



Défis d'ados

«Il est difficile de faire machine arrière»

Du jeu du foulard au Blue Whale Challenge, les pratiques à risque attirent les jeunes en quête d'un rite de passage leur permettant de s'affirmer, y compris auprès d'inconnus en ligne. Le professeur de psychopathologie Grégory Michel analyse le phénomène.

Par
NATHALIE BERNARD
 Dessin **NATALI FORTIER**

Rares les jeux dangereux ? D'après une étude TNS Sofres(1), 84 % des enfants sont capables de citer au moins un nom de jeu dangereux et 13 % d'entre eux y ont déjà joué et les considèrent sans danger. De la cour de récréation jusque sur Internet, une multitude de jeux de défi attendent enfants et adolescents. Grégory Michel est professeur de psychopathologie à l'université de Bordeaux,

psychothérapeute et chercheur à l'Institut de sciences criminelles et de la justice. Il a dirigé l'équipe Inserm Healthy, santé et réussite des jeunes.

Quand avez-vous commencé à vous intéresser aux jeux dangereux ?

Dans les années 2000, alors que je travaillais à l'hôpital Robert-Debré à Paris, je venais de publier *la Prise de risque à l'adolescence*(2), ouvrage dans lequel je mentionnais le jeu du foulard. Malheureusement, dans cet hôpital, un enfant qui y avait joué est décédé. Après cet accident,

je me suis plus particulièrement intéressé au sujet et, très vite, des associations de parents de victimes de défis dangereux m'ont sollicité. J'ai alors décidé de mener la première étude sur la prévalence des pratiques de non-oxygénation et autres jeux dangereux. Ceci a permis de distinguer les jeux d'agression, ceux de non-oxygénation et ceux de challenge ou défi. A partir de cette typologie, nous avons mené une campagne de prévention avec le ministère de l'Éducation nationale.



Vous étudiez ce phénomène chez les enfants et les adolescents depuis une vingtaine d'années. Que constatez-vous aujourd'hui ?

Les jeux de non-oxygénation sont moins pratiqués qu'au début des années 2000, sans doute parce qu'il y a eu beaucoup d'actions de prévention de la part du ministère de l'Education nationale auprès des élèves, des parents et des professeurs. En revanche, la généralisation d'Internet et l'arrivée de différentes applications sur les téléphones portables (Instagram, Facebook, YouTube, Snapchat...) ont entraîné un développement considérable d'une multitude de jeux de défi. Tous dérivés du principe du «t'es pas cap», ils sont encouragés par la «Net nomination». Par exemple, la personne qui relève un challenge peut être poussée à désigner d'autres personnes à faire de même. Ainsi, des jeux peuvent très vite devenir viraux en ligne...

Certains mènent les joueurs jusqu'à la mort. Comment est-ce que cela arrive ?

Dans le cas des jeux ponctuels, ils s'appuient sur des actions potentiellement dangereuses, comme l'ingestion de produits consommables (alcool, drogue, épices fortes) ou non consommables (tablettes de lessive, aliments entourés d'emballage), ou qui peuvent déboucher sur des accidents graves, tel le «bal-

coning», qui consiste à sauter dans une piscine depuis un balcon, qui a fait fureur en Espagne. Pour les jeux de défi sur Internet, comme le Blue Whale Challenge, apparu en Russie en 2017, c'est plus progressif. Un tuteur commence à discuter avec le jeune pour le mettre en confiance. Peu à peu, il lui propose d'intégrer une communauté qui a une identité secrète avec des codes et un langage précis. C'est très séduisant pour un jeune. Le premier défi du Blue Whale Challenge est simple: il faut, par exemple, se dessiner une baleine sur la main et envoyer une photo et une vidéo en direct comme «preuve». Un deuxième défi arrive très vite. Cela va crescendo, à raison d'un défi par jour sur cinquante jours, jusqu'au suicide filmé en direct. D'après le

journal russe *Novaïa Gazeta*, une centaine d'adolescents seraient morts à cause de ce jeu en Russie. **Pour quelle raison le jeune n'est-il pas capable de s'arrêter avant d'arriver au suicide ?**

Il pense qu'il saura s'arrêter avant. Je prendrai l'exemple du Momo Challenge, apparu à l'été 2018 sur la plateforme WhatsApp et qui a fait des victimes en France et en Argentine. Au départ, une tête de film

d'horreur avec des cheveux filasses apparaît brusquement sur une application. L'enfant ou l'adolescent qui clique dessus se voit imposer un défi. S'il décide de le relever, les autres jeunes ayant répondu à l'appel pourront suivre ses actions et inversement. Cela crée des renforcements positifs du lien à la communauté par le biais d'encouragements, mais aussi des renforcements négatifs: si tu ne le fais pas, tu es nul... Un endoctrinement, que l'on peut apparenter aux sectes, se met rapidement en place et les meneurs de jeu les poussent peu à peu à banaliser les risques qu'ils prennent. Au bout d'un moment, ils n'arrivent plus à faire machine arrière, soit par addiction soit par peur. Le parrain ou la marraine qui les ont connectés au jeu connaissent leur adresse IP et s'ils s'arrêtent, ils seront punis ou, pire, la communauté s'attaquera à leur famille. En tout cas, c'est ce qu'ils pensent, car ce type d'endoctrinement induit une perte de tout discernement.

Retrouve-t-on un même profil chez les jeunes qui se laissent harponner par ces jeux ?

Il me semble qu'il y a deux types de profil. Des jeunes qui ont besoin

d'être «narcissisés» ou «renarcissisés». Ce sont souvent des jeunes isolés, en perte de repères, anxieux et qui ont le fantasme de se transformer «positivement» à travers ces prises de risque. Ils sont encouragés par cette communauté qui les regarde et les encourage enfin. Au départ, cela redonne un sens à leur vie... Et puis il y a aussi le profil du jeune amateur de sensations fortes. Pour ce dernier, c'est l'intensité qui est recherchée, quitte à ce qu'elle apporte de la douleur et de l'an-

goisse. Ce qu'il aime, c'est repousser ses limites et, généralement, on retrouve chez ce second type de joueur bien d'autres conduites à risques ou de mise en danger (produits toxiques, sports à risques, etc.).

Est-ce que, pour ces jeunes, c'est le moyen d'être extraordinaire, un peu comme les super-héros ou les mutants qui les fascinent tant ?

Tout à fait. Nous sommes dans une société du faire, de l'avoir et non de l'être. Le jeune pense ne pas être suffisant en tant qu'individu pour se faire apprécier, voire aimer, des autres. Pour être considéré, il doit avoir quelque chose qui l'identifie (des vêtements de marque) et il doit

faire quelque chose de spectaculaire qui va attirer l'attention de l'autre (un jeu à risque) et lui permettre d'être reconnu. Au départ, tout le monde peut participer, pas besoin de constitution physique particulière ni, comme dans certains sports à risque, de préparation ou d'entraînement. Ce qui est séduisant, c'est que cela peut être mis en place tout de suite! Lorsqu'il commence, le jeune a le sentiment de trouver une sorte d'avatar qui lui permettra de se créer une nouvelle identité. Dans la vie de tous les jours, ces ados peuvent être isolés et angoissés. Ils peuvent se sentir faibles, mis à l'écart du groupe. Et soudain, le jeu leur donne la possibilité de faire une action marquante, extraordinaire, qui leur permettra de marquer les esprits. Pour ce faire, ils veulent se dépasser et seront capables d'aller de plus en plus loin, y compris jusqu'à un point de non-retour...

Il me semble que ces jeux s'apparentent aux rituels de passage de certaines sociétés traditionnelles...

Effectivement. Il y a vingt ans, j'ai mené une étude sur l'engouement pour les sauts à l'élastique. Au départ, il s'agit d'un rituel de passage originaire de Nouvelle-Guinée, dans le Pacifique. Après quelques jours d'isolement, les adolescents doivent s'élancer du haut d'une tour d'une trentaine de mètres constituée de bambou et sauter dans le vide afin d'entrer dans l'âge



adulte. De la même manière, ces jeux offrent des «rituels» dangereux qui ont pour objectif de rassurer certains adolescents et de leur faire passer un cap. En outre, la notion de prise de risque implique une décision personnelle qui permet aux jeunes de quitter le monde de l'enfance dans lequel ils sont soumis aux demandes de leurs parents et de leurs professeurs. Le problème, c'est que dans les sociétés traditionnelles, ces rituels de passage sont encadrés, alors que dans le cas des jeux de défi, les jeunes s'inventent seuls ou en groupe des rituels inconsidérés et potentiellement mortels... On peut associer ça aux conduites ordaliques, au cours desquelles on remet son destin au jugement divin. Si on en sort vivant, c'est comme une résurrection, une sorte de ticket gagnant pour l'avenir.

Comment expliquez-vous cette recrudescence de l'attrait pour la mise en danger? Pensez-vous que nos jeunes manquent d'idéaux, de combats?

Quels que soient les milieux sociaux, économiques et culturels, les adolescents peuvent se sentir perdus et se questionner avec angoisse sur leur avenir et leur devenir. Dans mes études, j'ai constaté que la prise de risque était toujours une problématique identitaire. A travers ces jeux dangereux, les jeunes tentent de contenir un sentiment d'identité de plus en plus vacillant, surtout s'il y a un manque de repères et de soutien au sein de la famille. Ce qui est paradoxal, c'est que c'est cette insécurité intérieure qui va les amener à avoir un comportement dangereux. La plupart

ne sont pas suicidaires. En se mettant face à un risque extrême, en mettant leur vie en danger, ils veulent se rassurer sur leur force et leur capacité d'adaptation.

Qui est derrière ces jeux?

En Russie, Philippe Boudeïkine, fondateur du Blue Whale Challenge, a été condamné à trois ans de prison. Agé de 22 ans, il a reconnu avoir provoqué 17 suicides d'adolescents. Selon les enquêteurs russes, il aurait déclaré avoir voulu «purifier la société en la débarrassant de

ses déchets biologiques»... Plus récemment, le Momo Challenge semble plus éclaté. Au départ, il y a un groupe Facebook dont on n'a pas identifié le créateur originel. Et puis l'icône de film d'horreur a été récupérée par des personnes malintentionnées... Il faut rester vigilant car ce jeu de défi est réapparu il y a quelques mois au Royaume-Uni sur WhatsApp et sur YouTube, apparaissant à mi-chemin dans des vidéos populaires comme *Fortnite*...

On assiste également à une valorisation des jeux de défi ponctuels par le biais d'une bonne action, voire d'une action humanitaire...

Il y a quelques années, le Ice Bucket Challenge consistait à se filmer en se renversant de l'eau glacée sur la tête. L'argent généré par le nombre de vues était reversé à la lutte contre la sclérose amyotrophique latérale. Mark Zuckerberg et d'autres personnalités connues l'ont fait et c'est devenu viral. Ils ont récolté des millions de dollars, mais il y a eu des accidents graves et des morts. Ces derniers mois, un jeu de ce type a été dénoncé en Suisse et Autriche. On le trouve sous la dénomination du #KuhKussChallenge et il encourage les internautes à se filmer en embrassant (avec ou sans la langue) une vache afin de récolter des fonds humanitaires. Je vous laisse imaginer les risques...

Du défi ponctuel au défi 2.0 qui mène jusqu'au suicide, comment lutter contre ces maux?

La police nationale diffuse régulièrement des messages d'alerte et rappelle que la provocation au suicide est punie par la loi française de cinq ans de prison et 75 000 euros d'amende. Les réseaux sociaux cherchent également à limiter la propagation de ces jeux en supprimant les comptes associés. Evidemment, c'est insuffisant. Nous sommes face à un phénomène de société et c'est du côté de l'éducation qu'on peut tenter d'agir. Le plus efficace serait de développer chez les jeunes les compétences psychosociales qui les protégeront de ce type de dangers: apprendre à résister à la pression du groupe, avoir confiance en soi, entraîner son esprit critique... Bien sûr, c'est aussi à l'entourage de rester attentif! Comme le disait si bien Albert Einstein: «*Le monde n'est pas tant dangereux à cause de ceux qui font le mal mais à cause de ceux qui regardent et laissent faire.*» ◀

(1) Réalisée en 2007 sur des mineurs de 7 à 17 ans. Les études nationales sur le sujet restent rares.

(2) Ed. Masson, novembre 2001, 37€.

