



Centre de référence sur le jeu excessif

#### DREFAC

Pôle Universitaire d'Addictologie et Psychiatrie  
CHU de Nantes - Hôpital Saint-Jacques  
Bât. Louis-Philippe - Section O  
85, rue de Saint-Jacques  
44093 Nantes Cedex 1

T 02 40 84 76 18 - F 02 40 84 76 55  
crje@chu-nantes.fr / crje@univ-nantes.fr  
[www.crje.fr](http://www.crje.fr)

## Prévention de la dépendance aux jeux vidéo et cyberdépendance

*L'émergence d'Internet dans les foyers et sur les lieux de travail comporte des aspects très positifs. L'utilisation de ces nouvelles technologies peuvent entraîner la naissance de problématiques de dépendances voire d'addictions.*

*Avec ce dossier, le CRJE propose quelques pistes pour accompagner des actions de prévention dans le domaine des addictions aux jeux vidéo et de la cyberdépendance. Même si ces questions ne recueillent pas un consensus professionnel quant à la réalité des pratiques addictives.*

Ce dossier Web propose les ressources suivantes :

<b>Rapports gouvernementaux .....</b>	<b>2</b>
<b>Outils de prévention .....</b>	<b>3</b>
<b>Ressources en ligne .....</b>	<b>7</b>
<b>Sitographie .....</b>	<b>11</b>
<b>Annuaire de soins .....</b>	<b>14</b>
<b>Ouvrages de référence .....</b>	<b>14</b>

# Rapports gouvernementaux

## La cyberdépendance : état des lieux et propositions

---

*Grosskost A., Jeanneteau P. Assemblée nationale, 2008*



- [http://www.crje.fr/rapport\\_cyberdependance\\_assemblee\\_nationale\\_2008.pdf](http://www.crje.fr/rapport_cyberdependance_assemblee_nationale_2008.pdf)

On y présente la cyberdépendance, une addiction sans substance, un phénomène récent mais qui est néanmoins très préoccupant. Ce rapport propose des solutions afin de garantir et de protéger les plus fragiles, à commencer par les enfants.

## L'impact des nouveaux médias sur la jeunesse

---

*Assouline D. Sénat, 2008*



- <http://www.senat.fr/rap/r08-046/r08-0461.pdf>

Ce rapport analyse les risques et les opportunités qu'entraînent les nouveaux médias (Web, téléphones mobiles,...) pour la jeunesse. Plusieurs mesures y sont proposées, par exemple, David Assouline préconise la création d'une « autorité de la protection de l'enfance dans les médias ».

## Outils de prévention

- *Rapport - Ouvrage*

### **Les usages problématiques d'Internet et des jeux vidéo**

---

*Les Cahiers de l'Institut Wallon pour la Santé Mentale, n° 6, décembre 2010*



- [http://www.crje.fr/doss\\_doc\\_cyberdependance\\_belgique.pdf](http://www.crje.fr/doss_doc_cyberdependance_belgique.pdf)

La Wallonie a impulsé une étude sur la « cyberdépendance » destinée à établir un état des lieux de la littérature sur la question. Les aspects étiologiques et les conséquences y sont largement abordés, de manière à mieux saisir la nature de la thématique. Une série de recommandations s'adressant aux professionnels du champ de la santé conclut le rapport.

### **Cyberdépendance et autres croquemitaines**

---

*Editions Fabert, Yakapa.be, 2010*



- [http://www.crje.fr/cyberdependance\\_autres\\_croquemitaines.pdf](http://www.crje.fr/cyberdependance_autres_croquemitaines.pdf)

Serge TISSERON a préfacé ce petit fascicule écrit par Pascal MINOTTE, psychologue, psychothérapeute et chercheur à l'Institut Wallon pour la Santé Mentale (IWSM) en Belgique.

- *Dépliant*

### **Cyberaddiction**

---

*Addiction info Suisse, mai 2010*



- [http://www.crje.fr/cyberaddiction\\_brochure.pdf](http://www.crje.fr/cyberaddiction_brochure.pdf)

L'utilisation d'Internet est devenue banale aussi bien dans le cadre professionnel que privé. C'est incontestablement un outil aussi utile que divertissant. Cependant, certaines formes d'utilisation peuvent se révéler problématiques, et même conduire à l'addiction.

- *Enquête*

### **Ados à l'écran ? Fantômes et réalités**

---

*Association nationale de prévention en alcoologie et addictologie, Groupe régional de santé publique, Rhône-Alpes, 2009*



- [http://www.cirdd-ra.org/img\\_publications/85\\_ANPAA\\_ActesColloqueAdosAccrosEcran\\_sept09.pdf](http://www.cirdd-ra.org/img_publications/85_ANPAA_ActesColloqueAdosAccrosEcran_sept09.pdf)

Ce document concis et riche a été réalisé à la suite des journées organisées dans quatre départements de la région Rhône-Alpes au printemps 2009 sur le thème des pratiques de jeux vidéo et de jeux en ligne et sur l'utilisation des nouveaux réseaux sociaux. On y trouve, en particulier, les résultats d'une enquête menée par l'ANPAA 69, en lien avec l'Inspection Académique du Rhône, auprès d'environ 1000 jeunes de 11 à 20 ans sur leur usage de l'Internet et des jeux vidéo ainsi que les interventions de deux psychologues Elisabeth Rossé, et Thomas Gaon.

- *Mallette pédagogique*

### **Les jeunes et Internet : guide pédagogique et ludique**

---

*Administration générale de l'enseignement et de la recherche scientifique (Belgique), 2009*



- <http://www.enseignement.be/index.php?page=26149>

Ce programme propose dans le cadre d'un travail de prévention sur « Les jeunes et l'Internet », une fiche sur les jeux en ligne avec :

- les définitions et les usages
- les opportunités pédagogiques et sociales des jeux en ligne
- les risques liés à ces jeux ...

... Et une boîte à outils pédagogiques sous la forme d'activités à faire dans les classes.

Le programme comprend, dans sa totalité, 46 fiches sur des thématiques comme « Droit à la tranquillité et cyberharcèlement », « Vie privée et protection personnelle », « Droit à l'image, les réseaux sociaux, les blogs »...

- *Revues*

### **Addictions aux jeux vidéo : apprivoiser le numérique**

---

**ZAP 06 (Zoom addictions prévention 06) n° 5 - mai 2009**



- [http://www.cg06.fr/cms/cg06/upload/servir-les-habitants/fr/files/sante\\_zap06-05.pdf](http://www.cg06.fr/cms/cg06/upload/servir-les-habitants/fr/files/sante_zap06-05.pdf)

Le comité rédactionnel de ZAP a souhaité consacrer trois numéros de leur lettre d'information aux addictions aux jeux vidéo. Ce thème d'actualité, qui mobilise éducateurs, parents et thérapeutes, est aussi un champ ouvert dont les limites restent à fixer. ZAP n°5 se propose de faire un état des lieux de la place des technologies dans notre société, dans un souci de pondération de leur influence. ZAP n°6 aborde en complémentarité la clinique des cyberaddictions et ZAP n° 7 propose la mise en scène de 7 familles.... autour de la pratique d'Internet et des jeux vidéo.

### **Addictions aux jeux vidéo. De l'interactivité à l'addiction**

---

**ZAP 06 (Zoom addictions prévention 06) n° 6 - janvier 2010**



- [http://www.cg06.fr/cms/cg06/upload/servir-les-habitants/fr/files/sante\\_zap06-06.pdf](http://www.cg06.fr/cms/cg06/upload/servir-les-habitants/fr/files/sante_zap06-06.pdf)

### **Addictions aux jeux vidéo. Prévention et pratiques familiales**

---

**ZAP 06 (Zoom addictions prévention 06) n° 7 - juin 2010**



- [http://www.cg06.fr/cms/cg06/upload/servir-les-habitants/fr/files/sante\\_zap06-07.pdf](http://www.cg06.fr/cms/cg06/upload/servir-les-habitants/fr/files/sante_zap06-07.pdf)

**Ressources en ligne**

- *Note d'analyse*

## **Jeux vidéo : quelle régulation des contenus et des pratiques ?**

---

*Note d'analyse – Questions sociales, n° 201, novembre 2010 du Centre d'analyse stratégique*



- [http://www.crje.fr/admin/preview/note\\_analyse\\_cae.pdf](http://www.crje.fr/admin/preview/note_analyse_cae.pdf)

Le séminaire « Jeux vidéo : addiction ? induction ? régulation ? » organisé par le Centre d'analyse stratégique (CAE) le 23 novembre dernier, a permis d'engager un débat très riche. En effet, ni l'American psychiatric association, ni l'OMS n'ont reconnu, pour l'instant, l'existence d'une «dépendance au virtuel». Les médecins psychiatres préfèrent parler de « jeu excessif » ou d' « usage abusif » et reconnaissent que les cas de joueurs excessifs de jeux vidéo sont rares.

- *Conférence audio*

## **Les addictions aux jeux vidéos**

---

*Conférence de Marc Valleur dans le cadre de l'une conférence de L'UTLS au lycée, 2 décembre 2009*



- [http://www.canal-u.tv/producteurs/universite\\_de\\_tous\\_les\\_savoirs\\_au\\_lycee/dossier\\_programme\\_s/utls\\_au\\_lycee\\_2006/les\\_addictions\\_au\\_jeux\\_videos](http://www.canal-u.tv/producteurs/universite_de_tous_les_savoirs_au_lycee/dossier_programme_s/utls_au_lycee_2006/les_addictions_au_jeux_videos)  
(existe en audio uniquement)

« L'Université de tous les savoirs » propose sur son site Internet des conférences filmées données par de grands scientifiques et intellectuels sur des thèmes très variés. Marc Valleur parle ici de l'addiction aux jeux vidéo.

- *Conférence vidéo*

## **Addictions à l'ordinateur et aux jeux vidéo**

---



- [http://www.canal-tv.fr/producteurs/universite\\_de\\_tous\\_les\\_savoirs\\_au\\_lycee/dossier\\_programmes/utls\\_au\\_lycee\\_2009/addictions\\_a\\_l\\_ordinateur\\_et\\_aux\\_jeux\\_video\\_elizabeth\\_ross](http://www.canal-tv.fr/producteurs/universite_de_tous_les_savoirs_au_lycee/dossier_programmes/utls_au_lycee_2009/addictions_a_l_ordinateur_et_aux_jeux_video_elizabeth_ross)

Intervention d'Elizabeth Rossé, psychologue à l'hôpital Marmottan, dans le cadre d'une conférence de « l'Université de tous les savoirs » au lycée le 6 mars 2009.

## **"Addiction" aux jeux vidéo ? Une mauvaise formulation**

*Vidéo sur le site : <http://www.yapaka.be/> postée le 1er septembre 2008*



- <http://www.yapaka.be/content/addiction-aux-jeux-vid%C3%A9os-une-mauvaise-formulation>

Interview de Serge Tisseron, psychiatre, psychanalyste et directeur de recherches à l'Université Paris X. Il donne son point de vue sur l'addiction aux jeux vidéo qui, selon lui, est une mauvaise formulation.

- *Pages d'information sur sites Internet*

## **Trouble de Dépendance à Internet (IAD)**

*Action Innocence, mars 2007*



- <http://www.actioninnocence.org/suisse/Fichiers/ModeleContenu/428/Fichiers/D%C3%A9pendance%20Internet.pdf>

Martine Courvoisier nous propose les critères diagnostiques de l'IAD (Internet Addiction Disorder) ainsi qu'un questionnaire de « dépistage » sur cette addiction particulière qu'est l'addiction à l'Internet. Elle présente cinq sous-catégories de symptômes, les conséquences médicales et psychologiques et identifie les traitements existants.



## **A DESTINATION DES ENFANTS**

- *Kit pédagogique*

### **J'arrête quand je veux**

*Kit pédagogique pour les 10-12 ans (Livre + site Internet), 2009*

---



- <http://www.jarretequandjeveux.org/fr/accueil>

Ce projet, initié par Infor-Drogues et à destination des 10-12 ans s'est développé sur les jeux vidéo.

Le **roman** raconte l'histoire d'un jeune garçon, Théo, fan de jeux vidéo qui découvre un jeu en ligne bien plus passionnant que tous les autres. Il joue tellement qu'il en oublie ses amis, l'école et tout le reste. Arrivera-t-il à quitter ce jeu pour revenir dans le monde normal.

Le **site** propose aux jeunes lecteurs d'en découvrir davantage sur l'histoire de Théo. Les enseignants et les parents pourront trouver divers outils et informations utiles pour aborder le sujet directement sur Internet.

# Sitographie sur les usages des jeux vidéo et d'Internet

## A DESTINATION DES PARENTS

### E-Enfance

---



- <http://www.e-enfance.org/>

Dans ce site on relève les rubriques : « Côté enfants » et « Côté parents » qui donnent des conseils pour l'utilisation des nouveaux médias. L'addiction y est également abordée.

### Pedagojeux

---



- <http://www.pedagojeux.fr/>

Ce site est né de la volonté de plusieurs partenaires institutionnels, professionnels et associatifs afin de mettre à disposition des informations de référence sur les jeux vidéo et leurs usages.

### Le Pan European Game Information a défini une norme

---



- <http://www.pegi.info/fr/index/>

PEGI est un système de classification par âge (Pan-European Game Information, système européen d'information sur les jeux) qui permet aux parents de toute l'Europe de prendre des décisions éclairées lors de l'achat de jeux vidéo.

### Game addict : Plateforme de l'addiction au jeu

---



- <http://www.game-addict.org/>

Avec le développement d'Internet, l'augmentation des capacités des PC, des consoles et des jeux vidéo toujours aussi nombreux, on entend parler de plus en plus de l'addiction au jeu. L'objectif de ce site est d'offrir aux joueurs, amis de joueurs, parents, médecins, un espace où ils peuvent échanger leurs avis sur cette nouvelle addiction et les jeux vidéo en général ; un espace où l'on peut s'informer et se renseigner de manière simple.

## Annuaire de soins

### Annuaire des centres hospitaliers

---



- [http://www.crje.fr/ou\\_s\\_adresser.html](http://www.crje.fr/ou_s_adresser.html)

Lien vers l'annuaire des centres hospitaliers consultant pour les jeux de hasard et d'argent et la cyberaddiction.

### Annuaire des centres hospitaliers de l'Ouest

---



- [http://www.crje.fr/region\\_ouest.html](http://www.crje.fr/region_ouest.html)

Lien vers l'annuaire des centres hospitaliers consultant pour les jeux de hasard et d'argent et la cyberaddiction localisés dans l'Ouest de la France.

### Annuaire des centres hospitaliers

---



- [http://www.crje.fr/annuaire\\_consultation\\_jeux\\_video.html](http://www.crje.fr/annuaire_consultation_jeux_video.html)

Lien vers un annuaire de lieux de consultation plus spécifiquement pour la dépendance aux jeux vidéo.

## Ouvrages de référence

### Bibliographie destinée aux professionnels de la prévention

---



- [http://www.crje.fr/livres\\_espace\\_professionnels.html](http://www.crje.fr/livres_espace_professionnels.html)

Cette bibliographie professionnelle, proposée sur le site du CRJE, présente des ouvrages spécialisés sur les thématiques des jeux de hasard et d'argent, des jeux vidéo et de la cyberdépendance.