

ACCUEIL

BLOG JEUX VIDÉO ▾

QUI SOMMES-NOUS ▾



CONTACT

COMMUNAUTÉ

Sélectionner une catég ▾



BIEN-ÊTRE ET JEU VIDÉO, BLOG JEUX VIDÉO,  
DÉVELOPPEMENT PERSONNEL, JEU VIDÉO THÉRAPIE

# Jouer à Hogwarts Legacy : L'héritage de Poudlard est bon pour la santé mentale

5 mai 2023 / Aucun commentaire

Il était une fois, un monde dans lequel les sorciers et les sorcières pouvaient apprendre la magie et à mieux la maîtriser. Pour se faire, les sorciers(ères) allaient devoir rejoindre l'école de Poudlard et se munir de quelques objets essentiels : une baguette, une robe de sorcier et des manuels de créa sorts... Bienvenue dans l'univers fantastique d'Harry Potter, il temps de jouer à *Hogwarts Legacy : L'héritage de Poudlard*. Dans cet article je vais vous expliquer

## COMMENTAIRES RÉCENTS

Ophélie Barbotte dans 6

bonnes raisons de jouer à  
des jeux vidéo

indépendants

Piko dans 6 bonnes raisons

de jouer à des jeux vidéo

indépendants

Vincent dans 1 pensée

obséd 5 11 1 jeu

vidéo vous hante

Martine G. dans 6 bonnes

Raisons de jouer à des jeux

2023 indépendants

6 bonnes raisons de jouer à

des jeux vidéo

indépendants

## RÉSEAUX

Martine G. dans 6 bonnes

Raisons de jouer à des jeux

2023 indépendants

6 bonnes raisons de jouer à

des jeux vidéo

indépendants

comment ce jeu qui a eu un très gros succès à sa sortie a de multiple atouts pour la santé mentale.



# Révélío ! Spoiler alerte !

Avant de commencer cet article, je tiens à vous informer **des nombreux spoilers** qui s'y trouvent ! Si vous souhaitez avoir un test sans spoilers, je vous redirige vers [l'article de Juliette](#) sur le même thème.



## Hogwarts Legacy : l'héritage de Poudlard

- Développeur** : Avalanche Software
- Plateformes** : PS5, PS4 (le 5 mai), Xbox Série X, Xbox One, Nintendo Switch(prochainement), Pc
- PEGI** : à partir de 12 ans (pour ceux qui ne sont pas trop sensible)
- Acheter le jeu** : [Instant Gaming](#) ou [Amazon](#)

# Un jeu qui n'est pas aux oubliettes

## CATÉGORIES



## COMMENTAIRES RÉCENTS

- Ophélie Barbotte dans 6 bonnes raisons de jouer à des jeux vidéo indépendants
- Piko dans 6 bonnes raisons de jouer à des jeux vidéo indépendants

## RÉSEAUX

Vincent dans Pensées obséd 5 11 1 jeu vidéo vous hante

## ARTICLES RÉCENTS

- Marie G. dans 6 bonnes raisons de jouer à des jeux vidéo indépendants
- 2023 indépendants
- 6 bonnes raisons de jouer à des jeux vidéo indépendants

## Hogwarts Legacy : L'Héritage de Pou...

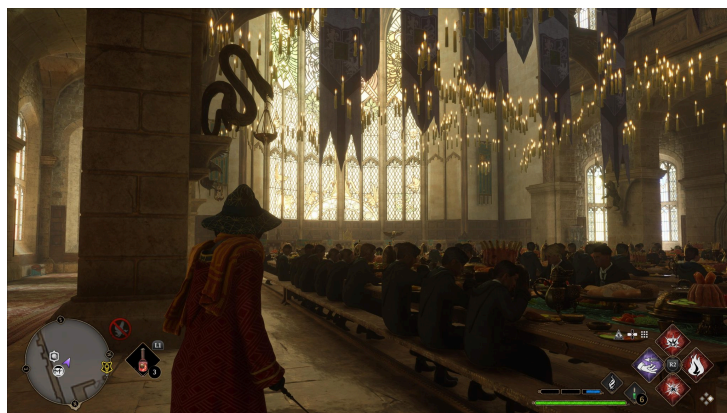


Pour commencer à aborder le sujet, sachez qu'il est important pour moi de vous donner mon humble avis : le jeu n'est pas aux oubliettes et personnellement **j'adore prendre mon temps en y jouant**. Même si je n'attendais rien de particulier, je faisais partie de la vague des personnes très enthousiastes par les bandes annonces.

Il est évident que pour moi, ce jeu reste dans mes jeux du moments.

Maintenant, comme vous le savez, sur le blog nous aimons **mettre en valeur les aspects bénéfiques** des jeux et aujourd'hui, nous allons plonger dans cet univers plein de magie.

## Le lien avec notre sorcier(ère) intérieur(e)



Nous savons qu'**Hogwarts Legacy** cible principalement les « fans » de la saga Harry Potter, parmi eux la vague des millennials (25 -35ans). Si vous êtes concerné, vous savez peut-être que le jeu vous



### CATÉGORIES



### COMMENTAIRES RÉCENTS

Ophélie Barbotte dans 6 bonnes raisons de jouer à des jeux vidéo indépendants

Piko dans 6 bonnes raisons de jouer à des jeux vidéo indépendants

### RÉSEAUX

Vincent dans Pensées obsédées sur le jeu vidéo

vous hante

### ARTICLES RÉCENTS

Marie G. dans 6 bonnes raisons de jouer à des jeux vidéo indépendants

6 bonnes raisons de jouer à des jeux vidéo indépendants

connecte directement à vos souvenirs d'enfant. Mais alors comment on connecte avec le/la petit(e) sorcier(ière) qui est en nous ?

## Connexion avec son enfant intérieur

C'est dès les premières notes de musique et à l'entrée au château que l'on se sent redevenir enfant. La magie nous demande de croire et **l'univers d'Hogwarts Legacy** nous met plein d'étoiles dans les yeux. Les différentes possibilités, le fait d'incarner son personnage, d'avoir sa baguette et son parcours.

## Une vraie madeleine de Proust



Toute notre enfance, nous avons rêvé d'aller à Poudlard et d'apprendre la magie, mais aussi de faire autant de bêtises que les frères *Weasley*. La magie nous fascinait et enfant nous avions le cœur à y croire.

Pour se connecter avec son enfant intérieur, il faut se souvenir de tout ça et se visualiser l'enfant que nous étions. Alors **Hogwarts Legacy** nous apporte une fabuleuse madeleine de Proust et nous renvoie à quelque chose que nous avons toujours voulu : **devenir un élève de Poudlard**.

## Le respect des détails

Pour ceux qui ont lu les livres, vous remarquerez que le jeu respecte l'univers même dans les plus petits détails. Je pense notamment aux cuisines qui sont



### CATÉGORIES



### COMMENTAIRES RÉCENTS

Ophélie Barbotte dans 6

bonnes raisons de jouer à des jeux vidéo

indépendants

Piko dans 6 bonnes raisons de jouer à des jeux vidéo

indépendants

Vincent dans Pensées

obséd jeu

vidéo vous hante

ARTICLES RÉCENTS

Marie G. dans 6 bonnes raisons de jouer à des jeux vidéo

2023 indépendants

6 bonnes raisons de jouer à

des jeux vidéo

indépendants

dissimulés sous le château tenues par les elfes de maison.



# La salle sur demande : Les créa sorts du zen

C'est au moment où l'on trouve la salle sur demande, que l'on commence à vraiment se sentir privilégié dans l'histoire du jeu et que le gameplay devient plus intéressant. Une salle où l'on a la liberté de refaire la décoration mais qui devient aussi très utile pour y faire **ses potions, ses plantations en botanique**, mais aussi elle devient un refuge pour **les créatures magiques** que nous devons récupérer aux mains des braconniers.



## Les créatures magiques : des animaux fantastiques

Comment ne pas fondre de douceur devant autant de mignonnerie que nous offre les créatures magiques ?

Pour pouvoir commencer la collection des créatures magiques, il faut débloquent la quête du cours en question avec le *professeur Howin*.

### CATÉGORIES



### COMMENTAIRES RÉCENTS

Ophélie Barbotte dans 6

bonnes raisons de jouer à

des jeux vidéo

indépendants

Piko dans 6 bonnes raisons

de jouer à des jeux vidéo

indépendants

### RÉSEAUX

Vincent dans Pensées

obséd jeu

vidéo vous hante

### ARTICLES RÉCENTS

Marie G. dans 6 bonnes

Raisons de jouer à des jeux

2023 indépendants

6 bonnes raisons de jouer à

des jeux vidéo

indépendants



Il est possible par la suite d'attraper ces créatures et de les accueillir dans **la salle sur demande**.

Des jardins et des extérieurs avec un environnement adapté à la créature se créent directement quand vous revenez et que vous avez attrapé ces créatures.

La salle sur demande n'a de cesse d'évoluer !

Je ne veux pas aller trop loin dans le spoiler en vous disant toutes les créatures que vous allez pouvoir attraper mais les surprises sont vraiment de taille !

Apaisement avec les animaux

Les moments apaisant seront multiples autant par les espaces dédiés aux animaux que les interactions possibles avec eux : jouer, les nourrir, les brosser...

Il est vrai que dans les jeux vidéo aussi nous avons tendance à être à dix mille à l'heure et ne pas assez profiter. Encore une fois, Juliette a écrit [un article](#) à ce sujet.

Alors c'est pour ça que je vous parle de cet aspect de Hogwarts Legacy. Le jeu nous incite à nous « poser ». On prend le temps de savourer ces petits moments avec les créatures magiques et on ralentit la cadence.

Création de potion et botanique



CATÉGORIES



COMMENTAIRES RÉCENTS

Ophélie Barbotte dans 6

bonnes raisons de jouer à

des jeux vidéo

indépendants

Piko dans 6 bonnes raisons

de jouer à des jeux vidéo

indépendants

RÉSEAUX

Vincent dans Pensées

obséd jeu

vidéo vous hante

ARTICLES RÉCENTS

Marie G. dans 6 bonnes

Raisons de jouer à des jeux

2023 indépendants

6 bonnes raisons de jouer à

des jeux vidéo

indépendants



La salle sur demande c'est aussi l'occasion de faire ses propres potions et d'organiser ses ressources. Il faut alors faire de la place pour une installation de botanique. La liberté d'installer des propres tables de botanique et ses pupitres de potions est réjouissante.

Ce sont **dans ces détails que le jeu fait la différence**. Cela nous permet de nous organiser comme on le souhaite et d'avoir une routine et un parcours habituel dans la salle.

### La décoration de la salle



## CATÉGORIES



### COMMENTAIRES RÉCENTS

- Ophélie Barbotte dans 6 bonnes raisons de jouer à des jeux vidéo indépendants
- Piko dans 6 bonnes raisons de jouer à des jeux vidéo indépendants

## RÉSEAUX

- Vincent dans Pensées obsédées
- jeu vidéo vous hante

### ARTICLES RÉCENTS

- 6 bonnes raisons de jouer à des jeux vidéo indépendants
- 6 bonnes raisons de jouer à des jeux vidéo indépendants

Là encore, on est dans le détail c'est vrai ! Mais il est très important, et ce sont les détails qui font la différence. On s'approprie mieux la salle quand il est possible **de choisir l'ambiance qui nous plaît** et débloquent des items au fur et à mesure pour améliorer la décoration, c'est très satisfaisant. On est pas non plus dans l'univers d'Animal Crossing, ne nous y trompons pas. En revanche, tout est toujours respecté et suffisant pour qu'on ai une véritable **salle sur demande personnalisée**.

# Hippogriffe et balais

Même si le Quidditch n'est pas présent dans le jeu, la pratique du balais volant elle, est bien présente. **Jouer à Hogwarts Legacy nous donne des ailes et un balais**.



## CATÉGORIES



## COMMENTAIRES RÉCENTS

Ophélie Barbotte dans 6

bonnes raisons de jouer à des jeux vidéo

indépendants

Piko dans 6 bonnes raisons de jouer à des jeux vidéo

indépendants

## RÉSEAUX

Vincent dans Pensées

obséd jeu

vidéo vous hante

## ARTICLES RÉCENTS

Marie G. dans 6 bonnes

Raisons de jouer à des jeux

2023 indépendants

6 bonnes raisons de jouer à des jeux vidéo

indépendants



## Rêver, explorer et voler

Explorer les magnifiques paysages de l'univers de Poudlard **en volant sur un balais**, qui ne l'avais jamais rêvé ?

On revient un peu avec la connexion de l'enfant que nous étions. Il y a un aspect grisant dans tous les jeux qui nous offre cette possibilité de gameplay : voler.

## à vos balais, dites "debout !"

< Les courses de balais sont aussi très bien réalisées et amusantes. **Des parcours pour éclater des ballons** nous mettent à l'épreuve. Et que dire de l'exploration sur un balais ? Elle est rapide, efficace et comme je le disais un peu plus haut : **grisante !**



## Explorer à dos d'hippogriffe

Il existe donc trois types de montures dans **Hogwarts Legacy** dont une qui est **l'hippogriffe**. Celle-ci ne donne pas du tout les mêmes sensations que le balais



## CATÉGORIES



## COMMENTAIRES RÉCENTS

Ophélie Barbotte dans 6

bonnes raisons de jouer à

des jeux vidéo

indépendants

Piko dans 6 bonnes raisons

de jouer à des jeux vidéo

indépendants

## RÉSEAUX

Vincent dans Pensées

obséd [in](#) [s](#) [ig](#) [ir](#) [d](#) jeu

vidéo vous hante

## ARTICLES RÉCENTS

Marie G. dans 6 bonnes

Raisons de jouer à des jeux

2023 indépendants

6 bonnes raisons de jouer à

des jeux vidéo

indépendants

mais elle offre plus d'apaisement dans l'exploration. On est sur de la promenade et on prends le temps.



L'hippogriffe appelé « *Aile Céleste* » est majestueux. On prend un véritable plaisir à l'admirer et à se balader avec en volant, quitte à **reproduire la scène d'un des films** où Harry vole au dessus du lac.

C'est d'ailleurs une des créatures que l'on peut avoir directement dans l'un des espaces dédiés dans la salle sur demande.

## La bonne frustration

Connaissez-vous la bonne frustration que peuvent offrir les jeux ? Cette frustration, c'est le fait de ne pas tout avoir tout de suite, de ne pas pouvoir réaliser tous les sorts que l'on veut trop tôt ou dès le début.

C'est aussi de ne pas avoir accès à tous les coffres, **toutes les salles du château** ou de Pré-au-lard sans avoir réalisé la bonne quête. On passe devant des coffres qu'on ne peut pas encore ouvrir beaucoup de fois avant de pouvoir enfin les ouvrir.

### Une frustration bien utilisée

La satisfaction de pouvoir ouvrir **des coffres** ou des salles devant lesquels nous sommes passés 20 fois ne fait qu'accentuer la satisfaction de pouvoir les ouvrir !

La frustration peut arriver de multiple façon, elle est mauvaise quand on perd à répétition et qu'elle prend le dessus sur notre plaisir dans le jeu. Mais une

## CATÉGORIES



## COMMENTAIRES RÉCENTS

Ophélie Barbotte dans 6  
bonnes raisons de jouer à  
des jeux vidéo  
indépendants

Piko dans 6 bonnes raisons  
de jouer à des jeux vidéo  
indépendants

Vincent dans Pensées

obséd jeu  
vidéo vous hante

## ARTICLES RÉCENTS

Marie G. dans 6 bonnes  
Raisons de jouer à des jeux

2023 indépendants

6 bonnes raisons de jouer à  
des jeux vidéo  
indépendants

frustration bien gérée avec un bon tour de baguette, ça résulte d'un jeu qui nous donne envie de progresser. Elle nous permet de développer encore **plus de curiosité** sur la suite.

Les énigmes qui développent notre logique mathématique

Pour finir, parlons maintenant **des énigmes sur les portes** avec des signes distinctifs. J'avais publié un post LinkedIn sur le sujet. C'est une simple énigme mathématique.



Petite astuce

En cherchant bien dans vos items vous découvrez que les signes correspondent à des chiffres et qu'il faut mettre les bons signes pour que la somme soit le chiffre que l'on voit dans le triangle.

Je n'avais jamais aimé faire des maths, mais là je me suis trouvé pas trop mauvaise en calcul et finalement c'était assez plaisant.

En résumé

Pour résumer, il faut savoir qu'Hogwarts Legacy est un jeu qui développe plusieurs compétences pour une bonne santé mentale :

- La connexion avec son enfant intérieur
- La bonne utilisation de la frustration
- La curiosité de la découverte
- Les moments grisants



CATÉGORIES



COMMENTAIRES RÉCENTS

- Ophélie Barbotte dans 6 bonnes raisons de jouer à des jeux vidéo indépendants
- Piko dans 6 bonnes raisons de jouer à des jeux vidéo indépendants

RÉSEAUX

Vincent dans Pensées obsédées par le jeu vidéo vous hante

ARTICLES RÉCENTS

- Marie G. dans 6 bonnes raisons de jouer à des jeux vidéo indépendants
- Patrice dans 6 bonnes raisons de jouer à des jeux vidéo indépendants

- Les moments apaisants
- Des énigmes qui développe la logique



N'oubliez pas que le sens critique sur les jeux ne nous empêche pas de voir **les côtés positifs** et de prendre du plaisir à jouer. Il est important de mettre en valeur que nous sommes heureux de pouvoir jouer à des jeux aussi complets et détaillés. Sur ce, je vous souhaite une bonne game !

*Si vous avez des idées d'autres aspects bénéfiques que j'aurai pu oublier ici, n'hésitez pas à mettre un petit commentaire.*

*Les liens dans cet article sont des liens affiliés, en cliquant dessus et en faisant vos achats avec ces liens, vous participer à la bonne santé de ce site.*

Acheter le jeu



Céline Nicolini

COACH HYPERSENSIBILITÉ & JEUX

VIDÉO



Nous suivre sur les réseaux

CATÉGORIES



COMMENTAIRES  
RÉCENTS

Ophélie Barbotte dans 6

bonnes raisons de jouer à

des jeux vidéo

indépendants

Piko dans 6 bonnes raisons

de jouer à des jeux vidéo

indépendants



RÉSEAUX

Vincent dans Pensées

obséd jeu

vidéo vous hante

ARTICLES RÉCENTS

Marie G. dans 6 bonnes

Raisons de jouer à des jeux

indépendants

6 bonnes raisons de jouer à

des jeux vidéo

indépendants



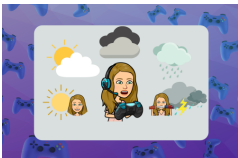
 Vues : 24

- blog jeux vidéo
- énigme porte hogwarts legacy
- hogwarts legacy
- hogwarts legacy animaux
- hogwarts legacy animaux fantastiques
- hogwarts legacy avis
- hogwarts legacy balais
- Hogwarts Legacy créatures magiques
- Hogwarts legacy enfant intérieur
- Hogwarts legacy harry potter
- hogwarts legacy harry potter fan
- Hogwarts Legacy hippogriffe
- hogwarts legacy l'heritage de poudlard
- hogwarts legacy la salle sur demande
- hogwarts legacy pourquoi y jouer
- hogwarts legacy ps5
- hogwarts legacy santé mentale
- jeux vidéo
- jeux vidéo et bien-être

Par Céline Nicolini



VOUS POURRIEZ AUSSI AIMER



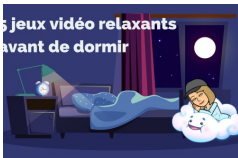
Jeux vidéo et émotions : les comprendre quand on joue

21 mai 2022



Les jeux vidéo d'horreur et l'hypersensibilité

22 octobre 2022



5 jeux vidéo relaxants avant de dormir

26 novembre 2022

LAISSER UN COMMENTAIRE

Connexion en tant que Céline Nicolini. [Modifier votre profil](#). [Se déconnecter ?](#) Les champs obligatoires sont

CATÉGORIES



COMMENTAIRES RÉCENTS

- Ophélie Barbotte dans 6 bonnes raisons de jouer à des jeux vidéo indépendants
- Piko dans 6 bonnes raisons de jouer à des jeux vidéo indépendants
- Vincent dans Pensées obsédées par un jeu vidéo vous hante
- Marie G. dans 6 bonnes raisons de jouer à des jeux vidéo indépendants

RÉSEAUX



ARTICLES RÉCENTS

Retour sur le jeu à l'ère des jeux vidéo indépendants

indiqués avec \*

Commentaire



LAISSER UN COMMENTAIRE

CATÉGORIES



COMMENTAIRES  
RÉCENTS

Ophélie Barbotte dans 6

bonnes raisons de jouer à

des jeux vidéo

2024 Journal d'une Gameuse © | Tous droits réservés  
indépendants

Communauté Qui sommes-nous Politique de confidentialité Mentions légales |

Thème Ashe par WP Royal.

Piko dans 6 bonnes raisons

de jouer à des jeux vidéo

indépendants

Vincent dans Pensées

obsédantes : quand un jeu

vidéo vous hante

Marie G. dans 6 bonnes

raisons de jouer à des jeux

vidéo indépendants