

Les bienfaits des jeux vidéo

Nos fonctions cognitives à rude épreuve

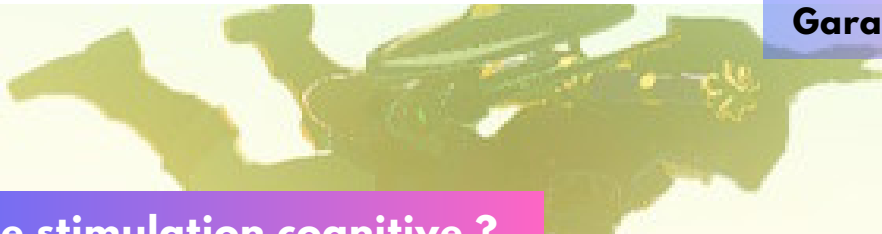


L'exemple du dernier opus de The Legend of Zelda



Sorti le 12 mai dernier sur Nintendo Switch, *Tears of the Kingdom* propose une **expérience immersive** dans la lignée de son prédécesseur (*Breath of the Wild*, 2017).

Avec une immense carte en 3 niveaux qui surclasse la représentation que l'on connaissait du **royaume d'Hyrule**, les joueurs et joueuses ont tout le loisir d'explorer ce monde aux nombreux peuples et aux secrets que l'on ne compte plus... Et tout ceci met en jeu l'intégralité de notre **cognition** !



Garanti sans spoilers !

Quelle stimulation cognitive ?

Capacités attentionnelles :

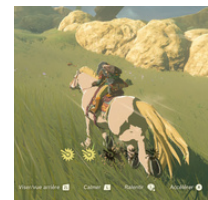
- **repérer** les cibles (e.g. tours, sanctuaires, grottes, ennemis...)
- rester **alerte** aux événements visuels et sonores (e.g. combat)

Mémoire :

- garder en tête les **dialogues** et les **objectifs** (e.g. pour la résolution d'une quête, pour se rendre à un endroit, pour suivre la narration)
- se rappeler des **lieux**, de la **topographie**, de ce que l'on a déjà fait

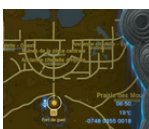
Fonctions exécutives :

- **anticiper** les besoins (e.g. résistance au froid/chaud, armes, nourriture et potions)
- revoir sa **stratégie** (e.g. ré-estimer ses chances de vaincre, abandonner une mission pour une autre)
- **organiser** ses quêtes et **prioriser** (e.g. poursuivre l'histoire principale, gérer les quêtes secondaires)



Cognition sociale :

- se **mettre à la place** des personnages rencontrés durant le voyage (e.g. humeur et émotions, objectifs, affinités)



Fonctions instrumentales :

- **calculer** (commerce), **comprendre** les dialogues (suivre l'histoire), s'**orienter** sur la carte...

