

CHAPITRE 12

Nouvelles formes de subjectivation dans les jeux vidéo

Charles Perraton

L'agir moral de l'homme est réglé par un but prédonné et l'effort exigé par la vie éthique consiste à cultiver la vertu en ne s'écartant pas de la poursuite de ce but. Le but de l'agir moral est inscrit dans la nature de l'homme et il conduit l'homme au plein épanouissement de l'équilibre harmonieux de sa nature. Faire le bien, c'est donc aussi se faire du bien : la recherche du bien et la recherche du bonheur sont une seule et même chose. Celui qui est vertueux est heureux, et n'est véritablement heureux que celui qui est vertueux. Pour parvenir au bonheur, il est nécessaire de se garder des excès de toutes sortes. L'effort moral se confond donc avec un apprentissage du bonheur et tous les deux impliquent la tempérance, la bonne compagnie et la connaissance de soi. L'homme heureux est l'homme sage qui est en paix avec lui-même et qui remplit à la perfection sa place dans la famille, dans la cité et dans l'ordre cosmique. (Bernet, 1994 : 25)

Très sensibles à la violence dans les jeux vidéo, les médias sont généralement critiques des risques de confusion auxquels s'exposent les joueurs : la confusion entre la personne et le personnage et la confusion entre le réel et le virtuel. Les médias avancent souvent l'idée que la transgression de certaines règles morales par l'avatar risque d'entraîner le joueur à adopter des comportements dangereux et préjudiciables à la collectivité.

Devenu le prolongement du joueur, et non plus un objet d'identification, le personnage des jeux vidéo n'est plus ce qu'il était dans la littérature, au théâtre et au cinéma. Le joueur entre dans l'écran et ne rêve plus. On craint pour l'équilibre du joueur et la fin de l'idéalisation. L'immersion des joueurs dans les univers persistants, par la force de l'identification au personnage et par l'effet de dépendance que crée la structure du jeu, risquerait de les faire basculer dans un autre monde. De tels discours alarmistes se nourrissent des peurs et des préjugés que suscitent les technologies actuelles. On craint pour les mêmes raisons l'effet des nouvelles technologies sur les jeunes : les sextos¹ peuvent les pervertir autant que les jeux vidéo peuvent leur faire perdre le sens de la réalité et le contact avec celle-ci. La critique, et parfois même celle des chercheurs, voit aussi dans la pratique des MMOG un réel danger d'isolement du joueur du reste du monde.

Les jeux par navigateur² peuvent favoriser la confiance et développer des amitiés, alors que les MMORPG, qui mettent l'accent sur la concurrence, peuvent avoir des effets sociaux inverses, même sans le contenu violent qui attire tant de l'attention des médias. (Frau-Meigs et Meigs, 2009 : 92).

Les jeux vidéo, comme c'est le cas pour d'autres pratiques, offrent l'occasion au joueur de « prendre sa place » parmi les autres, de maximiser sa puissance d'agir et de se donner les moyens pour évaluer et juger ce que l'expérience lui apporte. Sans doute n'est-il pas donné à tous les joueurs de voir l'intérêt ou de profiter d'une telle occasion de revenir sur soi, mais c'est là quelque chose que l'on observe chez plusieurs d'entre eux, à en juger les premiers résultats de notre enquête auprès d'adeptes des jeux massivement multijoueurs (MMOG). Dans l'acte de jouer, la pratique du joueur n'est pas un acte innocent qui se fait en l'absence de toute forme de rationalité sous prétexte que le joueur cherche son plaisir. Ce que le joueur fait, tout le monde le fait à sa façon, à différents endroits, dans le contexte de différentes pratiques. Il vit une expérience qui est aussi l'oc-

1. Nés du croisement entre le mot « sexe » et « textos », les « sextos » sont, selon les sources, des petits messages coquins qu'on échange par téléphone avec l' élu du cœur ou des messages SMS à caractère sexuel contenant des photos ou des vidéos compromettantes ou indécentes.

2. Les jeux par navigateur sont des jeux en ligne qui se jouent par l'intermédiaire d'un logiciel disponible sur l'Internet, sans qu'aucun téléchargement ne soit nécessaire.

casion de questionner et d'inventer une manière de vivre, une forme de vie, qu'il souhaite la plus adéquate possible avec lui-même et avec le reste du monde. Son expérience lui permet de questionner et préciser sa place dans le monde et sa relation avec autrui. Elle relève de cette exigence d'être en accord avec soi-même, d'exister le plus adéquatement possible avec le monde, les autres et soi-même.

Que reproche-t-on aux joueurs de jeux vidéo ? Que reproche-t-on surtout à ceux dont on dit qu'ils en abusent ? Quels effets craint-on sur les jeunes ? Le reproche qu'on leur fait rappelle celui qu'on faisait aux moines qui portaient « vivre la solitude du désert ». On leur reproche de tourner le dos à la société, de ne pas respecter les règles du contrat social. Mais l'expérience du joueur de MMOG ne serait-elle pas plutôt de l'ordre du savant dosage – ou de l'effort pour l'atteindre – entre *isolement* et *vie communautaire* ? L'accusation de dépendance aux jeux vidéo ne sous-entend-elle pas un jugement moral sur celui qui choisit une autre manière de vivre ensemble ? Parce que la critique dont elle est l'objet se nourrit généralement de préjugés tenaces, sans doute est-il utile et même urgent d'aller voir de près ce qu'est l'expérience du joueur. C'est ce que je me propose de faire ici en abordant la question en termes de pratiques et d'expériences et de penser l'expérience du joueur comme occasion et effort de se constituer comme sujet. Une expérience qui n'est pas seulement individuelle, mais aussi sociale. Car, comme le dit Michel Foucault, les activités consacrées à soi-même ne sont « pas un exercice de la solitude, mais une véritable pratique sociale » (Foucault, 1984c : 67), une expérience à la fois sociale, communicationnelle et technique.

Questions de méthode

On convient que la pratique des jeux vidéo vise d'abord le divertissement, mais sans se limiter à ça. Elle se fait avec d'autres visées, dont celle d'être en harmonie avec les autres et avec soi-même. Comme c'est le cas pour toute activité en général, la pratique des jeux vidéo se fait à l'intérieur ou en marge de limites fixées par la règle régissant le jeu. C'est ainsi que le joueur n'a pas pour seule préoccupation de se conformer (ou non) à la règle ; il règle aussi sa conduite en fonction de ses propres valeurs. Il effectue un travail sur lui-même pour se soumettre ou se libérer des règles et des codes. Pour le dire autrement, il y a non seulement une part sociale de

détermination des individus comme joueurs et comme sujets, mais il y a aussi une part individuelle de construction de soi dans l'expérience du jeu.

L'expérience ludique repose sur un ensemble de normes et de valeurs collectivement partagées et intériorisées par les joueurs. Les pratiques et les représentations de ces derniers sont en partie déterminées par la culture du divertissement et par les déterminations sociales qui pèsent sur eux. Ainsi, la définition du ludique, la transmission des savoir-faire et l'ensemble des pratiques de consommation liées aux jeux vidéo en ligne résultent largement d'un processus de socialisation qui se réalise principalement au sein des communautés de joueurs. Mais cette part de l'expérience du joueur, qui s'apparente à un processus de socialisation, ne saurait se limiter à l'espace et à la durée du jeu. Car si le joueur fonde sa pratique et son jugement, sur des normes et des valeurs principalement acquises au sein de la famille, il peut les relativiser à la rencontre des autres en général et à l'expérience du jeu en particulier. Le jeu lui donne d'ailleurs l'occasion d'élaborer des identités différentes et particulières qui contribuent à changer son rapport au monde, avec lui-même et avec les dispositifs techniques ; bref, comme nous le verrons, à expérimenter de nouvelles formes de subjectivation.

La pratique des jeux vidéo en ligne se réalise dans un contexte réglé par un ensemble de valeurs et de règles d'action plus ou moins explicites et prescriptives proposées et transmises aux individus et aux groupes par le truchement de la famille, de l'école et de la société. Or, les individus se soumettent plus ou moins à de tels principes de conduite. Leur « comportement réel » témoigne de leur capacité d'obéir ou de résister au code³. Pour aborder la pratique des jeux vidéo en terme d'expérience et les considérer dans leur singularité historique (quoique récents, ces jeux ne cessent d'évoluer et d'entraîner avec eux d'importants changements dans les pratiques), il faut compter sur un certain nombre d'instruments pour le faire.

Dans le dernier programme de travail qu'il s'est donné pour l'étude des « modes selon lesquels les individus sont amenés à se reconnaître comme sujets [...] » (Foucault, 1984b : 11), Foucault distingue trois grands axes pour l'analyse des pratiques : *la formation des savoirs* concernés, *le*

3. À moins d'indication contraire, le terme « code » sera employé dans un sens générique et comprendra aussi bien les règles que les valeurs.

système de pouvoir qui règle les pratiques et *les formes de subjectivation* correspondant aux pratiques par lesquelles l'individu fait « l'expérience de lui-même comme sujet [...] » (Foucault, 1984b : 11). Abordée sous cet angle, l'analyse devrait comprendre les différentes techniques mises au point par les individus pour mieux comprendre qui ils sont, c'est-à-dire : les techniques de production qu'ils utilisent pour entrer dans des rapports directs ou médiatisés de transformation du réel, les techniques de communication pour transmettre de l'information et entrer dans des rapports de réciprocité avec les autres et de fabrication de sens, les techniques de pouvoir et de domination qui permettent aux uns d'entreprendre la conduite des actions des autres, et les techniques de soi qui leur permettent tous de faire un travail sur eux-mêmes.

La formation des savoirs

Dans le programme de travail que Foucault propose, il y a d'abord la *formation des savoirs*. Sans entrer dans le détail de cette question, puisque ce n'est pas l'axe d'analyse que j'entends privilégier ici, il convient de rappeler les grandes orientations de recherche qui ont cours présentement dans le domaine des jeux vidéo.

1. On distingue d'abord (Frau-Meigs et Meigs, 2009) deux grandes théories dans le domaine des études de communication et des médias : la théorie des effets directs et indirects des médias et la théorie des usages et gratifications. La première s'élabore sur l'hypothèse selon laquelle la pratique des jeux vidéo est risquée, puisqu'elle peut développer des comportements agressifs chez les joueurs. La seconde suppose que ce risque est diminué par le plaisir de jouer et la possibilité que le joueur a de socialiser avec d'autres joueurs.

2. Pour sa part, dans la thèse de doctorat qu'elle vient de soutenir, Maude Bonenfant (2010) aborde la notion du sens du jeu en mettant en question l'idée selon laquelle le jeu serait coupé de la vie (le prétendu « cercle magique »). Sans rejeter en bloc le travail des pionniers du domaine (Johan Huizinga, Roger Caillois, Jacques Henriot, Kostas Axelos et Eugen Fink), soulignant même l'intérêt de leur contribution, Bonenfant croit que le sens du jeu ne réside pas plus dans les règles du jeu qu'il ne peut être défini à partir de critères *a priori*. Pour elle, le jeu est une forme d'expérience dont le sens est grandement déterminé par le joueur dont la liberté

ne se joue pas seulement « à l'intérieur des limites fixées par les possibles du jeu (répétition) », mais aussi dans l'appropriation de la part (créative) virtuelle du jeu. Je partage sa conception du jeu qui met le joueur au centre de l'activité et fait de son expérience appropriative un travail de production de sens. Du reste, cette conception rejoint celle d'Eugen Fink selon laquelle :

C'est précisément dans la mesure où l'homme est déterminé essentiellement par la possibilité du jeu qu'il est déterminé par la profondeur insondable, l'indéterminé, l'instable, l'ouvert, le possible ondoyant du monde agissant qui se reflète en lui. (Fink, 1965 : 228)

3. L'analyse de la subjectivation vidéoludique aurait sans doute avantage à prendre en considération les travaux de Jean-Pierre Warnier sur l'incorporation de la culture matérielle dans l'action des usagers des objets techniques. Ce nouvel axe de recherche est important pour comprendre le sens et la nature de l'expérience des adeptes de jeux vidéo. Warnier propose une relecture des travaux de Marcel Mauss sur les techniques du corps en mettant l'accent sur les effets objectivants et subjectivants des objets techniques sur les individus. Il réfère également au travail de Foucault « pour souligner à la fois que les “techniques du corps” sont des “techniques de soi”, et que la subjectivation par la culture matérielle s'inscrit dans des gouvernementalités » (Warnier, 1999 : 194). Il émet l'hypothèse selon laquelle :

L'homme est un « être de prothèses matérielles » qui parvient à incorporer la dynamique des objets dans ses conduites motrices au point de ne plus rationaliser l'usage quotidien de l'outil. Et ces « mises en objets », distinctes d'un individu à l'autre, mais présentant aussi des régularités sociales, équivalent, selon Warnier, à autant de « régimes de subjectivation », de façons pour l'individu de se constituer en personne morale. (Bertrand *et al.*, 1999 : 181)

Le rapport des hommes aux objets techniques varie en fonction des cultures. L'objet technique devient pour nous, aujourd'hui plus que jamais, partie du corps. Ainsi, nos manières de marcher et de courir, par exemple, sont autant de techniques socialement acquises au cours des processus de socialisation, que des activités auxquelles se mêlent différents objets techniques. Il s'ensuit une adaptation et une modification du corps dans son rapport matériel à l'objet technique. Ainsi, même en état d'immersion, le joueur reste toujours en contact physique avec le dispositif et son environnement. L'analyse praxéologique du comportement des joueurs, c'est-

à-dire de son action motrice, inclut les conduites motrices de leurs avatars et non seulement les mouvements de leur propre corps. L'investissement de l'objet technique est à la fois objectif (participation matérielle du corps) et subjectif (processus d'appropriation et de symbolisation). Pour l'analyse des pratiques, la prise en compte des styles de vie des joueurs implique de considérer les manières de faire et les objets du quotidien comme des marqueurs de subjectivation, puisqu'ils s'inscrivent dans le travail des individus sur eux-mêmes, comme autant de techniques de soi. L'homme pense et agit avec son corps et l'objet qu'il incorpore. L'usage répété de l'objet technique finit par s'incorporer au sujet et le transformer dans ses rapports sensori-affectivo-moteurs avec l'environnement, c'est-à-dire que la dynamique de l'objet technique a pour effet d'objectiver le sujet (l'usager) avec le temps.

Le système de pouvoir

Dans son programme de travail, Foucault propose de prendre également en compte le *système de pouvoir*. Comme il ne s'agit pas plus ici de l'axe d'analyse que je privilégie, il convient d'esquisser quelques remarques seulement sur ce qui devrait être considéré sous cet aspect de l'analyse des pratiques des jeux vidéo en ligne. Dans les activités humaines, le pouvoir est toujours présent ; le pouvoir entendu comme « relation dans laquelle l'un veut essayer de diriger la conduite de l'autre » (Foucault, 2001b : 1539). Les relations de pouvoir auxquelles je songe ici sont aussi bien celles entre les consommateurs et l'industrie du jeu (comprenant les producteurs et concepteurs de consoles et d'ordinateurs personnels, les développeurs et éditeurs de logiciels de divertissement, etc.), que celles entre les abonnés et les fournisseurs d'accès à Internet et de service, ou celles entre les membres et la guilde, que celles aussi entre les joueurs et les non-joueurs et, enfin, celles entre les joueurs.

Comme le précise Foucault, ces relations de pouvoir sont « mobiles, réversibles et instables » (Foucault, 2001b : 1539), parce qu'il n'y a de relation de pouvoir que parce que les sujets sont libres, ce qui signifie, en d'autres termes, qu'il n'y a de relation de pouvoir que s'il y a véritablement possibilité de résistance. Si Blizzard Entertainment régule le jeu et agit en propriétaire, il n'y a pas moins de plus en plus de joueurs qui transforment le jeu et qui, par leurs pratiques, obligent Blizzard à apporter des

modifications au jeu et aux règles. Lorsqu'elles sont perpétuellement dissymétriques, ces relations de pouvoir deviennent des « états de domination » (Foucault, 2001b : 1539), comme c'est le cas dans une économie capitaliste qui limite l'accès aux jeux à ceux qui en ont les moyens, comme c'est également le cas de ces pays aussi bien démocratiques, comme les États-Unis⁴, que non démocratiques, comme la Chine et l'Iran⁵, qui utilisent des jeux vidéo à des fins politiques. Une part importante de la population se trouve aujourd'hui privée de la possibilité de jouer aux MMOG en raison des coûts associés aux TIC (l'accès à Internet à haut débit est indispensable pour les MMOG) en général et aux abonnements en ligne en particulier ; une autre voit sa liberté limitée pour différentes raisons religieuses et idéologiques, quand ce n'est pas tout simplement pour des raisons liées au travail, à la santé, à la famille, etc.

On pourrait analyser la formation et le développement des MMOG et l'expérience du jeu en ces termes de savoir et de pouvoir, c'est-à-dire les penser comme purs produits des techniques de production, de communication et de pouvoir. Il serait d'ailleurs difficile de le faire sans prendre en considération le contexte plus général de l'usage des TIC et de la pratique des jeux. Mais aux fins du présent exercice, c'est plus particulièrement l'expérience vidéoludique qui retient mon attention, surtout lorsqu'elle devient l'expérience d'un sujet qui fait un travail sur lui-même (l'expérience de soi par soi d'un sujet ludique), c'est-à-dire « les formes et les modalités du rapport à soi par lesquelles l'individu se constitue et se reconnaît comme sujet » (Foucault, 1984b : 12).

Les formes de subjectivation

L'angle d'analyse que je privilégie ici suppose que la constitution d'un sujet (ludique ou vidéoludique) ne se réduit pas à la détermination d'une

4. Le jeu d'action stratégique *Desert Storm* qui a vu le jour durant l'opération Tempête du Désert, à l'été 1990, en est un exemple : « Vous dirigez une troupe d'élite en mission sur le sol irakien. Vous avez la possibilité de choisir entre les SAS anglais et les Delta Force américains. Utilisez de stratégie pour venir à bout de vos ennemis et des 16 missions que comporte le jeu » (En ligne : <www.jeuxvideo.com>).

5. L'Association iranienne pour la libération intellectuelle des enfants a choisi le jeu vidéo pour traiter de la « vie de stress et de peur » de Salman Rushdie, et ainsi contribuer à « l'exécution de la fatwa » lancée sur lui par Khomeiny.

structure (le jeu comme dispositif) et d'un système de coercition (les règles et le contexte d'usage), mais que l'individu se constitue également comme sujet à travers l'ensemble de ses pratiques, incluant celles qu'il a en respect du code ou en fonction de ses propres valeurs et de ses objectifs de bien-être. Comme le précise Foucault, « ces pratiques ne sont pas [...] quelque chose que l'individu invente lui-même. Ce sont des schémas qu'il trouve dans sa culture et qui lui sont proposés, suggérés, imposés par sa culture, sa société et son groupe social » (Foucault, 2001b : 1538).

Pourquoi les activités et les plaisirs sexuels ont-ils fait l'objet d'un questionnement éthique et moral, se demande Foucault dans son *Histoire de la sexualité*⁶. Pourquoi le souci éthique a-t-il pris tant de formes différentes ? Pourquoi les êtres humains ont-ils choisi de problématiser cette question ? Pourquoi ? Sinon qu'ils ont cherché à se transformer eux-mêmes et à faire œuvre de leur vie en développant diverses techniques vouées à la production de soi. C'est ainsi qu'après avoir porté son enquête sur les différentes manières de penser la folie, la maladie, la vie, le travail, le langage et le crime, Foucault a entrepris de revoir le sens de sa démarche et de problématiser les rapports entre sujet, savoir et pouvoir à travers les pratiques et les « techniques de soi » (Foucault, 1984b : 18) ; les techniques de soi relevant d'une forme de gouvernementalité exercée sur soi que son enquête sur les Grecs, les Romains et les chrétiens a permis de faire ressortir. Mais de quelle nature est cette action dont le soi est à la fois l'objectif, l'instrument et le sujet ?

[Les techniques de soi] permettent à des individus d'effectuer, par eux-mêmes, un certain nombre d'opérations sur leur corps, leur âme, leurs pensées, leurs conduites, et ce de manière à produire en eux une transformation, une modification, et à atteindre un certain état de perfection, de bonheur, de pureté, de pouvoir surnaturel. (Foucault, 2001a : 990)

Étant liée à la connaissance de soi et à l'exercice du pouvoir, la question du sujet concerne autant la connaissance objective du sujet que la

6. Alors que l'éthique part de l'intérieur de la personne et porte sur ce qui est bon et sur ce qui est mauvais pour elle, la morale, relative au bien et au mal, crée des obligations et correspond à un contrôle imposé de l'extérieur. Pour Foucault, l'éthique est le travail que l'individu fait sur lui-même pour se constituer et se reconnaître comme sujet. Se penser autrement n'est pas étranger à son effort pour penser le monde autrement.

connaissance du sujet par lui-même. Comme Foucault le montre, c'est le précepte delphique *gnôthi seauton* (« connais-toi toi-même ») qui est la formule à l'origine de la question du sujet. Or, le « connais-toi toi-même » n'a rien d'un principe de connaissance de soi. Les Grecs le distinguent en effet du *epimeleia heautou* (« souci de soi-même »), et les Latins du *cura sui* (« intérêt pour ma personne »). Le *gnôthi seauton* apparaît généralement couplé avec le *epimeleia heautou*, de telle sorte que le « connais-toi toi-même » est englobé dans le « souci de soi ». L'enquête relatée dans *L'usage des plaisirs* et *Le souci de soi* fait ressortir les grandes différences entre la perspective platonicienne (le Socrate de Platon dans *Alcibiade*) marquée par l'impératif du « connais-toi toi-même », les traditions épicurienne et stoïcienne où domine « le souci de soi » en tant que principe général et inconditionnel s'imposant à tous, tout en se distinguant clairement de la fonction du gouvernement des autres et de la cité, et le christianisme des III^e et IV^e siècles qui prône plutôt le renoncement à soi et la soumission à la loi que la pleine réflexivité du sujet et la reconnaissance du principe de constitution de soi-même. On le voit, l'individu ne se constitue pas en sujet moral par la simple observance d'un code moral, mais aussi par la nature du rapport qu'il entretient avec lui-même. Quatre aspects de ce rapport à soi-même peuvent être distingués : la substance éthique, le mode d'assujettissement, la forme et les objectifs dans le travail d'élaboration de soi. La substance éthique correspond à cette part de lui-même sur laquelle l'individu effectue un travail éthique, le mode d'assujettissement à la manière de se conduire par rapport à la règle, les formes d'élaboration de soi au travail éthique sur soi-même en vue de se transformer et de se constituer comme sujet, la visée téléologique au travail éthique effectué pour atteindre un certain mode d'être.

La substance éthique est cette partie de nous-mêmes qui est la plus concernée dans le rapport à la morale et le mode d'assujettissement est la forme sous laquelle l'individu accepte de reconnaître les obligations morales qui s'imposent à lui. Mais sous quelles formes ces obligations s'imposent-elles ? La loi divine ? La raison ? Ou sous la forme d'un principe esthétique ? Chez les Grecs, par exemple, la fidélité entre les époux s'observait moins par obéissance à la loi que par souci de préserver la relation. Sur quelle part de lui-même le travail moral et éthique du joueur porte-t-il aujourd'hui, pourrions-nous nous demander ? Sur les mouvements de l'âme et la maîtrise des désirs, ou sur la gestion du temps et le calcul de

l'énergie consentie pour arriver à trouver le bonheur ? On le verra plus loin, le joueur ne cesse de calculer et d'évaluer l'efficacité stratégique et instrumentale de ses choix. Il se demande s'il a choisi les bons moyens pour arriver à déployer le maximum de ses capacités ; s'il est en adéquation avec lui-même ou si le jeu, la guilde ou ses propres ambitions ne sont pas en train de le perdre.

La pratique de soi correspond aux moyens employés et à la forme que l'on se donne pour se transformer grâce au travail sur la substance éthique. Le rapport à soi s'effectue en respect de principes, règles et objectifs de nature éthique et esthétique. Il permet à l'individu de se transformer dans le but de s'accomplir comme être moral. Chez les Grecs, cet objectif était la maîtrise de soi. Le souci de soi ne se limitait pas à l'intérêt porté à soi-même, il visait également à « faire de sa vie un objet de connaissance ou de *tekhnê*, un objet d'art » (Foucault, 1984a : 338). Dans le christianisme, le souci de soi consistait à renoncer à l'idée d'un soi, puisque s'attacher à soi-même ne pouvait se faire qu'en opposition à la volonté de Dieu. Aujourd'hui, le rapport à soi prend la forme d'une entreprise de production de soi visant à faire de sa vie une œuvre d'art. Et dans la mesure où le souci de soi consiste d'abord pour l'individu à savoir qui il est, et ce dont il est capable, la pratique des jeux vidéo en ligne devient intéressante, puisqu'elle nous éclaire sur cette entreprise de production de soi ; le jeu proposant au joueur un modèle à l'intérieur duquel ses investissements, ses actes, ses gestes, ses échanges et ses désirs constituent autant de moyens d'augmenter sa puissance d'agir, sans cesser pour autant de vouloir être en paix avec lui-même et avec les autres..

Comme l'écrit Deleuze, dans le portrait qu'il dresse de Foucault, les « Grecs [qui] ont inventé en politique (et ailleurs) le rapport de pouvoir entre les hommes libres » considèrent qu'« il ne suffit pas que la force s'exerce sur d'autres forces, ou subisse l'effet d'autres forces, il faut aussi qu'elle s'exerce sur soi-même » pour qu'il y ait une véritable maîtrise de soi. C'est ainsi qu'ils « [ont inventé] la subjectivation » (Deleuze, 2003b : 153-154), laquelle n'a rien à voir avec la « personne », mais est plutôt un processus d'individuation qui caractérise un événement réunissant des éléments hétérogènes. Ce processus met en jeu des règles facultatives (l'éthique plutôt que la morale) par opposition aux règles contraignantes du savoir et du pouvoir qui déterminent les manières de dire et de voir.

À l'instar de Foucault, qui se demande pourquoi l'activité sexuelle fait l'objet d'une préoccupation éthique et morale, il y a lieu de se demander pourquoi la pratique des jeux vidéo en ligne fait l'objet d'une préoccupation éthique et morale de la part des joueurs. Pour Foucault, ces techniques de soi sont des arts de l'existence, c'est-à-dire :

[...] des pratiques réfléchies et volontaires par lesquelles les hommes, non seulement se fixent des règles de conduite, mais cherchent à se transformer eux-mêmes, à se modifier dans leur être singulier, et à faire de leur vie une œuvre qui porte certaines valeurs esthétiques et réponde à certains critères de style. (Foucault, 1984b : 16-17)

[Elles] permettent aux individus d'effectuer, seuls ou avec l'aide d'autres, un certain nombre d'opérations sur leur corps et leur âme, leurs pensées, leurs conduites, leur mode d'être ; de se transformer afin d'atteindre un certain état de bonheur, de pureté, de sagesse, de perfection ou d'immortalité. (Foucault, 2001c : 1604)

Soucieux de leur bien-être, les joueurs évaluent et portent un jugement sur leur conduite non seulement en fonction des règles de jeu et des normes sociales, mais aussi en tenant compte de valeurs personnelles, non moins essentielles, qui les singularisent. C'est que leur pratique de joueurs est en partie déterminée (régulée) par un ensemble de règles et de valeurs qui concernent tout aussi bien les coups à jouer que les manières de jouer. D'où l'importance de distinguer la règle du jeu (terme générique comprenant les différentes règles – implicites, constitutives et opérationnelles⁷ – et les conventions assurant le bon fonctionnement du jeu et la régulation des rapports entre les joueurs) des règles et des valeurs que le joueur se donne ; de distinguer la manière que le joueur a de se conduire par rapport à la règle et la manière qu'il a de se conduire par rapport à lui-même, c'est-à-dire la manière dont il choisit de se conduire, compte tenu de ses visées de bonheur et des valeurs qui lui sont propres. La conduite des joueurs m'intéresse donc selon qu'elle s'élabore et s'évalue en fonction de la règle ou en fonction de soi.

7. Nous reprenons ici les distinctions de Salen et Zimmerman (2004). Les règles implicites assurent un comportement approprié au jeu et aux autres joueurs ; les *règles constitutives* structurent logiquement l'organisation sous-jacente et le fonctionnement du jeu ; les *règles opérationnelles* permettant de jouer.

Foucault y distingue deux éléments constitutifs de toute morale : d'une part le code (« codes de comportement »), d'autre part les « formes de subjectivation » [...]. Le premier est constitué de règles, de valeurs qui se donnent comme prescriptions, les secondes désignent les rapports que les individus entretiennent avec le code, la manière dont ils s'y rapportent avec plus ou moins grande soumission, résistance à ce code) et plus précisément, la manière dont l'individu se constitue en « sujet moral » relativement à ce code [...]. Dans ce dernier cas, Foucault parle aussi de « pratiques de soi ». (Roux, 2008 : 2)

L'analyse

Dans la recherche que nous menons présentement à *Homo Ludens* sur les MMOG, nous travaillons à partir de l'hypothèse que l'expérience des jeux se mène dans un contexte de sociabilité où les rapports entre les joueurs ne sont pas seulement déterminés par le jeu, le respect des règles et la nature du dispositif, mais aussi par la richesse des relations communicationnelles, sociales et techniques auxquelles ils se livrent. C'est dans ce cadre que nous avons mené une série d'entrevues⁸ auprès de joueurs pour questionner les différentes conceptions du jeu et les rapports que les joueurs entretiennent avec eux-mêmes, les autres et le monde. À l'aide de Sémat, logiciel Web d'assistance sémantique à la catégorisation et à l'exploration des données textuelles, il a été possible de faire émerger certains thèmes auxquels sont associés différents vocables observés dans les entrevues de notre corpus.

Les principaux thèmes ayant été identifiés sont les suivants : alliance, compétence, expérience, force, progression, règle, socialisation et triche. Les vocables qui gravitent autour de ces thèmes (voir Figure 1) sont en majorité les mêmes pour les hommes et les femmes, peu importe leur groupe d'âge. On découvre ainsi que le thème de la progression est en partie périphérique au thème principal de l'expérience ; ou, pour le dire autrement, que l'expérience du jeu vidéo ne se réduit pas à l'expérience de la progression. À considérer les vocables qui la qualifient, l'expérience est tout autant l'occasion d'*essayer* et de *devenir* autre chose⁹ que, selon le

8. Le corpus utilisé pour l'analyse sur Sémat comprend une sélection de 35 entrevues de joueurs de MMOG, dont 29 garçons et 6 filles.

9. Devenir quelque chose de lié au corps et à la vie, quelque chose comme une production ou une création qui concentre en elle différents types de forces.

niveau de l'expérience, d'être en *groupe*, *ensemble*, ou tout simplement d'être membre d'une *classe*. Loin de réduire le joueur à la solitude, l'expérience est l'occasion d'une *alliance* avec les autres, sans oublier celle avec l'*ami* (celui avec qui l'on aime jouer), pour faire *équipe*, se regrouper en *communauté* et jouer avec *stratégie*. L'expérience du joueur permet aussi de développer une nouvelle *compétence* sur laquelle il peut compter au moment d'agir et, s'il en est *capable*, d'être *fort* et de faire preuve d'*habileté* pour assurer sa *progression*. L'*énergie* requise variera selon la *phase* ou le *stade* atteint, et selon la *dynamique* du jeu et le *degré* d'intensité avec lequel il est joué.

À l'analyse de l'ensemble des entrevues, le choix des vocables employés illustre que rien n'est décidé d'avance. L'expérience plonge le joueur dans un mouvement continu de changements et de transformations au cours duquel plusieurs choses adviennent. Ce serait une erreur de croire que le joueur joue seulement pour le plaisir. On le voit, ses motivations sont multiples et changeantes.

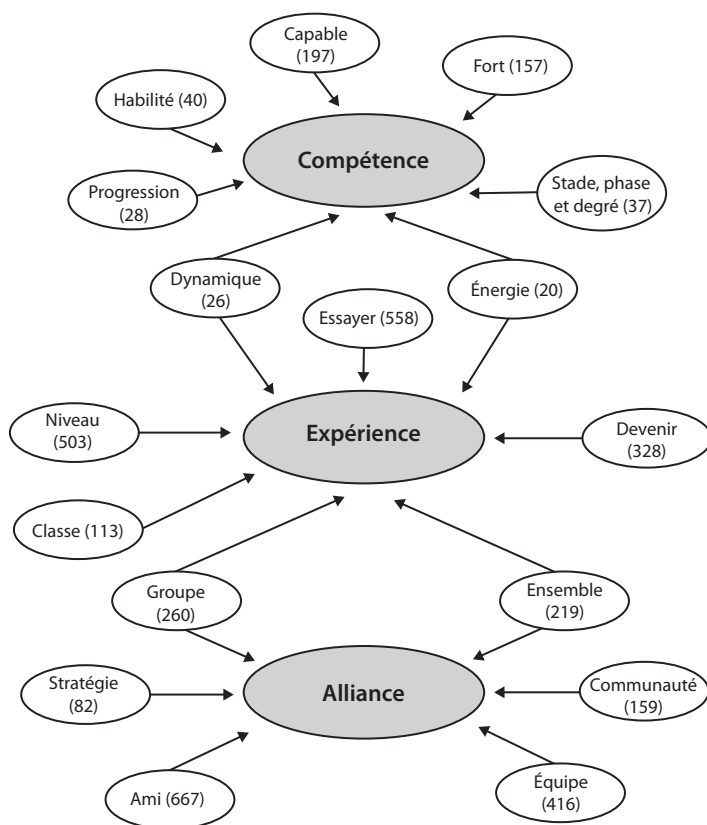
Thèmes et vocables principaux

La « ligne » à ne pas franchir

Si, pour l'essentiel, le joueur s'efforce à persévérer dans son être¹⁰, puisque c'est là la première condition pour être en accord avec lui-même, il n'en cherche pas moins à augmenter sa puissance d'agir. N'ayant pas de connaissance précise de ce qu'il est et de ce dont il est capable, il entre dans le jeu comme on plonge au cœur d'une expérience. Son plaisir s'accompagnera de nombreux efforts pour ne pas dépasser une certaine « ligne » au-delà de laquelle les changements deviennent insupportables, se demandant constamment où il en est par rapport à cette ligne au-delà de laquelle les exigences du jeu, les passions et les obsessions risquent de le perdre; cette ligne qui sépare la liberté de l'aliénation au jeu, à la guildes ou autres.

De quoi est-il question ici ? Il est question de cette difficulté qu'éprouve parfois le joueur à justifier le nombre d'heures qu'il passe à jouer, à le faire aussi bien à ses propres yeux qu'à ceux de son entourage. Voilà sans doute

10. L'histoire entière de notre vie physique et mentale consiste à faire l'effort de persévérer dans notre être malgré les multiples influences qui s'exercent sur nous.

FIGURE 1**Les thèmes du corpus**

la raison pour laquelle certains joueurs préfèrent garder le silence, ne pas parler de leur expérience aux autres, sauf à ceux qui jouent. Mais s'ils sont hésitants à se confier à leur entourage, ils ont plutôt été bavards avec nous lors des entrevues. C'est que le poids de la société pèse parfois très lourd sur eux. Faut-il préciser que la question pour moi n'est pas tant de se demander s'ils ont tort ou non de consacrer plusieurs heures par jour au jeu, parfois plus de quarante heures par semaine, que de comprendre le sens qu'ils donnent au jeu, que de comprendre ce qu'est leur expérience du jeu.

Voyons cela de près. Dans les plaisirs avoués et ressentis par les joueurs de MMOG, on cite généralement l'immersion, la compétition, l'accomplissement, la maîtrise du jeu et l'appartenance à une commu-

nauté. Combinée à la persistance des mondes virtuels, l'immersion intensive du joueur l'expose au risque de vouloir perpétuer le plaisir et les émotions intenses. S'il oublie que c'est un jeu, il craint que cela devienne pour lui une obsession : « l'obsession de progresser, l'obsession d'avancer » (FC-m-22). « Je ne voulais pas devenir [un] obsédé du jeu », nous dit l'un d'entre eux, « au point où j'en négligerais ma famille ou moi-même » (FC-m-22). L'évaluation des risques comprend ses moments de dramatisation, parce que tout le monde sait que « se brancher au monde¹¹ » est la condition pour ne pas perdre le fil. Mais si « la vie tient à un fil », c'est bien qu'il y a toujours le risque d'être déconnecté. Le risque appréhendé devient celui de perdre le contact avec la réalité :

On a entendu parler de cas de suicide, de gens qui perdaient leur personnage et qui se suicidaient, tellement ils étaient déconnectés du monde extérieur... Moi, je n'ai jamais atteint ce stade-là. J'ai toujours été bien conscient que c'était un jeu, que c'était un univers qui n'était pas réel... même si on joue avec des gens réels, je n'ai jamais été débranché de la réalité. J'étais toujours très conscient de ma situation, parce que je me regarde dans le miroir. Tu as beau jouer 40 heures par semaine, être reconnu et admiré par plusieurs, [...] être respecté par des milliers de personnes à cause de tes accomplissements dans le jeu... (FC-m-22)

Les joueurs acceptent d'investir du temps pour atteindre leurs objectifs de divertissement et de bien-être. Ils sont prêts à le faire, mais ne veulent pas franchir la « ligne » au-delà de laquelle ce temps risque d'être perdu ou de faire qu'ils se perdent eux-mêmes. Cette limite dépend de ce qui est jugé socialement et individuellement acceptable. C'est la raison pour laquelle le joueur ne cesse de calculer le temps qu'il consacre au jeu. Lorsqu'il croit avoir dépassé la limite, il devient silencieux sur ses choix et garde son plaisir (ou son malheur) pour lui-même.

Avec nos amis qui ne jouent pas, j'évite au maximum de parler de WoW. D'abord parce que c'est complètement inintéressant pour eux, mais aussi parce que j'ai consacré beaucoup trop de temps à ce jeu et que j'en ai un peu honte. Ma pratique excessive du jeu m'a valu quelques commentaires pour le moins négatifs de la part de mon entourage. [...] je crois qu'au-delà de vingt heures par semaine, trop d'autres aspects de la vie sont laissés de côté. En famille, je ne parle jamais de ce jeu. (DS-m-31)

11. Il n'y a pas longtemps encore, on se branchait sur la télé, comme on le fait aujourd'hui sur Internet.

Le problème, c'est que pour faire partie des meilleurs, il était demandé d'être connecté tous les jours à des horaires précis (de 20 h à minuit) et on avait l'obligation de s'expliquer si par malheur on voulait être absent plusieurs jours de la semaine. (LF-f-20)

Je considère ces jeux abrutissants au-delà d'un certain nombre d'heures. (DS-m-31)

Non, je ne parle pas des jeux vidéos à mon entourage sauf si on me le demande, et encore là, je suis très restreint sur mes commentaires. [...] Je n'ai pas honte de ce que je fais mais je n'en suis pas fier non plus. (JCG-m-19)

Le choix se pose toujours de sortir ou de rester à l'intérieur du jeu, d'augmenter le nombre d'heures, au risque de se couper des proches, ou de profiter des opportunités qui se présentent « *In Real Life* » (IRL). Tout ça se négocie, non seulement avec les parents, les amis et le conjoint, mais aussi avec soi-même.

Je joue un peu moins, mais ça dépend. J'ai des phases. [...] Avant, je ne m'occupais pas bien de mes affaires : l'école, la *job*, le ménage, des fois, ça traînait un peu. [Pour ma femme], en autant que mes affaires sont réglées, je peux jouer. (GC-m-22)

J'ai besoin de beaucoup de temps, d'isolement et souvent pour moi le temps d'ordinateur est du temps d'isolement où là je n'ai pas besoin de parler à personne. (GL-m-33)

J'ai toujours pris ce jeu-là comme un passe-temps et non comme une façon de vivre. (NG-m-24)

Je ne vais pas augmenter mon temps total de *gaming* [sans considérer les] autres priorités dans ma vie. (GC-m-22)

Les entrevues nous apprennent que le temps investi dans le jeu est directement proportionnel à la motivation du joueur et à l'objet de sa motivation. L'intérêt initial peut croître ou diminuer en fonction de facteurs comme la qualité du jeu, l'assiduité du joueur, la puissance de l'avatar, la progression de la guilde, la présence des amis, les obligations familiales et professionnelles, etc.

Pour moi, l'intérêt initial a été de développer un personnage qui gagne graduellement en puissance pour compléter des quêtes. [...] Actuellement, ma principale motivation à jouer est la progression de ma guilde. (DS-m-31)

Je joue beaucoup plus durant l'hiver puisque je ne travaille pas. (DS-m-31)

La progression de ces avatars suit donc celle des leurs, ce qui nous permet de jouer ensemble un ou deux soirs par semaine. (DS-m-31)

Lorsque ceux-ci ont réduit leur temps de jeu, j'ai délaissé mon avatar principal. (DS-m-31)

La santé de la guilde détermine beaucoup mon intérêt à jouer avec mon avatar principal ou pas. (DS-m-31)

Présentement, ce qui me motive à jouer c'est la possibilité de jouer avec deux amis qui approchent le niveau 70. (DS-m-31)

Je ne suis pas motivé par la progression dans le jeu puisque notre guilde traverse une période creuse. C'est donc de faire du aréna entre amis qui me motive actuellement. (DS-m-31)

Il est certain que si j'avais une copine, je réduirais passablement mon temps d'ordinateur. (JCG-m-19)

Si je passe une certaine limite (disons quatre ou cinq jours) sans me connecter, je perds une grande partie de mon intérêt. [...] On pourrait dire que c'est un cercle vicieux : plus tu joues, plus tu veux jouer. (JF-m-31)

Le joueur réalise de plus en plus que les liens avec la famille et les amis sont fragiles. En même temps qu'il craint d'être englouti dans l'univers virtuel, il ne peut s'en détacher complètement, puisque c'est aussi là qu'il développe et entretient des relations auxquelles il tient et qui sont tout aussi réelles que celles IRL.

J'avais un peu perdu contact avec [des amis]. Je les voyais quand je descendais à Québec, une fois de temps en temps, mais je ne leur parlais pas au jour le jour. Quand j'ai commencé à jouer à *World of Warcraft*, on s'est à nouveau parlé régulièrement. [...] En dehors du jeu, on ne jase pas. [Quand j'ai annulé mon abonnement], on ne s'est pas écrit ni parlé pendant quelques mois. Et quand je suis revenu dans le jeu, [on a recommencé] à jaser. (DA-m-26)

Idiorythmie

Pour le joueur, la santé, l'intérêt et le bonheur passent en partie par l'affirmation et le maintien de son propre rythme¹². C'est ainsi qu'il sera particulièrement sensible à la dynamique du jeu. Il expérimente les chan-

12. Voir à ce sujet le travail de Roland Barthes sur l'idiorythmie.

gements de rythmes et fait ses choix. La dynamique change selon que le jeu se fait en solo ou en groupe. Le rythme n'est évidemment pas le même dans les raids à plusieurs, parce que si les forces de chacun se trouvent décuplées, il n'en reste pas moins qu'il faut se soumettre au rythme des autres. Comme un joueur s'empresse de le dire : « avant que tout le monde soit prêt, tu attends... Et c'est beaucoup moins dynamique que le PvP » (SB-m-18). Tous les jeux ne créent pas les mêmes conditions, n'offrent pas la même ambiance. Sans doute y a-t-il autant de rythmes qu'il y a de jeux différents. C'est ce que propose un joueur pour qui un FPS (*first person shooter*) comme *Counter-Strike* est moins accessible à la masse des joueurs qu'un RPG (*role playing game*) comme *World of Warcraft* :

Counter-Strike, c'est la compétition, un jeu dynamique, de l'action... Tandis que sur *WoW*, [le joueur] peut prendre le temps qu'il veut pour faire sa quête. Il peut jouer 2 heures comme 10 minutes. C'est lui qui décide. (DG-m-21)

Il y en a pour qui l'expérience de la guilde dépasse largement le simple objectif de coopération ; la guilde étant aussi l'occasion ou le prétexte d'une expérience de socialisation, une expérience de « vivre ensemble ». Ce n'est pas parce que l'on apprécie le caractère socialisant du jeu qu'on ne se donne pas des limites à l'intérieur desquelles l'expérience peut être menée.

Le côté social de la chose m'intéresse, mais [...] je suis très peu porté à jouer avec des gens que je ne connais pas du tout, ou qui ne m'ont pas été présentés, en qui je ne peux pas avoir confiance. À *WoW*, je joue toujours avec les trois mêmes personnes. [...] Quand il y a des gens que je ne connais pas, avec qui je ne suis pas à l'aise, ça augmente mon stress de performance. (GL-m-33)

Détour théorique sur le paradigme du vivant

Dans les entretiens avec les joueurs, la métaphore du vivant se déploie de bien des manières. Elle est au cœur de leurs discours faisant état de cette recherche effrénée de renouvellement de leur énergie. Selon les joueurs, le jeu vidéo est à la fois le lieu d'exploitation et de renouvellement de l'énergie, aussi bien la leur que celle de leur personnage. Le jeu leur apparaît une réponse adaptative à l'environnement en vue de maximiser leur action. Pour cela, ils reçoivent et dépensent de l'énergie, comme le font tous les organismes vivants. Ils assimilent de l'information sur leur environnement et font les choix les mieux adaptés à leurs objectifs. On comprend que si le jeu implique la présence d'un dispositif, il ne réduit pas le

joueur à en être le simple prolongement, à fonctionner comme une machine.

Le paradigme de l'organisme aide à comprendre le sens de tout ce vocabulaire de la force, de l'énergie et de l'intensité auquel le joueur fait appel pour rendre compte de son expérience, et pour mieux saisir la place que cela occupe dans l'effort de subjectivation. Pour cela, précisons que nous sommes passés du paradigme de la machine à l'Âge classique, au paradigme de l'organisme à l'époque moderne. Selon le paradigme de la machine, les « phénomènes naturels [résultaient] d'interactions entre des particules matérielles gouvernées par les lois de la mécanique » (Wolfe, 2004). Il est apparu de plus en plus clair par la suite que le vivant échappait au paradigme de la machine, puisqu'il manquait à ce dernier « des propriétés telles que l'autorégulation, la reproduction, la croissance, etc. » En effet, « [l]a biologie, science du vivant, [s'est constituée] par et dans le paradigme de la machine, qui a pour défaut majeur d'être « aveugle » aux propriétés intrinsèques du vivant » (Wolfe, 2004). Alors que le mouvement de la machine dépend d'une force qui lui est extérieure (celle que l'homme lui impulse), l'« être organisé » possède une « énergie formatrice » qu'il peut communiquer à une matière extérieure qui ne la possède pas et qu'il organise.

Ainsi un être organisé n'est pas simplement machine, car la machine possède uniquement *une force motrice*; mais l'être organisé possède en soi *une force formatrice* [bildende kraft], qu'il communique aux matériaux, qui ne la possèdent pas (il les organise): il s'agit ainsi d'une force formatrice qui se propage et qui ne peut pas être expliquée par la seule faculté de mouvoir (le mécanisme). (Kant, 1984 [1790]: §65)

À la différence de la machine, l'organisme vivant a « la volonté de vivre et de persister dans l'existence » (Darriulat, 2007), c'est-à-dire que la machine ne se suffit pas à elle-même. Elle est mise en mouvement par une source d'énergie qui lui est extérieure. Ainsi, chacune des parties d'une montre existe pour l'autre mais non par l'autre. Un rouage de la montre ne peut produire un autre rouage, pas plus qu'une montre ne peut produire d'autres montres.

Soulignant la grande proximité sémantique entre les termes « force » et « énergie », Bénédicte Abraham a enquêté sur le « succès sémantique que connurent en Allemagne les concepts de “force” et d’“énergie” au cours des dernières décennies du XVIII^e siècle et des premières décennies du siècle suivant ». Elle souligne notamment l'usage du mot *Kraft*, « sou-

vent figé dans l'expression "*Kraft und Fülle*", qui associe la force à la plénitude et à l'accomplissement et [qui] peut désigner tout autant un style que des expressions langagières ou encore un sentiment de plénitude intérieure» (Abraham, 2010 : 3). La force est à la fois capacité physique et volonté de mettre une énergie en mouvement. En fait, c'est à l'énergie que la force est associée. « Ainsi, en un certain sens, l'énergie serait capacité organique à engendrer et à développer la vie » (Abraham, 2010 : 5).

L'énergie est force agissante, elle est ce qui peut assurer le passage d'une possibilité à une réalité, elle est un potentiel, elle est à comprendre dans sa portée génétique et dynamique [...]. (Abraham, 2010 : 10)

Vivre, c'est occuper pleinement la durée, exploiter au maximum les possibilités qu'elle permet. [...] La vie apparaît comme la consommation d'un potentiel fixé d'avance, qui condamne l'être vivant à choisir entre la durée et l'intensité. (Delon, 1986 : 74)

Le calcul énergétique

Quel sens donner aux calculs du joueur pour garder l'équilibre ? Faut-il y voir la preuve de son aliénation au jeu ou faut-il y voir un effort pour faire œuvre de sa vie ? L'effort de subjectivation du joueur se mesure déjà, en effet, à ces nombreux calculs sur la valeur de l'investissement, les dividendes et le déficit énergétique. À l'instar de l'avatar, le joueur cherche à exploiter ou à retrouver son énergie pour maximiser sa puissance d'agir. La première chose à faire pour maintenir ou augmenter son énergie le plus efficacement consiste à se brancher. Mais dès le branchement effectué, le temps court paradoxalement contre lui puisque au-delà d'une certaine limite, son énergie risque de se perdre. Comme on dit, il ne peut laisser la pile sur la charge.

On le conçoit bien, la puissance du joueur correspond d'abord à la quantité d'énergie dont il dispose. Or, l'énergie est inversement proportionnelle à son temps d'utilisation. Plus le joueur passe de temps à jouer, plus il perd de l'énergie. Et curieusement, jouer sera le moyen pour lui de se régénérer. Il y a là nécessairement un calcul à faire : il a besoin d'énergie, il joue ; il joue, il perd de l'énergie. Rien n'est décidé d'avance, mais s'il a de l'énergie, il sera en mesure d'agir. Et c'est dans l'action qu'il sera en mesure de déployer ses capacités. Ses ressources étant limitées, le temps risque toutefois de lui faire perdre ce qu'il aura gagné.

On l'a vu, lucidité et égarement sont aussi associés au temps d'utilisation. Rester branché reste le meilleur moyen de garder le contact avec la réalité, mais un nombre trop élevé d'heures d'utilisation peut être fatale pour l'équilibre du joueur. S'il reste branché trop longtemps, il risque de se perdre, de se « déconnecter » du monde. D'où la nécessité d'un calcul astucieux sur l'intensité, l'énergie et le temps d'utilisation. Voilà pourquoi le joueur n'aura de cesse de se demander si ce qu'il cherche ne risque pas d'être perdu par le moyen qu'il se donne pour le trouver. Le calcul porte sur l'énergie disponible, dépensée ou accumulée, sur le temps d'utilisation et le rapport au monde. Dans le cas des MMOG, ce calcul se trouve modifié du fait qu'il s'agit de réseaux sociaux, puisque ce qu'il perd pour son compte, il le gagne en relations avec les autres joueurs.

Le jeu devient une alternative aux autres manières de se détendre, de relaxer : « Si je joue autant ces temps-ci, c'est parce que mon copain est vraiment un gros *gamer*... et qu'on a des jeux et des consoles chez nous. [...] Dès qu'il commence à jouer, je le regarde ; j'aime ça et j'ai le goût de jouer avec lui » (SH-f-23). Mais ce qui se présente au début comme un sympathique rituel de *cocooning* peut devenir avec le temps une boucle infernale de laquelle il est difficile de sortir.

Avant de me coucher, je vais toujours faire une petite partie. [...] Je m'installe dans le lit avec mon ordi, et je joue encore deux heures. [...] Et quand je suis vraiment brûlée, il me reste encore l'étape de relaxation du petit jeu insignifiant, [jusqu'à ce que] je ne sois plus capable. [Alors,] je regarde mon copain jouer, carrément en m'endormant. (SH-f-23)

Le joueur apprend à ses dépens les inconvénients de l'investissement démesuré en temps de jeu. Il découvre que l'excès n'est pas « compatible avec les projets [ou les] habitudes de vie [qu'il] considère plus sains » (OG-m-23). À l'heure du bilan, il pourra évaluer que ça gâté une partie de sa vie : « J'ai l'impression qu'il faut que je fasse mon deuil de [cette époque-là]. J'ai l'impression qu'il me faut [prendre la] décision [d'] arrêter ça. Mais c'est tellement fort et j'aime tellement ça » (OG-m-23).

Je jouais quand même très tard la nuit. Je pouvais jouer jusqu'à deux, trois heures du matin [en 2^e secondaire]. Ça, c'était assez particulier. Je pense qu'à partir de ce moment-là, j'ai commencé à avoir quelques mauvaises notes à l'école. C'est drôle, il y a peut-être une relation de cause à effet... Je ne sais pas... (OG-m-23)

C'était une période un peu plus *hard*, c'était un peu le fond du baril; c'est-à-dire que je me suis vraiment enfermé longtemps avec très peu de contacts sociaux. [Je n'ai fait que ça] pendant quatre ou cinq mois [...]qui se sont complètement volatilisés. (OG-m-23)

L'enjeu consiste à y mettre suffisamment de temps pour y trouver son plaisir sans que cela nuise à son bien-être. C'est l'art de bien mener sa vie, c'est-à-dire d'utiliser adéquatement et efficacement son énergie, sans trop en consacrer au jeu, avec le risque de provoquer l'effet inverse de celui qui est recherché.

J'ai toujours été conscient que remplir le vide par un jeu, ce n'est pas la solution. Ça c'est clair et net! C'est un passe-temps quand tu t'ennuies, mais ce n'est pas ça qui va changer l'équation... (FC-m-22)

L'évaluation porte sur le rendement de l'énergie investie. L'énergie brûle quand le jeu devient une obsession. Au-delà d'une certaine limite, le jeu perd son sens et devient une pure perte de temps. « [Toute cette] énergie, je me suis rendu compte que c'était un petit peu autodestructeur » (JG-m-27). Le joueur se pose alors la question « [est-il possible] d'avoir une pratique modérée ? » (OG-m-23). Sa réponse ne trompe pas :

Tout dépend de notre capacité à interrompre quelque chose qui est continu, qui procure un plaisir continu, et qui finit par hanter notre esprit quand on n'y est pas. Alors oui, c'est possible, mais c'est dur. (OG-m-23)

On ne saurait être pris au jeu sans avoir d'abord accepté de jouer. Pour cela, il faut en avoir envie. Dès le début, le jeu est l'occasion de mesurer son énergie disponible. Ai-je l'énergie de jouer? Il peut arriver que « ça ne me tente pas de jouer » (SH-f-23). Le jeu permet de rétablir l'équilibre entre ce qui pour être fait demande des efforts et ce qui n'exige aucun effort: « Est-ce que ça te tente de jouer ? — Non ! » ; « As-tu envie de sortir ? — Non ! » ; « Souvent, le jeu vidéo [est] une excuse pour ne pas sortir » (SH-f-23). La raison est simple: pourquoi chercher ailleurs ce qui me permet d'être heureux ici et maintenant ?

Ah! ça ne me tente pas de sortir, les gars. Et là, je m'installe et je joue. [...] En pyjama, avec mon lait au chocolat et mes chips, peu importe... je suis vraiment heureuse. Je suis bien. J'aurais aussi été heureuse de sortir, mais simplement, j'ai été lâche. (SH-f-23)

* * *

Alors que pour les Grecs, la vie bonne correspondait à une vie de sagesse et de contemplation, elle est devenue pour nous une vie de réalisation de soi et de recherche du bonheur. C'est sans doute la raison pour laquelle nous nous imposons des choix pour donner du sens à notre existence. Sans vouloir réduire leur projet de vie à un ensemble de calculs rationnels, les joueurs rencontrés nous ont fait part de leurs réflexions sur ce qu'ils font pour atteindre leurs buts et se rapprocher de ce qu'ils sont. Une part de leur activité se fonde sur le rapport qu'ils entretiennent avec eux-mêmes (maîtrise et contrôle de leur emploi du temps, développement de leur puissance d'agir, etc.). Ils s'ajustent aux règles du jeu, mais cherchent néanmoins la manière de constituer leurs propres règles pour être au plus près d'une forme de vie qu'ils jugent convenable. L'expérience des jeux apparaît dès lors comme une occasion d'explorer de nouvelles formes de subjectivation, c'est-à-dire de nouvelles manières de se rapporter au corps, à la santé physique et mentale, et à la recherche du bonheur.