

Le jeu vidéo pathologique

Le jeu vidéo est aujourd'hui un loisir qui concerne toutes les tranches de la population. Une enquête publiée en 2017 montrait que 53 % des Français jouent régulièrement et 68 % occasionnellement. Les plus gros joueurs se situent dans la tranche d'âge des 10-24 ans avec plus de 90% de pratiquants jouant de manière plus ou moins intense.

De nombreux jeux sont disponibles sur le marché. Les jeux de rôle en ligne massivement multi-joueurs (Massively multiplayer online role-playing game-MMORPG) dont « World of Warcraft » (WOW) et les arènes de bataille en ligne multijoueurs (Multiplayer online battle arena-MOBA) comme « League of legends » (LOL) ou les jeux de tirs comme « Fortnite » sont des jeux très populaires présentant potentiellement un caractère addictif. Il s'agit de jeux d'équipe où les joueurs doivent se coordonner pour espérer gagner. Chaque joueur incarne un héros dont les pouvoirs varient selon sa classe. En contribuant à alimenter les échanges avec les pairs, ces jeux constituent une forme de sociabilité et peuvent pour certains favoriser l'estime de soi. Cependant, cette dimension sociale et communautaire reste le plus souvent marquée par la faiblesse de l'engagement affectif, du fait du confinement de la relation sociale dans l'univers du jeu. Il ne s'agit pas de diaboliser le jeu vidéo qui est un loisir comme les autres et qui comporte des bienfaits incontestés (développement des capacités de concentration et d'attention par exemple) mais seulement de relever que pour certains joueurs en situation de vulnérabilité psychique, un excès d'activités vidéo-ludiques peut engendrer isolement et retrait social.

◦ Définition

Le consensus sur l'expression à employer pour décrire un usage excessif des jeux vidéo fait débat. Cependant, pour la première fois, l'Organisation mondiale de la santé (OMS) a inclus le « Gaming Disorder » dans la dernière version de la classification internationale des maladies (CIM-11) de juin 2018. Le trouble du jeu vidéo y est défini comme « un comportement lié à la pratique des jeux vidéo ou des jeux numériques, qui se caractérise par une perte de contrôle sur le jeu, une priorité accrue accordée au jeu, au point que celui-ci prenne le pas sur d'autres centres d'intérêt et activités quotidiennes, et par la poursuite ou la pratique croissante du jeu en dépit de répercussions dommageables. « Pour que ce trouble soit diagnostiqué en tant que tel, le comportement doit être d'une sévérité suffisante pour entraîner une altération non négligeable des activités

personnelles, familiales, sociales, éducatives, professionnelles ou d'autres domaines importants du fonctionnement, et se manifester clairement sur une période d'au moins 12 mois » (source : site de l'OMS).

La prévalence du trouble lié à l'usage des jeux vidéo varie fortement d'un pays et d'une étude à l'autre, en raison du manque de fiabilité et de la diversité des outils utilisés. Une récente étude rapportant les résultats de 27 recherches réalisées entre 1998 et 2016, dans le monde entier, rapportait en moyenne une prévalence de 4.7 %. D'autres études doivent être menées afin de préciser ces résultats.

◦ **Prise en charge**

De plus en plus de services d'addictologie proposent des prises en charge spécialisées pour l'usage excessif de jeux vidéo. Il s'agit généralement d'une prise en charge bio-psycho-sociale, qui propose à la fois une prise en charge médicale et psychothérapeutique, ainsi qu'un accompagnement social et familial auquel des groupes d'entraide peuvent être associés... La construction d'une bonne alliance thérapeutique est essentielle car la demande de soins est souvent plus portée par l'entourage que par le joueur lui-même.

Il est important que dans le cadre d'une prise en charge, la famille puisse s'exprimer sur la situation, sur sa souffrance et ses difficultés à faire face à cette situation. Des prises en charge de type «thérapie familiale » ont montré leur intérêt dans la prise en charge de l'addiction aux jeux vidéo.

Comme dans d'autres centres de soins, l'espace Barbara (CHU de Nantes) propose également un groupe de paroles « Entourage Jeux vidéo » afin que les familles s'expriment et échangent sur leurs situations, leurs souffrances et leurs difficultés à faire face à cette situation.

Télécharger le calendrier du [groupe « Entourage Jeux vidéo »](#).

Enfin, dans le but de prévenir les conduites problématiques et d'informer la population des risques liés à un usage excessif des écrans, des organismes comme [Pédagojeux](#) ou [l'Institut d'éducation médicale et de prévention](#) (IEMP) proposent des outils (sites Internet, flyers...) pour informer les joueurs et leur entourage. Les [Promeneurs du Net](#) accompagnent également les jeunes dans l'utilisation du Net.

➔ [Rejoindre La Guilde](#)

Pour en savoir plus :

- [Rocher B, Simonetti AL. **Le trouble d'utilisation du jeu vidéo, une nouvelle addiction dans la classification internationale des maladies de l'OMS.** *http://www.maad-digital.fr/; mars 2018.*](http://www.maad-digital.fr/)
- [Phan O, Bonnaire C, Har A, Bastard N, Serehen Z. **Jeux vidéo, alcool, cannabis : prévenir et accompagner son adolescent.** *Paris: Editions Solar; 2017.*](#)
- [Deleuze J, Maurage P, De Timary P, Billieux J. **Addiction à Internet : le cas des jeux vidéo en ligne.** Dans: Reynaud M, Karila L, Aubin HJ, Benyamina A. **Traité d'addictologie. 2e ed.** *Paris: Lavoisier; 2016. p. 823-9.*](#)
- [Romo L, Bioulac S, Kern L, Michel G. **La dépendance aux jeux vidéo et à Internet.** *Paris: Dunod; 2012.*](#)

➔ [Où trouver de l'aide](#)

➔ [Posez vos questions à un professionnel](#)

➔ [Groupe « Entourage Jeux vidéo » à l'Espace Barbara \(CHU de Nantes\)](#)

<https://ifac-addictions.chu-nantes.fr/le-jeu-video-pathologique>
