

INTRODUCTION

A sa sortie en 2016, Pokemon GO a été un succès international et est aujourd'hui encore le jeu mobile le plus rentable de tous les temps. Ce jeu familial a connu un grand succès notamment grâce à la grande diversité de joueurs, jeunes ou âgés, hommes ou femmes.

Ce jeu centré autour de la capture de créatures appelées "pokemon" se joue en extérieur et incite les joueurs à se rencontrer et à jouer en groupe. Mais **ce jeu est-il si bénéfique pour votre corps ainsi que pour vos relations sociales ?**

Deux scientifiques, *Alf Inge Wang* et *Audun Skjervold*, ont voulu évaluer cela sur **2320 participants** qui devaient répondre à un questionnaire porté sur les effets du jeu. Des études précédemment menées affirmaient en grande majorité que ce jeu était bénéfique aux activités physiques et sociales

OBJECTIFS

- Comment pokemon go affecte l'activité physique des joueurs ?
- Comment l'activité physique de certaines catégories de personnes a-t-elle été affectée par le jeu ?
- Le jeu a-t-il un effet sur la santé et la perte de poids ?
- Comment pokemon go affecte les interactions sociales des joueurs ?
- Comment les interactions sociales de certaines catégories de personnes ont-elle été affectée par le jeu ?

RÉSULTATS

Les résultats des formulaires donnés aux joueurs montrent une forte différence dans le temps dédié à des activités physiques par semaine (*figure 1*). En particulier chez les personnes pratiquant auparavant moins de 2h de sport par semaine. Connaissant une hausse de leur activité de **plus de 80% !**

Ce changement est aussi très visible en fonction des catégories de personnes, notamment chez les personnes sans emploi et les joueurs habitués aux jeux vidéos. Plus de 50% des joueurs remarquent des effets bénéfiques sur leur santé (perte de poids...) et leurs habitudes. Cependant, il reste des **effets négatifs surtout sur la sécurité**, l'inattention de certains joueurs peut amener à des accidents (4% des participants).

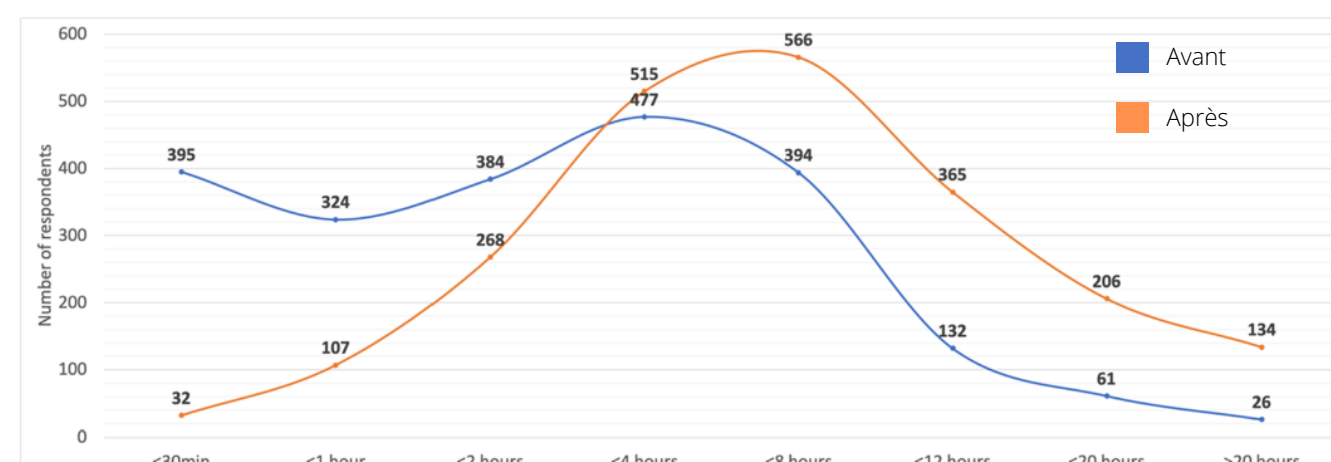


figure 1: Distribution du temps passé dans des activités physiques avant et après Pokemon Go

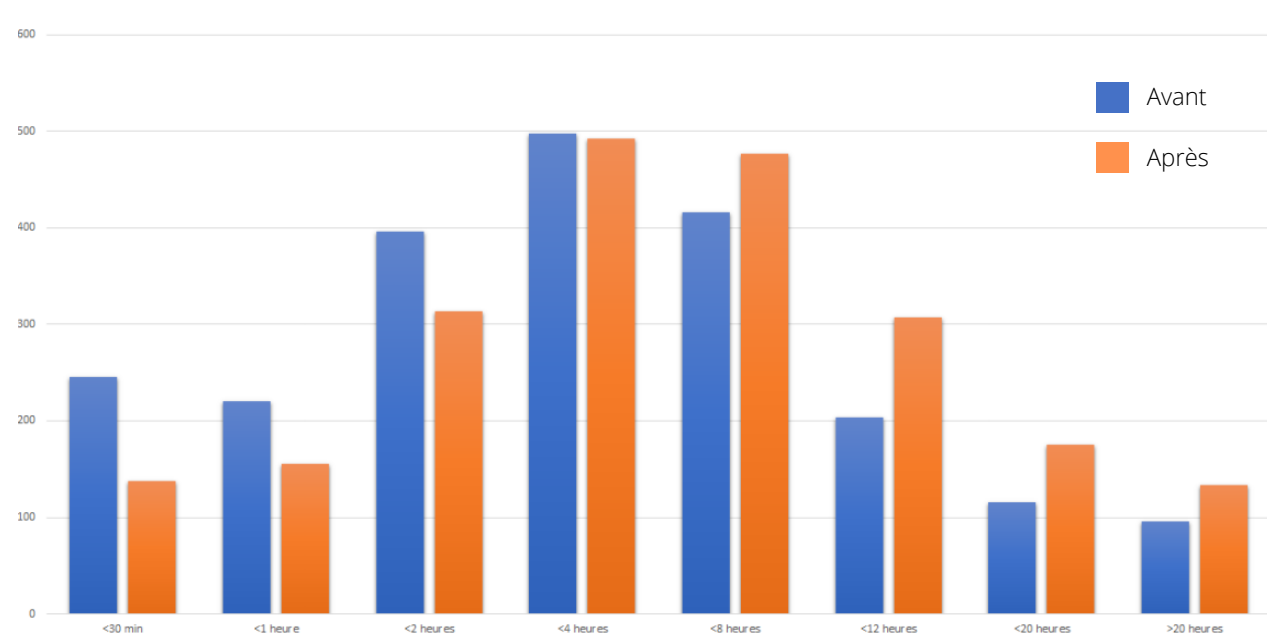


figure 2: Distribution du temps passé dans des activités sociales avant et après Pokemon Go

Les joueurs sont, selon eux et leurs réponses au formulaire, **plus sociables** (*figure 2*). Ils ont plus **tendance à sortir**, rencontrer du monde et discuter avec des inconnus. A l'instar de l'augmentation d'heures d'activité physique, les personnes sans emploi et les joueurs de jeux vidéos ont la plus forte hausse d'activité sociale. Le jeu aide certaines personnes à être moins "anxieuses" lors d'interactions sociales car plus habituées à rencontrer du monde et de nouvelles personnes.

Les joueurs en milieux ruraux sont davantage touchés par ces augmentations compte tenu de la quantité d'évènement en campagne.

CONCLUSION

Selon les résultats, **Pokemon GO a un impact positif** sur le physique et la sociabilité des joueurs. Ce résultat correspond à la majorité des autres études.

Cet impact est différent en fonction de l'appartenance à des groupes, l'impact social est plus important chez les sans-emploi ou les joueurs occasionnels. **Ce résultat est encourageant** compte tenu de la difficulté que ces types de jeux ont à toucher ce public.

Cependant cette étude a été réalisée à la sortie du jeu. Ayant reçu d'importantes mises à jour, les résultats peuvent être différents aujourd'hui et dans ce contexte épidémique.

