

Les addictions aux jeux vidéo

La pratique des jeux vidéo a connu un développement considérable aux cours des dernières décennies grâce aux avancées technologiques de l'informatique qui permettent de nouvelles pratiques virtuelles de loisir. Cette évolution s'intègre aussi à un mouvement sociétal plus large où la place de la communication et des échanges est devenue prépondérante. Les avancées technologiques réduisent les espaces-temps et entraînent de nouveaux types de communication.

Le monde des jeux vidéo n'est pas uniforme. Les différences entre les jeux d'action, de stratégie ou de réflexion sont majeures. Ils suscitent des intérêts différents chez les joueurs. Des titres sont proposés pour les tout petits, d'autres s'adressent à un public majeur uniquement. Certains jeux se jouent seuls ou à plusieurs, sur le même ordinateur ou à distance via Internet. Les MMORPGs (cf. encart) sont probablement le type de jeu le plus souvent associé aux problématiques addictives, ce qui ne signifie pas bien entendu qu'ils soient dangereux par essence. Il s'agit comme toujours de pouvoir pratiquer avec mesure.

On entend parler dans différents domaines : médias, sociologie, familles, joueurs eux-même d'**addiction aux jeux vidéo**. Mais comment les soignants et notamment les psychiatres ou les addictologues se situent-ils par rapport à cette question ?

Pour les médecins s'étant intéressés à cette question, les symptômes évocateurs d'utilisations addictives sont :

- Temps passé à ces pratiques important. Au delà d'une durée seuil qui ne peut être arbitrairement définie, il s'agit surtout d'un temps passé entravant les autres activités nécessaires à l'équilibre d'un individu. Soit :
 - o Réduction des relations sociales, amicales et familiales. Isolement au domicile
 - o Répercussions sur le travail scolaire ou professionnel.
 - o Répercussions sur l'équilibre alimentaire ou le sommeil.
- Souffrance psychique rattachée à l'utilisation des jeux (Tristesse, anxiété, agressivité)
- Incapacité de réduire les temps de jeu.

Les débats se poursuivent pour savoir quelles sont les spécificités et les causalités, forcément multiples et complexes, de ces nouveaux comportements. Toujours est-il que les acteurs du soins s'étant intéressés à ces pratiques s'accordent à dire que certains individus (notamment des hommes jeunes, entre l'adolescence et la trentaine) présentent des consommations problématiques, qui traduisant une souffrance individuelle ou familiale nécessitant une évaluation et éventuellement des soins. Des comorbidités anxieuses ou dépressives sont souvent notées.

Il est essentiel de pouvoir différencier les jeux auxquels les joueurs s'adonnent. On constate que souvent les parents ne connaissent pas les jeux auxquels leurs enfants jouent, s'ils sont adaptés à leur âge. Il semble absolument essentiel que les parents puissent s'intéresser à ces nouvelles pratiques, à la fois pour limiter leurs angoisses,

souvent liées à une méconnaissance de ces jeux, ensuite pour pouvoir poser en conscience des limites protectrices pour leur enfant.

Le service d'Addictologie du CHU de Nantes travaille actuellement au développement de prises en charge spécialisées permettant l'accueil de jeunes en difficultés ou de leur famille. Suite à une évaluation de ces nouvelles pratiques des soins appropriés peuvent être débutés.

Un travail de thèse de Psychiatrie – Addictologie a été réalisé. Des actions d'information et de sensibilisation auprès du grand public et des professionnels sont en cours de travail autour de cette problématique

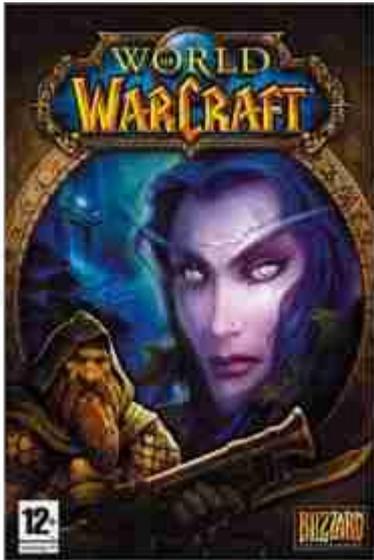
MMORPG : Acronyme Anglais pour *Massive Multiplayer Online Role Playing Game*. Il s'agit de jeux de rôle dans lequel le joueur est représenté dans le « monde virtuel » par un *Avatar*. Les quêtes proposées nécessitent souvent des interactions entre les différents joueurs qui s'associent en *Guildes*. Le titre ayant le plus de succès actuellement est *WoW (World Of Warcraft)* qui réunit désormais à travers le monde plus de 9 millions de joueurs.
Ce type de jeu en univers persistant (c'est à dire 24/24 h) et nécessitant un temps de pratique important pour progresser est le plus susceptible de déclencher des utilisations addictives.

BIBLIO :

[1-8]

1. Hayez, J.M., *Quand le jeune est scotché à l'ordinateur: les consommations estimées excessives*. Neuropsychiatrie de l'enfance et de l'adolescence, 2006. 54(3): p. 189-199
2. Lejoyeux, M., L. Romo, and J. Adès, *Addiction à l'internet*. Encyclopédie Médico Chirurgicale, 2003(37-396-A-27)
3. Lévy, P., *Qu'est ce que la réalité virtuelle?* 1998: La Découverte.
4. Nayebi, J.C., *La cyberdépendance en 60 questions*. 2007: Retz.
5. Stora, M., *Guérir par le Virtuel, une nouvelle approche thérapeutique*. 2005, Paris: Presses de la Renaissance.
6. Tisseron, S., S. Missonier, and M. Stora, *L'enfant au risque du virtuel*. 2006: Dunod.
7. Valleur, M. and J.C. Matysiak, *Sexe, Passion et Jeux Vidéo*. 2003: Editions Flammarion.
8. Virole, B., *Du bon usage des jeux vidéo et autres aventures virtuelles*. 2003: Hachette littérature.

IMAGES :



Dr Bruno ROCHER

Auteur d'une thèse de DES de psychiatrie soutenue en 2007 : « Addiction aux Jeux Vidéo : Mythe ou Réalité ? »

Espace Barbara
Service Addictologie CHU de Nantes
9, bis rue de Bouillé
44 000 NANTES