnage se réfère aux talents et tactiques de celui-ci.

#### 4.2.4. Player Identification Scale : PIS (cf. annexe 4)

À l'heure actuelle, il existe peu d'échelles mesurant l'identification à un avatar. Dès lors, nous avons été dans l'obligation d'opter pour la Player Identification Scale, d'abréviation PIS conçue par Van Looy et al. en 2012. Cette échelle n'a pas encore été traduite en français et par conséquent les qualités psychométriques n'ont pas encore pu être établies, il faut donc rester prudent lors de l'analyse des résultats. Le questionnaire non abrégé comprend 29 items mesurant l'identification similaire, l'identification à un groupe, la présence incarnée et le souhait d'identification. Les groupes d'items qui nous intéressent ici sont ceux concernant l'identification similaire, la présence incarnée et le souhait d'identification. En effet, ces trois ensembles constituent le processus d'identification à un avatar (alpha de Cronbach = 0,95). Ceux-ci comprennent en tout 17 items à noter sur une échelle de Lickert en 5 point allant de « Pas du tout d'accord » à « Tout à fait d'accord » (coté 0 à 4). Cette échelle a également dû être adaptée pour les non joueurs (cf. annexe 4).

#### 4.2.5. Échelle de stéréotypes de genre (cf. annexe 5)

Nous avons repris quelques items des recherches de Gavray et al. (2009) pour ce questionnaire. Les items originaux repris dans l'étude de Gavray et al. mesurent les différents types de masculinités contemporaines dans le cadre d'une étude typologique. Étant donné que cette échelle n'est pas validée, il conviendra, encore une fois, de rester prudent dans l'interprétation des résultats. Il s'agit d'une échelle de type Lickert en 4 points allant de « Complètement faux » à « Complètement vrai » et est cotée de 0 à 3. Ces items pouvant être utilisés indépendamment, nous n'en avons donc sélectionné que quelques-uns et ce pour éviter un questionnaire trop long et fastidieux.

#### 4.2.6. Échelle cyberviolences sexuelles et sexistes (cf. annexes 6 et 7)

Ensuite, les participants étaient amenés à répondre à une échelle de cyberviolence sexistes – les items sont issus des recherches de Almazan et Bain en 2015 ainsi que de Papp et ses collègues en 2015 également. Les mêmes questions ont été posées afin d'évaluer la dimension victimisation (« Est-il déjà arrivé que quelqu'un... ») et perpétration (« Et vous, vous est-il déjà arrivé de... »). Cette échelle porte sur des évènements qui se seraient produits au cours des 12 derniers mois au moyen d'une échelle de Lickert en 5 points allant de « Jamais » à « Très souvent (plus de 20 fois), cotée de 0 à 4.

#### 4.2.7. Beck Anxiety Inventory : BAI

Après avoir répondu au questionnaire sur les cyberviolences sexistes, une liste de 21 symptômes d'anxiété leur a été présentée. Il s'agit de l'inventaire d'anxiété de Beck (BAI), validé en français par Freeston et al. en 1994 (alpha de Cronbach = 0,85). Pour chacun des symptômes, les participants devaient noter à quel degré ils en ont été affectés au cours des 7 derniers jours sur une échelle allant de « Pas du tout » à « Beaucoup » (cotés 0 à 3). Les seuils normalisés sont les suivants :

- A. 0-9 : anxiété minimale
- B. 10-18 : anxiété légère ou modérée
- C. 19-29 : anxiété modérée à sévère
- D. 30-63 : anxiété sévère

#### 4.2.8. Beck Depression Inventory : BDI

Enfin, le questionnaire prenait fin avec l'inventaire de dépression de Beck (BDI) validé en français par Collet et al. en 1986 (alpha de Cronbach = 0,81). Pour écourter la durée du questionnaire, nous avons opté pour la version abrégée de 13 items. Chaque item est constitué de quatre énoncés correspondant à 4 degrés d'intensité croissante (cotés 0 à 3). L'énoncé portait sur comment les participants se sont sentis au cours des deux dernières semaines. Selon les normes établies par les auteurs, un score compris entre 0 et 4 indique une absence de symptômes dépressifs, un score compris entre 4 et 7 indique une dépression légère, un score compris entre 8 et 15 correspond à une dépression modérée et un score supérieur ou égal à 16 correspond à une dépression sévère.

## V. Présentation des résultats

Nous allons maintenant passer en revue les résultats obtenus pour nos différentes hypothèses via le logiciel de statistique « SAS ». Avant toute chose, nous avons d'abord testé la normalité des données de notre échantillon afin de déterminer la courbe de notre distribution (cf. tableau 2). Il s'est avéré, comme en témoigne le tableau ci-dessous, que les conditions de normalité n'étaient pas respectées. Dès lors, afin de pallier cette complication, nous avons effectué l'entièreté de nos tests statistiques à l'aide d'équivalents non paramétriques.

Tableau 2. Test de normalité sur les variables impliquées

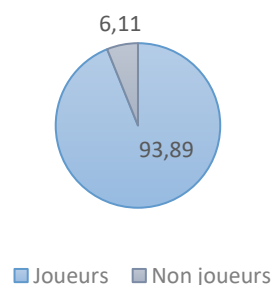
	<i>W</i>	<i>p</i>
<i>Player Identification Scale</i>	0,974	0,0003
<i>Problematic Internet Use Questionnaire-12</i>	0,961	<0,0001
<i>Stéréotypes de genre</i>	0,966	<0,0001
<i>Harcèlement-victime</i>	0,608	<0,0001
<i>Beck Anxiety Inventory</i>	0,887	<0,0001
<i>Beck Depression Inventory-13</i>	0,863	<0,0001

Note. *W* = Statistique Shapiro-Wilk ; *p* = probabilité de dépassement (all  $p < .05$ )

### 5.1. Statistiques descriptives

Cette recherche comprend les données d'un échantillon de 229 participants. Dans un souci de visibilité, les tableaux suivants présenteront la distribution en fréquence et en pourcentage de chacune de nos questions démographiques.

Répartition joueurs VS non joueurs

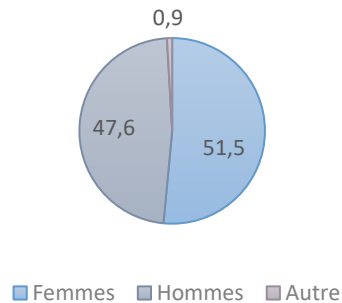


Graphique 1. Répartition joueurs VS non joueurs

Avant de commencer le questionnaire, chaque participant devait dire s'il avait déjà joué à un jeu vidéo dans sa vie. Nous constatons ici que pour la tranche d'âge 18-25 ans, seulement 6,11% ( $n = 14$ ) des participants n'ont jamais joué à un jeu vidéo.

Ce constat n'est pas étonnant puisque les jeux vidéo ont commencé à se commercialiser fin des années 90', faisant pour la plupart une partie intégrante de leur enfance.

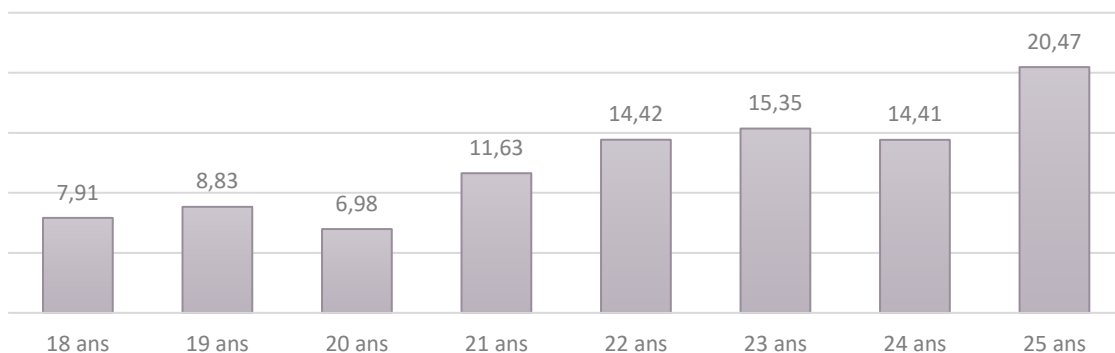
### Distribution du sexe



Graphique 2. Distribution du sexe

Ensuite, ils étaient amenés à répondre à diverses questions démographiques dont leur sexe. Nous observons avec étonnement que la répartition est assez homogène entre les hommes et les femmes. En effet, l'échantillon se compose de 118 femmes, 109 hommes et 2 personnes qui s'identifient hors de ces deux catégories. Ceci prouve à quel point la gent féminine devient de plus en plus présente dans le domaine des jeux vidéo.

### Distribution de l'âge



Graphique 3. Distribution de l'âge

À l'aide de cet histogramme, nous pouvons aisément comprendre que la tranche d'âge la plus représentée dans notre échantillon est celle des individus de 25 ans. Comme en témoigne la répartition ci-dessus, nous observons une grande disparité entre les catégories d'âge. En effet, l'échantillon se compose précisément de 18 participants âgés de 18 ans, 21 âgés de 19 ans, 15 âgés de 20 ans, 27 âgés de 21 ans, 33 âgés de 22 ans, 36 âgés de 23 ans, 33 âgés de 24 ans et enfin 46 âgés de 25 ans.



Tableau 3. Répartition de l'échantillon en fonction de la nationalité (n = 229)

	Belge	Luxembourgeois	Français	Suisse	Canadien	Autre
Fréquence	51,9	0,4	44,5	0,9	0,4	1,8
Pourcentage	119	1	102	2	1	4

Nous remarquons ici que notre échantillon se compose essentiellement de Belges et de Français.

Tableau 4. Répartition de l'échantillon en fonction du lieu de vie (n = 229)

	Chez les parents	Collocation	Seul	En ménage
Fréquence	132	18	36	43
Pourcentage	57,7	7,9	15,7	18,8

En ce qui concerne le lieu de vie des participants, la majorité d'entre eux reportent vivre chez leurs parents (57,7%) tandis que la minorité d'entre eux vivent en collocation (7,9%).

Tableau 5. Répartition de l'échantillon en fonction de la situation professionnelle (n = 229)

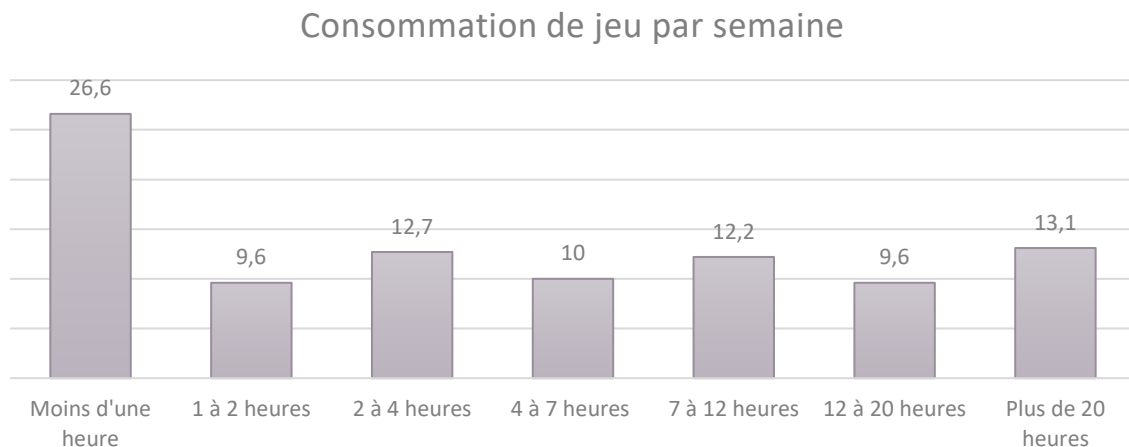
	Fréquence	Pourcentage
Étudiant(e)	152	66,4
Employé(e)	45	19,7
Ouvrier(e)	6	2,6
Indépendant(e)	3	1,3
Chômeur(se)	12	5,2
Autre	11	4,8

Pour ce qui est de la situation professionnelle, nous constatons sans grande surprise que la plupart de nos participants sont encore étudiants. Cette surreprésentation s'explique notamment par la tranche d'âge ciblée et les annonces de recrutement qui ont été affichées sur de nombreux groupes estudiantins. Notons cependant que 23,6% d'entre eux ont une activité professionnelle, 5,2% sont chômeurs et 4,8% ne se sont reconnu dans aucune des catégories proposées.

Tableau 6. Répartition de l'échantillon en fonction du niveau d'étude (n = 229)

	6 années réussies	Entre 7 et 12 années réussies	Entre 13 et 19 années réussies
Fréquence	1	64	164
Pourcentage	0,4	28	71,4

Concernant le niveau d'étude, afin de décrire notre échantillon avec plus de clarté, nous avons décidé de regrouper les années d'étude selon 3 catégories. La première correspondrait à l'équivalent du primaire/collège, la deuxième au secondaire/lycée et enfin la dernière aux études supérieures. Ici, nous pouvons voir que la grande majorité de nos participants (71,4%) ont réussis entre 13 et 19 années d'étude tandis que seulement un d'entre eux n'a pas continué après le primaire/collège.



*Graphique 4. Consommation de jeu par semaine*

Enfin, comme nous pouvons le constater sur cet histogramme, la majorité de notre échantillon, c'est-à-dire 61 participants, ont reporté jouer moins d'une heure par semaine à des jeux vidéo. Les modalités « 1 à 2 heures » et « 12 à 20 heures » ont été les moins choisies avec 22 participants dans chacune des catégories et sont suivies de très près par les modalités « 4 à 7 heures » ( $n = 23$ ), « 7 à 12 heures » ( $n = 28$ ) et « 2 à 4 heures » ( $n = 29$ ). De ces catégories les moins prisées, l'on remarque néanmoins que c'est la modalité « plus de 20 heures » qui remporte la majorité ( $n = 30$ ). Cela met en évidence le fait que la consommation excessive de jeu vidéo reste très limitée (13,1%) chez les jeunes adultes de notre échantillon.

## **5.2. Statistiques inférentielles**

Avant de découvrir les résultats obtenus pour nos différentes hypothèses, voici un tableau reprenant les résultats moyens, les écarts-types ainsi que les minima et maxima obtenus à nos différents questionnaires.

*Tableau 7 : Récapitulatif des statistiques descriptives ( $n = 229$ )*

	$\mu$	$\sigma$	Min.	Max.
Âge (mois)	268,82	28,57	216	311

<i>Années d'étude</i>	14,56	2,43	6	19
<i>Player Identification Scale</i>	43,10	15,25	17	81
<i>Problematic Internet Use Questionnaire-12</i>	25,10	9,14	12	50
<i>Stéréotypes de genre</i>	10,63	4,48	0	29
<i>Harcèlement-auteur</i>	0,47	1,72	0	20
<i>Harcèlement-victime</i>	2,07	3,87	0	20
<i>Beck Anxiety Inventory</i>	13,71	12,40	0	54
<i>Beck Depression Inventory-13</i>	6,61	6,11	0	29

Note.  $\mu$  = moyenne ;  $\sigma$  = écart-type ; min. = minimum ; max. = maximum

### 5.2.1. Hypothèse principale

Pour rappel, nous avons posé comme hypothèse principale que plus un individu a des symptômes anxieux et/ou dépressifs, plus il devrait avoir un sentiment d'identification élevé à un avatar. Afin de vérifier notre hypothèse, nous avons testé cette corrélation à l'aide du test de Kendall. Nous obtenons des résultats significatifs pour les symptômes anxieux,  $p = 0,0124$ . A contrario, les symptômes dépressifs ne le sont pas,  $p > 0,05$ . En d'autres termes, cela signifie qu'il existe bel et bien un lien entre les symptômes anxiodépressifs et l'identification. Plus précisément, plus un individu éprouve des symptômes anxieux, plus son sentiment d'identification à un avatar augmente également. En revanche, nous devons tolérer la nullité de la corrélation entre les symptômes dépressifs et l'identification.

Tableau 8. Corrélation de Kendall sur le sentiment d'identification et les symptômes anxiodépressifs ( $n = 229$ )

	Sentiment d'identification
<i>Symptômes anxieux</i>	0,11395 0,0124*
<i>Symptômes dépressifs</i>	0,07422 0,1081

Note. \* $p < .05$

Ensuite, nous avons effectué une régression multiple afin de voir si le sentiment d'identification pouvait être expliqué par les symptômes anxiodépressifs. Pour ce faire, nous avons dû fusionner les variables d'identification des joueurs et des non joueurs. Ensuite, nous avons appliqué la procédure et avons mis en évidence des résultats similaires à notre précédente hypothèse. En effet, le modèle global, c'est-à-dire les symptômes anxieux et dépressifs pris ensemble, est significatif ( $F = 4,02$  et  $p = 0,0192$ ). Cependant, prises séparément, seule la variable « symptômes anxieux » se révèle significative,  $p = 0,0181$ . Dès lors, le sentiment d'identification peut être expliqué soit par les deux catégories de symptômes pris ensemble, soit par les symptômes anxieux uniquement, la probabilité de dépassement des symptômes dépressifs étant supérieure au seuil de significativité.

Tableau 9. Test de régression multiple sur le sentiment d'identification et des symptômes anxiodépressifs (n = 229)

	F	p
Modèle global	4,02	0,0192*
Symptômes anxieux	5,67	0,0181*
Symptômes dépressifs	0,12	0,7253

Note. F = Statistique ; p = probabilité de dépassement (\*p<.05)

### 5.2.2. Hypothèses secondaires

Notre seconde hypothèse postulait qu'un individu ayant des symptômes anxiodépressifs et un sentiment d'identification élevé aurait peu de ressources externes sur lesquelles s'appuyer (pairs, familles, services extérieurs, etc.). Quatre valeurs sont revenues à plusieurs reprises : 1) Famille, 2) Amis, 3) Professionnels et 4) Aucun. L'analyse réalisée au moyen du test non paramétrique de Kruskal Wallis nous indique que lorsque nous prenons en considération le sentiment d'identification et les ressources externes, le résultat n'est significatif pour aucune des catégories,  $H = 6,6546$  et  $p > 0,05$ . En d'autres termes, indépendamment de la valeur rapportée par le participant, les ressources externes ne semblent pas liées au fait de présenter un sentiment d'identification élevé à un avatar.

Tableau 10. Test de Kruskal-Wallis sur le sentiment d'identification en fonction des ressources externes

	n	μ
Famille	125	108,40
Amis	80	104,09
Professionnels	4	185,62
Aucun	6	100

Note. n = nombre de participants par catégorie ; μ = moyenne

Nous obtenons des résultats similaires en prenant en considération les symptômes anxiodépressifs,  $H = 4,4728$  et  $p > 0,5$ . En d'autres termes, des scores élevés aux échelles de dépression/anxiété et d'identification ne sont pas liés à un taux de ressources externes faible.

Tableau 11. Test de Kruskal-Wallis sur les symptômes anxiodépressifs en fonction des ressources externes

	n	μ
Famille	125	107,08
Amis	80	104,87
Professionnels	4	166
Aucun	6	130,17

Note. n = nombre de participants par catégorie ; μ = moyenne

Passons maintenant à notre troisième hypothèse qui, rappelons-le, voulait que le niveau d'identification soit différent entre les hommes et les femmes avec une propension plus élevée chez les hommes. Le test de Wilcoxon pour échantillons indépendants a mis en évidence la non significativité des résultats,  $S = 10625$  et  $p > 0,05$ . Ce qui signifie que le niveau d'identification à un avatar ne diffère pas selon le sexe des participants comme nous l'aurions espéré.

Dans la même lignée, nous avons voulu tester s'il en était de même pour l'identification des joueurs réguliers versus joueurs occasionnels. Pour tester ce lien, nous avons décidé d'exclure les non joueurs de notre échantillon car celui-ci était beaucoup trop mince pour faire ressortir des résultats ( $n = 14$ ). Nous avons donc classé les joueurs selon un continuum de fréquence de jeu. Cette variable est composée de 7 modalités allant de 1) moins d'une heure à 7) plus de 20 heures. Le test de Kruskal Wallis a alors pu mettre en lumière l'absence de différence significative,  $H = 3,1045$  et  $p > 0,05$ . C'est-à-dire que les joueurs réguliers ne s'identifient pas plus à leur avatar que les joueurs occasionnels. En effet, si l'on regarde les moyennes de nos différents groupes, plus la fréquence de jeu augmente, moins le sentiment d'identification est présent.

Tableau 12. Test de Kruskal-Wallis sur le sentiment d'identification selon la fréquence de jeu

	<i>n</i>	$\mu$
Fréquence de jeu basse	112	114,67
Fréquence de jeu moyenne	51	104,75
Fréquence de jeu élevée	52	96,82

Note. *n* = nombre de participants par groupe ;  $\mu$  = moyenne

Notre quatrième hypothèse, postulant également une différence entre les sexes, voudrait que les femmes soient plus sujettes au harcèlement en ligne que les hommes. À l'aide du test de Wilcoxon pour échantillons indépendants, nous avons mis en évidence des résultats significatifs,  $S = 9870$  et  $p = 0,0017$ . En effet, si l'on regarde les moyennes des groupes, on peut constater une moyenne plus élevée chez les femmes. Cela signifie donc bien que les femmes sont plus sujettes au harcèlement en ligne que les hommes.

Tableau 13. Test de Wilcoxon pour la dimension « Victime de harcèlement » selon le sexe

	<i>n</i>	$\mu$
Hommes	109	118,54
Femmes	104	94,90

Note. *n* = nombre de participants par groupe ;  $\mu$  = moyenne

La cinquième hypothèse portait sur le fait que les jeux vidéo objectivés favoriseraient l'adhésion aux stéréotypes de genre. En effet, les sujets ont dû inscrire le jeu auquel ils jouent en ce moment. Nous avons donc pris cette variable et attribué le jeu cité à la catégorie « objectivé », « non objectivé » ou « non applicable », selon que le jeu ait un contenu anthropomorphique. À l'heure actuelle, il n'existe pas d'échelle ou de test évaluant l'anthropomorphisme. Dès lors, cette qualification s'est réalisée en fonction de différents critères tels que la saillance des muscles ou de la poitrine, la finesse de la taille, les vêtements, etc. Nous pouvons prendre comme exemple le jeu « Mario » : il est petit, présente un embonpoint et porte une tenue de plombier. Nous pouvons donc raisonnablement définir et placer ce jeu dans la catégorie des « non objectivés ». Par contre, les jeux tels que « Tomb Raider » et « GTA » peuvent sans équivoque être qualifiés « d'objectivés » car ceux-ci dépeignent la sexualité de leurs personnages de façon extrême. Finalement, les jeux tels que « Tetris » tombent dans la catégorie « non applicable » puisque n'impliquant aucun contenu humain.



Figure 6. Exemple de jeu objectivé et non objectivé

Une fois la catégorisation effectuée, nous avons procédé à un test de Wilcoxon pour échantillons indépendants, encore une fois dû au caractère anormal des données. Malgré nos attentes, les résultats ne se sont pas montrés significatifs,  $S = 5005$  et  $p > 0,05$ . De fait, nous ne pouvons confirmer l'hypothèse que les jeux vidéo objectivés favorisent l'adhésion aux stéréotypes de genre.

Tableau 14. Test de Wilcoxon sur l'adhésion aux stéréotypes de genre selon la consommation de jeux objectivés

	<i>n</i>	$\mu$
<i>Jeux vidéo objectivé</i>	141	101,42
<i>Jeux vidéo non objectivé</i>	55	91

Note. *n* = nombre de participants par catégorie ;  $\mu$  = moyenne

Cependant, malgré la non-significativité des résultats de la présente hypothèse, nous avons tout de même voulu savoir si le processus d'adhésion aux stéréotypes de genre est plus spécifique à l'un des deux sexes. Nous supposons alors que les hommes y seraient plus sensibles. Pour vérifier notre hypothèse, nous avons alors réalisé un test de Wilcoxon pour échantillons indépendants. Les résultats sont significatifs,  $S = 8433$  et  $p = 0,0046$ . Nous pouvons donc tolérer l'hypothèse que les hommes sont plus susceptibles d'adhérer aux stéréotypes de genre que les femmes.

Tableau 15. Test de Wilcoxon sur la susceptibilité à adhérer aux stéréotypes de genre selon le sexe

	$n$	$\mu$
Hommes	97	86,94
Femmes	99	109,82

Note.  $n$  = nombre de participants par groupe ;  $\mu$  = moyenne

### **5.3. Analyses additionnelles**

Dans cette partie, nous présenterons des analyses statistiques qui n'étaient pas nécessaires d'effectuer pour répondre à nos différentes hypothèses. Cependant, il nous semble légitime de les aborder car elles permettent de comparer nos résultats avec ceux de la littérature.

Lors de l'établissement de notre méthodologie, nous nous demandions si le type de jeu MMORPG, c'est-à-dire en ligne, entrait dans le processus d'identification. Afin de répondre à cette question, nous avons réalisé un test de Wilcoxon pour échantillons indépendants. Les analyses statistiques ont alors mis en évidence la non significativité de cette relation,  $S = 9025$  et  $p > 0,05$ . Par conséquent, nous ne pouvons pas admettre que le processus d'identification soit spécifique au type de jeu en ligne.

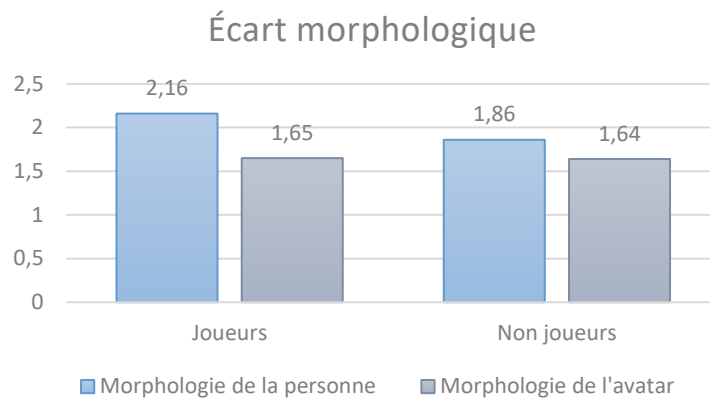
Tableau 16. Test de Wilcoxon pour échantillon indépendant sur l'identification selon le type de jeu

	$n$	$\mu$
MMORPG	84	107,45
RPG	131	108,35

Note. MMORPG = jeux en ligne ; RPG = jeux hors ligne ;  $n$  = nombre de participants ;  $\mu$  = moyenne

Ensuite, dans notre enquête, nous demandions aux participants de sélectionner le chiffre correspondant à leur morphologie et de sélectionner le chiffre correspondant à la morphologie de leur avatar. Afin d'évaluer l'écart entre ces deux dimensions, nous avons procédé à un test de Wilcoxon pour échantillons appariés. Les analyses démontrent la significativité des résultats,  $S = 1967,5$  et  $p < 0,001$ . Nous pouvons donc conclure qu'il existe

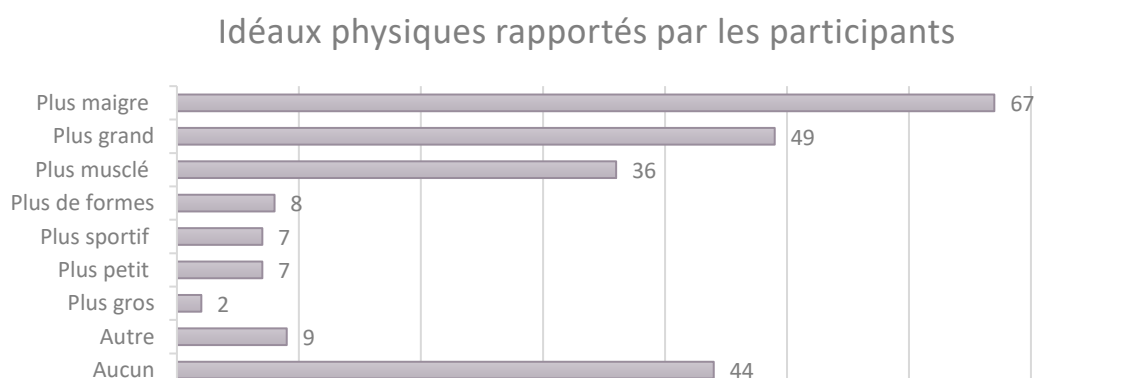
bel et bien un écart entre la morphologie de la personne et la morphologie choisie pour l'avatar. Afin de rendre plus parlant nos résultats, nous avons réalisé un graphique qui représente l'écart entre la morphologie de la personne et la morphologie qu'elle a choisie pour son avatar :



Graphique 5. Écart morphologique

Comme nous pouvons le voir, la moyenne morphologique des joueurs est de 2,16 tandis que celle de leur avatar est de 1,65. Nous pouvons donc orienter le sens de la différence vers un choix de morphologie diminuée de l'avatar. En d'autres termes, les joueurs tendent à privilégier une morphologie inférieure à la leur lors de la création de l'avatar. En revanche, pour les non joueurs, cette différence n'apparaît.

Lorsque nous regardons les valeurs rapportées par les participants concernant leur idéal physique, l'on s'aperçoit qu'une grande majorité d'entre eux désirent être plus maigre (n = 67) et plus grand (n = 49) tandis que 44 participants ne désiraient aucun changement. Ces données renforcent donc les conclusions tirées ci-dessus.



Graphique 6. Idéaux physiques rapportés par les participants



Finalement, toujours en ce qui concerne les caractéristiques physiques des participants et de l'avatar, nous avons voulu voir si les symptômes dépressifs pouvaient être expliqués par l'écart entre la morphologie de la personne et celle de l'avatar. Nous avons donc réalisé une régression multiple et la non significativité des résultats a été prouvée,  $F = 0,42$ ,  $p > 0,05$ . En conséquence, nous ne pouvons conclure que l'écart entre les dimensions « morphologie de la personne » et « morphologie de l'avatar » explique les symptômes dépressifs.

Tableau 17. Test de régression multiple sur l'écart morphologique et les symptômes dépressifs

	<i>F</i>	<i>p</i>
<i>Modèle global</i>	0,42	0,6570
<i>Morphologie de la personne</i>	0,70	0,4045
<i>Morphologie de l'avatar</i>	0	0,9664

Note. *F* = statistique ; *p* = probabilité de dépassement

Dans notre revue de la littérature, nous avons rencontré à plusieurs reprises l'hypothèse que les individus augmentaient leur consommation de jeu vidéo afin de réduire leur symptomatologie. Nous y avons vu là la nécessité de confirmer ou d'infirmer ce postulat. Pour ce faire, nous avons effectué un test de Wilcoxon pour échantillons indépendants. Le résultat des analyses a montré une non significativité,  $S = 0,1550$  et  $p > 0,05$ . Dès lors, nous ne pouvons confirmer l'hypothèse que les individus souffrant de symptômes anxieux s'investissent beaucoup dans les jeux vidéo. En effet, si l'on regarde le tableau ci-dessous, nous constatons une moyenne plus élevée pour les individus se trouvant dans le groupe « fréquence de jeu basse ».

Tableau 18. Test de Kruskal-Wallis sur les symptômes anxieux selon la fréquence de jeu

	<i>n</i>	$\mu$
<i>Fréquence de jeu basse</i>	112	115,58
<i>Fréquence de jeu moyenne</i>	51	96,68
<i>Fréquence de jeu élevée</i>	52	102,75

Note. *n* = nombre de participants ;  $\mu$  = moyenne

Nous avons également effectué le même test sur les symptômes dépressifs afin de voir si nous obtenons des résultats similaires à ceux de l'anxiété. Il s'avère, tout comme pour les symptômes anxieux, que les résultats ne sont pas significatifs,  $S = 2,1932$  et  $p > 0,05$ . Par conséquent, nous ne pouvons admettre que les individus souffrant de symptômes dépressifs s'investissent beaucoup dans les jeux vidéo.

Tableau 19. Test de Kruskal-Wallis sur les symptômes dépressifs selon la fréquence de jeu

	<i>n</i>	$\mu$
Fréquence de jeu basse	112	110,42
Fréquence de jeu moyenne	51	97
Fréquence de jeu élevée	52	113,57

Note. *n* = nombre de participants ;  $\mu$  = moyenne

Pour clôturer cette section portant sur les analyses additionnelles, nous portons une dernière attention à notre hypothèse concernant le cyberharcèlement. Nous avons démontré plus haut que les femmes étaient bien plus sujettes au cyberharcèlement que les hommes. Cependant, il nous reste un dernier point à éclaircir. En effet, selon McInroy & Mishna en 2017 et Tang et al. en 2019, le harcèlement pouvait être expliqué par l'identification à un avatar. Nous avons dès lors tenté de répliquer les résultats. Pour ce faire, nous avons effectué une régression simple. Les résultats indiquent une non significativité de la relation,  $F = 1,56$  et  $p > 0,05$ . La variable identification à un avatar n'explique pas une part significative de la variable cyberharcèlement. En d'autres termes, nous ne pouvons tirer des conclusions similaires aux précédents auteurs : le sentiment d'identification ne semble pas expliquer les scores à l'échelle de cyberharcèlement.

## **VI. Discussion**

---

L'identification à un avatar est un concept en plein essor dans le domaine scientifique. Avec les nouvelles technologies et performances qui y sont associées, la question de l'identification se pose inmanquablement. Selon nos recherches, il apparaît que peu d'études abordaient le concept d'identification à un avatar en lien avec des symptômes anxiodépressifs. Dès lors, nous y avons vu une opportunité pour approcher une population parfois difficile à atteindre, c'est-à-dire, les jeunes. En ce sens, nous nous sommes interrogés sur la possibilité d'utiliser l'identification à un avatar comme un outil pour comprendre et éventuellement agir sur les symptômes anxiodépressifs. Notre étude visait donc à ouvrir la voie et obtenir quelques bribes de réponses quant aux relations que pourraient entretenir ces deux concepts.

Cette tâche est plus complexe qu'il n'y paraît. En effet, comme nous avons pu le voir au début de notre revue de littérature, l'absence de consensus sur la définition d'usage problématique du jeu, de ses critères et de la terminologie à privilégier entraîne une grande disparité dans les recherches, que ce soit au niveau de la prévalence, de la méthodologie et des échelles permettant de la mesurer. De fait, des résultats très hétérogènes peuvent ressortir de recherches similaires.

L'objectif de cette étude était d'investiguer les relations entre le sentiment d'identification à un avatar et des symptômes anxiodépressifs. Plus précisément, cette recherche visait à établir si les symptômes anxiodépressifs avaient un rôle dans le développement d'un sentiment d'identification à un avatar.

Pour ce faire, nous avons créé un questionnaire en ligne qui ciblait une population de jeunes adultes âgé de 18 à 25 ans. Ce questionnaire comprenait des questions démographiques, l'échelle d'usage problématique d'Internet (PIUQ-12) qui a été adaptée à notre thématique de recherche, un questionnaire portant sur les caractéristiques de l'avatar, une échelle d'identification à un avatar (PIS), suivie d'une échelle de cyberharcèlement et de stéréotypes de genre et enfin, le questionnaire se terminait avec les échelles d'anxiété (BAI) et de dépression (BDI) de Beck. Précisons également que pour atteindre une population de joueurs et de non joueurs, nous avons retranscrit les items de la version non joueur au conditionnel.

En guise de rappel, nous sommes partis de plusieurs hypothèses : 1) Les symptômes anxiodépressifs sont liés à l'identification d'un avatar et plus ceux-ci sont élevés, plus l'identification l'est également ; 2) Nous nous attendions à ce que les individus ayant un score élevé aux échelles d'anxiété, dépression et d'identification à un avatar ait peu de ressources externes sur lesquelles ils peuvent s'appuyer ; 3) Nous pensions également que les hommes présenteraient un score supérieur à celui des femmes en ce qui concerne l'échelle d'identification ; 4) Dans le même ordre d'idée, nous postulons une différence entre les scores d'identification des joueurs occasionnels et des joueurs réguliers ; 5) Pour ce qui est du cyberharcèlement, nous souhaitons observer un taux de victimisation plus élevé chez les femmes ; 6) et 7) enfin, nous voulions démontrer que les jeux objectivés favoriseraient l'adhésion aux stéréotypes de genre et que les hommes seraient plus susceptibles d'y adhérer. Les analyses statistiques ont révélé plusieurs résultats significatifs qui seront interprétés et mis en lien avec la littérature évoquée dans la première partie.

## **6.1. Interprétation des résultats**

### **6.1.1. Relation entre identification à un avatar et symptômes anxiodépressifs**

Au regard de notre hypothèse principale, nos résultats ont mis en évidence un lien entre le sentiment d'identification et les symptômes anxiodépressifs. En effet, les analyses ont démontré une contribution des symptômes anxiodépressifs dans le développement de l'identification à un avatar. En ce sens, plus les symptômes anxieux sont présents, plus le sentiment d'identification sera élevé. Plus intéressant encore, il s'est avéré que les symptômes anxieux avaient une véritable place dans l'explication du sentiment d'identification. Plus spécifiquement, à mesure que les symptômes anxieux augmentent, le sentiment d'identification est important.

En revanche, en ce qui concerne les symptômes dépressifs pris isolément, les résultats obtenus n'ont pas permis de mettre en évidence un lien possible avec l'identification à l'avatar. Cette découverte pourrait laisser suggérer que les symptômes dépressifs n'entrent pas en ligne de compte dans la compréhension du sentiment d'identification. Cependant, comme Li et ses collègues l'ont démontré en 2011, les symptômes dépressifs pourraient être liés aux écarts entre le soi réel et le soi idéal. Afin de confirmer cette théorie, nous avons effectué des analyses supplémentaires qui ont révélées une non significativité des résultats. En d'autres termes, l'écart entre la morphologie de la personne et la morphologie de l'avatar

ne peut expliquer les symptômes dépressifs. Néanmoins, l'écart entre ces deux dimensions est, lui, significatif. Comme le démontre le graphique présenté dans la partie des résultats, l'on constate que les joueurs ont tendance à choisir un avatar d'une morphologie inférieure à la leur. Tandis que cette différence tend à s'estomper pour les non joueurs. Si l'on met ces derniers résultats en lien avec les idéaux physiques rapportés par les participants, cet écart prend tout son sens. En effet, la majorité d'entre eux ont mentionnés le désir d'être plus maigre et plus grand. Toutefois, l'écart rapporté n'est pas suffisant pour expliquer la présence de symptômes dépressifs. Toujours est-il qu'il convient de rester prudent dans notre interprétation car notre questionnaire n'a pas été conçu dans cet objectif. Il serait donc plus adéquat d'y dédier plus d'attention au cours d'une recherche ultérieure.

Il n'en reste pas moins que le lien que nous avons pu établir entre les symptômes anxieux et l'identification à un avatar est sans précédent dans la littérature équivalente à notre sujet. Néanmoins, pour interpréter ces données, nous pourrions partir du constat de Cacioli & Mussap en 2014 selon lequel l'avatar aurait une fonction compensatoire. Inspiré de cette logique, nous pourrions suggérer que, pour une personne anxieuse, l'identification élevée à son avatar servirait, entre autres, à diminuer les angoisses/frustrations relatives à un physique idéal ou encore à des capacités ou des qualités que la personne aimerait posséder en termes d'interactions sociales (Lee, 2015). En effet, comme nous l'avons vu dans l'étude de Lee (2015), les interactions en face à face sont source de stress pour les individus anxieux : elles les exposent à des situations susceptibles d'entraîner de la gêne, de la honte, de la critique, du jugement, etc. L'avatar représenterait donc un moyen d'interagir avec des pairs sans se soucier du regard des autres et des émotions négatives qui auraient pu être associées aux interactions dans le monde réel.

Nous pouvons également reprendre le schéma présenté dans le chapitre sur l'anxiété et l'appliquer à la pratique des jeux vidéo. En effet, nous savons que les rencontres en face à face génèrent souvent de l'anxiété. Lorsqu'ils se retrouvent dans ce genre de situations, ces individus anxieux peuvent éprouver des pensées négatives : « je vais rougir », « je ne serai pas à l'aise et j'aurai l'air ridicule ». Rappelons que le fait d'anticiper une situation future de manière négative provoquera des pensées négatives qui, à leur tour, généreront des émotions négatives et donneront naissance à un état d'anxiété. À partir de ce schéma, une manière pour ces individus de pallier les émotions négatives perçues pourrait être de privilégier les

interactions en ligne dans les jeux vidéo à l'instar des interactions réelles. De cette manière, ils ne seraient plus en proie aux peurs de rejet et de jugement. Cependant, cet évitement à un coût. Ce type de comportement renforcerait l'état d'anxiété, ne permettant pas à la personne de se réajuster et précipitant celle-ci dans un schéma tautologique.

Au vu des résultats supportés par Lo et al. (2015), nous avons voulu vérifier si la corrélation entre les symptômes anxieux et la consommation de jeu était avérée. Comme ces auteurs, nous pensons que les individus augmenteraient leur consommation de jeu vidéo. Notamment dans le but d'échapper aux aléas des interactions dans le monde réel (rougissement, bégaiement, etc.) et afin de réduire leur anxiété. Cependant, d'après nos analyses, le lien entre les symptômes anxieux et la consommation de jeu vidéo est infirmé : plus il y a des symptômes anxieux, moins les personnes s'investissent dans le jeu. De fait, en contrôlant le niveau d'investissement des joueurs, autrement dit, leur consommation de jeu vidéo par semaine, nous pouvons constater que les individus anxieux passent moins d'heures à jouer (entre moins d'une heure et quatre heures par semaine), ce qui pourrait réfuter l'hypothèse d'un évitement au travers des jeux vidéo et a fortiori, d'une fonction compensatoire de ceux-ci.

Nous nous sommes donc demandé s'il en était de même pour les symptômes dépressifs. Au regard de nos résultats, nous pouvons tirer des conclusions similaires : plus il y a de symptômes dépressifs, moins les personnes s'investissent dans le jeu. Une fois de plus, ces résultats mettent à mal les hypothèses proposées par les différents auteurs.

En effet, cette dernière découverte bouscule toutes les théories avancées précédemment concernant un évitement dans les jeux vidéo. En effet, plusieurs auteurs (Lo et al., 2005 ; Ko et al., 2012 ; Lee et Leeson, 2015 ; Burleigh et al., 2018) présentés dans notre littérature postulaient que les jeunes présentant des symptômes anxieux ou dépressifs auraient tendance à se tourner vers une consommation plus excessive des jeux vidéo dans le but de réduire leur symptomatologie. Cependant, nos résultats ne démontrent aucun lien entre les deux et affichent une consommation relativement normale, rendant l'hypothèse de l'évitement caduque. En revanche, nous pouvons rejoindre les résultats de Mikuska et Vazsonyi (2018) qui mettaient en évidence que les adolescents souffrant de symptômes dépressifs avaient tendance à réduire leur consommation de jeu vidéo à l'âge adulte. Ces résultats pouvaient notamment s'expliquer par l'un des critères diagnostic de la dépression :

l'anhédonie. En effet, cette incapacité à ressentir du plaisir pour des activités autrefois considérées comme agréables peut expliquer la réduction de consommation de jeu. Cependant, ce critère ne peut expliquer cette relation dans le cadre de la symptomatologie anxieuse. La discussion reste donc en suspens.

#### 6.1.2. Ressources externes, identification à un avatar et symptômes anxiodépressifs

Notre première hypothèse secondaire concernait les ressources externes, les symptômes anxiodépressifs et le sentiment d'identification à un avatar. Cette hypothèse avait été conçue sur base des résultats décrits par Lee et Leeson en 2015 : les individus sujets à l'anxiété sociale rapportaient un soutien externe plus élevé dans le monde virtuel. Comme nous avons pu le voir dans la partie consacrée aux résultats, ceux-ci n'ont démontrés aucun lien, que ce soit entre les ressources externes et les symptômes anxiodépressifs ou entre les ressources externes et le sentiment d'identification. Autrement dit, la présence ou non de ressources externes ne constitue pas un facteur de prédiction d'identification élevée à un avatar ni de symptômes anxiodépressifs. Il ne faut cependant pas tirer de conclusion hâtive. En effet, dans l'étude originale de Lee et Leeson, ces derniers ont comparé le soutien externe perçu dans le monde réel versus dans le monde virtuel. À l'instar de cette étude, il aurait été pertinent de questionner le soutien perçu dans le monde virtuel. Ceci nous aurait permis d'appuyer l'hypothèse d'une fonction compensatoire du jeu et, de facto, de nuancer nos résultats de façon plus méthodique.

#### 6.1.3. L'identification à un avatar : phénomène genré ?

Il a été démontré dans la littérature que les hommes et les femmes ne faisaient pas les mêmes choix, que ce soit en termes de jeu ou en termes d'avatar (Companion & Sambrook, 2008 ; Schimt et al., 2010). Dans cette lignée, nous voulions investiguer la présence d'un phénomène genré dans l'identification à un avatar. Notre deuxième hypothèse secondaire postulait une différence d'identification entre les hommes et les femmes avec une propension plus élevée chez les hommes. Les analyses n'ont alors révélé aucune différence dans le processus d'identification. Cependant, et bien que ce résultat réfute notre hypothèse, cela met en avant la capacité des hommes et des femmes à se projeter de la même manière dans le domaine des jeux vidéo.

#### 6.1.4. Fréquence de jeu et identification à un avatar

Nous avons voulu vérifier si le nombre d'heures de jeu par semaine était un facteur qui contribuait à l'identification à un avatar. Nous avons donc comparé les données des joueurs réguliers (i.e. jouant entre douze heures et vingt heures) versus occasionnels (i.e. jouant moins d'une heure à quatre heures). Nous avons tiré des conclusions similaires à notre hypothèse précédente, c'est-à-dire que les joueurs réguliers ne s'identifient pas plus que les joueurs occasionnels. Cependant, les résultats sont interpellants. En effet, si l'on regarde les moyennes des trois groupes, à savoir, « fréquence de jeu basse », « fréquence de jeu moyenne » et « fréquence de jeu élevée », nous constatons une relation inversement proportionnelle. Effectivement, l'on s'aperçoit que la moyenne la plus élevée d'identification est obtenue par le groupe « fréquence de jeu basse », tandis que la moyenne la plus faible est obtenue par le groupe « fréquence de jeu élevée ». Ces résultats ne correspondaient pas à nos attentes et laissent sous-entendre que le processus d'identification à un avatar ne serait plus nécessaire lorsqu'un individu joue de façon régulière aux jeux vidéo. A contrario, l'on pourrait spéculer que ce processus est d'autant plus nécessaire pour les personnes jouant de manière occasionnelle. Une explication résiderait dans le fait que les personnes non initiées ou très peu familiarisées avec les jeux vidéo auraient besoin de ce processus d'identification afin de progresser dans le jeu. Cependant, il ne s'agit que d'hypothèses qu'il serait intéressant d'investiguer dans une autre recherche.

#### 6.1.5. La question du cyberharcèlement

Pour rappel, nous nous sommes afférés à confirmer ou infirmer l'hypothèse selon laquelle les femmes seraient plus sujettes au cyberharcèlement que les hommes. Il s'est avéré que le fait d'être victime de cyberharcèlement était, comme nous l'avions supposé, plus spécifique au sexe féminin. Malgré le nombre restreint d'items que nous avons conservés de l'échelle de cyberharcèlement (Almazan & Bain, 2015 ; Papp et al., 2015), nous obtenons des résultats similaires à ceux obtenus par Tang et al. en 2019, à savoir, que le cyberharcèlement est un phénomène genré. Cependant, Tang et ses collègues avaient émis une autre hypothèse intéressante : le fait que l'identification à un avatar pouvait influencer le cyberharcèlement. Dans cette perspective, nous avons réalisé des analyses complémentaires. Malheureusement, il ne ressort pas de résultats similaires à ceux de Tang et al. Dans notre étude, l'identification à un avatar ne semble pas influencer les scores à l'échelle de cyberharcèlement.



Cependant, il convient encore une fois de rester prudent dans l'interprétation. En effet, cette échelle comprenait deux dimensions : la dimension auteur et la dimension victime. Une explication serait de considérer les scores à ces deux dimensions comme étant altérés par la tendance au conformisme des participants. Par ce phénomène, les hommes de notre échantillon auraient pu répondre « jamais » aux différents items de la dimension victime car il ne serait pas acceptable pour un homme d'être la victime de harcèlement. A contrario, les femmes de notre échantillon, elles, auraient pu répondre « jamais » aux items de la dimension auteur. En effet, l'avènement de mouvements féministes tels que les mouvements « me too » ou « balance ton porc » - qui dénoncent le harcèlement et les violences faites aux femmes - enferment potentiellement celles-ci dans une position de victime. En ce sens, considérant que l'homme est surreprésenté en tant que perpétrateur de harcèlement, et la femme en tant que victime, il est potentiellement moins admis pour une femme d'assumer une position d'auteur. Cette tendance au conformisme aurait pu, dès lors, biaiser une partie des résultats.

Selon nous, ce biais pourrait faire l'objet d'une investigation complémentaire qui dépasse le cadre de notre recherche.

#### 6.1.6. Le rôle de l'objectivation dans l'adhésion aux stéréotypes de genre

En dernière intention, nous avons voulu démontrer que les jeux vidéo objectivés favorisaient l'adhésion aux stéréotypes de genre (e.g. les hommes sont plus compétents que les femmes). Cette question a déjà fait l'objet de plusieurs recherches (Norris, 2004 ; Kaye et al., 2017 ; Gestos et al., 2018) avec des conclusions équivalentes : plus que n'importe qui, les enfants et adolescents sont sensibles à l'image que renvoient les médias. En effet, les jeux vidéo à contenu objectivé peuvent déformer la représentation que les jeunes se font des rôles sexospécifiques. Cependant, nos analyses n'ont démontré aucune adhésion aux stéréotypes de genre et ce, indépendamment de la présence de contenu objectivé. Une nouvelle fois, il ne faut pas tirer de conclusions hâtives. En effet, nos analyses se sont basées uniquement sur le jeu auquel la personne jouait actuellement. En conséquence, nous ne pouvions ni contrôler le taux d'exposition auquel le sujet a fait face, ni le taux d'objectivation présent dans les jeux. Comme nous l'avons précisé dans notre littérature, il ne suffit donc pas de jouer à un jeu objectivé pour adhérer à des stéréotypes de genre. Nous admettons ainsi que le processus est bien plus complexe et qu'il nécessiterait une recherche bien plus approfondie.

Dans un souci de rigueur, nous avons néanmoins voulu savoir si les hommes étaient plus susceptibles d'adhérer aux stéréotypes de genre que les femmes. En effet, différents auteurs s'accordent à dire que l'adhésion aux stéréotypes de genre, tout comme le harcèlement, est un phénomène genré (Pina et al., 2009 ; Tang et al., 2019). Nos résultats vont bien dans ce sens : les hommes ont davantage tendance à adhérer aux stéréotypes de genre que les femmes. Cependant, il convient d'y apporter quelques nuances. Comme pour le cyberharcèlement, les scores aux items mesurant l'adhésion aux stéréotypes ont pu être affectés par la tendance au conformisme des participants que les mouvements féministes – plus que jamais présent dans notre société – ont pu engendrer. Ainsi, les femmes auraient été tenté de répondre « complètement faux » à tous les énoncés. Il n'existe pas de solution toute faite pour endiguer ce phénomène. Il nous incombe donc à tout un chacun de s'inscrire dans une démarche réflexive sur ce sujet.

## **6.2. Limites de l'étude**

Dans cette partie, nous aborderons les limites qui ont pu impacter les différents objectifs que nous nous étions fixés et biaiser les résultats obtenus. En effet, une première limite constitue la tranche d'âge ciblée, à savoir, entre 18 et 25 ans. Au cours de notre recherche, nous nous sommes aperçus que les processus d'identification et la symptomatologie anxiodépressive chez les jeunes adultes ne pouvaient être abordés sans avoir préalablement évoqué leurs liens avec l'adolescence. Aussi, d'un point de vue plus scientifique, il serait également intéressant de prendre en compte les adolescents dans un futur échantillon afin de permettre une plus grande généralisation au sein de la population. Il faudrait donc étendre les futurs échantillons à la tranche d'âge 15-25 ans afin de développer notre raisonnement de manière transversale et éventuellement envisager des études longitudinales sur cette thématique.

Une deuxième limite que nous pouvons relever est le contexte dans lequel cette recherche a été menée. En effet, la crise sanitaire COVID-19 sans précédent à laquelle nous faisons face a forcément impacté les résultats des participants. Notamment pour les scores aux échelles d'anxiété et de dépression où un effet plancher est apparu. En effet, le questionnaire a été mis en ligne dans le courant du mois de février suite à l'accord du comité éthique. Le confinement ayant été prononcé en Mars et la récolte des données ayant été clôturée début Juillet, les réponses de la plupart des participants ont pu être influencées par

celui-ci. Nous nous attendions à une inflation, voire une amplification des symptômes anxiodépressifs étant donné l'isolement, l'incertitude et l'angoisse que le confinement a potentiellement engendrés chez certains. Cependant, ce ne fût pas le cas : les données indiquent un effet plancher pour les scores d'anxiété et de dépression. Ceci nous laisse penser que le confinement a pu avoir un effet modérateur sur la symptomatologie anxiodépressive. Cependant, cette hypothèse nous semble peu probable et il n'existe, à l'heure actuelle, aucune étude permettant de le confirmer ou de l'infirmier.

Une autre variable a également pu être impactée par le confinement : le temps de jeu des participants. En effet, bien que cela ne transparait pas directement dans nos résultats, les habitudes des personnes ont été relativement chamboulées durant la période de testing. Provoquant chez certains une augmentation du temps de jeu et une réduction chez d'autres. Il convient donc de ne pas tirer de conclusions prématurées hâtives quant à ces résultats.

Une autre interprétation que nous pouvons fournir quant aux effets plancher obtenus concerne la longueur du questionnaire et l'effet de fatigue que celui-ci a pu entraîner. En effet, dû au nombre assez conséquent d'items auxquels les personnes devaient répondre, les participants ont pu se lasser et répondre de manière aléatoire vers la fin du questionnaire afin d'écourter la durée de celui-ci. Cela a donc pu faire apparaître un effet plancher ou plafond aux résultats. Dans le cas présent, nous avons observé un effet plancher pour les échelles de dépression et d'anxiété qui se situaient en fin de questionnaire. Afin de pallier à ce problème, il aurait été plus prudent de changer l'ordre des questionnaires ou d'intégrer des types de questions différentes de manière à varier le rythme du questionnaire. Cette solution aurait permis, au cours des analyses, d'observer si les résultats obtenus (ou l'absence de résultats) étaient bien le reflet de ce que nous voulions démontrer au départ et non un effet éventuellement induit par un phénomène de fatigue. Enfin, une dernière solution aurait été de privilégier le qualitatif au quantitatif : le fait d'avoir conçu des questionnaires en ligne confèrent certes une facilité dans le recrutement, cependant, nous ne pouvons contrôler toutes les variables qui pourraient impacter le bon déroulement du questionnaire telles que l'endroit de passation, la durée ou encore si la personne subit des distractions durant son autoévaluation.

En ce qui concerne les différentes échelles utilisées, celles-ci comportent également quelques limitations. En effet, pour la conception du questionnaire, nous nous sommes

procuré des échelles préexistantes auxquelles nous avons apporté certaines modifications quand elles étaient nécessaires. C'est notamment le cas pour l'échelle de PIUQ-12 mesurant l'usage problématique d'Internet chez les adolescents/jeunes adultes. Nous avons alors remplacé le terme « Internet » par le terme « jeux vidéo » afin que les mesures se rapportent à notre thématique de recherche. Cependant, cela a pu impacter la fidélité du test. Il faudrait dès lors répliquer les résultats afin de confirmer ou infirmer nos hypothèses de recherche. Ce problème s'est également appliqué à l'échelle d'identification à un avatar : premièrement, l'échelle en question n'était disponible qu'en version anglophone et donc, les qualités psychométriques ont également pu être affectées. Aussi, et toujours pour cette même échelle, nous ne disposions au moment de la conception, d'aucune autre échelle permettant de comparer les avantages et inconvénients de chacune. De facto, nous avons manqué de latitude dans le choix de l'échelle d'identification à un avatar contrairement aux échelles d'anxiété/dépression qui elles, disposent d'une multitude de questionnaires. Cela est sans doute dû au caractère encore récent de ce type de recherche portant sur l'identification à un avatar.

Une quatrième limite réside dans la manière dont nous avons abordé l'identification et les symptômes anxiodépressifs. Nous nous sommes essentiellement concentrés sur l'intensité des symptômes et non sur les processus qui pouvaient être impliqués dans cette relation. Il aurait été intéressant d'en apprendre plus sur les mécanismes sous-jacents de l'identification tels que la présence incarnée, l'identification similaire, le souhait d'identification mais également le processus connu sous le nom de « flow ». En effet, une telle approche aurait étayé la compréhension du phénomène d'identification à un avatar et ses implications dans la symptomatologie anxiodépressive.

Un autre point qui mérite notre attention est la partie portant sur la création en elle-même de l'avatar. Effectivement, les questions portant sur ce sujet sont assez restreintes et parfois vagues (notamment concernant la morphologie). Il conviendrait alors de reformuler la partie de ce questionnaire et d'étayer les modalités disponibles à l'aide, par exemple, d'un logiciel de création d'avatar tel qu'utilisé dans les jeux vidéo et qui comporterait de nombreuses combinaisons possibles. En effet, cela nous aurait permis d'aborder le soi réel et idéal sous un autre angle. Ce qui permettrait, à terme, d'être plus consciencieux dans l'analyse des résultats en mettant cela en lien avec l'identification au cours d'une prochaine recherche.

Enfin, nous terminions notre revue de littérature avec le phénomène de résilience qui peut apparaître lors de la pratique des jeux vidéo. À notre sens, il aurait été intéressant d'inclure une échelle permettant d'évaluer et de quantifier ce concept. En effet, l'ajout de cet instrument de mesure aurait permis l'élaboration d'une question de recherche supplémentaire : l'identification à un avatar dans les jeux vidéo peut-il constituer un facteur de résilience à la symptomatologie anxiodépressive ? Le fait d'évaluer la résilience des participants dans notre recherche actuelle nous aurait de plus permis d'évaluer le pouvoir modérateur de l'un ou l'autre concept.

### **6.3. Perspectives de recherche**

À l'heure actuelle, il existe peu de recherche scientifique autour de l'identification à un avatar et de la symptomatologie anxiodépressive. Pourtant, cette thématique gagne à être étudiée. En effet, cela fait maintenant une vingtaine d'années que les jeux vidéo font partie de notre société, il est dès lors normal de s'intéresser à ce phénomène, à ses processus ainsi qu'aux outils et freins qu'il peut représenter.

De manière pragmatique, la pratique des jeux vidéo a déjà fait ses preuves dans les soins de santé (i.e. rééducation, traitement de phobies, d'addictions, etc.) et constitue un réel outil thérapeutique. Les inconvénients découlant d'un usage problématique ont été aussi largement abordés (i.e. troubles du sommeil, isolement, accentuation de trouble anxieux/dépressifs). Cependant, nous en savons encore peu sur les mécanismes à l'œuvre dans les jeux vidéo, notamment le rôle de l'identification dans différentes symptomatologies. C'est ce en quoi réside l'originalité de ce mémoire.

Plus précisément, nous pensons que l'identification à un avatar peut se révéler être une véritable source d'enseignement. Son lien avec la symptomatologie anxieuse ouvre la voie à de futures recherches. Comme l'ont démontré Cacioli et Mussap en 2014, les interactions au travers d'un avatar peuvent servir de fonctions compensatoires. L'importance de construire une échelle validée en français qui évalue l'identification à un avatar est donc un objectif primordial. En effet, la langue anglaise permet quelques nuances que la langue française ne permet pas. Par exemple, les items « my avatar is like me in many ways » et « my avatar resembles me » peuvent être traduits littéralement comme suit : « mon personnage me ressemble à bien des égards » et « mon personnage me ressemble ». Pour les

anglophones, la nuance est présente, pour les francophones, elle est plus vague et les participants peuvent avoir l'impression de répondre à des items identiques.

Les nouvelles connaissances acquises aux moyens de nouvelles échelles validées concèderaient une plus grande compréhension des jeux vidéo et du rôle de l'identification dans les symptomatologies. À terme, cela permettrait également de créer des outils pour le diagnostic et le traitement de symptomatologie plus performants. Selon nous, l'avatar et l'identification qui y est associée, pourrait prochainement se révéler être un outil d'approche et pourquoi pas, un outil thérapeutique.

## **VII. Conclusion**

---

La réalisation de ce mémoire s'inscrit dans une démarche de réflexion et d'investigation autour de l'existence d'un lien entre des symptômes anxiodépressifs et l'identification à un avatar dans les jeux vidéo. En effet, le fait est que peu d'études à ce jour abordent cette thématique. À l'instar d'autres études qui s'afférait à découvrir l'existence d'un lien entre la création/le choix d'avatar et le bien-être par exemple, cette recherche visait à découvrir si l'identification à un avatar pouvait être influencée par la présence ou non de symptômes anxieux et dépressifs.

L'analyse de nos résultats nous a permis de mettre en évidence la présence effective d'un lien entre les symptômes anxiodépressifs et l'identification à un avatar mais également d'identifier le type de symptôme influençant l'identification, qui en l'occurrence, s'est avéré être les symptômes anxieux ou les deux types de symptômes pris ensemble. Il ressort également une absence de différence d'identification entre les hommes et les femmes, infirmant notre hypothèse. Une autre hypothèse n'ayant pas pu être vérifiée est celle de l'identification des joueurs versus non joueurs. En effet, nous obtenons des résultats pour le moins troublants : nous nous attendions à obtenir des scores élevés d'identification chez les joueurs réguliers et des scores faibles chez les joueurs occasionnels. Cependant, les résultats ont démontré l'exact opposé. Au-delà du fait que cela réfute notre hypothèse, cette dernière découverte constituerait une future piste de recherche intéressante.

Enfin, que ce soit au travers de notre revue de littérature ou de notre propre recherche, nous avons longuement abordé les effets négatifs que peuvent engendrer un usage problématique des jeux vidéo : troubles du sommeil, isolement social, symptômes anxieux et dépressifs. Cependant, pour clôturer cette recherche, il convenait de rappeler une dernière fois que les jeux vidéo ne sont ni bon ni mauvais mais qu'une utilisation excessive peut conduire aux effets négatifs cités ci-dessus tout en constituant un moyen de combler certains besoins que les individus ne parviennent pas à satisfaire dans le monde réel.

## RÉFÉRENCES

---

- Abreu, CN., Karam, RG., Goes, DS., & Spritzer, DT. (2009). Internet and videogame addiction: a review. *Revista Brasileira de Psiquiatria*, 30(2), 156-67. doi: 10.1590/s1516-44462008000200014
- Allison, SE., von Wahlde, L., Shockley, T., & Gabbard, GO. (2006). The development of the self in the era of the internet and role-playing fantasy games. *American Journal of Psychiatry*, 163(3), 381-5. doi: 10.1176/appi.ajp.163.3.381
- Almazan, V., & Bain, S. (2015). College students' perceptions of slut-shaming discourse on campus. *Research in Higher Education Journal*, 28. Retrieved from <https://files.eric.ed.gov/fulltext/EJ1062095.pdf>
- Álvarez-García, D., A. Barreiro-Collazo, J.C. Núñez et A. Dobarro. (2016). « Validity and Reliability of the Cyber-aggression Questionnaire for Adolescents (CYBA) ». *The European Journal of Psychology Applied to Legal Context*, 8(2), 69-77. doi: 10.1016/j.ejpal.2016.02.003
- American Psychiatric Association. (2018, juin). Internet Gaming. Consulté à l'adresse <https://www.psychiatry.org/patients-families/internet-gaming>
- Beck, A. & Bredemeier, K. (2016). A Unified Model of Depression: Integrating Clinical, Cognitive, Biological, and Evolutionary Perspectives. *Clinical Psychological Science*, 4(4), 596-619. doi: 10.1177/2167702616628523
- Berne, S., Frisé, A., Schultze-Krumbholz, A., Scheithauer, H., Naruskov, K., Luik, P., ... Zukauskienė, R. (2013). Cyberbullying assessment instruments: A systematic review. *Aggression and Violent Behavior*, 18(2), 320-334. doi: 10.1016/j.avb.2012.11.022
- Betts, LR., & Spenser, KA. (2017). Developing the Cyber Victimization Experiences and Cyberbullying Behaviors Scales. *Journal of Genetic Psychology*, 178(3), 147-164. doi: 10.1080/00221325.2017.1295222
- Bonnaire, C., & Baptista, D. (2019). Internet gaming disorder in male and female young adults: The role of alexithymia, depression, anxiety and gaming type. *Psychiatry Research*, 272, 521-530. doi: 10.1016/j.psychres.2018.12.158
- Burleigh, T., Stavropoulos, V., Liew, L., Adams, B., & Griffiths, M. (2018). Depression, Internet Gaming Disorder, and the Moderating Effect of the Gamer-Avatar Relationship: an Exploratory Longitudinal Study. *International journal of mental health and addiction*, 16, 102-124. doi: 10.1007/s11469-017-9806-3
- Breuillet, C. (2009). L'identification : un concept suspect. *Le Journal des psychologues*, 268(5), 66-69. doi:10.3917/jdp.268.0066
- Brochado, S., Soares, S., & Fraga, S. (2016). A scoping review on studies of cyberbullying prevalence among adolescents. *Trauma, violence, & abuse*, 18(5), 523-531. doi: 10.1177/1524838016641668



Cacioli, J-P., Mussap, A. J. (2014). Avatar body dimensions and men's body image. *Body image, 11*(2), 146-155. Retrieved from <https://www.deepdyve.com/lp/elsevier/avatar-body-dimensions-and-men-s-body-image-cEsNqRtDT1?key=elsevier>

Campbell, M., Spears, B., Slee, P., Butler, D., & Kift, S. (2012). Victims' perceptions of traditional and cyberbullying, and the psychosocial correlates of their victimisation. *Emotional and Behavioural Difficulties, 17*(3-4), 389-401.

Canale, N., Marino, C., Griffiths, MD., Scacchi, L., Monaci, MG., & Vieno, A. (2019). The association between problematic online gaming and perceived stress: The moderating effect of psychological resilience. *Journal of Behavioral Addictions, 8*(1), 174-180. doi: 10.1556/2006.8.2019.01

Chang, FC., Chiu, CH., Miao, NF., Chen, PH., Lee, CM., Huang, TF., & Pan, YC. (2015). Online gaming and risks predict cyberbullying perpetration and victimization in adolescents. *International Journal of Public Health, 60*(2), 257-66. doi: 10.1007/s00038-014-0643-x

Cherry, F. (2000). The nature of The Nature of Prejudice. *Journal of the History of the Behavioral Sciences, 36*(4), 489-98. doi: 10.1002/1520-6696

Companion, M., & Sambrook, R. (2008). The Influence of Sex on Character Attribute Preferences. *Cyberpsychology & Behavior, 11*(6), 673-674. doi:10.1089/cpb.2007.0197

Cote, C. (2015). 'I Can Defend Myself': Women's Strategies for Coping With Harassment While Gaming Online. *Games and Culture, 12*(2), 136-155. doi: 0.1177/1555412015587603

Deleuze, J., Long, J., Liu, TQ., Maurage, P., & Billieux, J. (2018). Passion or addiction? Correlates of healthy versus problematic use of videogames in a sample of French-speaking regular players. *Addictive Behaviors, 8*, 114-121. doi: 10.1016/j.addbeh.2018.02.031

Delignières, D. (1993). Anxiété et performance. In Famose, J. (Ed.), Cognition et performance. INSEP-Éditions. doi :10.4000/books.insep.1430

Driesmans, K., Vandenbosch L., & Eggermont, S. (2015). Playing a Videogame with a Sexualized Female Character Increases Adolescents' Rape Myth Acceptance and Tolerance Toward Sexual Harassment. *Games for Health Journal, 4*(2), 91-4. doi: 10.1089/g4h.2014.0055

Fahy, A. E., Stansfeld, S. A., Smuk, M., Smith, N. R., Cummins, S., & Clark, C. (2016). Longitudinal associations between cyberbullying involvement and adolescent mental health. *Journal of Adolescent Health, 59*(5), 502-509.

Ferguson, CJ. (2010). Introduction to the special issue on video games. *Review of General Psychology, 14*, 66-67. doi: 0.1037/a0018940

Ferguson, CJ., & Donnellan, MB. (2017). Are Associations Between "Sexist" Video Games and Decreased Empathy Toward Women Robust? A Reanalysis of Gabbiadini et al. 2016. *Journal of Youth & Adolescence, 46*(12), 2446-2459. doi: 10.1007/s10964-017-0700-x

Gavray, C., Manço, A., & Sensi, D. (2009, novembre). *L'affranchissement des modèles de sexe comme facteur de meilleure réussite scolaire : résultats de recherche et activités de formation*. Liège, Belgique : Ministère de la communauté française.

Gestos, M., Smith-Merry, J., Campbell, A. (2018). Representation of Women in Video Games: A Systematic Review of Literature in Consideration of Adult Female Wellbeing. *Cyberpsychology, behaviour and social networking*, 21(9), 535-541. doi: 10.1089/cyber.2017.0376

Gibeault, A. (2004). Jeu et art dans la préhistoire. *Revue française de psychanalyse*, 68(1), 259-272. doi: 10.3917/rfp.681.0259.f.

Hart, C. (2017). Getting into the game: an examination of player personality projection in video games avatars. Retrieved from <https://intothegameposter.weebly.com/digital-poster.html>

Kaye, L., Gresty, C., & Stubbs-Ennis, N. (2017). Exploring Stereotypical Perceptions of Female Players in Digital Gaming Contexts. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 20 (12), 74-745. doi: 10.1089/cyber.2017.0294

Kiefer, B. (2010). Des corps aux avatars. *Revue Medicale Suisse*, 6(255), 1384. Retrieved from <https://www.revmed.ch/RMS/2010/RMS-255/Des-corps-aux-avatars>

Klein, A., De Cock, R., & Rosas, O. (2013). *Compulsive Computer use and Knowledge needs in Belgium: a multimethod approach*. Gand, Belgique: Academia Press.

Kromand, D. (Éd.). (2007). Avatar categorization. Consulté à l'adresse <http://www.digra.org/wp-content/uploads/digital-library/07311.16435.pdf>

Lam, LT., Cheng, Z., & Liu, X. (2013). Violent online games exposure and cyberbullying/victimization among adolescents. *Cyberpsychology, behavior and social networking*, 16(3), 159-65. doi: 10.1089/cyber.2012.0087

LeBlanc, JC., Almudevar, A., Brooks, SJ., & Kutcher, S. (2002). Screening for adolescent depression: comparison of the Kutcher Adolescent Depression Scale with the Beck depression inventory. *Journal of Child & Adolescent Psychopharmacology*, 12(2), 113-26. doi: 10.1089/104454602760219153

Lee, BW., & Leeson, PR. (2015). Online gaming in the context of social anxiety. *Psychology of Addictive Behaviors*, 29(2), 473-82. doi: 10.1037/adb0000070

Li, D., Liao, A., & Khoo, A. (2011). Examining the influence of actual-ideal self-discrepancies, depression, and escapism, on pathological gaming among massively multiplayer online adolescent gamers. *Cyberpsychology, behavior and social networking*, 14(9), 535-9. doi: 10.1089/cyber.2010.0463

Lo, S-K., Wang, C-C., & Fang, W. (2005). Physical Interpersonal Relationships and Social Anxiety among Online Game Players. *Cyberpsychology & behavior*, 8(1), 15-20. doi: 10.1089/cpb.2005.8.15

Männikkö, N., Billieux, J., Kääriäinen, M. (2015). Problematic digital gaming behavior and its relation to the psychological, social and physical health of Finnish adolescents and young adults. *Journal of behavioral addictions*, 4(4), 281-8. doi: 10.1556/2006.4.2015.040

Mikuska, J., & Vazsonyi, T. (2018). Developmental Links Between Gaming and Depressive Symptoms. *Journal of Research on Adolescence*, 28(3), 680-697. doi: 10.1111/jora.12359

Morie, J., Haynes, E., Chance, E., & Purohit, D. (2012). Virtual worlds and avatars as the new frontier of telehealth care. *Studies in Health Technology & Informatics*, 181, 27-31. doi: 10.3233/978-1-61499-121-2-27

Nordby, K., Lokken, RA., & Pfuhl, G. (2019). Playing a video game is more than mere procrastination. *BMC psychology*, 7(1), 33. doi: 10.1186/s40359-019-0309-9

Norris, KO. (2004). Gender stereotypes, aggression, and computer games: an online survey of women. *Cyberpsychology & Behavior*, 7(6), 714-27. doi: 10.1089/cpb.2004.7.714

Obst, PL., Zhao, X., White, KM., O'Connor, EL., & Longman, H. (2018). Game Identity-Based Motivations of Playing World of Warcraft and Their Psychological Outcomes. *Cyberpsychology, behavior and social networking*, 21(10), 655-660. doi: 10.1089/cyber.2018.0185

Ohannessian, C. (2018). Video game play and anxiety during late adolescence: The moderating effects of gender and social context. *Journal of Affective Disorders*, 226, 216-219. doi: 10.1016/j.jad.2017.10.009

Osman, A., Kopper, BA., Barrios, FX., Osman, JR., & Wade, T. (1997). The Beck Anxiety Inventory: reexamination of factor structure and psychometric properties. *Journal of Clinical Psychology*, 53(1), 7-14. doi: 10.1002/(sici)1097-4679(199701)53:1<7::aid-jclp2>3.0.co;2-s

Papp, L., Hagerman, C., Gnoleba, M., Erchull, M., Liss, M., Miles-McLean, H., & Robertson, C. (2015). Exploring Perceptions of Slut-Shaming on Facebook: Evidence for a Reverse Sexual Double Standard. *Gender issues*, 32(1), 57-56. doi: 10.1007/s12147-014-9133-y

Peracchia, S., Presaghi, F., & Curcio, G. (2019). Pathologic Use of Video Games and Motivation: Can the Gaming Motivation Scale (GAMS) Predict Depression and Trait Anxiety?. *International Journal of Environmental Research & Public Health*, 16(6). doi: 10.3390/ijerph16061008

Pingault, J-B., & Schoeler, T. (2017). Assessing the consequences of cyberbullying on mental health. *Nature Human Behaviour*, 1(11). doi: 10.1038/s41562-017-0209-z

Priess, H., Lindberg, S., & Hyde, J. (2009). Adolescent Gender-Role Identity and Mental Health: Gender Intensification Revisited. *Child development*, 80(5), 1531-1544. doi: 10.1111/j.1467-8624.2009.01349.x

Przybylski, AK. (2019). Exploring Adolescent Cyber Victimization in Mobile Games: Preliminary Evidence from a British Cohort. *Cyberpsychology, behavior and social networking*, 22(3), 227-231. doi: 10.1089/cyber.2018.0318

Przybylski, AK., Weinstein, N., Murayama, K., Lynch, MF., & Ryan, RM. (2012). The ideal self at play: the appeal of video games that let you be all you can be. *Psychological Science*, 23(1), 69-76. doi: 10.1177/0956797611418676

Ratan, RA., Fordham, JA., Leith, AP., & Williams, D. (2019). Women Keep it Real: Avatar Gender Choice in League of Legends. *Cyberpsychology, behavior and social networking*. 22(4), 254-257. doi: 10.1089/cyber.2018.0302

Rehbein, F., Pysch, G., Kleimann, M., Mediasci, G., & Mößle, T. (2010). Prevalence and Risk Factors of Video Game Dependency in Adolescence: Results of a German Nationwide Survey. *Cyberpsychology, behavior and social networking*, 13(3), 269-277. doi: 10.1089/cyber.2009.0227

Sharma, MK., Anand, N., & Mathew, V. (2018). Case report on implication of E-sport for changing platform of expression of bullying. *Asian Journal of Psychiatry*, 34, 16-17. doi: 10.1016/j.ajp.2018.03.019

Siddiqui, SA. (2017). Cyberbullying and Cyber- victimization: From Online Suicide Groups to 'Blue Whale' Menace. *Indian Pediatrics*, 54(12), 1056. doi: Retrieved from <http://ovidsp.dc2.ovid.com/sp-4.03.0b/ovidweb.cgi?&S=EHO�CFPIKKMEBFPCOIPBKMEEHANMAA00>

Soutter, A., & Hitchens, M. (2016). The relationship between character identification and flow state within video games. *Computers in Human Behavior*, 55, 1030-1038. doi: 10.1016/j.chb.2015.11.012

Suh, K-S., Kim, H., & Suh, K-E. (2001). What if your avatar looks like you? Dual-congruity perspectives for avatars use. *MIS Quarterly*, 35(3), 711-729. Retrieved from <https://www.jstor.org/stable/pdf/23042805.pdf>

Tang, W., & Fox, J. (2016). Men's harassment behavior in online video games: Personality traits and game factors. *Aggressive Behavior*, 42(6), 513-521. doi: 10.1002/ab.21646

Tang, W., Reer, F., & Quandt, T. (2019). Investigating sexual harassment in online video games: How personality and context factors are related to toxic behaviors against fellow players. *Aggressive behavior*, 46, 127-135. doi: 10.1002/ab.21873

Tichon, J., & Mavin, T. (2017). Experiencing Resilience via Video Games: A Content Analysis of the PlayStation Blog. *Social Science Computer Review*, 35(5), 666-675. doi: 10.1177/0894439316664507

Tortolero, SR., Peskin, MF., Baumler, ER., Cuccaro, PM., Elliott, MN., Davies, SL., ... Schuster MA. (2014). Daily violent video game playing and depression in preadolescent youth.

*Cyberpsychology, behavior and social networking*, 17(9), 609-15. doi: 10.1089/cyber.2014.0091

Vandenbosch, L., Driesmans, K., Trekels, J., & Eggermont, S. (2017). Sexualized Video Game Avatars and Self-Objectivation in Adolescents: The Role of Gender Congruency and Activation Frequency. *Media Psychology*, 20(2), 221-239. doi: 10.1080/15213269.2016.1142380

Van Honsté, C. (2014). *Le cyberharcèlement : Quand le harcèlement scolaire se poursuit en dehors de l'école*. Retrieved from [http://www.enseignement.be/index.php?page=23827&do\\_id=11489&do\\_check=](http://www.enseignement.be/index.php?page=23827&do_id=11489&do_check=)

Van Rooij, A.J., Schoenmakers, T.M., Vermulst, A.A., Van den Eijnden, R.J., & Van de Mheen, D. (2011). Online video game addiction: identification of addicted adolescent gamers. *Addiction*, 106(1), 205-12. doi: 10.1111/j.1360-0443.2010.03104.x

Wolf, M. (2012). *Encyclopedia of Video Games: The Culture, Technology, and Art of Gaming*. California, CA: Greenwood Publishing Group.

# Annexes

---

## 1. Questionnaire démographique

**Tout d'abord...**

1. Avez-vous déjà joué à un jeu vidéo ?

- Oui
- Non

**Avant de commencer le questionnaire, veuillez répondre aux quelques questions ci-dessous.**

2. Etes-vous ?

- Un homme
- Une femme
- Autre

3. Quel âge avez-vous en mois :

...

Ex : Vous avez 18 ans, vous avez donc 216 mois.

4. Quelle est votre nationalité ? :

- Belge
- Luxembourgeois
- Français
- Suisse
- Canadien
- Autre

5. Vous êtes ? :

- Célibataire
- Marié
- En couple
- Autre

6. Vous habitez :

- Chez vos parents
- Collocation
- Seul
- En ménage

7. Quelle est votre situation actuelle ?

- Etudiant(e)
- Employé(e)
- Ouvrier(e)
- Indépendant(e)
- Chômeur(se)
- Autre

8. Quel est votre niveau d'étude en année ? :

...

Ex : Vous avez terminé vos secondaires/lycée, vous avez donc réussi 12 années d'études (6 années de primaire et 6 de secondaire).

9. Dans votre vie de tous les jours, avez-vous des personnes ressources vers lesquelles vous tourner ? (Ex : famille, collègues, amis, PMS, etc.). Si oui, lesquelles ?

10. A quelle fréquence jouez-vous aux jeux vidéo **par semaine** :

- Moins d'une heure
- De 1 à 2 heures
- De 2 à 4 heures
- De 4 à 7 heures
- De 7 à 12 heures
- De 12 à 20 heures
- Plus de 20 heures

11. Quel est le jeu auquel vous jouez le plus :

12. Indiquez votre morphologie à l'aide du schéma ci-dessous, cochez le chiffre qui vous représente le mieux :



13. Quel est votre idéal physique ? Ex : j'aimerais être plus grand, plus musclé, etc.

## 2. Échelle d'usage problématique d'Internet (PIUQ-12) adaptée

### VERSION JOUEURS

Dans la suite de cette étude, une série d'énoncés vont vous être présentés. Répondez le plus honnêtement possible aux questions et cochez le chiffre qui correspond le mieux à ce que vous pensez.

		Jamais	Très rarement	Rarement	Souvent	Très souvent	Toujours
15	Pensez-vous aux jeux vidéo lorsque vous faites autre chose ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
16	Négligez-vous des tâches quotidiennes pour passer plus de temps sur les jeux vidéo ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
17	Devriez-vous diminuer le temps passé sur les jeux vidéo ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
18	Songez-vous souvent aux jeux vidéo ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
19	Passez-vous du temps sur les jeux vidéo alors que vous devriez dormir ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
20	Essayez-vous de diminuer le temps passé sur les jeux vidéo sans y parvenir ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
21	Êtes-vous stressé si vous ne pouvez pas jouer aussi longtemps que prévu ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
22	Cachez-vous le temps que vous passez sur les jeux vidéo ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
23	Êtes-vous stressé si vous ne pouvez pas jouer pendant plusieurs jours ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
24	Est-ce que votre utilisation des jeux vidéo vous cause des ennuis ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
25	Vous sentez-vous déprimé ou de mauvaise humeur quand vous n'êtes pas sur les jeux vidéo et ces sensations cessent dès que vous jouez ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
26	Vous dites-vous quand vous jouez « encore une partie et j'arrête » ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



VERSION NON JOUEURS

Dans la suite de cette étude, une série d'énoncés vont vous être présentés. Imaginez que vous jouez à des jeux vidéo et cochez le chiffre qui correspond le mieux à ce que vous ressentiriez.

		Jamais	Très rarement	Rarement	Souvent	Très souvent	Toujours
15	Penseriez-vous aux jeux vidéo lorsque vous faites autre chose ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
16	Négligeriez-vous des tâches quotidiennes pour passer plus de temps sur les jeux vidéo ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
17	Devriez-vous diminuer le temps passé sur les jeux vidéo ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
18	Songeriez-vous souvent aux jeux vidéo ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
19	Passeriez-vous du temps sur les jeux vidéo alors que vous devriez dormir ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
20	Essayeriez-vous de diminuer le temps passé sur les jeux vidéo sans y parvenir ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
21	Seriez-vous stressé si vous ne pouvez pas jouer aussi longtemps que prévu ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
22	Cacheriez-vous le temps que vous passez sur les jeux vidéo ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
23	Seriez-vous stressé si vous ne pouvez pas jouer pendant plusieurs jours ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
24	Est-ce que votre utilisation des jeux vidéo vous causerait des ennuis ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
25	Vous sentiriez-vous déprimé ou de mauvaise humeur quand vous n'êtes pas sur les jeux vidéo et ces sensations cesserait dès que vous jouez ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
26	Vous diriez-vous quand vous jouez « encore une partie et j'arrête » ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

### **3. Questionnaire portant sur les caractéristiques de l'avatar**

#### **VERSION JOUEURS**

**Cette partie porte sur les caractéristiques de votre avatar de jeu. Sélectionnez l'option que vous choisissez lors de la création d'un avatar en général.**

#### **27. A quel type de jeu jouez-vous ?\***

- MMORPG
- RPG

\*Un MMORPG est un jeu multijoueur en ligne tel que World of Warcraft, The Elder Scroll Online ou Dofus tandis qu'un RPG est un jeu de rôle solo ou en coopération tel que Skyrim, Final Fantasy, Borderlands, etc.

#### **28. Quel est le genre de votre avatar ?**

- Masculin
- Féminin
- Autre

\*Un avatar est une représentation informatique d'un utilisateur.

#### **29. Quel type de personnage choisissez-vous ?**

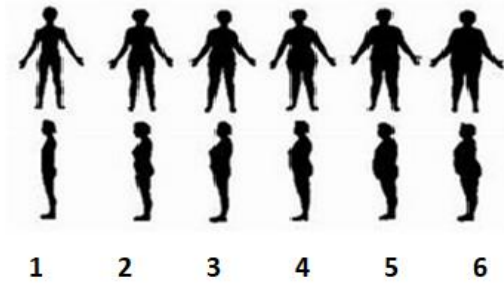
- Humain
- Nain
- Elfe
- Orque
- Gobelin
- Autre

#### **30. Quel est la classe\* de votre personnage ?**

\*La classe d'un personnage se réfère à ses talents et tactiques utilisées.

- Guerrier
- Prêtre/Druide
- Archer
- Mage
- Voleur
- Paladin
- Autre

31. Indiquez la morphologie de votre avatar à l'aide du schéma ci-dessous, cochez le chiffre qui le représente le mieux :



## VERSION NON JOUEURS

**Nous allons maintenant vous demander d'imaginer les choix que vous feriez si vous deviez créer un personnage dans un jeu vidéo.**

### 27. A quel type de jeu joueriez-vous ?\*

- MMORPG
- RPG

\*Un MMORPG est un jeu multijoueur en ligne tel que World of Warcraft, The Elder Scroll Online ou Dofus tandis qu'un RPG est un jeu de rôle solo ou en coopération tel que Skyrim, Final Fantasy, Borderlands, etc.

### 28. Quel serait le genre de votre avatar\* ?

- Masculin
- Féminin
- Autre

\*Un avatar est une représentation informatique d'un utilisateur.

### 29. Quel serait type de votre personnage ?

- Humain
- Nain
- Elfe
- Orque
- Gobelin
- Autre

### 30. Quel serait la classe\* de votre personnage ?

\*La classe d'un personnage se réfère à ses talents et tactiques utilisées.

- Guerrier
- Prêtre/Druide
- Archer
- Mage
- Voleur
- Paladin
- Autre

31. Indiquez la morphologie que vous donneriez à votre avatar à l'aide du schéma ci-dessous, cochez le chiffre qui le représenterai le mieux :



#### 4. Sous échelle « Avatar Identification » de la Player Identification Scale (PIS)

##### VERSION JOUEUR

**Ce questionnaire va porter sur votre sentiment de ressemblance avec votre avatar. Pour ce faire, 17 énoncés vont vous être proposés, répondez le plus honnêtement possible et cochez le chiffre qui correspond le mieux à ce que vous ressentez lorsque vous jouez.**

		Pas du tout d' accord	Pas d' accord	Ni d' accord, ni en désaccord	D' accord	Tout à fait d' accord
33	Mon personnage me ressemble à bien des égards	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
34	Mon personnage me ressemble	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
35	Je m'identifie à mon personnage	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
36	Mon personnage est une extension de moi-même	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
37	Mon personnage est semblable à moi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
38	Je ressemble à mon personnage	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
39	Quand je joue, c'est comme si j'étais mon personnage	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
40	J'ai l'impression d'être dans mon personnage quand je joue	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
41	Dans le jeu, c'est comme si je devenais l'un de mes personnages	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
42	Quand je joue, je suis transporté dans mon personnage	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
43	Quand je joue, c'est comme si le corps de mon personnage devenait le mien	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
44	Dans le jeu, c'est comme si j'interagissais directement à travers mon personnage	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
45	Si je pouvais devenir comme mon personnage, je le ferais	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
46	J'aimerais être plus comme mon personnage	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
47	Mon personnage est un exemple pour moi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
48	Mon personnage est moi mais en meilleur	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
49	Mon personnage possède des caractéristiques que j'aimerais avoir	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

VERSION NON JOUEURS

**Ce questionnaire va porter sur votre sentiment de ressemblance avec votre avatar. Pour ce faire, imaginez que vous jouez à un jeu vidéo et que vous avez créé votre avatar. Vous réalisez une des premières quêtes. Que ressentiriez-vous ?**

		Pas du tout d' accord	Pas d' accord	Ni d' accord, ni en désaccord	D' accord	Tout à fait d' accord
33	Mon personnage me ressemblerait à bien des égards	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
34	Mon personnage me ressemblerait	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
35	Je m'identifierais à mon personnage	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
36	Mon personnage serait une extension de moi-même	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
37	Mon personnage serait semblable à moi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
38	Je ressemblerais à mon personnage	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
39	Si je jouais, c'est comme si j'étais mon personnage	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
40	J'aurais l'impression d'être dans mon personnage quand je joue	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
41	Dans le jeu, c'est comme si je devenais l'un de mes personnages	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
42	Si je jouais, je serais transporté dans mon personnage	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
43	Si je jouais, c'est comme si le corps de mon personnage devenait le mien	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
44	Dans le jeu, c'est comme si j'interagissais directement à travers mon personnage	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
45	Si je pouvais devenir comme mon personnage, je le ferais	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
46	J'aimerais être plus comme mon personnage	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
47	Mon personnage serait un exemple pour moi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
48	Mon personnage serait moi mais en meilleur	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
49	Mon personnage posséderait des caractéristiques que j'aimerais avoir	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

## 5. Items de stéréotypes de genre issus des recherches de Gavray, C. (2009)

Voici une liste de 12 affirmations, nous aimerions connaître votre avis. Il n'y a pas de bonnes ou de mauvaises réponses.

		Complètement faux	Plutôt faux	Plutôt vrai	Complètement vrai
51	C'est à l'homme de ramener le revenu principal de la famille	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
52	Une fille ne doit jamais se laisser faire	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
53	Je pense qu'une fille vaut plus qu'un garçon	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
54	Il est important pour un garçon d'être viril, « macho »	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
55	Je pense qu'il est normal que les hommes gagnent plus d'argent que les femmes	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
56	Je pense qu'il est normal de payer un homme pour avoir des relations sexuelles	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
57	Pour se faire respecter, il faut parfois utiliser la force	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
58	Je pense qu'un garçon vaut plus qu'une fille	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
59	Il est important pour une fille d'être attirante, désirable	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
60	Un garçon ne doit jamais se laisser faire	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
61	Il revient au garçon de faire le premier pas pour sortir avec une fille	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
62	Je pense qu'il est normal de payer une femme pour avoir des relations sexuelles	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

## 6. Items de cyberviolences sexuelles et sexistes – dimension victimisation

Nous allons à présent vous demander si vous avez déjà vécu certaines situations en lien avec les nouvelles technologies (Jeux vidéo en ligne, smartphone, réseaux sociaux, etc.). Pour chacune des propositions, indiquez si cela vous est déjà arrivé au cours de votre vie et si oui, combien de fois au cours des 12 derniers mois.

Est-il déjà arrivé que quelqu'un...		Jamais	Rarement (1 ou 2 fois)	Parfois (3 à 10 fois)	Souvent (plus de 10 fois)	Très souvent (Plus de 20 fois)
64	Poste ou envoie des messages insultants à caractère sexuel sur vous en raison de votre tenue, de votre maquillage ou de votre comportement sexuel (par exemple, le traite de « salope » ou de « pédé »)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
65	Répande des rumeurs de nature sexuelle sur vous au moyen des nouvelles technologies	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
66	Refuse de vous parler en ligne ou par SMS, vous bloque ou vous exclut de certains groupes sur les réseaux sociaux suite à des rumeurs de nature sexuelle	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
67	Vous fasse des propositions sexuelles en ligne suite à des rumeurs de nature sexuelle sur vous	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
68	Vous demande des informations sur votre sexualité ou vos parties intimes en ligne suite à des rumeurs de nature sexuelle sur vous, alors que vous n'aviez pas envie d'en parler	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



## 7. Items de cyberviolences sexuelles et sexistes – dimension perpétration

Parlons maintenant des comportements que vous avez peut-être déjà eus avec d'autres personnes. Il s'agit des mêmes questions qu'au point précédent.

Et vous, vous est-il déjà arrivé de...		Jamais	Rarement (1 ou 2 fois)	Parfois (3 à 10 fois)	Souvent (Plus de 10 fois)	Très souvent (Plus de 20 fois)
70	Poster ou envoyer des messages insultants à caractère sexuel sur quelqu'un en raison de sa tenue, de son maquillage ou de son comportement sexuel (par exemple, le traiter de « salope » ou de « pédé »)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
71	Répandre des rumeurs de nature sexuelle sur quelqu'un au moyen des nouvelles technologies	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
72	Refuser de parler à quelqu'un en ligne ou par SMS, le/la bloquer ou l'exclure de certains groupes sur les réseaux sociaux suite à des rumeurs de nature sexuelle sur lui/elle	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
73	Faire à quelqu'un des propositions sexuelles en ligne suite à des rumeurs de nature sexuelle sur lui/elle	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
74	Demander à quelqu'un des informations sur sa sexualité ou ses parties intimes en ligne alors qu'il/elle n'avait pas envie d'en parler suite à des rumeurs de nature sexuelle sur lui/elle	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

## **Résumé**

---

Les jeux vidéo font désormais partie du quotidien des adolescents et jeunes adultes. D'ailleurs, de nombreuses études abordent sous différents angles les apports et les freins que constituent la pratique des jeux vidéo. Cependant, nous constatons un manque de recherche à propos des symptômes anxiodépressifs et de l'identification à un avatar.

Cette étude a donc pour objectif premier d'identifier l'existence d'une relation entre les symptômes anxiodépressifs et l'identification à un avatar dans les jeux vidéo. Plus particulièrement, nous cherchons à démontrer que plus cette symptomatologie est présente, plus le sentiment d'identification est présent également.

Pour ce faire, une enquête en ligne a été réalisée et complétée par 229 participants âgés entre 18 et 25 ans. Le questionnaire se composait de questions sociodémographiques, du Problematic Internet Use Questionnaire, d'un questionnaire portant sur les caractéristiques de l'avatar, de la Player Identification Scale, d'une échelle de cyberharcèlement et de stéréotypes de genre, de la Beck Anxiety Inventory et de la Beck Depression Inventory.

À l'aide des analyses statistiques, nous avons pu mettre en évidence l'existence d'une corrélation positive entre la symptomatologie anxiodépressive et le sentiment d'identification à un avatar. En effet, plus la symptomatologie augmente, plus le sentiment d'identification augmente également. De plus, il est apparu que les symptômes anxieux avaient une véritable part d'explication dans le sentiment d'identification. Nous avons également pu démontrer qu'il n'y avait aucune différence d'identification entre les hommes et les femmes. En ce qui concerne l'identification entre les joueurs occasionnels et réguliers, nous avons observé une relation inversement proportionnelle à la consommation de jeu vidéo : plus la personne joue, moins elle éprouvera un sentiment d'identification à son avatar. Enfin, nous avons pu confirmer l'hypothèse que les femmes sont plus sujettes au cyberharcèlement que les hommes mais également que ceux-ci sont plus susceptibles d'adhérer aux stéréotypes de genre.

Étant donné le caractère récent de ce type de recherche, il est évidemment nécessaire de répliquer les résultats obtenus afin de pouvoir inscrire ces nouvelles connaissances dans la recherche scientifique portant sur les jeux vidéo.