

BONJOUR !

Niels Weber

Psychologue – Psychothérapeute FSP

Thérapeute de famille systémicien



Consultation psychothérapeutique de Montriond

contact@nielsweber.ch



@nielsweber.bsky.social
www.nielsweber.ch



@semperludo
www.semperludo.com



@gamingfed
www.gamingfederation.ch



@niels_weber_psy



youtube.com/@gaming_federation



twitch.tv/gamingfed

Confusion très tôt

- Compétence de maîtrise



- Compétence de gestion



Confusion très tôt

- Compétence de maîtrise
- Compétence de gestion



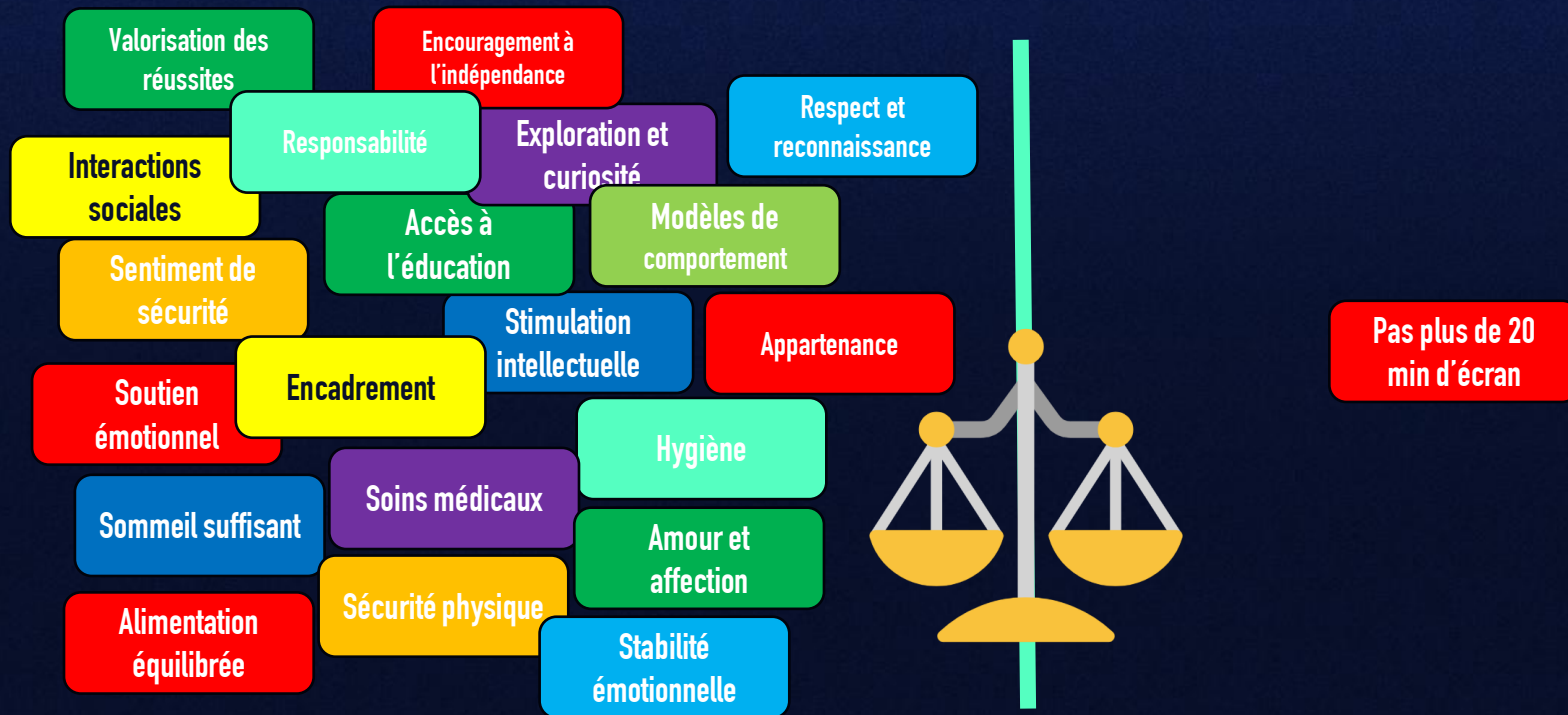
Ne pas confondre

«besoin»

«envie»

«habitude»

Au quotidien votre enfant a besoin de...



Vous devez pourvoir à ...

Vous devez empêcher ...

Besoins des parents ?

- Sécurité



Besoins des parents ?

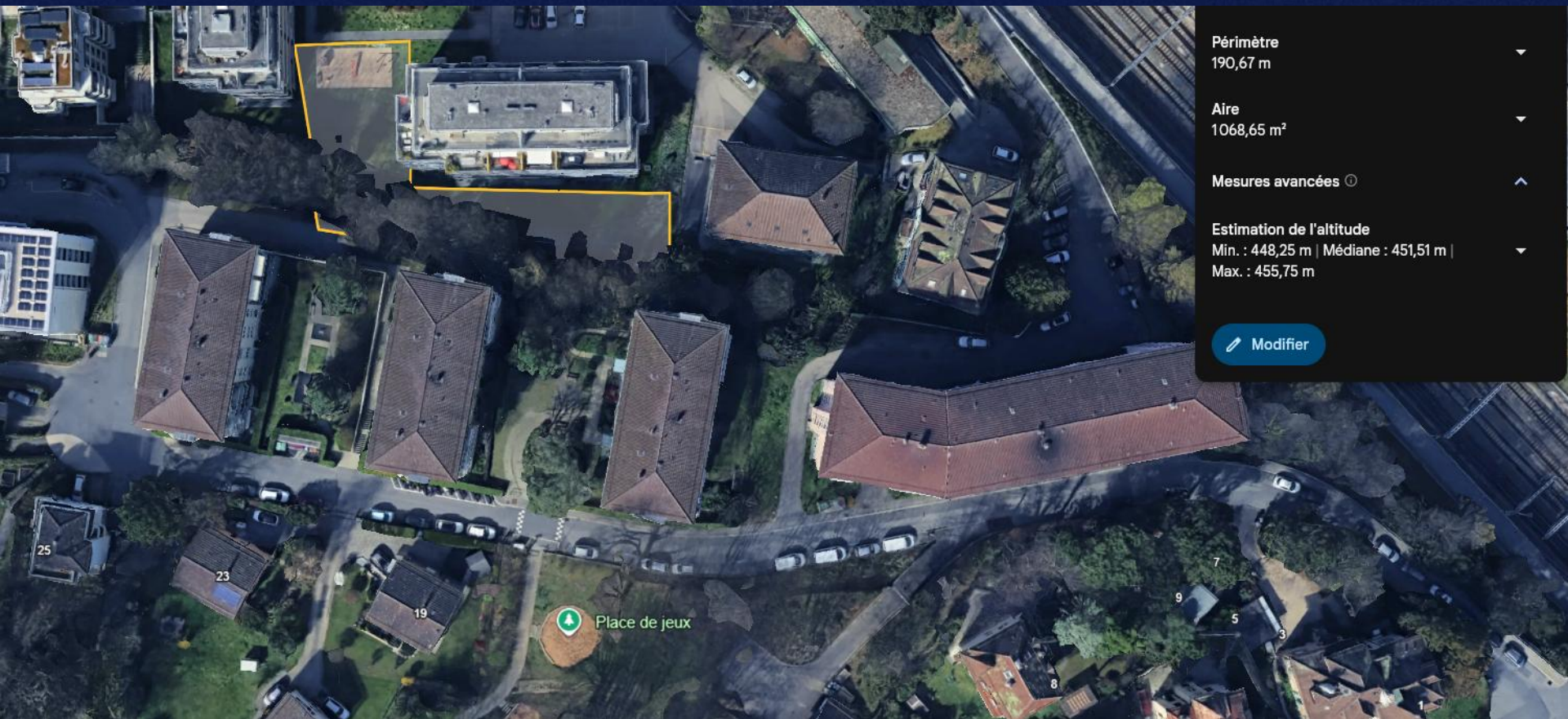
- Lien



Besoins des parents ?

- Tranquillité





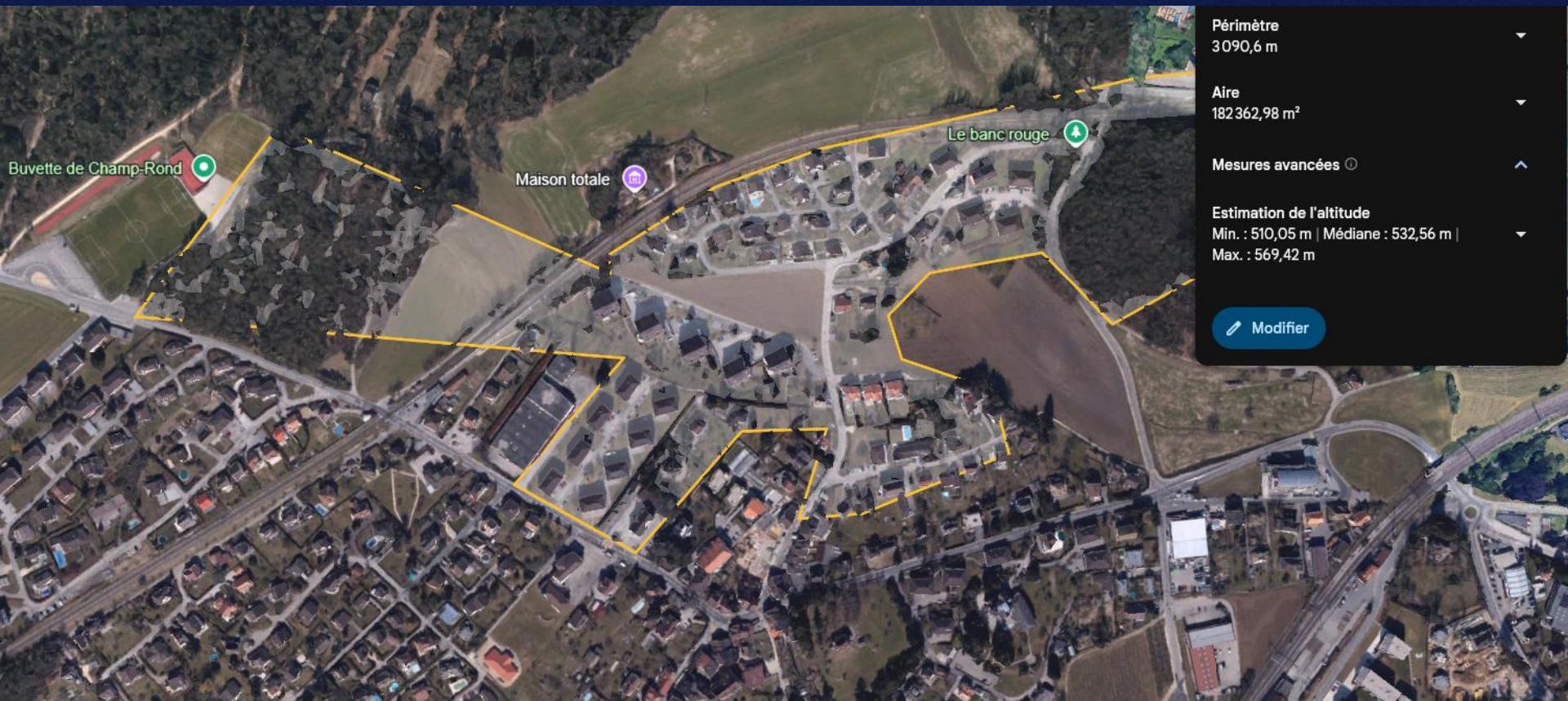
Périmètre
190,67 m

Aire
1068,65 m²

Mesures avancées ⓘ

Estimation de l'altitude
Min. : 448,25 m | Médiane : 451,51 m |
Max. : 455,75 m

 Modifier



Périmètre
3 090,6 m

Aire
182 362,98 m²

Mesures avancées ⓘ

Estimation de l'altitude
Min. : 510,05 m | Médiane : 532,56 m |
Max. : 569,42 m

 Modifier

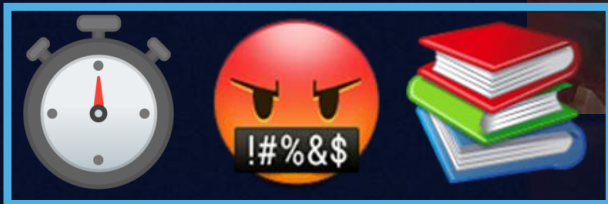


Maman et papa - j'ai **besoin** d'une smartwatch

Configurer la smartwatch pour les enfants

Confusion

- Compétences de maîtrise
- Compétences de gestion



Confusion

- Compétences de maîtrise



Ecrans \neq un besoin mais un moyen
Captation de l'attention = normal de perdre la
notion du temps

« Mon ado est toujours sur un écran, que faire ? »

Limites



Mal-être?



Mal-être?

~45% des 11 à 15 ans sont allé·e·s souvent
sur les réseaux sociaux pour échapper à des
sentiments négatifs

Enquête sur la santé des élèves en Suisse
HSBC, 2023

Mal

Facteurs de stress les plus fréquents (% de réponses très souvent / souvent)

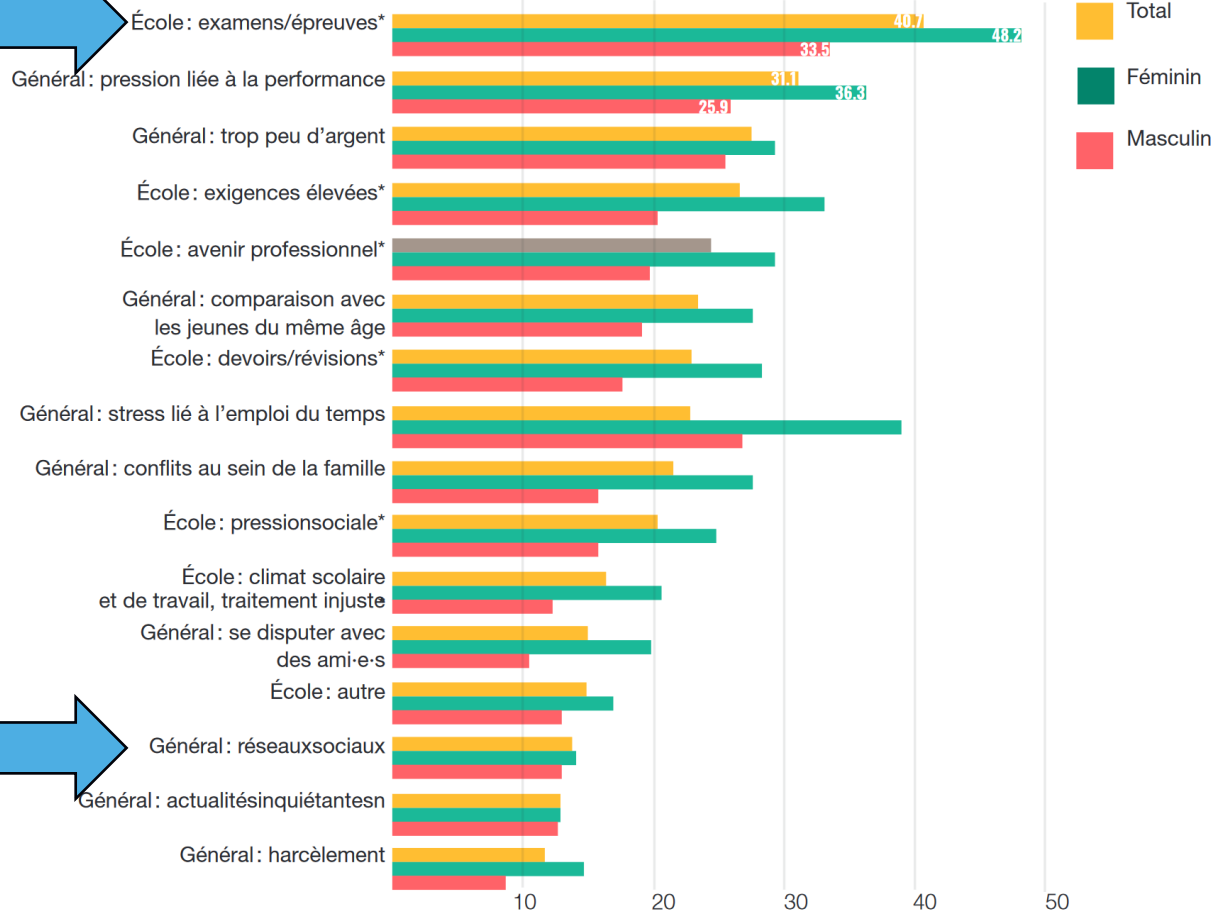


Figure 2. Classement des facteurs de stress dans l'ensemble du groupe et chez les participants et participantes (par rapport aux réponses «souvent et très souvent»). Remarque: L'*échantillon est plus petit, car les participant-e-s ont été 9,8 et 17,7% à cocher «sans objet».

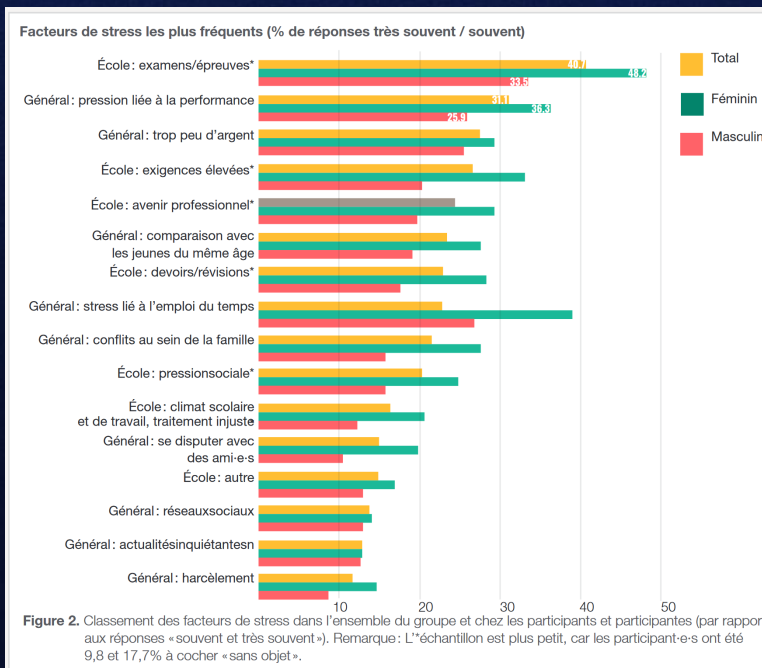
~45%
sur les

Enquête
HSE

Mal-être?

~45% des 11 à 15 ans sont allé·e·s souvent sur les réseaux sociaux pour échapper à des sentiments négatifs

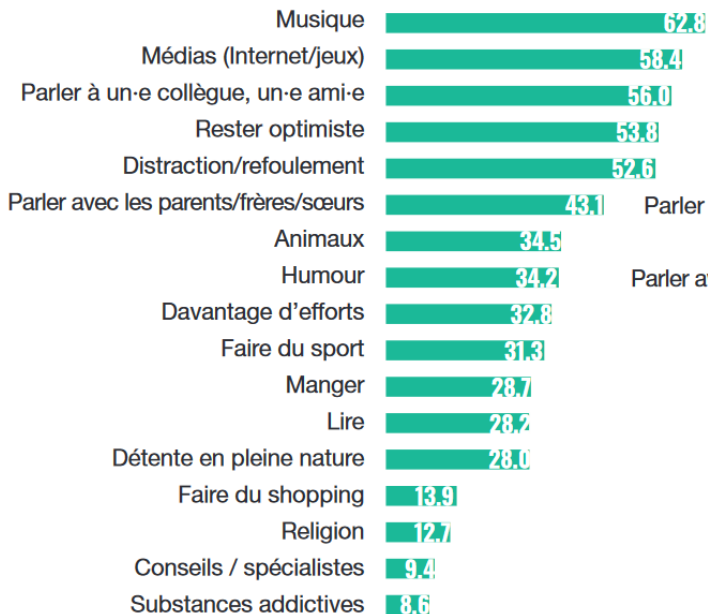
Enquête sur la santé des élèves en Suisse
HSBC, 2023



Etude Gestion du stress, crises, utilisation des médias et résilience chez les jeunes et les jeunes, adultes en Suisse, ProJuventute 2024

Mal-être?

Participant·es : Classement des stratégies fréquemment utilisées pour gérer le stress



Participants masculins : Classement des stratégies fréquemment utilisées pour gérer le stress

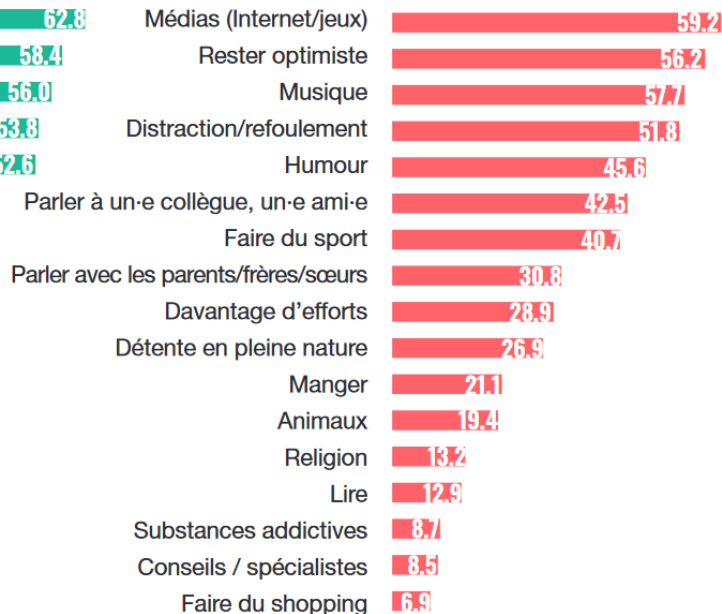


Figure 8 : Stratégies préférées de traitement du stress chez les participant·es (A) et les participants (B).





Besoin



MARIOKART DELUXE



A promotional image for Call of Duty: Black Ops 6. It features a soldier in tactical gear, including a beanie and gloves, crouching in a dark environment. The soldier's face is partially obscured by a black redaction bar. The background is dark with some orange light sources and faint, stylized architectural elements like a dome. The title 'CALL OF DUTY' is in large white letters, and 'BLACK OPS 6' is in white and orange letters. There are various digital artifacts and redaction bars throughout the image.

CALL OF DUTY[®]

BLACK OPS 6

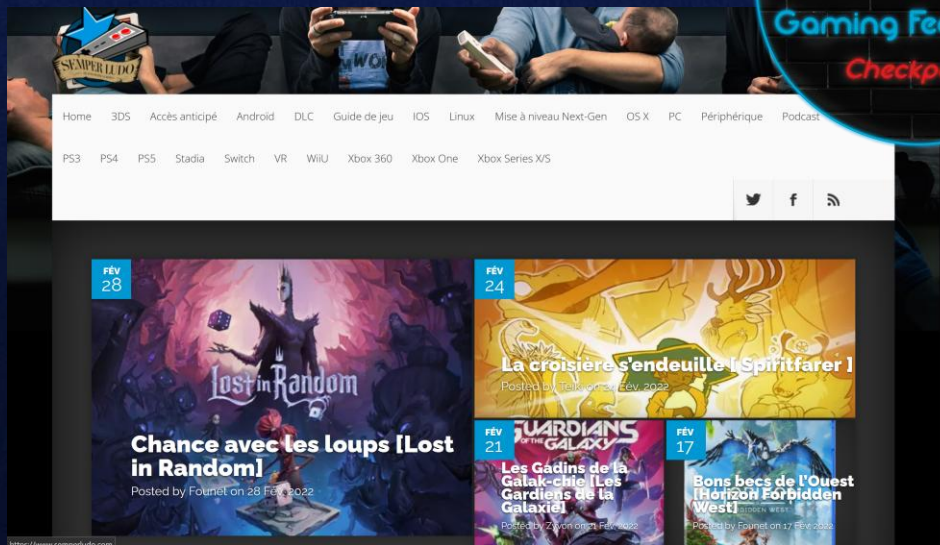
MOST STRESSFUL VIDEO GAMES

BASED ON AVG. HEART RATE (BPM)

1	Mario Kart	85
2	FIFA 20	84
3	Call of Duty: MW	83
4	Dark Souls III	81
5	Fortnite	81
6	DOOM Eternal	80
7	Fall Guys	78
8	Battlefield V	76
9	Street Fighter	75
10	Among Us	69



VIA BONUSFINDER

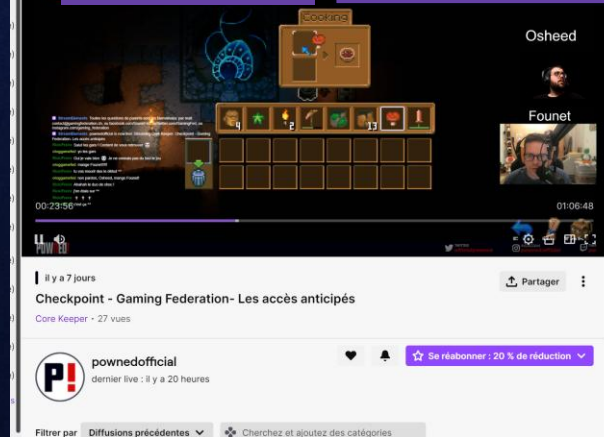


www.sempperludo.com

Analyse de jeux


twitch

Ou le jeu par
«procuration»



Twitch.tv/gamingfed

Dernier mercredi du mois, 20h45, on
répond aux questions des parents!



GAMING FEDERATION

Accueil Gamers à Copier Infos Parents Galerie Partenaires Nos outils Conférences Presse À propos

Informations aux parents

Si vous êtes arrivés jusqu'ici, c'est certainement que vous avez des enfants qui aiment jouer, ou que vous êtes curieux d'en savoir plus sur la manière d'encadrer de jeunes joueurs. Dans les deux cas, vous êtes au bon endroit, puisque nous vous proposons 10 questions que nous adressons régulièrement des parents et les éléments de réponses correspondants.

Les réponses ont été élaborées par notre comité, constitué, entre autres, de gens issus de la technique informatique, de la prévention et de la psychologie.

Si certains points méritent plus de détails ou que vous cherchez d'autres types d'informations, n'hésitez pas à nous contacter par mail à contact@gamingfederation.ch

Les 10 questions que se posent les parents

1. A partir de combien d'heure par jour ça devient un problème?
2. Est-ce que je dois laisser mon fils s'entraîner 6-8h/jour pour qu'il puisse devenir un expert?
3. Pourquoi a-t-il besoin de ma carte de crédit pour jouer à un jeu gratuit?





DISCUSSION CHECKPOINT



Des conseils pour jouer en famille?

Les sauvegardes sont fréquentes



7

www.pcg.ats

Checkpoint 27.11.24 - The Plucky Squire (Présentation + Démo)

Gaming Federation 12 abonnés

Abonné

Partager Clip Régénérer

www.gamingfederation.ch

Questions/Réponses

youtube.com/@gaming_federation

Emission Checkpoint en replay



POKÉMON
CARTES À JOUER ET À COLLECTIONNER
Pocket



Vous avez déjà un compte ?

ID Supercell ID

Bienvenue dans Brawl Stars !



Autoriser Brawl Stars à vous envoyer des notifications ?

Autoriser

Ne pas autoriser

100%

Jeux

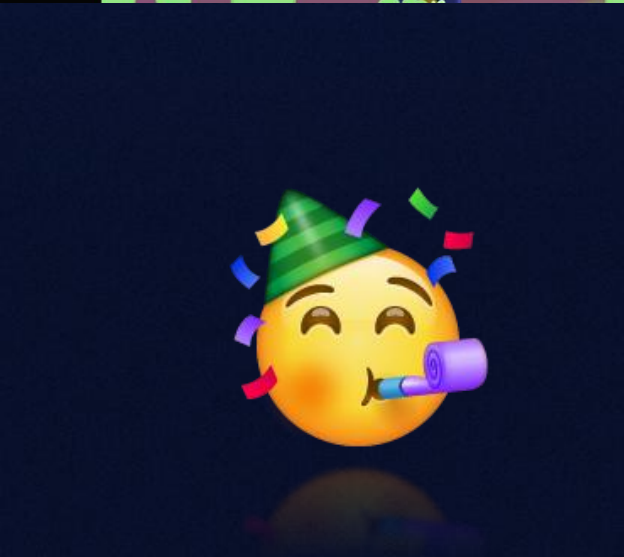
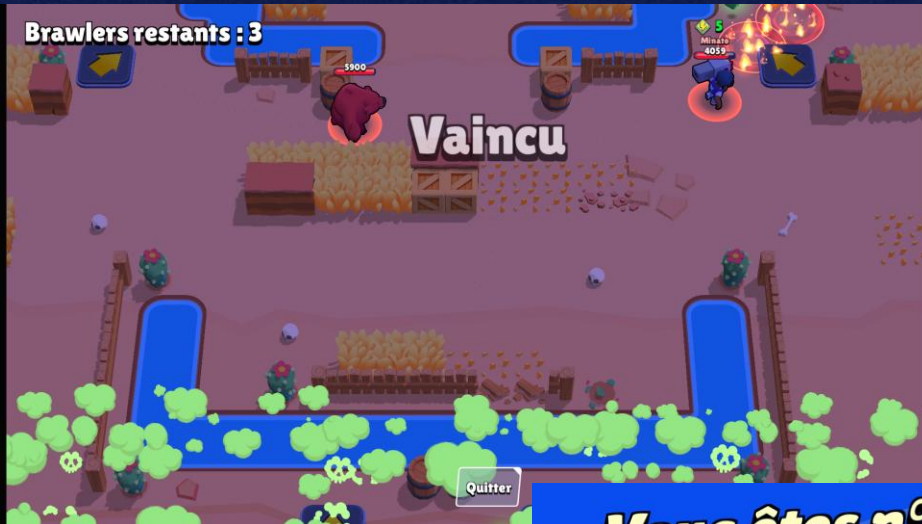
Applis

Rechercher

Livres

Refuser

Accepter tout







Mécaniques de
« rétention »



ADDICTION?

NON

**Mais CAPTATION DE
L'ATTENTION**



www.pegi.info



www.pegi.info



JEUX



www.pegi.info



www.pegi.info



www.pegi.info



@semperludo

www.semperludo.com

Bibliographie

Yann Leroux

LE JEU VIDÉO EXPLIQUÉ AUX PARENTS ET AUX ÉDUCATEURS



LES ENFANTS ET LES ÉCRANS

Coordonné par
Anne Cordier et Séverine Erhel



ÉDITIONS
LOISIRS
ET PÉDAGOGIE
découvertes

par
Jan Schmidt

ADOLESCENCE EN QUÊTE DE SENS 12 RÉCITS DE THÉRAPIE



NIELS WEBER
Illustré par Catherine Lacroix

100%
ADO

LES ÉCRANS, je gère!

NOUVELLE
ÉDITION !



SANS TABOU

Ressources!

3 - 6 - 9 - 12



Avant 3 ans
L'enfant a besoin de construire ses repères spatiaux et temporels



De 3 à 6 ans
L'enfant a besoin de découvrir toutes ses possibilités sensorielles et manuelles



De 6 à 9 ans
L'enfant a besoin de découvrir les règles du jeu social



De 9 à 12 ans
L'enfant a besoin d'explorer la complexité du monde



Après 12 ans
L'enfant commence à s'affranchir des repères familiaux

Pas de TV avant **3** ans

Pas de console de jeu personnelle avant **6** ans

Internet après **9** ans

Les réseaux sociaux après **12** ans

“ J'ai imaginé la règle « 3-6-9-12 » comme une façon de répondre aux questions les plus pressantes des parents et des pédagogues. ”
Serge Tisseron

À tout âge : limitons les écrans, choisissons les programmes, invitons l'enfant à parler de ce qu'il a vu ou fait, encourageons ses créations.

ères

JEUNES ET MÉDIAS

LANGAGE SIMPLIFIÉ DE IT EN

A propos de nous - Recommandations - Blog Thèmes Médias - Professionnel.le.s - Offres & conseils -

JEUNES ET MÉDIAS - LE PORTAIL D'INFORMATION CONSACRÉ À LA PROMOTION DES COMPÉTENCES NUMÉRIQUES

Nous aidons les parents et les professionnels à accompagner les jeunes de manière compétente dans leur usage des médias - afin que les enfants et les jeunes utilisent les médias numériques de manière sûre et responsable.

A propos de nous

3 7 12 16 18

BAD LANGUAGE DISCRIMINATION DRUGS FEAR GAMBLING SEX VIOLENCE ONLINE



221 publications

18,4 k followers

149 suivi(e)s

eCop Francois

ecop.francois

Communauté

Police cantonale vaudoise

Prévention et bonne humeur

Pas monitoré 24/7

En cas d'urgence, faites le 112 !

linktr.ee/ecop.francois

lyd_11, martoni.90 et 8 autres personnes suivent

PUBLICATIONS

REELS

IDENTIFIÉ(E)



IT'S DANGEROUS TO GO
ALONE! TAKE THIS.



- Il est nécessaire de poser des limites (soutenir le cerveau en développement)
- L'écran n'est JAMAIS un besoin, mais seulement un moyen
- Pas de risque d'addiction (mais captation de l'attention)
- Pas de géolocalisation, ni montre connectée (fausse solution à un besoin d'adulte)
- Si l'utilisation reste préoccupante, c'est un symptôme
- Parlons avec eux de leurs pratiques.

Merci pour votre attention !

Consultation psychothérapeutique de Montriond

contact@nielsweber.ch



@nielsweber.bsky.social
www.nielsweber.ch



@semperludo
www.semperludo.com



@gamingfed
www.gamingfederation.ch



twitch.tv/gamingfed



@niels_weber_psy



youtube.com/@gaming_federation

