



Décembre 2010

6 CAHIER

Les usages problématiques d'Internet et des jeux vidéo

Pascal Minotte

Avec la Contribution de Jean-Yves Donnay

Synthèse, regard critique et recommandations.

Une recherche de l'Institut Wallon pour la Santé Mentale, réalisée en partenariat avec l'asbl NADJA à Liège et le GRIGI, FUNDP, Namur



P R É F A C E

Eliane TILLIEUX

*Ministre wallonne de l'Action sociale,
de la Santé et de l'Égalité des chances*

Toute réalité est ambivalente.

Internet et les jeux vidéo sont en permanente évolution, nous le savons. La vitesse de développement des Technologies de l'Information et de la Communication (TIC) est fulgurante et les bouleversements qu'engendrent ces « dispositifs sociotechniques » sont très importants.

En effet, depuis une vingtaine d'années, une série de nouveaux usages, comportements, normes et valeurs émergent. Si de telles modifications dans le paysage de la communication s'avèrent constituer un réel progrès, eu égard à leur efficacité, des situations problématiques se dégagent également.

Les écrans se sont maintenant imposés dans notre quotidien. Cette omniprésence n'est pas sans susciter de l'inquiétude, notamment chez les parents qui observent leurs enfants fréquenter des heures durant ces mondes virtuels.

Partant de ces considérations, la Wallonie a souhaité impulser une étude sur ce qui est communément désigné par le terme de « cyberdépendance ». Ce concept, apparu dans les années quatre-vingt aux États-Unis, fait l'objet de nombreuses controverses, d'ailleurs relayées dans ce rapport. Ceci étant, au-delà des mots, si l'on sait que le nombre d'Internautes est considérable en Wallonie et en Belgique - où près de huit résidents sur dix utilisent la Toile - on comprendra l'importance d'observer et d'analyser le phénomène. L'ensemble des nouvelles technologies constitue une nouvelle donne sociale incontournable qui nécessite une attention particulière, sans dramatisation.

Cette étude est, avant tout, destinée à établir un état des lieux de la littérature sur ces questions, notamment en interrogeant les données disponibles quant à la fréquence des difficultés rencontrées et aux solutions qui peuvent être apportées. Ce travail fait également la synthèse des différents outils permettant de différencier les usages et les mésusages des Nouvelles Technologies de l'Information et de la Communication. Ensuite, les aspects étiologiques et les conséquences 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 concluent le rapport.



Enfin, mon souhait le plus cher est celui d'éclairer les professionnels concernés directement ou indirectement par cette thématique, de façon à optimiser la compréhension et l'accompagnement des personnes en souffrance.

Il appartient à chacun d'observer les évolutions du monde et aux responsables de les accompagner pour une meilleure qualité de vie en Wallonie. Tel est notre objectif de tous les jours, partout et y compris dans ces mondes virtuels qui deviennent parfois tellement réels, notamment pour les jeunes générations.

Bonne lecture !

Eliane TILLIEUX

Ministre wallonne de l'Action sociale,
de la Santé et de l'Égalité des chances



Wallonie



I N T R O D U C T I O N

INTRODUCTION

Ce travail a été réalisé dans le cadre du « Plan stratégique N° 3 » relatif au renforcement du secteur de l'aide et de la prise en charge en matière d'assuétudes en Région wallonne. C'est donc au départ du concept de « cyberdépendances » que nous avons été amenés à faire le point sur les usages des Technologies de l'Information et de la Communication (TIC) et les liens qu'il y a à faire entre ceux-ci et la santé mentale.

Soucieux de prendre le problème à l'endroit, nous avons d'emblée décidé de consacrer le premier chapitre de ce rapport à ces nouvelles technologies en tant que dispositif socio-technique faisant partie intégrante d'une nouvelle donne sociale, indépendamment de toute référence à la psychopathologie. En effet, si le questionnement relatif aux usages problématiques des TIC est pleinement légitime, il ne faut pas perdre de vue que celles-ci sont avant tout des composantes de notre quotidien. Le premier chapitre constitue donc un essai de contextualisation de la question des TIC et de leurs usages.

Ensuite, nous questionnons le terme de « cyberdépendances » et les enjeux qui peuvent y être associés. Notre réflexion portera sur le choix des mots et des métaphores qui viennent actuellement construire cette problématique sur des repères conceptuels propres aux assuétudes.

Les chapitres suivants portent sur les dimensions épidémiologiques puis étiologiques des « passions obsessionnelles » que peuvent susciter Internet et les jeux vidéo. Nous essayons, dans ce cadre, de rendre compte d'approches théoriques différentes (cognitivo-comportementaliste et psychodynamique). Notre ambition n'est certainement pas de saturer l'ensemble des significations possibles que peuvent revêtir ces usages, mais de fournir des pistes qui sont autant de possibilités d'édifier du sens.

Outre les utilisations « compulsives » des TIC, il existe d'autres phénomènes liés à celles-ci qui constituent également des sources d'inquiétude. Nous pensons notamment à l'association, souvent relayée par les médias, des jeux vidéo et de la violence. Un chapitre sera donc dédié à ces questions. Devons-nous craindre une confusion de plus en plus grande entre ce qui est réel et ce qui est virtuel ; et concomitamment, une possible exportation et/ou contamination des comportements et contenus développés dans le virtuel vers le réel ? Les TIC génèrent-elles de nouvelles formes de violence (ex. happy slapping) ? Etc.

D'un point de vue méthodologique, notre propos s'est construit autour de deux démarches. D'une part, un travail de synthèse de la littérature sur ces questions (supervisé par un Comité de pilotage) et d'autre part la consultation de professionnels de terrain dans le cadre d'un



groupe de travail. Celui-ci n'avait pas pour vocation d'établir des statistiques, mais plutôt d'ancrer notre réflexion dans la réalité du territoire de la Région wallonne.

Vous verrez qu'un ensemble de recommandations sont nées de cette recherche. Préparées par le groupe de travail, celles-ci ont été approuvées par le Comité de pilotage et relues par le Conseil d'administration de l'IWSM. Vous les trouverez en fin de document.



CONTEXTUALISATION

PARTIE I

LES TIC: ESSAI DE CONTEXTUALISATION

Jean-Yves Donnay

Sociologue, chercheur IWSM



1. Objet

Le présent chapitre vise à replacer les TIC dans leur contexte socio-historique d'intelligibilité. Ce travail de contextualisation, nous l'opérons en mobilisant les sciences sociales, essentiellement la sociologie, mais aussi l'histoire ou encore l'anthropologie. Après avoir procédé à un état des lieux des principales TIC, pris note de leur distribution statistique au sein de certaines catégories de population, saisi les enjeux socio-culturels et individuels qui s'en dégagent, nous nous attardons quelque peu sur les usages sociaux dont elles sont le support. Si ces quatre finalités structurent le chapitre, il est bien évident – eu égard à la complexité des faits sociaux – que leur présentation formelle ne saurait faire l'économie de leur imbrication potentielle.

Avant de mettre à l'épreuve ces différentes finalités, et alors même que nous le reprenons tout au long du rapport, et cela par convention de langage, il nous paraît essentiel d'interroger l'acronyme TIC : « technologies de l'information et de la communication ». Quels en sont ses présupposés ? Ses assises épistémologique, analytique et descriptive ? En agissant de la sorte, nous pensons en effet que « les mots pour le dire » ne sont pas sans influence sur ce « le » qui est dit.

Dans la foulée de ce questionnement, et toujours en guise de préambule à ce premier chapitre, nous mettons en perspective historique les TIC avec quelques autres grands médias qui les ont précédés. Questionnant tantôt leurs régimes d'espace-temps¹, tantôt les finalités qui leur étaient alors assignées, tantôt la (dis)similitude de leurs modes d'action avec les TIC. Participant de la contextualisation annoncée ci-dessus, le perspectivisme historique permet en effet de saisir la radicalité de la nouveauté, mais également de prendre distance par rapport à ce qu'une absence d'éclairage historique eût thématiquement foncièrement novateur. Bref, si la contextualisation historique autorise la mise en relief de la factualité contemporaine, elle vient dans le même temps mettre en tension le régime d'historicité de la période contemporaine : le « présentisme »². Autrement dit, en régime de présentisme, le présent est hypertrophié, l'instantané prévaut sur l'historique, le nouveau sur l'ancien : la contemporanéité va de soi. Or, dans la description, l'interprétation et l'explication des faits sociaux, rien n'est plus aveuglant que de considérer la contemporanéité comme horizon temporel indépassable.

¹Compte tenu précisément de la centralité du régime d'espace-temps (i.e. la compression spatio-temporelle) dans la caractérisation des TIC.

²Hartog F., voir bibliographie, n° 76.



2. Les TIC: information, communication... mais aussi éducation et, surtout, divertissement

D'un point de vue épistémologique, les TIC sont ici appréhendées comme des dispositifs socio-techniques. C'est-à-dire des dispositifs qui articulent étroitement les registres de la technique et du social. Ainsi, loin de coloniser le social, la technique doit aussi et surtout composer avec une série de « procès sociaux »³ : l'ancrage social et les usages qu'en fait la société. De manière plus générale, appréhender les TIC comme des dispositifs socio-techniques, c'est s'inscrire dans l'épistémologie de l'école française de sociologie des sciences et des techniques, un courant de recherches qui a plaidé ces dernières décennies pour une nouvelle définition du social. Comme le dit un de ses représentants les plus emblématiques, « *On ne peut pas continuer indéfiniment à ôter des relations sociales tous les objets qui les font exister, et qui relèvent des sciences et des techniques [...] Il s'agit de traiter l'ensemble des objets et des hommes comme un « collectif » formé d'humains et de non-humains [...] La société pensée ainsi, ce n'est ni une infrastructure d'objets, ni des objets traités comme des signes, mais un ensemble d'objets et d'humains qui entretiennent des relations* »⁴. Bref, appréhender les TIC de cette manière, c'est les rendre intelligibles à travers des « concepts-horizon » : des concepts qui, en sociologie, structurent l'ensemble de la discipline depuis ses débuts. Ainsi, et le paradoxe n'est qu'apparent, le fait que la technique ait été originellement pensée à l'extérieur du champ d'action de la sociologie a rendu légitime la construction de l'axe « technique-social » comme un des axes majeurs de la discipline. Autrement dit, en mobilisant des concepts-horizon, notre approche se prémunit contre tout risque de réduction empiriste. Dans le même temps, force est de reconnaître que les concepts-horizon sont peu opératoires. Comment alors questionner les TIC autrement qu'en les ramenant à un axe « technique-social » ? En prenant au sérieux « *les objectifs que [ces dispositifs socio-techniques] se donnent ou les finalités qui leur sont assignées par leurs destinataires : l'information, le divertissement, la communication, l'éducation* »⁵. Si l'acronyme TIC reprend les dimensions informationnelle et communicationnelle, il ne dit en revanche rien des dimensions ludique et éducative. Or, certains dispositifs socio-techniques se définissent avant tout par leur inscription forte sur une des quatre dimensions. Même si, comme le précise l'Institut de Recherches et d'Etudes sur la Communication (IREC), l'ensemble des dispositifs socio-techniques se partage, en des proportions variables, l'entièreté des finalités susmentionnées⁶. Résumons-nous. Dispositifs socio-techniques, les TIC – acronyme de « technologies de l'information et de la communication » – peuvent renvoyer à d'autres

³ Miège B., p. 18, voir bibliographie, n° 111.

⁴ Latour B., pp. 303-304, voir bibliographie, n° 96

⁵ Dans les faits, nous verrons que l'utilisateur peut détourner les TIC de leur usage premier : c'est là l'apport majeur de la sociologie des usages sociaux des techniques. Aussi, les quatre grandes finalités ici énoncées doivent être vues comme des finalités-types : des finalités qui, dans l'éventail des possibles, ont fini par prévaloir. Balle F., p. 4, voir bibliographie, n° 13.

⁶ Balle F., op cit.



finalités que l'information et la communication. C'est tout particulièrement le cas pour ce qui est de la finalité de divertissement, comme en atteste la centralité des jeux vidéo dans la galaxie des TIC. Aussi, lorsque nous parlons des TIC, nous parlons de «tout dispositif socio-technique – numérique – qui intègre peu ou prou les finalités d'information, de communication, de divertissement et d'éducation».



3. Du langage parlé aux TIC: évolution des médias

Les principaux médias sont ici saisis selon leur ordre d'apparition dans l'histoire. Bien avant la naissance de la technique, rappelons simplement que la première grande révolution communicationnelle fut celle du langage parlé. Suivie, cinq cent mille ans plus tard, par l'invention de l'écriture, environ trois mille ans avant notre ère. Eu égard au fait qu'un texte peut être lu des siècles après avoir été écrit, loin de son lieu de production, l'écriture permet à l'homme de s'affranchir des frontières de l'espace et du temps. Si, comme nous en prendrons la mesure, les TIC témoignent d'une distorsion forte de la relation espace-temps, c'est en réalité dès l'invention de l'écriture que le processus est amorcé⁷.

Dans la première moitié du XV^e siècle, l'imprimerie est mise au point. Il faudra toutefois attendre le XIX^e siècle pour voir apparaître la presse écrite moderne. Sa finalité ? Informer. C'est-à-dire raconter «ce qui se passe» dans l'actualité. A cette époque, l'information se pense comme une institution cardinale des démocraties modernes. Actuellement, sans toutefois pouvoir acter une substitution pure et simple des modalités de diffusion (de la presse imprimée à la presse électronique), force est de constater que la presse imprimée cohabite de plus en plus avec la presse électronique⁸. Si l'on se cantonne, par exemple, aux quotidiens d'information, il est aujourd'hui bien établi que la diffusion électronique sert un impératif d'urgence. Propre à la modernité contemporaine, cet impératif est par ailleurs légitimé par les dispositifs socio-techniques qui rendent possible son traitement. Dans le même temps, sur un plan marchand, on sait aussi que la diffusion électronique fonctionne en qualité d'accroche commerciale. Aux premières informations diffusées en ligne dans une temporalité quasi-directe répondent ensuite des informations plus exhaustives et des analyses lors de diffusions imprimées.

Venons-en aux autres grands dispositifs socio-techniques qui ont marqué l'histoire de l'information, de la communication, du divertissement ou encore de l'éducation. Grâce à la domestication de l'électricité, le XIX^e siècle voit la naissance, respectivement, du téléphone, du cinématographe et de la radiodiffusion sonore. Si la distorsion de la relation espace-temps s'origine dans l'écriture, les premiers objets socio-techniques qui la matérialisent sont en réalité le téléphone et la radio. Empruntant au téléphone une ubiquité parfaite, la radio

⁷ Dans ses travaux sur la révolution technologique et ses incidences sur la construction psychique de l'enfant, Pascale Gustin (voir bibliographie, n° 74) convoque Marcel Otte, professeur de paléontologie à l'ULg. A suivre Otte (voir bibliographie, n° 125, pp. 43-56), ce serait bien avant l'apparition du langage parlé que la maîtrise technologique de la distance et du temps combinés aurait été acquise. Preuve en est l'invention et l'usage du propulseur, une espèce de lance qui à utilisant le principe du levier pour multiplier la force du bras lors du lancer en mouvement de rotation arrêté à servait à la chasse aux animaux vivant en troupeaux évoluant en paysage ouvert.

⁸ Ainsi, c'est en 1993 – aux Etats-Unis – que voit le jour la première édition électronique mondiale d'un quotidien d'information. Pour voir un quotidien abandonner purement et simplement l'imprimé pour n'être plus accessible que par voie électronique, il faut de nouveau se tourner vers les Etats-Unis: 2008 pour le premier quotidien régional, 2009 pour le premier quotidien national.



autorise la réception des messages à l'instant même où ils sont émis : avec la radio, le direct remplace le différé (qu'incarnait jusqu'alors la presse imprimée). Quant au cinéma, il s'est d'emblée construit à partir d'un dispositif d'images radicalement inédit et moderne : l'écran. Se caractérisant moins par ses dimensions informationnelle (encore qu'à ses débuts, il se soit essayé au reportage) et communicationnelle, le cinéma – même après l'arrivée de la télévision – est resté la pierre angulaire de ce qu'il a inventé : le divertissement de masse.

Au cours de la seconde moitié du XX^e siècle, d'autres techniques de diffusion de l'image sont apparues, qui sont venues ajouter d'autres écrans à la toile blanche du cinéma. Il en est ainsi de la télévision, qui, dès les années 1950, volant la vedette à la radio, s'impose comme un bien domestique et un phénomène social de masse : très vite, le récepteur de télévision est considéré comme un équipement de base du confort moderne. Au niveau du régime d'espace-temps, là où le cinéma reproduisait le monde en différé, la télévision – avec la transmission électrique à distance d'images animées et sonorisées – reproduit le monde en direct. Autrement dit, la télévision, c'est la radio avec l'image en sus. Au niveau des finalités assignées aux objets socio-techniques, ce sont précisément la radio et la télévision – après les années 1950-1960 – qui vont ouvrir les premières brèches dans le monopole de la presse écrite sur l'information.

Au fil des décennies suivantes, d'autres TIC se sont multipliées de manière exponentielle. Dès le début des années 1980, les premiers ordinateurs personnels (appelés aussi micro-ordinateurs), les célèbres PC (*Personal Computer*), fabriqués par IBM⁹, sont vendus au public aux Etats-Unis. C'est toutefois en 1984, avec le lancement de son concurrent, le célèbre Mac, d'utilisation plus conviviale, que la micro-informatique se répand auprès du grand public. A partir de cette date, l'ordinateur n'est plus seulement au bureau, il est également présent à la maison et à l'école : l'informatisation de la société vient de franchir un pas décisif. Quant aux jeux vidéo, apparus commercialement au début des années 1970, ils ont connu une véritable explosion à partir du milieu des années 1980 avec l'apparition de la console Nintendo et de la guerre commerciale avec son concurrent Sega. Parmi les autres TIC, il s'agit aussi de citer – sans visée d'exhaustivité – le téléphone mobile, l'assistant numérique personnel, mais également l'appareil photographique numérique ou encore le système de positionnement par satellites (GPS). Aujourd'hui très prisé, le *smartphone* (i.e. le téléphone «intelligent») prétend rassembler ces différents dispositifs : téléphone mobile,

9 Levons toute ambiguïté par rapport à la question de la citation des marques commerciales. (1) En citant des marques commerciales, il est bien clair que nous n'en faisons pas la promotion. (2) Les marques citées n'ont (généralement) pas la prétention de saturer les catégories d'objets qu'elles sont censées traduire (ex. IBM n'est pas la seule entreprise à vendre aujourd'hui des ordinateurs personnels). (3) L'histoire des TIC a (aussi) été scandée par des acteurs privés : citer les marques revient ici à s'inscrire dans une épistémologie classique de l'histoire. (4) Victimes de leur succès, il est des marques commerciales qui finissent par se confondre avec des usages, des pratiques... voire avec leur catégorie d'objets : ne pas les citer reviendrait à se priver dans la description et l'analyse du social de catégories socialement institutionnalisées.



assistant numérique personnel, lecteur MP3, radio, appareil photographique numérique, connexion Internet...

Raisonnant à travers la catégorie d'écran (l'écran apparaissant ici comme ce qui fait série parmi les TIC), Lipovetsky et Serroy¹⁰ notent qu' « *on est passé en moins d'un demi-siècle [...] de l'écran-un au tout-écran [...], à l'écran global* ». Dans sa signification la plus large, l'écran global renvoie à « *la nouvelle puissance planétaire de l'écranosphère, à l'état écranique généralisé rendu possible par les nouvelles technologies de l'information et de la communication* »¹¹. Relatifs à l'histoire des écrans, retenons les trois grands moments dégagés par Lipovetsky et Serroy¹². Le premier renvoie à l'écran originel : celui du cinéma, au XIX^e siècle. Le second à la télévision, au milieu du XX^e siècle. Sans disparaître, eu égard aux mutations socio-techniques dont ils sont l'objet (écran de cinéma Omnimax, télévision mobile personnelle...), ces deux écrans doivent aujourd'hui composer avec une multitude d'autres écrans (toute velléité d'inventaire serait oiseuse compte tenu de la vitesse avec laquelle la technologie fait et défait les écrans). Parmi ceux-ci, l'ordinateur personnel vient signer le troisième moment dans le dernier quart du XX^e siècle. Concomitamment à la poussée du micro-ordinateur dans la sphère domestique, la fin du XX^e siècle voit l'avènement d'Internet...

¹⁰ Lipovetsky G., Serroy J., p. 10, voir bibliographie, n° 100.

¹¹ Lipovetsky G., Serroy J., op cit, p. 23.

¹² Lipovetsky G., Serroy J., op cit, pp. 328-329.



4. Internet

4.1. Définition et origines

Après avoir fait mention des principaux médias ayant marqué l'histoire de la modernité industrielle, il nous faut à présent insister sur la place – centrale – occupée actuellement par Internet dans le champ des TIC. Tout d'abord, derrière un vocable qui fonctionne aujourd'hui comme un mot-valise, il ne nous paraît pas inutile de clarifier quelques notions. Abréviation de l'anglo-américain *International Network*, Internet (abrév. : Net) est un réseau mondial de réseaux d'ordinateurs qui utilisent un protocole de communication commun (TCP/IP)¹³ pour obtenir l'interopérabilité entre réseaux utilisant des protocoles différents (Unix, Windows, Linux...). Avec Internet, les ordinateurs du monde entier sont interconnectés : ils peuvent donc communiquer.

Parmi les grandes dates qui ont fait l'histoire d'Internet, il s'agit avant tout d'évoquer la numérisation de l'information (textes, sons, images), c'est-à-dire son codage dans les valeurs (0 et 1) du langage informatique. Apparue dans les années 1950, l'impact essentiel de la numérisation aura été – à l'analyse – d'avoir permis la communication entre ordinateurs par l'intermédiaire des réseaux téléphoniques : en cela, le traitement numérique de l'information est à la base d'Internet. Ensuite, il faut citer l'année 1969 et l'ouverture du réseau ARPANet, ancêtre d'Internet, par l'Agence pour les projets de recherche avancée (ARPA) du Ministère américain de la Défense, pour les besoins de l'Armée : le réseau relie quatre ordinateurs, situés chacun dans des centres universitaires différents, et permet le transfert de fichiers. En 1974, ce sont les protocoles TCP/IP qui sont inventés. Permettant aux ordinateurs de communiquer entre eux, ces protocoles – rendus publics en 1980 – donneront naissance une dizaine d'années plus tard à Internet. Dans l'historiographie d'Internet, 1990 peut en effet être considérée comme la véritable année de naissance du «réseau des réseaux». Fin des années 1980, alors qu'il travaille au Centre Européen pour la Recherche Nucléaire (CERN) de Genève, l'informaticien britannique Tim Berners-Lee propose à sa direction un projet de mise sur pied d'un système permettant aux scientifiques du monde entier, collaborant aux travaux du CERN, de rester en contact et de partager à distance les résultats de leurs recherches. Accepté par le CERN, ce projet (auquel collaborera le Belge Robert Cailliau) débouchera en 1990 sur la création du World Wide Web (www), couramment appelé le Web, la toile mondiale ou encore la Toile.

¹³ Le protocole TCP (*Transmission Control Protocol*) est un langage permettant aux ordinateurs de se comprendre. Quant au protocole IP (*Internet Protocol*), c'est un système opérant l'adressage des messages entre eux. Ces protocoles constituent une sorte de langage universel de communication informatique.



4.2. La première génération d'applications d'Internet

Le Web

Mis à disposition du grand public en 1991, le Web – principale application d'Internet – est une immense base documentaire (textes, graphiques, sons, images, fixes ou animées, muettes ou sonorisées) constituée de milliards de ressources reliées les unes aux autres par un système d'hyperliens (liens hypertextes et liens hypermédias) ; la métaphore de la toile mondiale vient des hyperliens qui lient les pages Web entre elles (un site Web étant un ensemble de pages Web reliées par des hyperliens). Avec l'arrivée du Web, Internet n'est plus seulement un moyen de communiquer entre ordinateurs : c'est la possibilité d'accéder à un espace mondial d'informations. A ce propos, si le Web constitue un outil de consultation fonctionnelle de l'information, il est bon de savoir que « *les premiers bilans sur les usages des internautes montrent que la visée encyclopédique et le surf invétéré sont peu répandus même si la fréquentation des moteurs de recherche est importante. Le mythe informationnel (avoir accès à une information brute et immédiate, comme si le monde et la vérité étaient à quelques « clics » de souris) n'est guère validé* »¹⁴. Quant à ce dont le sociologue canadien Marshall McLuhan¹⁵ avait rêvé au début des années 1960¹⁶, à savoir un « village planétaire » (*Global Village*), le Web semble l'avoir réalisé au début des années 1990, d'un point de vue théorique à tout le moins : l'accès potentiel à distance, depuis son écran personnel, à toutes sortes de programmes ou de services multimédias, avec des textes, des paroles, de la musique et des images. Fondamentalement, la naissance du Web a permis la propagation d'Internet dans le monde entier. Enfin, relativement aux grands médias dont l'histoire a rapidement été brossée, le Web – sans supplanter les autres médias – les récapitule tous : presse écrite, cinéma, radio, télévision...

Le courrier électronique

Parmi les applications les plus courantes d'Internet, il faut également citer le courrier électronique (*e-mail ou mail ou courriel*). Dispositif de communication médiatisée par ordinateur (CMO), le courriel est un dispositif asynchrone qui permet d'envoyer immédiatement des messages (sous forme de texte, de voix, de son ou d'image) à tout utilisateur d'Internet possédant une adresse électronique. Parmi les paramètres qui rendent compte de son succès, deux nous paraissent centraux. Il y a d'abord la plasticité de son traitement : une fois reçu, le message peut être sauvegardé (sans coût matériel), supprimé (définitivement) ou renvoyé à des tiers (immédiatement). Il y a ensuite la constance de son coût : quels que soient le nombre et la destination des messages, son prix est inclus dans l'abonnement au réseau Internet. Le courrier électronique – tout comme le message (SMS) envoyé par

¹⁴ Maigret E., p. 253, voir bibliographie, n° 105.

¹⁵ L'un des premiers à s'interroger sur les effets des médias, Marshall McLuhan (1911-1980) affirma que l'impact des médias en tant que moyen de communication prime largement sur l'impact des contenus communiqués. Il a résumé ce point de vue dans une formule aussi célèbre que critiquée : « The medium is the message », aphorisme qu'on comprend mieux lorsqu'on sait la fascination qu'exerce la télévision par le pouvoir de l'image.

¹⁶ McLuhan M., voir bibliographie, n° 110.



téléphone mobile – a ainsi fait grande concurrence à la lettre manuscrite, sans pour autant la faire disparaître. Et, depuis plusieurs années maintenant, le volume mondial de courrier électronique dépasse celui du courrier papier.

Les forums de discussion

Conjointement au Web et au courrier électronique, les forums de discussion (*newsgroups*) sont à ranger dans les autres grandes applications d'Internet. Lieux dédiés aux discussions et aux débats, les forums sont – pour la plupart d'entre eux – organisés en thèmes de discussion. D'une certaine façon, il n'est pas faux de dire qu'il existe aujourd'hui à peu près autant de forums qu'il existe de thématiques de discussion imaginables. Tout comme le courrier électronique, les forums de discussion relèvent d'une communication asynchrone : les discussions se font sous forme de messages qui n'attendent pas une réponse immédiate. Fondés sur l'interactivité (on y échange informations, idées, astuces, conseils et autres opinions), les forums présentent deux types d'utilisateurs : au-delà de ceux qui s'expriment, il existe aussi des observateurs (*lurkers*) qui, même s'ils ne participent pas directement au forum, n'en suivent pas moins les débats. Si les discussions qui se déroulent sur un forum sont visibles par l'ensemble des participants, il n'en reste pas moins vrai qu'il peut y avoir – à l'intérieur d'un seul et même forum – un grand nombre de discussions séparées les unes des autres, chacune étant autonome grâce aux titres des messages postés dans la discussion.

Le bavardage en ligne

Contrairement aux dispositifs de communication asynchrone (forums de discussion et courrier électronique), le bavardage en ligne (*chat* : prononcer «tchat») est un dispositif de communication synchrone qui a pour finalité principale la conversation. Afin de se représenter le bavardage en ligne, il s'agit d'imaginer un vaste salon (*chatroom*) dans lequel se tiennent des discussions en temps réel auxquelles peuvent prendre part tous les individus présents dans la pièce. Nécessitant au minimum une interaction entre deux personnes, le chat implique fréquemment un grand nombre d'individus. Bien que les conversations puissent être médiées par des traits graphiques et du son (*chats multimedias*), les chats à interface textuelle restent largement les plus fréquentés et les plus populaires, les contenus des messages échangés pouvant porter sur pratiquement tous les sujets imaginables. Parmi les chats à interface textuelle, il s'agit de distinguer deux types de salons : les salons de conversation entre anonymes et les messageries instantanées (ex. logiciel ICQ, phonétiquement : *I seek you*). Tantôt entrer dans un lieu public et bavarder avec le premier venu. Tantôt converser entre personnes en situation d'inter-reconnaissance.

4.3. L'Internet de deuxième génération : le Web 2.0

Au fil des années, Internet a vu ses applications se diversifier. Si les services en ligne de première génération continuent aujourd'hui de structurer le réseau des réseaux, ils cohabitent dorénavant avec une seconde génération d'applications : le Web 2.0. Consacrée en 2005 par un consultant américain en informatique (Tim O'Reilly), cette expression – fondamentalement – réfère à la participation dynamique des internautes aux contenus des pages Web. Dans le même temps, force est de constater qu'une partie substantielle des



applications du Web 2.0 (pensons aux réseaux sociaux numériques) questionnent avant tout les potentialités socialisatrices d'Internet: le Web social (sans saturer le Web 2.0, le Web social en constitue néanmoins une figure importante). Au-delà de la signification précise du terme Web 2.0 qui fait actuellement débat, retenons simplement que le Web 2.0 permet la création de contenus par l'internaute lui-même.

Bref rappel historique. Dans sa conception originelle, le Web – rebaptisé dans le contexte contemporain Web 1.0 – permet l'accès à un ensemble de pages relativement statiques, mises en ligne et modifiées par quelques initiés (généralement des professionnels de l'informatique) : c'est l'ère du *Any content, any time, any where, any device*. Quant à lui, le Web 2.0 permet à tout utilisateur de contribuer au contenu d'un site Web: c'est l'ère du *Do-it-yourself*¹⁷. Aussi, si l'internaute contemporain continue de consulter des contenus mis en ligne sur le Web, dans le même temps la seconde génération d'applications du Net lui donne l'occasion d'en être l'auteur.

Dans un cadre plus large, il n'est sans doute pas abusif de mettre en relation le virage participatif pris par le Web avec l'émergence et l'institutionnalisation de la notion de participation dans les différents champs de la vie sociale contemporaine. Bien sûr, la participation des internautes aux contenus des pages Web a été rendue possible par le développement d'outils technologiques facilement accessibles à tout un chacun. Dans le même temps, la démocratisation de la technologie ne peut à elle seule rendre compte des nouvelles formes de subjectivation. Ainsi, parmi les termes actuels du contrat social, la notion de participation occupe une place centrale. Dans le procès d'individualisation lié à la dynamique même de la modernité, elle doit être vue comme une matérialisation des aspirations toujours plus diversifiées et illimitées émanant des citoyens.

Le carnet de bord en ligne

Parmi les applications de l'Internet de seconde génération, le carnet de bord en ligne (*blog*) occupe une place importante. Contraction du vocable *weblog* (journal de bord sur le Web), le blog est un espace personnel en ligne essentiellement composé de billets d'actualité, régulièrement publiés et classés par ordre anté-chronologique (du plus récent au plus ancien), susceptibles d'être commentés par les visiteurs. Précisons les termes de cette définition. Tout d'abord, le blog donne à voir une importante dimension multimédia: un même carnet de bord en ligne peut à la fois présenter – de manière interconnectée – du texte, des images, du son et des vidéos. Ensuite, la possibilité pour les lecteurs de réagir aux informations publiées vient ici signer une des lignes de démarcation du carnet de bord en ligne par rapport aux sites Web traditionnels. Enfin, parallèlement à l'éclatement des contenus (sportifs, culturels, citoyens, familiaux...) et à la variété des usages, la notion d'espace personnel en ligne traduit une hétérogénéité des utilisateurs: «jeunes»... mais aussi journalistes, hom-

¹⁷ Parallèlement au Web 1.0 et au Web 2.0, l'Internet de troisième génération point aujourd'hui à grands pas. Ainsi, le Web 3.0 (appelé aussi Web sémantique ou Web des données) devrait permettre l'accessibilité à toutes les données relatives à un même objet et leur interconnexion grâce à des systèmes d'identification (*Data Mining*).



mes politiques, scientifiques, professionnels de l'enseignement et autres entrepreneurs¹⁸. Constituant aujourd'hui un des phénomènes les plus massifs des dynamiques d'usages sur Internet (près de cent millions de blogs en 2007), le succès de l'auto-publication en ligne est dû essentiellement au fait que « le besoin de pouvoir diffuser ses idées et d'échanger avec d'autres internautes est une attente légitime puisqu'elle est un des mythes fondateurs de la démocratisation de l'Internet dans le courant des années 90 »¹⁹.

Les sites d'édition collective

Conjointement au carnet de bord en ligne, les sites d'édition collective figurent parmi les grandes applications du Web 2.0. Également appelés «wiki» (ce qui signifie «vite» dans la langue hawaïenne), ces sites Web sont librement et aisément modifiables par leurs visiteurs. Autrement dit, sur un site Wiki, l'internaute a la possibilité d'éditer et de modifier des contenus en ligne par un travail collaboratif. Dispositifs de mise en commun des connaissances, les sites d'édition collective trouvent une application dans différents champs : connaissance, littérature (roman «à mille mains»), entreprise, vie associative... Parmi les sites de partage dans lesquels l'information existe grâce à la coopération de la communauté des internautes, l'encyclopédie *Wikipedia* fait figure d'archétype. Encyclopédie en ligne libre et gratuite, Wikipedia est collectivement éditée par des milliers de contributeurs à travers le monde. Lancée en 2001, elle rencontre actuellement un succès planétaire. Ainsi, ce ne sont pas moins de treize millions d'articles répartis en plus de quarante langues qui constituent l'encyclopédie. Avec soixante cinq millions de visiteurs par mois, Wikipedia est l'un des sites Internet les plus visités.

Les sites de diffusion et de partage de contenus

Autorisant une migration des données de l'espace personnel (ex. le micro-ordinateur) vers des espaces de stockage et de partage en ligne, les sites de diffusion et de partage de contenus constituent eux aussi une application notable de l'Internet de seconde génération. Parmi les sites (gratuits) de diffusion et de partage de contenus, on sera particulièrement attentif au succès actuel des sites de fichiers multimédias (photos, vidéos...). À cet égard, braquons un instant les projecteurs sur *YouTube*, le très populaire site Web d'autodiffusion vidéo. Constitué d'une immense réserve d'images numérisées et postées par des milliers d'internautes à travers le monde, on peut y visionner – en vrac – vidéos amateurs... mais aussi films classiques, séries télé, images d'information ou d'exploits sportifs, actualités cinématographiques, débats politiques, clips, publicités, bandes-annonces... : toutes séquences que les chaînes de télévision elles-mêmes n'ont parfois pas conservées. Ouvert au grand public fin 2005, *YouTube* ne compte pas moins de cent millions de vidéos visionnées quotidiennement, soixante cinq mille nouvelles vidéos étant ajoutées chaque jour. Parmi les paramètres qui permettent de rendre compte de l'engouement pour ce site de partage de fichiers vidéos, on notera la possibilité de classer et de commenter les séquences. Surtout, on notera la capacité de «revivre» certains moments d'histoire, qu'ils aient ou non été «expérencés» par l'internaute.

¹⁸ Klein A., voir bibliographie, n° 89.

¹⁹ Desavoie B., pp. 21-22, voir bibliographie, n° 43.



Les réseaux sociaux numériques

Enfin, les réseaux sociaux numériques (*social networks*) ne manquent pas d'occuper une très importante place au sein des services de l'Internet de seconde génération. De manière générique, on peut définir le réseau social numérique comme un groupe d'individus qui interagissent par le biais d'Internet en vue de créer une communauté d'appartenance (eu égard à cette définition, les forums de discussion – et dans une moindre mesure les pratiques de *chatting* et de *blogging* – peuvent aussi se retrouver dans la catégorie des réseaux sociaux numériques). De manière empirique, il est très frappant de constater l'extrême différenciation du champ des réseaux sociaux en ligne. Parmi ceux-ci, et à titre d'exemple, citons les réseaux sociaux d'affaires, les réseaux organisés autour d'évènements (ex. culturels), de causes (ex. politiques), les réseaux de «rencontres affectives et/ou sexuelles», les réseaux «amicaux» (ex. le très célèbre *Facebook* rassemble plus de cinq cents millions de membres à travers la planète)... sans compter que certains réseaux sociaux numériques n'hésitent pas à combiner plusieurs applications (ex. un réseau professionnel à vocation sociale). De manière générale, les plus récents réseaux sociaux en ligne n'ont cessé de clôturer leur communauté d'appartenance légitime (ex. les propriétaires de chien, les joueurs de poker, les usagers de la chirurgie esthétique...). Très concrètement, comment «faire réseau»? Dans un premier temps, chaque internaute a la possibilité de créer un espace Web doté d'une série d'informations personnelles (ex. état civil, niveau de qualification, centres d'intérêt... : un profil). Dans un second temps, ce qui permet la constitution d'un réseau personnalisé, ce sont les affinités électives nouées entre les différents profils. Une fois le réseau constitué, sont alors nombreuses les modalités d'interaction entre les membres : échange de divers fichiers (ex. articles, photos, vidéos, etc.)... mais aussi rencontres en face-à-face (*in real life* – IRL – selon l'expression consacrée).

4.4. L'Internet mobile

Au-delà des différentes générations d'Internet, c'est – jusqu'à présent – via l'ordinateur personnel que la connexion à Internet a été rendue possible. Depuis quelques années toutefois, les choses sont en train de changer. Ainsi, lentement mais sûrement, l'arrivée de l'Internet mobile (dit également Internet de poche) pose la question de la redéfinition des modes d'accès au réseau mondial. Aux fondements technologiques de l'Internet mobile, il s'agit de pointer la création d'une nouvelle norme de téléphonie mobile : la 3G (appelée aussi norme de troisième génération). Parmi les applications grand public de la 3G figure l'accès à Internet. Contrairement à la norme technologique précédente (la 2G, qui n'est rien d'autre que la norme GSM (*Global System for Mobile Communication*)), la 3G autorise des débits beaucoup plus rapides. Concomitamment à la création de la 3G, l'Internet mobile a bénéficié de l'arrivée de téléphones portables dotés d'un écran tactile permettant l'affichage de pages Web (comme l'iPhone d'Apple). Il semblerait que l'Internet mobile soit promis à un bel avenir commercial, sachant que le téléphone mobile est actuellement un bien de consommation plus vendu que l'ordinateur personnel.



5. Les jeux vidéo

Comme nous en avons pris la mesure, dès lors même qu'il s'agit de procéder à un premier état des lieux des TIC, Internet et ses différentes applications ne sauraient être occultées. Dans le même temps, il serait illusoire de penser que le champ des TIC puisse être saturé par les différents services d'Internet. En effet, parmi les TIC, les jeux vidéo (*videogames*) se donnent aujourd'hui à voir comme l'autre grand dispositif de référence, érigé depuis quelques années maintenant en objet scientifique légitime.

Pour rendre compte de cette vaste nébuleuse en continuelle évolution, nous avons pris le parti – dans la foulée de Genvo²⁰ – d'insister lourdement sur l'histoire faite par les acteurs de l'industrie vidéoludique [sachant que d'autres histoires peuvent être construites]. A l'évidence, alors que le jeu vidéo inaugure l'époque du jeu à l'échelle planétaire²¹, le vidéoludisme s'inscrit dans un terreau culturel doté par l'industrie d'une puissance de diffusion mondiale. Bien sûr, il eût été possible d'emprunter d'autres voies pour appréhender le monde des jeux vidéo. Ainsi, si la notion de genre (i.e. de type) est importante dans le jeu vidéo, dans le même temps – compte tenu précisément de l'évolution extrêmement rapide du secteur – il reste très compliqué de construire une typologie stable et exhaustive des jeux vidéo. Avant de donner corps à notre histoire, retenons simplement – au-delà de leurs sous-genres et de leur hybridation potentielle – que trois genres ont l'habitude d'être distingués : les jeux de réflexion (ou de stratégie), d'action et de simulation.

5.1. De la distribution dans les lieux publics à la domestication des jeux vidéo : la naissance de la console

En 1962, dans un contexte de guerre froide, *Spacewar*²² – souvent considéré comme le premier jeu vidéo – est programmé sur ordinateur par un étudiant du Massachusetts Institute of Technology (MIT), une institution dont les recherches sont soutenues par les fonds militaires américains de l'époque. Résultant d'un détournement de l'usage légitime d'un des supercalculateurs du MIT (exploration minutieuse des ressources du dispositif, utilisation de codes de triche...), *Spacewar* – sans connaître d'exploitation commerciale – rencontre cependant un grand succès au sein des campus universitaires, fréquentés par des étudiants socialisés aux dispositifs informatiques. A travers l'exemple de *Spacewar*, on notera que seule l'interpénétration des dimensions culturelle, technologique et économique permet de comprendre l'émergence et l'institutionnalisation des jeux vidéo²³.

²⁰ Genvo S., voir bibliographie, n° 59.

²¹ Schaeffer J.-M., voir bibliographie, n° 135.

²² Dans ce jeu de combat spatial, deux protagonistes contrôlent chacun un vaisseau, en influant sur la rotation et la vitesse de l'engin. L'objectif est de détruire son adversaire en le touchant avec une torpille.

²³ Kline S., Dyer-Witford N., De Peuter G., voir bibliographie, n° 90.



Pour apercevoir les prémices du boom économique que connaîtra le marché vidéoludique, il faut attendre le début des années 1970. Ainsi, en 1972, date de sa création, le constructeur américain d'ordinateurs personnels Atari conçoit un jeu de ping-pong (Pong) à la prise en main immédiate : une balle, deux raquettes de chaque côté de l'écran et un score. Installé la même année en tant que borne d'arcade²⁴ dans un bar de Californie, le premier prototype connaît un succès instantané. Dans l'analyse des différents événements constituant l'histoire des jeux vidéo, le milieu des années 1970 marque un tournant important : le jeu vidéo « rentre dans les familles ». En 1975, Atari lance en effet la première console de salon²⁵ (Home Pong), une plate-forme ne proposant qu'un seul jeu. Il faut attendre 1977 et la nouvelle console d'Atari (la VCS : Video Computer System) pour voir les logiciels de jeu désolidarisés de leur support d'utilisation. En 1979, la *Microvision* (de Milton Bradley Company) devient la première console portable : elle est équipée de douze logiciels de jeu, matérialisés à l'époque par des cartouches interchangeables.

5.2. Evolutions technologique et culturelle : la rivalité de deux grands éditeurs de jeux vidéo

Au-delà des innovations technologiques (portabilité de la console, amplitude de la logithèque...), l'industrie vidéoludique naissante cherche encore ses principes d'esthétique. En sortant en 1985 en Europe une console de salon de nouvelle génération (la NES : Nintendo Entertainment System), le japonais Nintendo entend relever ce défi : proposer une « expérience de jeu singulière »²⁶. Voyons-le à travers Super Mario Bros²⁷, un des premiers jeux sortis sur NES, surtout un des jeux vidéos les plus vendus de l'histoire. Fondamentalement, dès lors même que jamais un personnage de jeu vidéo n'a été aussi libre (Mario peut sauter haut, courir très vite...), une sensation de liberté nouvelle pour le joueur est placée au centre de l'expérience de jeu. Dans le même temps, le jeu est « consacré comme un espace qui se donne à explorer »²⁸. Alors que les concepteurs du jeu n'ont pas hésité à y disséminer des bonus cachés (easter eggs), l'attrait du jeu peut parfois moins résider dans l'accomplissement de la quête officielle (délivrer une princesse au sein d'un paysage hostile) que dans la mise à nu des libéralités prises par le concepteur (découvrir des territoires dissimulés).

²⁴ Meuble contenant un jeu vidéo payant, la borne d'arcade est traditionnellement rencontrée dans les lieux publics comme les centres commerciaux, les bars... Bien évidemment, on la trouve aussi dans des salles spécialisées dans le jeu électronique : les salles d'arcade. L'origine du nom « arcade » provient des lieux publics où ces bornes étaient souvent installées, sous les arcades, afin de rentabiliser l'espace.

²⁵ Parmi les consoles de jeux vidéo, il s'agit de distinguer la console de salon (appelée aussi console domestique), laquelle se branche sur un téléviseur, de la console portable, de petite taille, qui possède son propre écran.

²⁶ Genvo S., p. 35, voir bibliographie, n° 59.

²⁷ Dans ce jeu de plates-formes, Mario – personnage de jeux vidéo le plus connu au monde – doit sauter de plate-forme en plate-forme pour délivrer une princesse captive.

²⁸ Genvo S., op cit, p. 36.



Dans la course à la performance technique, Sega (abréviation de Services Games) – le grand concurrent de Nintendo parmi les éditeurs de jeux vidéos – diffuse en 1990 en Europe une console de salon (Megadrive) aux effets graphiques et à la puissance de calcul plus élaborés que la NES de Nintendo²⁹ ; à l'instar de Super Mario Bros, Sonic the hedgehog³⁰ en est le logiciel phare. A travers cette console, Sega – contrairement à Nintendo – a clairement fait le choix de « l'agressivité comme vecteur de distinction »³¹. Analysant les représentations culturelles véhiculées par la logithèque de Megadrive, Genvo note que « le contenu des messages véhiculés détonne du caractère enfantin jusqu' alors diffusé par Nintendo, la sexualité de l'adolescence et la rébellion étant les deux pôles de référence. De la sorte, le public-cible est constitué de garçons de 14 à 17 ans, tranche d'âge qui avait jusqu' alors été délaissée par Nintendo [qui visait les 8-13 ans]. Parallèlement, la thématique des jeux proposés fait souvent la part belle au morbide et à la violence, en alliant toujours des référents culturels épars »³². Dans la foulée du succès commercial de la Megadrive, Nintendo – sans renier son image de promoteur de jeux « non violents » – adapta sur sa console des jeux de combats à succès provenant des salles d'arcade (ex. Mortal Kombat de Midway Games).

5.3. Des années 1990 à aujourd'hui : la console comme plate-forme multimédia, l'ordinateur personnel comme support de jeu, la diffusion logicielle en ligne

Au début des années 1990, c'est autour de Sony – entreprise multimédia – de rentrer dans le monde des constructeurs de consoles de salon. En 1995, ciblant la tranche d'âge des 20-24 ans, l'entreprise japonaise lance une console de salon de nouvelle génération (la *Playstation*), une machine à la logithèque cinq fois plus fournie que celle présentée par la console Nintendo de l'époque, surtout une des premières consoles pour jeux entièrement en trois dimensions (3D). A travers la diffusion de la *Playstation 2*, sortie fin 2000 en Europe, c'est le modèle de développement élaboré par ses concurrents que Sony remet en cause. En effet, loin de se définir uniquement comme une machine à jouer, la *Playstation 2* comporte également un lecteur de films DVD et la possibilité d'une connexion Internet. Aussi, cette console doit-elle être considérée comme « le cheval de Troie pour imposer au cœur du salon une seule plate-forme multimédia : jeux vidéo, musiques, films, accès à Internet »³³. Parmi les consoles de salon de dernière génération (sorties sur le marché

²⁹ Un an plus tôt, en 1989, Nintendo avait sorti une console portable à la puissance comparable à celle de la NES : la *Game Boy*. Au jour d'aujourd'hui, il s'agit de la console portable la plus vendue au monde.

³⁰ Tout comme *Super Mario Bros* à qui il doit nuire commercialement, *Sonic the hedgehog* (Sonic le hérisson) est un jeu de plates-formes à la « jouabilité » fortement basée sur la vitesse.

³¹ Genvo S., op cit, p. 38.

³² Genvo S., op cit, p. 39.

³³ Genvo S., op cit, p. 45.



européen depuis 2005 au plus tard), on citera la Playstation 3, la Xbox 360 (de Microsoft) ou encore la Wii (de Nintendo).

Parallèlement au développement du parc des consoles de salon, les ordinateurs personnels se sont progressivement imposés dans l'industrie vidéoludique. Ainsi, distribué en 1977, le premier ordinateur personnel fabriqué à grande échelle, l'Apple II, propose une offre logiciel. Il faut toutefois attendre les années 1990 pour voir apparaître la montée en puissance de l'informatique personnelle dans l'industrie vidéoludique. Aux yeux de nombreux analystes, c'est précisément en 1993 qu'un jeu vidéo en particulier – Doom (destin funèste) – consacre l'ordinateur personnel comme machine de jeu et renforce son attractivité en tant que telle. Pour en rendre compte, reprenons la grille d'analyse élaborée par Kline *et al.*³⁴ : seule l'interpénétration des dimensions culturelle, économique et technologique permet de donner sens à la constitution d'un jeu vidéo. D'un point de vue culturel, Doom a établi les fondements d'un nouveau genre de jeu, aujourd'hui couramment appelé « jeu de tir à la première personne » (*first-person shooter* ou « jeu de tir subjectif »). Apparaissant en bas de l'écran, l'arme est la seule indication qui donne corps à l'avatar³⁵ du joueur. D'un point de vue technologique, l'avancée des derniers composants du micro-ordinateur permet un rendu graphique conjugué à une rapidité de déplacement jusqu'alors inégalée, instaurant un rythme d'actions élevé. D'un point de vue économique, *Doom* opère une rupture par rapport aux modes de distribution traditionnelle des jeux vidéo. Alors que jusqu'à présent les jeux étaient acheminés chez les revendeurs par des distributeurs qui traitaient avec les maisons d'édition, *Doom* est téléchargeable directement sur Internet. Autrement dit, si Internet et les jeux vidéo constituent les deux grandes TIC arrêtées dans le présent rapport de recherche, c'est en réalité dès les premières années de l'accès public au Web qu'émerge le modèle de diffusion des jeux vidéo par Internet. Parallèlement au téléchargement gratuit, le jeu en ligne peut relever d'un système d'abonnement payant, singulièrement dans le cas du « jeu de rôle en ligne massivement multijoueur ».

5.4. Le jeu de rôle en ligne massivement multijoueur

Après avoir relaté la manière dont l'industrie vidéoludique a construit l'histoire des jeux vidéo, il paraît difficile de ne pas faire droit plus avant à ce qui peut être considéré comme un des produits les plus purs de la modernité mondialisante : le jeu de rôle en ligne massivement multijoueur (habituellement abrégé par les initiales MMORPG : *massively multiplayer online role playing game*). Très concrètement, ce jeu réunit dans une même partie des milliers de joueurs de nationalités variées connectés depuis leur ordinateur personnel à des « univers persistants ». Derrière cette terminologie, il s'agit d'entendre des univers virtuels (en 3D) qui ne s'arrêtent pas de fonctionner lorsque l'utilisateur se déconnecte du jeu. Répétons-le : que le joueur soit ou non connecté, la partie se déroule de façon continue, dans un monde

³⁴ Kline S., Dyer-Witford N., De Peuter G., voir bibliographie, n° 90.

³⁵ Désignant dans la religion hindoue les diverses incarnations du dieu Vishnou sur terre, l'avatar sert de terme générique pour désigner le(s) personnage(s) chargé(s) de représenter l'utilisateur sur écran, tantôt dans un jeu vidéo, tantôt dans un lieu de rencontre en ligne.



en constante évolution. Bien que les règles et mécanismes ludiques puissent différer selon les logiciels, le MMORPG propose généralement aux utilisateurs de résoudre des quêtes, de se réunir en guilde (i.e. en communauté de jeu), de mener des batailles entre diverses factions, etc. Représenté par un avatar, chaque joueur noue des échanges avec les autres utilisateurs par l'intermédiaire des avatars les représentant : le MMORPG est en cela un jeu en réseau. Parmi les MMORPG les plus populaires, citons *World of Warcraft* (de Blizzard Entertainment). Diffusé sur plusieurs continents en 2004, *World of Warcraft* (WoW) – dont l'univers persistant se caractérise par des motifs inspirés de la littérature *heroic-fantasy* – a réussi le pari de réunir près de douze millions d'abonnés à travers le monde fin 2008 (abonnement mensuel de onze à treize euros, en fonction de la durée de l'abonnement, et en sus de l'achat initial du jeu sur DVD). Enfin, souvent mis en parallèle avec WoW sans pour autant être un strict MMORPG, *Second Life* (de Linden Lab) se donne à voir comme l'autre grand univers persistant. En 2008, ce jeu en ligne massivement multijoueur (MMOG) de type «hypermoderne» comptait lui aussi près de douze millions de membres à travers le monde (contrairement à WoW, *Second Life* est accessible via téléchargement gratuit).



6. Indicateurs quantitatifs

Après avoir procédé à l'état des lieux des principales TIC, c'est à présent leur distribution au sein de la population qui retient notre attention. Dans un premier temps, nous mettons en perspective mondiale le taux de pénétration d'Internet en Belgique. Dans un second temps, sont relatés les types d'usage d'Internet parmi les adolescents belges. En mettant en exergue cette classe d'âge, il est bien clair que nous ne saurions nous situer dans la droite ligne du discours médiatico-politique contemporain qui trop souvent encore tend à réduire la jeunesse à une catégorie à risques. En revanche, dès lors même que l'âge apparaît comme une variable lourde dans l'utilisation des TIC, sonder les usages des adolescents en matière d'Internet, c'est fondamentalement interroger la classe d'âge qui a le plus investi les TIC³⁶.

6.1. Taux de pénétration d'Internet

A cette échelle, moins que le nombre d'utilisateurs d'Internet par pays, indicateur fréquemment rencontré mais finalement peu parlant, c'est d'abord le taux de pénétration d'Internet dans la population (utilisateurs d'Internet / population totale) qui retient notre attention³⁷. En Belgique, en juin 2010, le taux de pénétration était de 77,8 %. Autrement dit, en Belgique, près de huit résidents sur dix «utilisent Internet» ; en 2000, ils étaient deux sur dix, presque quatre en 2004, près de cinq en 2006 et plus de cinq en 2008. En 2010, si la moyenne européenne (pays de l'Union Européenne et autres pays européens) se situe à 58,4 %, celle de l'Union Européenne à 67,6 %, ce sont la Hollande (88,6 %) et la Scandinavie entendue en son sens large (Norvège, Suède, Danemark, Finlande, Islande et Îles Féroé) qui mènent la danse, y compris au niveau mondial. La moyenne mondiale affiche 28,7 %, la moyenne des autres pays du monde 25,7 %, celle des pays nord-américains 77,4 %.

Que retenir de ces chiffres ? Tout d'abord, à l'échelle mondiale, on note une forte disparité entre les différentes zones géographiques (de 10,9 % pour l'Afrique à 77,4 % pour le continent nord-américain). En 2001, appuyé sur des cartes mondiales de télégéographie, Castells montrait déjà dans l'accès à Internet la prégnance des Etats-Unis, des zones urbaines

³⁶ Bevort E., Bréda I., voir bibliographie, n° 20 ; Lardellier P., voir bibliographie, n° 94 ; Octobre S., voir bibliographie, n° 124.

³⁷ Ainsi, si l'on compare deux pays (Chine et Etats-Unis) fort engagés dans la lutte mondialisée pour le leadership économique, on constate qu'en avril 2009 la Chine dépasse les Etats-Unis par le nombre de ses internautes : 298 millions contre 227. Rapportés à leurs populations respectives, ces chiffres prennent une toute autre dimension : si près des trois quarts des résidents américains (74,7 %) font usage d'Internet, seulement 22,4 % des résidents chinois ont accès au réseau des réseaux. Source : Internet World Stats, www.internetworldstats.com. Alors que la présente base de données vise avant tout à faire état de l'ensemble mondial des grands indicateurs d'Internet, elle ne dit en revanche rien des caractéristiques de la variable «usager d'Internet». S'agit-il ici d'un usager occasionnel ? Régulier ? Dans la mesure où nous lisons l'indicateur (le taux de pénétration) dans une perspective comparative (et que chaque indicateur national repose sur des variables homogènement construites), cela nous semble présenter peu d'importance.



et des métropoles sur les zones rurales (les chiffres contemporains confirment ces constats). A ce sujet, les études sur le « fossé numérique »³⁸ ont mis en exergue les raisons économiques (coûts d'utilisation) et scolaires (analphabétisme) du non-équipement. Aussi, si la métaphore du « village planétaire »³⁹ peut être utilisée à propos d'Internet, s'agit-il encore de la penser dans une perspective différenciée. Si l'on observe maintenant le taux belge de pénétration d'Internet, très largement supérieur au taux moyen mondial, il est également supérieur au taux moyen des pays de l'Union Européenne, tout en étant substantiellement inférieur aux taux les plus élevés du monde. Au sein de l'Union Européenne, il voisine avec les taux français (68,9 %), allemand (79,1 %), espagnol (62,6 %) et britannique (82,5 %). A vrai dire, eu égard au nombre élevé de variables qui pèsent sur l'usage d'Internet (âge, sexe, état civil, origine socio-culturelle, niveau de qualification, niveau d'équipement des territoires en infrastructures de télécommunication, coûts d'utilisation...), il reste très hasardeux de comparer des chiffres qui ne font pas mention de ces variables.

Si l'on se réfère maintenant à la vitesse d'accès à l'information, le Service public fédéral Economie⁴⁰ montre qu'au premier trimestre 2009 l'écrasante majorité des particuliers belges connectés⁴¹ à Internet (plus de 98 %) disposaient d'une connexion haut débit⁴² (ADSL⁴³ et câble).

6.2. Les adolescents et Internet

Questionnant les usages des jeunes (i.e. des « pré-adolescents », des « jeunes adolescents » et des adolescents) en matière d'Internet, le Centre de Recherche et d'Information des Organisations de Consommateurs (CRIOC) a fait paraître en juin 2008 une étude intitulée « Les jeunes et Internet »⁴⁴. Si celle-ci vise essentiellement à rencontrer un certain nombre d'intérêts civiques (gestion des risques encourus par l'utilisateur,...), elle n'en présente pas moins quelques résultats dotés d'une réelle positivité.

Considérant l'accès aux médias, la plupart des foyers dans lesquels les jeunes vivent disposent aujourd'hui d'une télévision (99 %), d'une radio (96 %), d'un lecteur de DVD (92 %), d'une connexion Internet (89 %) et d'une console de jeux (63 %). Considérant l'accès personnel (i.e. au niveau de la chambre de l'adolescent), à partir de l'âge de quinze ans, le

³⁸ Norris P., voir bibliographie, n° 123.

³⁹ McLuhan M., voir bibliographie, n° 110.

⁴⁰ Source : www.statbel.fgov.be/figures/d75_fr.asp#8 (consulté le 6/8/09).

⁴¹ D'un point de vue comptable, être un « utilisateur d'Internet » et « être connecté à Internet » sont des choses différentes. En effet, une connexion peut être utilisée par plusieurs usagers. Inversement, un seul usager peut avoir accès à divers raccordements.

⁴² Au demeurant, c'est l'Union Européenne – devant les Etats-Unis – qui présente les taux d'accès à haut débit les plus élevés du monde (Source : *The New York Times*, 4 août 2009).

⁴³ Technique permettant de doper les performances de la ligne téléphonique afin de l'utiliser pour transmettre l'accès à Internet. Existe depuis 1993.

⁴⁴ *Les Jeunes et Internet*, voir bibliographie, n° 86. Source : www.oivo-crioc.org/files/fr/3906fr.pdf (consulté le 6/8/09).



taux d'équipement informatique avec connexion Internet (près de 60 %) dépasse celui de la télévision. A la lecture de ces chiffres, on constate clairement une démocratisation de l'accès aux TIC (Internet et console de jeux) dans les ménages. Dans le même temps, pour être pleinement intelligibles, les taux d'équipement – sans postuler un strict déterminisme social – doivent être mis en relation avec les communautés d'appartenance de leurs usagers. Ainsi, sans préjuger des explications fines qu'une enquête qualitative eût apportées, plus l'appartenance sociale de l'adolescent se situe dans le bas de la stratification sociale, plus le taux d'équipement est bas. De même, plus la structure familiale s'éloigne des normes traditionnelles (ex. famille monoparentale), plus le taux d'équipement – cette fois-ci – est haut. En ce qui concerne les lieux d'utilisation d'Internet, le domicile figure en première position (94 %), très loin devant les milieux de vie du réseau d'amis (27 %), l'école (21 %) et les cybercafés (7 %).

Au niveau des jeux vidéo (sur console ou sur ordinateur, en ligne ou pas), si cette pratique fait l'objet d'un investissement massif des adolescents (72 %, mais 90 % pour la tranche d'âge des 10-12 ans), elle est davantage l'objet des garçons (87 %) que des filles (57 %). Bien que l'étude du CRIOC ne le mentionne pas, nous ne prenons pas beaucoup de risques à mettre en relation la forte variation au niveau de la variable sexe avec les représentations culturelles véhiculées majoritairement et de façon durable par les contenus des jeux vidéo : thématiques de guerre, de conquête, de combat... que Kline et al.⁴⁵ ont nommé « masculinité militarisée » (*militarized masculinity*). Si rien n'est moins sûr que les filles ne puissent donner sens au thème de la masculinité militarisée, dans le même temps force est de reconnaître que cette thématique – en dépit d'un égalitarisme culturel ambiant – reste tendanciellement centrale dans le processus de socialisation des garçons. Revenons aux modalités d'usage des jeux vidéo. La durée quotidienne moyenne de jeu est d'un peu plus d'une heure ; deux heures à l'âge de seize ans, « les jeux prisés à cet âge [étant] de plus en plus complexes et [nécessitant] une présence minimale par partie engagée »⁴⁶. Parmi les genres de jeux, les jeux de sport (30 % de suffrages) et d'action (27 %, Mario étant un des logiciels cités) sont les plus prisés devant les jeux d'aventure (14 %), de rôle (14 %, World of Warcraft étant lui aussi cité), de stratégie (10 %) et de simulation (7 %).

Au niveau des activités en ligne, le jeu vidéo est pratiqué par 75 % des adolescents (plus de 90 % pour les 10-12 ans). Avec une moyenne de dix consultations par semaine, le surf sur le Web est quant à lui pratiqué par 88 % des adolescents (72 % à 10 ans, 96 % à 12 ans). Parmi les répondants qui surfent, les activités les plus prisées sont le bavardage en ligne (82 %), l'envoi de courrier électronique (73 %), la consultation de sites Web (71 %), le téléchargement musical (69 %), le téléchargement d'images (37 %), la participation à

⁴⁵ Kline S., Dyer-Witheyford N., De Peuter G., p. 255, voir bibliographie, n° 90.

⁴⁶ Dans le cadre de son mémoire de fin d'études en sciences de la communication, une étudiante de l'Université de Gand (Mélanie De Vocht) a récemment montré que les joueurs de *World of Warcraft* – âgés de vingt-trois ans en moyenne – y consacraient en moyenne par semaine vingt-cinq heures de leur temps (Source : dépêche Belga, juin 2009). *Jeunes et nouvelles technologies*, p. 15, voir bibliographie, n° 87.



un carnet de bord (33 %), le téléchargement de films (32 %), la possession d'un carnet de bord (32 %) et la participation à des forums de discussion (15 %). Enfin, parmi les sites Web les plus consultés, on note les sites de jeux (35 % de suffrages), les sites de diffusion et de partage de contenus (27 %), les sites abritant des réseaux sociaux numériques (26 %) et les sites de recherche d'information (14 %).

Bref, si le jeu vidéo se donne à voir comme une TIC fortement prisée par les adolescents belges, Internet et ses grandes applications – de première comme de seconde génération – sont aussi l'objet d'un investissement massif de la part de cette catégorie d'âge. Comment toutefois penser ces pratiques numériques, en relation avec les générations adultes ? Appuyés sur leurs travaux empiriques menés auprès de jeunes de 12 à 18 ans en Belgique, les sociologues namuroises (FUNDP – CITA) Lobet-Maris et Gallez⁴⁷ soutiennent la thèse d'une certaine « fracture générationnelle » observée dans les pratiques des jeunes sur Internet.

⁴⁷ Lobet-Maris C., Gallez S., voir bibliographie, n° 102.



7. Transformations socio-techniques et incidences en matière d'interaction sociale

Nous venons de prendre la mesure de la place importante prise par Internet et les jeux vidéo parmi les TIC. En atteste notamment leur appropriation massive par les classes juvéniles contemporaines. De manière plus systématique que cela n'a été fait jusqu'à présent, surtout de manière plus transversale, tentons maintenant de mettre à jour (sans visée d'exhaustivité) quelques grandes transformations socio-techniques engendrées par l'arrivée des TIC. Aussi, d'épingler leurs conséquences au niveau des modes d'interaction sociale.

Sans trancher si le temps présent doit être interprété en termes de rupture ou de mutation⁴⁸, force est en effet de constater que notre époque est traversée par des bouleversements majeurs. A cet égard, le sociologue louvaniste Guy Bajoit⁴⁹ n'hésite pas à penser que les sociétés occidentales contemporaines doivent en toute priorité être définies comme des sociétés de changement. A travers les titres évocateurs de ses récents ouvrages (*Le grand dérangement en 2005*, *Le dépaysement contemporain en 2009*), l'anthropologue français Georges Balandier inscrit sa pensée dans le même paradigme de recherche. Pour penser ces bouleversements, ce dernier auteur a forgé de manière très heuristique le concept de « nouveaux Nouveaux Mondes ». Lisons-le⁵⁰ : « *La présente modernité engendre, non pas seulement un monde nouveau, mais des « nouveaux Nouveaux Mondes ». [...] Ces nouveaux mondes-là ne sont pas portés à l'existence par de simples métaphores, ils existent, ils peuvent être identifiés, même s'ils nous déconcertent en défiant la connaissance ordinaire. Ils ne sont plus liés à des territoires, à la référence géographique (ils ne sont pas générateurs d'un exotisme du lointain), ils résultent des entreprises transformatrices, ils surgissent sous l'effet des avancées conjuguées et conquérantes de la science, de la technique et de l'économisme. Ce sont des mondes créés par l'homme contemporain et non par une « géographie » humaine ayant produit la diversité planétaire, les exotismes naguère explorés. De ces mondes, nous sommes à la fois les indigènes (nous les avons faits, nous les faisons, nous les habitons) et les étrangers (nous y sommes dépayés par ce qu'ils comportent d'entièrement inédit). [Parmi ces « nouveaux Nouveaux Mondes »] celui où les techniques de la communication connectent, multiplient, développent en efficacité les réseaux : dans cet espace, la distance s'abolit, s'efface au profit de l'ubiquité et du temps de l'immédiat ».*

7.1. La compression spatio-temporelle

A la suite de Balandier, nous considérons donc la « compression spatio-temporelle »⁵¹ comme une des grandes mutations engendrées par l'arrivée d'Internet. Concrètement,

⁴⁸ Bonny Y., voir bibliographie, n° 24.

⁴⁹ Bajoit G., voir bibliographie, n° 9.

⁵⁰ Balandier G., pp. 34-35, voir bibliographie, n° 10.

⁵¹ Bauman Z., voir bibliographie, n° 14.



avec les technologies de la vitesse de la lumière, les frontières du temps et de l'espace ont été redessinées : la temporalité est désormais marquée du sceau de l'instantanéité et de l'immédiateté, l'espace physique de la suppression des distances à franchir. Bien plus qu'une révolution technique, la compression spatio-temporelle doit être comprise comme une mutation anthropologique forte. Pour en rendre compte, considérons avec Augé⁵² – dont la pensée s'inscrit dans le structuralisme de Levi-Strauss – que la notion de frontière s'est historiquement employée à symboliser le monde : le masculin n'est pas le féminin, le chaud n'est pas le froid... A l'heure de la compression spatio-temporelle, sont remises en question certaines catégories universelles structurellement opposables : le lointain devient proche, l'« à venir » est immédiat. Autrement dit, c'est une redéfinition de la mise en ordre du monde que questionne la compression spatio-temporelle.

Sur un plan interactionnel, quelles sont les conséquences de cette mutation anthropologique ? Empiriquement, la coprésence matérielle relève moins que jamais d'une nécessité pour la tenue d'une interaction. Ceci étant dit, au-delà de la vision enchantée du « village planétaire » (cfr. 5.2.1), une posture critique nous pousse à faire publicité de la thèse de Bauman⁵³ : bien davantage qu'hier, les modes de communication contemporains portent toujours en eux une fragilisation potentielle des liens sociaux. Resituons cette thèse dans la pensée de l'auteur. Inscrit dans le paradigme de la « modernité insécurisée » (fin des utopies...), Bauman pense l'étape actuelle de l'ère moderne à travers la métaphore de la liquidité. Ainsi, si la société d'hier pouvait être définie comme « solide », celle d'aujourd'hui revêt la propriété des liquides : ses molécules tiennent ensemble par des liens forts ténus. Autrement dit, en régime de « modernité liquide »⁵⁴, les liens entre les individus – quels que soient les champs sociaux au sein desquels ils se déploient (travail, famille...) – sont marqués d'une fluidité, d'une fragilité et d'une fugacité sans précédent. Parmi les expressions d'une fragilité des liens sociaux, Bauman pointe le monde des connexions électroniques⁵⁵ : « L'avènement de la proximité virtuelle rend les connexions humaines à la fois plus fréquentes et plus futiles, plus intenses et plus brèves. Elles tendent à être trop futiles et brèves pour se condenser en liens. [...] Les contacts demandent moins de temps et d'efforts pour s'y engager, moins de temps et d'efforts pour les briser. *La distance ne fait pas obstacle au contact – mais entrer en contact ne fait pas obstacle à l'éloignement.* [...] On peut mettre fin à la proximité virtuelle [...] rien qu'en appuyant sur un bouton ». Au-delà de la description fine des modalités types de construction et de clôture d'une interaction électronique, Bauman met surtout en évidence (relisons la deuxième partie de la phrase en italiques) que la catégorie d'espace physique n'a rien perdu de sa pertinence analytique à l'heure de la compression spatio-temporelle. Autrement dit, s'il n'est pas faux d'affirmer que les frontières du temps et de l'espace ont volé en éclats (pensons très prosaïquement à l'envoi et à la réception d'un courriel à l'autre bout du monde), dans le même temps une

⁵² Augé M., p. 11, voir bibliographie, n° 7.

⁵³ Bauman Z., voir bibliographie, n° 16.

⁵⁴ Bauman Z., voir bibliographie, n° 15.

⁵⁵ Bauman Z., p. 80, voir bibliographie, n° 16.



fine analyse des interactions électroniques ne saurait faire l'impasse sur le pouvoir toujours structurant des catégories génériques de l'espace (physique) et du temps (écoulé).

Comme conséquence interactionnelle de la compression spatio-temporelle, pointons également – toujours dans une perspective critique – l'émergence de ce que nous appelons un « régime temporel de forte disponibilité ». Portée par le sociologue ulbiste Javeau⁵⁶, cette thèse s'inscrit au cœur de la pensée baumanienne. En effet, dès l'instant où « la distance ne fait pas obstacle au contact »⁵⁷, tout se donne à voir comme si tout contact électronique requérait, si pas une réponse immédiate, à tout le moins une réponse rapide. En convoquant très précisément la notion d'urgence, Javeau⁵⁸ va plus loin encore quant au régime temporel lié aux TIC : « *Tout se passe comme si le seul registre de l'existence était désormais l'urgence. En transportant son téléphone sur soi, on peut être sonné – c'est le mot, comme on sonne un domestique – à tout moment. [...] Il y a dans l'envoi d'un courriel, comme dans l'appel par téléphone mobile [...] la même revendication d'urgence [...] Il faut [sans tarder] répondre au courriel comme il faut répondre à la sonnerie du téléphone portable* ». Titulaire aujourd'hui du cours de « sociologie des TIC et d'Internet » à l'université de Bourgogne, Lardellier⁵⁹ ne dit pas autre chose lorsqu'il évoque le « *pacte noué [par les ados de 2008] avec les TIC : [...] les machines à communiquer exigent en retour un attachement illimité et H24. « Illimité et H24 », ne sont-ce pas précisément les termes commerciaux et sociaux proposés et même exigés par les fournisseurs d'accès et autres opérateurs de téléphonie mobile ? [se demande-t-il]* ». « H24 », c'est à tout le moins pousser à bout le « régime temporel de forte disponibilité ».

Sans exercer un déterminisme absolu (rappelons que les TIC sont des dispositifs socio-techniques), on retiendra que les caractéristiques techniques du dispositif configurent les modalités légitimes d'interaction sociale. Prenons l'exemple du courriel. A la transmission quasi-instantanée du message, à la forme quasi-orale du message répondent des interactions soutenues, une « acronymisation » des signatures.

7.2. « Réalisation » du virtuel et « virtualisation » du réel

Parallèlement à la compression spatio-temporelle, la « réalisation » du virtuel / « virtualisation » du réel est l'autre grande mutation que nous souhaitons mettre en évidence. Précisons d'emblée ce que nous entendons derrière ces néologismes (que nous nous permettons de forger). Si l'on accepte d'opérer une différence entre ce qui est de l'ordre du réel et ce qui est de l'ordre du virtuel, la « réalisation » du virtuel peut alors être considérée comme une colonisation des mondes virtuels par des éléments de la vie réelle, la « virtualisation » du réel comme une colonisation de la vie réelle par des éléments des mondes virtuels. Dès lors

⁵⁶ Javeau C., voir bibliographie, n° 83 et 84.

⁵⁷ Bauman Z., p. 80, voir bibliographie, n° 16.

⁵⁸ Javeau C., p. 79 et pp. 82-83, voir bibliographie, n° 83.

Lardellier P., p. 122, voir bibliographie, n° 95.



même que le débat intellectuel classique sur les TIC met en jeu la question des relations qu'entretiennent réalité et virtualité, rappelons – avant d'aborder notre deuxième grande mutation – que le langage commun a tendance à séparer de manière étanche les catégories du réel et du virtuel. Ainsi, il est traditionnellement admis – si l'on se centre sur la notion d'interaction sociale – qu'une rencontre électronique (ex. deux personnes qui « châtent ») ne saurait être assimilée à une rencontre de face-à-face, la première interaction étant assimilée à une rencontre virtuelle (relisons Bauman qui parle de « proximité virtuelle »), la seconde à une rencontre réelle. Bien sûr, selon que l'interaction est médiée par un dispositif socio-technique ou qu'elle ne l'est pas, le cadre de l'interaction change. A ce sujet, à propos du bavardage en ligne, Draelants⁶⁰ a montré que le cadre d'interaction était constitué de quatre grands éléments : une dimension décontextualisante (i.e. contextualisée en situation de coprésence physique), textuelle (i.e. orale et gestuelle...), fragmentée (i.e. entière...) et désinhibitrice (i.e. « engageante »...). Au-delà du cadre de l'interaction, le sociologue ne saurait toutefois acter une différence ontologique entre l'interaction électronique et l'interaction de face-à-face : dans les deux cas, la rencontre est le fruit de deux subjectivités qui – fondamentalement – produisent le social. Résumons-nous. Si l'on se cantonne aux relations entre individus, il paraît préférable de penser les catégories du virtuel et du réel de manière moins étanche qu'elles ne le sont communément : la virtualité doit être comprise comme un aspect de la complexification croissante du social, amplifiée par ses propres artefacts techniques⁶¹.

Relativiser la frontière entre le réel et le virtuel, cela doit aussi être fait lorsqu'on pense les mondes virtuels. Appelés aussi « métavers »⁶², les mondes virtuels sont des « univers persistants » (cfr. 6.4) en 3D au sein desquels évoluent des personnages (soulignons la fictionnalité du soi) activés par des milliers de joueurs. Situés tantôt dans le présent (ex. *Second Life*), tantôt dans le futur (ex. *Entropia Universe*), tantôt dans le passé (ex. *World of Warcraft*), les mondes virtuels font cohabiter des identités d'emprunt aux caractéristiques plus ou moins humaines : humaines, animaux, hommes-animaux, etc. Bref, entendue en son sens commun, c'est-à-dire « ce qui n'est pas réel » (ex. un homme-animal dans le futur lointain), la notion de virtualité trouve toute sa légitimité à caractériser ces univers persistants. Force est pourtant de constater que ces univers relèvent d'une certaine forme d'hétéronomie : le réel s'y incruste (« réélisation » du virtuel), le réel s'y soumet (« virtualisation » du réel). Prenons-en la mesure par l'exemple, à travers le jeu en ligne massivement multijoueur *Second Life*. Bien que *Second Life* doive être considéré comme un monde virtuel, des éléments de la vie réelle s'y sont récemment invités. Ainsi, en 2007, en France, ce ne sont pas moins que les candidats à l'élection présidentielle qui – sous forme d'avatars – se sont directement adressés à leurs électeurs potentiels. Toujours dans une perspective promotionnelle, certaines marques commerciales ont également investi le jeu. Parallèlement à la « réélisation » du virtuel, *Second Life* donne aussi à voir un encastrement

⁶⁰ Draelants H., pp. 17-23, voir bibliographie, n° 46.

⁶¹ Proulx S., Latzko-Toth G., voir bibliographie, n° 129.

⁶² De l'anglais *metaverse*, c'est-à-dire méta-univers. Nous devons ce terme à Neal Stephenson, dans le roman *Snow Crash*, publié en 1992 (New York, Bantam Books).



du virtuel dans le réel. Ainsi, souffrant de voir son mari exercer des relations affectives et sexuelles avec une partenaire virtuelle sur *Second Life*, une citoyenne anglaise – elle-même en couple sur Second Life avec le mari « adultère » – a récemment demandé le divorce⁶³. On voit ici de quelle manière la normativité des mondes virtuels (i.e. l'hyper-construction de soi) n'est pas sans incidences sur la normativité de la vie réelle (dans le cas présent, une relation entre deux personnes fondée en droit). Bref, pour Lipovetsky et Serroy⁶⁴, l'hyper-modernité de certains jeux en ligne se caractérise par l'invention d'un « écran oxymorique qui, unissant les contraires, le faux et le vrai, le fictif et l'authentique, donne naissance à une forme expérientielle inédite ».

En résumé, compression spatio-temporelle et hybridation des mondes virtuel et réel sont ici des traductions fortes de ce que les « nouveaux Nouveaux Mondes » comportent d'entièrement inédit.

⁶³ Source : www.rtlinfo.be/info/archive/195364/il-trompe-virtuellement-sa-femme-sur-second-life-elle-demande-le-divorce/?&archiveYear=2008 (consulté le 06/09/09).

⁶⁴ Lipovetsky G., Serroy J., pp. 300-301, voir bibliographie, n° 100.



8. De la construction de soi à l'heure d'Internet

Dans la foulée des modes d'interaction sociale liés aux mutations engendrées par les « nouveaux Nouveaux Mondes », il nous paraît à présent essentiel de nous pencher sur la manière dont la construction de soi est pensée à l'heure d'Internet. D'obédience constructiviste, rappelons que la terminologie de « construction de soi » renvoie avant toute autre chose à la problématique de la socialisation. Si l'on considère que la socialisation est la « façon dont la société forme et transforme les individus »⁶⁵, il faut alors aujourd'hui acter que les TIC jouent un rôle majeur dans le processus de socialisation (pensons, par exemple, aux idéologies qu'ils véhiculent, aux valeurs qu'ils sous-tendent, aux imaginaires collectifs qu'ils construisent...). Œuvrant tout au long de la vie de l'individu, le processus de socialisation peut être subdivisé en une socialisation primaire (i.e. celle qui a lieu lors de l'enfance et de l'adolescence) et une socialisation secondaire (i.e. celle qui se produit à l'âge adulte). Si l'on se centre sur la socialisation primaire, précisément sur les instances qui la rendent possible, on peut clairement affirmer que les traditionnelles instances de socialisation que sont l'école et la famille doivent aujourd'hui composer avec le monde des TIC. Si la famille et l'école continuent largement à se penser comme les instances de socialisation légitimes, n'en reste pas moins patent le travail de « formation/transformation des individus » opéré par les TIC. Ainsi, dans le processus de socialisation primaire, il semble aujourd'hui avéré que la culture numérique des adolescents (cfr. 7.2) soit une « trans-culture technico-sociale [...] car sa présence massive dans la frange adolescente, et le partage de ses valeurs, qui sont en partie celles de l'« idéologie de la communication », dépassent la plupart des clivages sociaux habituels [entendons : les clivages de « classe sociale »] »⁶⁶.

Si le monde des TIC s'apparente désormais à une instance socialisatrice à part entière, il ne s'agit pourtant pas de surcharger de poids sa place dans le processus de socialisation. Expliquons-nous. Aujourd'hui, bien davantage qu'hier, c'est à l'individu lui-même – en mobilisant sa subjectivité – qu'il revient de construire sa propre socialisation⁶⁷ : de soi dans la construction de soi. Pour donner un sens à son existence, l'individu ne saurait plus (uniquement) se reposer sur les instances de socialisation : il doit être l'acteur de sa propre vie, en inventer la trame⁶⁸, faire figure d'*Homo eligens*. A cet égard, Internet – a fortiori l'Internet de seconde génération (Web 2.0), lequel pense l'utilisateur dans des termes constructivistes (un « créateur de contenus ») – peut être considéré comme un espace de communication impliquant de nouvelles modalités de construction de soi ; s'inscrivent directement dans cette approche les travaux de Draelants⁶⁹ sur le bavardage en ligne, mais également ceux de Klein⁷⁰ sur le carnet de bord en ligne. Revenons à la place de l'individu dans le processus

⁶⁵ Darmon M., p. 6, voir bibliographie, n° 39.

⁶⁶ Lardellier P., p. 119, voir bibliographie, n° 95.

⁶⁷ Dubet F., voir bibliographie, n° 48.

⁶⁸ Kaufmann J.-C., voir bibliographie, n° 88.

⁶⁹ Draelants H., voir bibliographie, n° 46.

⁷⁰ Klein A., voir bibliographie, n° 89.



de socialisation. Si l'individu est devenu l'acteur de sa propre socialisation, dans le même temps personne ne peut totalement s'inventer comme il le souhaite. Ne disposant que de quelques cartes en mains, chacun doit composer avec une série de dimensions de la vie sociale (héritage social...). Si cette dialectique (i.e. un «constructivisme relativisé») relève du truisme, il peut arriver qu'elle s'invalide dès lors même que la construction de soi est ici médiée par les nouveaux espaces numérisés. A travers deux applications, voyons comment Internet rend possible ce qu'on peut appeler un «constructivisme (plus ou moins) absolu» de soi. (1) Le *bavardage en ligne*. Si on accepte de laisser de côté les messageries instantanées, rappelons que tout chat offre aux individus l'opportunité d'interagir dans l'anonymat le plus strict. Au niveau de la construction de soi, que peut-il en résulter ? Si certains individus se contentent simplement d'être eux-mêmes tels qu'ils se donnent à voir lors d'interactions sociales externes à Internet, il peut arriver que d'autres – animés par les mobiles les plus divers – travestissent peu ou prou leur identité individuelle (i.e. leur identité «corporéifiée» : date de naissance, sexe...). Prenons l'exemple du scénario dans lequel le cadre du chat est considéré par les individus comme un moyen de nouer une relation affective en ligne (et non hors ligne) : retrancher quelques années à son âge, cacher quelques kilos en trop (obsession hygiéniste oblige) ou encore ajouter quelques années à son instruction peuvent ici s'avérer des stratégies gagnantes. (2) Les *mondes virtuels*. Au-delà du travestissement de soi observé dans les chatrooms, c'est à la démultiplication de soi que nous confronte le MMORPG *World of Warcraft* – les joueurs adolescents usant traditionnellement de plusieurs avatars. Quant au MMOG *Second Life*, offrant au joueur la possibilité d'un changement d'apparence à volonté à tout moment, c'est à un degré hyperbolique qu'il permet la scénarisation et la mise en scène de soi.

D'un point de vue descriptif, probablement serait-il intéressant – en fonction des différentes applications d'Internet – de construire des modes-types de construction de soi. Enfin, au-delà des grandes thèses (paradigme expressiviste...) qui rendent compte aujourd'hui de la construction de soi à l'heure d'Internet, on retiendra essentiellement – à travers des catégories de pensée et de langage communément admises – que « *la manipulation de soi sur Internet nous parle de la souffrance ou de la difficulté de l'individu contemporain à être un sujet capable de relever le défi de la gestion de son identité* »⁷¹.

⁷¹ Jauréguiberry F., p. 241, voir bibliographie, n° 80.



9. Au-delà du déterminisme technologique : la construction sociale des usages

Après avoir saisi la manière avec laquelle les nouveaux espaces numérisés amplifient la construction de soi, nous clôturons le présent chapitre en interrogeant les usages dont les TIC peuvent être le support. D'un point de vue théorique, nous nous inscrivons ici dans ce qui fut un temps appelé « l'école française des usages ». Initié dès le début des années 1980 par Michel de Certeau⁷², puis institutionnalisé par de nombreux chercheurs animés d'une tradition critique du pouvoir et d'une volonté de penser l'acteur social dans son autonomie, ce paradigme de recherche s'attache à « l'observation de ce que les gens font effectivement [au sens de la factualité] avec les objets et dispositifs techniques »⁷³. Si l'approche dite « des usages » n'est pas exempte de limites (surestimation de l'autonomie de l'usager, détermination sociale des usages et incapacité de renvoyer les usages aux courants macro-sociaux), elle présente toutefois la qualité de penser l'usager comme un acteur et non comme un consommateur passif : elle « permet de dépasser l'image d'un usager buvard qui, selon sa porosité, absorberait avec plus ou moins de talent l'innovation technologique »⁷⁴. En leur qualité de représentants paradigmatiques du courant franco-phonie des usages, Mallein et Toussaint⁷⁵ de poursuivre : « Nos [dix ans de recherche] ont montré que l'insertion sociale d'une NTIC, son intégration à la quotidienneté des usagers, dépendaient moins de ses qualités techniques intrinsèques, de ses performances et de sa sophistication que des significations d'usage projetées et construites par les usagers sur le dispositif technique qui leur était proposé ». Même si la technique présente certaines dimensions déterministes, l'approche en termes d'usages évacue tout technologisme de l'analyse : l'usager reste avant tout un acteur susceptible de s'approprier la technique, mais aussi et surtout de la transformer et de la détourner des usages imaginés et prescrits par les ingénieurs et autres planificateurs. Au-delà du paradigme des usages, ces modalités d'interaction dialogique entre l'usager et le dispositif – pensons par exemple au « détournement de l'usage normalisé » – commandent un paradigme, au sens linguistique du terme, dans lequel figurent des termes comme bricolage, bidouillage, braconnage, résistance, manières de faire, micro-inventions, appropriation active, etc. Paraphrasant Javeau⁷⁶, lui-même inscrit à l'époque dans la filiation des « arts de faire » propres à de Certeau, ces modalités d'interaction renvoient à une posture de recherche qui prend le parti du « petit murmure » (i.e. la liberté ultime de l'acteur, fût-elle clandestine) face au « bruit du monde » (i.e. les impositions macro-sociales).

Après avoir montré la pertinence scientifique de penser l'usager dans les termes d'un acteur, donnons maintenant à voir quelques exemples où l'usage prescrit du dispositif est détourné

⁷² Certeau M. de, voir bibliographie, n° 31.

⁷³ Proulx S., p. 16, voir bibliographie, n° 128.

⁷⁴ Jauréguiberry F., p. 40, voir bibliographie, n° 81.

⁷⁵ Mallein P., Toussaint Y., p. 318, voir bibliographie, n° 106.

⁷⁶ Javeau C., voir bibliographie, n° 82.



par l'utilisateur. (1) En transformant le chat en une plateforme de rencontres, Draelants⁷⁷ note que c'est la conception du dialogue pluriel correspondant à l'idée de base du concepteur d'*Internet Relay Chat* (i.e. la référence en matière de protocoles de *chat*) qui est ici mise en tension par certains utilisateurs. (2) Sollicité par le site de ventes aux enchères *eBay* à produire une analyse des comportements d'achat de ses utilisateurs (2007, *Le monde d'eBay*, « *le goût du jeu, l'appât du gain* »), le psychanalyste Serge Tisseron a par exemple noté que loin d'uniquement chercher à faire des affaires, la recherche d'une rencontre comptait aussi parmi les logiques d'usage du dispositif. (3) En devenant habiles dans la pratique des jeux vidéo, le même Tisseron⁷⁸ note que les filles – rappelons l'hiatus entre les représentations culturelles que véhiculent leurs agences de socialisation et les représentations culturelles véhiculées par le jeu vidéo (cfr. la thématique de la « masculinité militarisée ») – « peuvent capter plus facilement l'attention des garçons, et surtout leur respect. Jouer à certains jeux devient alors pour elles non seulement une activité personnelle, mais aussi une manière de séduction ». (4) Au-delà de la recherche de liens affectifs (présente dans les différentes logiques d'usage décrites ci-dessus), la modification du spectre des usages peut aussi répondre à un agenda politique. C'est le cas du *machinima* (i.e. un court-métrage réalisé à partir de séquences d'un jeu vidéo, néologisme issu de la contraction de machine, cinéma et animation) *The french Democracy*, qui – à partir du jeu vidéo *Movies* – met en scène la condition citoyenne française à l'aune des émeutes de 2005. [...] Bref, en cherchant à comprendre le sens que les usagers des TIC investissent dans leurs pratiques, le présent courant de recherches se prémunit contre toute tentative de réification de l'usage : l'usage est ainsi l'objet d'un processus permanent de construction sociale.

⁷⁷ Draelants H., voir bibliographie, n° 46.

⁷⁸ Tisseron S., Gravillon I., p. 135, voir bibliographie, n° 152.



Parallèlement à la manière avec laquelle la science sociale dominante appréhende aujourd'hui la notion d'usage (i.e. le constructivisme social, en phase avec la notion de dispositif socio-technique), il nous faut à présent questionner l'usage des TIC dans ses dimensions plus intrapsychiques. Si, comme nous en avons pris la mesure, la technique ne peut jamais totalement déterminer les manières de faire, dans le même temps la technique n'est pas sans influence sur les modes de subjectivation. Ainsi, sans verser dans un catastrophisme étroit, force est de reconnaître que certains usages peuvent fragiliser, voire mettre en danger, les individus. Quels sont ces usages? Quels sont les outils susceptibles d'en proposer une description et une interprétation fine? S'agit-il de les penser en lien avec des personnalités-types? Dans quels cadres convoquer une éventuelle thérapeutique? Avec quels pronostics? Sans saturer l'analyse des TIC dans ses dimensions individuelles, c'est à ce genre de questions que tente de répondre la suite du rapport de recherche.



SANTÉ MENTALE

PARTIE II

TIC ET SANTÉ MENTALE

Pascal Minotte

Psychologue, chercheur IWSM



1. Cyberdépendance : préambule épistémologique

Est-il encore utile de rappeler que la « dépendance » est intrinsèque à la condition humaine ? Nous pourrions étayer ce propos par de nombreux exemples, mais c'est principalement de notre dépendance au langage dont il est question dans ce chapitre. Eh oui, du langage aussi nous sommes dépendants, en tous les cas lorsqu'il s'agit d'élaborer une pensée. Sans lui, impossible de décrire, comprendre, prévoir, analyser, résoudre les questions qui se posent à nous. Nous baignons dans le langage comme le poisson dans l'eau⁷⁹ de telle sorte qu'il entretient avec nos perceptions une relation « osmotique ». Notre accès au réel passe par le langage, n'en doutons pas !

Au fil du temps, des mots et des métaphores voient le jour alors que d'autres disparaissent, certains s'installent durablement, d'autres ne font que passer. La « connaissance » évolue, mais aussi la société, les mœurs... et les technologies. Celles-ci sont à l'origine d'un nombre considérable de vocables, d'acronymes et d'analogies. Vous l'aurez compris, « les termes par lesquels nous percevons le monde et le soi ne sont pas dictés de manière absolue ou nécessaire par « ce qui est réel », un nombre illimité de descriptions et d'explications est possible pour chaque situation »⁸⁰. Nos modes de représentation et d'interprétation du réel sont issus d'un consensus social, actuellement arbitré par les scientifiques, qui n'échappent pourtant pas eux-mêmes aux contraintes épistémologiques que nous soulevons.

Les maladies aussi sont des « inventions ». Par « maladie », il ne faut pas entendre la souffrance du patient, mais bien sa traduction dans des termes médicaux. « Que le discours scientifique soit une construction ne veut pas dire qu'il soit arbitraire », il se veut balisé par des méthodes strictes. Cependant, que nous le voulions ou non, la philosophie des sciences « nous invite à faire le deuil de la vérité entendue comme adéquation entre la réalité et le discours qui en parle ».⁸¹ La maladie n'est pas, comme le pensent beaucoup, « une entité organique, préexistante à l'investigation médicale et indépendante du champ social. »⁸²

Au regard de ce constat, nous percevons rapidement l'importance qu'il y a à bien choisir ses termes pour énoncer de nouveaux phénomènes. En effet, là où nous avons l'impression de décrire, nous construisons ! Autrement dit, en sélectionnant les métaphores actuelles, nous participons à la construction du futur. « Par nos diverses manières de décrire, d'expliquer ou de symboliser, nous donnons forme à notre avenir »⁸³. La question des « cyberdépendances » en est un bel exemple.

⁷⁹ Image empruntée à Humberto Maturana.

⁸⁰ Gergen K., p. 89, voir bibliographie, n° 61.

⁸¹ Longneaux J.-M., p. 2, voir bibliographie, n° 103.

⁸² Mallet D., p. 2, voir bibliographie, n° 107.

⁸³ Gergen K., p. 91, voir bibliographie, n° 61.



Kenneth J. Gergen⁸⁴ constate que « le vocabulaire du déficit humain s'est développé de façon spectaculaire au cours de ce siècle (le nombre de catégories diagnostiques est passé de 265 dans le DSM III à 392 dans le DSM IV⁸⁵). Nous avons une manière de voir les défauts en nous-mêmes et chez les autres que nos arrière-grands-parents n'avaient pas ». Nous assistons à une inflation de la « terminologie du déficit » dans une dynamique qu'il qualifie de *cycle d'infirmité progressive*⁸⁶. Lorsque les psychiatres et les psychologues tentent d'expliquer un comportement indésirable, ils génèrent un vocabulaire technique du déficit. Celui-ci se propage petit à petit dans l'opinion publique, l'éducation et les médias. Nous acquérons et intégrons progressivement ce vocabulaire de telle sorte que nous finissons par nous percevoir et percevoir les autres en ces mêmes termes (« Je suis seulement un peu cyberdépendant, nous avouera une connaissance »). Une fois que cette perception est fixée, nous allons solliciter les professionnels de la santé pour nous guérir. Plus la guérison est requise et plus le besoin en professionnels de la santé est important. À mesure que le nombre de professionnels augmente, le vocabulaire du trouble mental prospère. Le cycle est continu, ses effets sont exponentiels.

Ce constat est d'autant plus d'actualité que « la dynamique des médias d'information fait que les hypothèses, anciennement confinées au sein de la population médicale, sont communiquées au grand public avant d'avoir été validées. »⁸⁷

Les termes ainsi constitués vont jouer un rôle déterminant dans l'estime que nous allons développer de nous-mêmes et des autres, dans notre représentation d'une forme de hiérarchie sociale, et nous amener à problématiser les situations et les gens en conséquence : « *quelle confiance accorder à une personne toxicomane ? Quelle aide apporter à un maniac-dépressif ? Doit-on engager un boulimique ? Peut-on aimer une hystérique ?*⁸⁸ »

Cette façon de problématiser le réel peut amener l'individu à se penser dans une spirale négative et polariser son identité vers ces concepts déficitaires de telle sorte que celle-ci en est saturée⁸⁹. Il semble alors naturel de penser que seuls des professionnels sont indispensables à sa guérison, qu'ils sont seuls à pouvoir répondre à ses besoins. Parallèlement, plus il est demandé aux professionnels d'apporter des réponses à ces questions et plus ils se sentent tenus de développer un vocabulaire différencié et étendu. Celui-ci se propage dans la culture, développe encore la perception de la « maladie », dans « une spirale d'infirmité ininterrompue ».

⁸⁴ Gergen K., p. 17, voir bibliographie, n° 60.

⁸⁵ Gekiere C., p. 45, voir bibliographie, n° 57.

⁸⁶ Gergen K., voir bibliographie, n° 61.

⁸⁷ Hanson B., p. 16, voir bibliographie, n° 75.

⁸⁸ Gergen K., p. 17, voir bibliographie, n° 60.

⁸⁹ Une personne toxicomane finit souvent par ne plus se définir que par sa dépendance.



Malheureusement, le concept de « cyberdépendance » s'inscrit dans cette dynamique, il peut même être qualifié de cas d'école. En effet, une quantité impressionnante de termes ont été créés à ce sujet ces dernières années, principalement anglo-saxons : *Internet addiction*, *cyberaddiction*, *internetomania*, *netcompulsion*, *pathological internet use*, *problematic internet use*, *compulsive internet use*, *netaholic*, *net addiction*, *computer-mediated communication addiction*, *internet dependency*, *Internet addictive behavior*, etc⁹⁰/⁹¹. Nous assistons à un véritable festival des néologismes ! Peut-être serait-il intéressant et conscientisant d'en faire un lexique, mais il est surtout urgent de se demander pourquoi une telle frénésie⁹².

1.1. Le concept de « cyberdépendance »

Tout a commencé aux États-Unis dans le courant des années quatre-vingt-dix, période durant laquelle les universités américaines ont constaté l'utilisation massive faite de l'Internet par certains de leurs étudiants. A cette époque, le psychiatre Ivan K. Goldberg décide de faire une plaisanterie pour mettre en exergue la fascination de notre société pour ses propres dépendances. Il propose alors sur le site Web (imaginé pour la circonstance) d'une association d'aide aux « cyberdépendants », des critères, directement inspirés du DSM-IV, pour définir ce qu'il appelle l'*Internet Addiction Disorders* (IAD). La plaisanterie a rapidement « fait le buzz » et le concept a continué sa vie indépendamment de son « créateur ».

Avant cela, d'autres avaient déjà introduit la question des *addictions comportementales*. Nous pensons notamment à Otto Fenichel et la notion de « toxicomanies sans drogues » proposée dans la « Théorie psychanalytique des névroses » (1949), ou à Stanton Peele et son observation des dépendances affectives, ou encore à « l'addiction positive » de Glasser qu'il développe au départ de l'observation de sportifs « accro » à l'effort (1976). Ces auteurs ont eu le mérite de faire évoluer la représentation classique des toxicomanies, centrées sur les produits et leurs propriétés « addictogènes », vers une approche centrée sur les conduites du sujet⁹³.

Dans la deuxième moitié des années quatre-vingt-dix, des chercheurs comme Brenner (1996), Griffiths (1997), Scherer (1996), Véléa (1997), Young (1996)⁹⁴ (et d'autres) reconnaissent le concept « d'internet addiction ». Les communications scientifiques fleurissent avec des titres évocateurs : « Internet addiction : Does it really exist ?⁹⁵ », « Does Internet and computer «Addiction» Exist : some case study evidence », etc.

⁹⁰ Sergerie M.-A., Lajoie J., p. 150, voir bibliographie, n° 138.

⁹¹ Li S.-M., Chung T.-M., pp. 1067-1071, voir bibliographie, n° 99.

⁹² Sans vouloir réduire cette question complexe à cette seule explication, probablement existe-t-il un lien entre cette inflation du langage technique et le désir de légitimation de carrières individuelles...

⁹³ Valleur M., Véléa D., voir bibliographie, n° 156.

⁹⁴ http://psydoc-fr.broca.inserm.fr/toxicomanies/internet_addiction/cyberaddiction.htm

⁹⁵ Griffiths M. D., voir bibliographie, n° 68.



Notons, comme le fait remarquer Tisseron⁹⁶, que la reconnaissance de « l'addiction à l'Internet » comme pathologie avérée est un enjeu économique important aux États-Unis puisqu'il pourrait ouvrir la voie au remboursement des soins engagés par les compagnies d'assurances.

Néanmoins, les Anglo-saxons ne sont pas les seuls à défendre une reconnaissance de l'addiction à Internet ou encore « cyberdépendance ». Les psychiatres Marc Valleur et Dan Véléa de la Clinique Marmottan à Paris avancent quatre arguments pour justifier le regroupement des différentes formes de dépendances, avec ou sans drogues⁹⁷ (incluant le jeu pathologique, les achats compulsifs, l'addiction au sport et à l'exercice physique, l'addiction sexuelle, le travail pathologique, la cyberdépendance et l'addiction au crime) :

- La similitude entre les divers troubles ainsi regroupés qui se caractérisent par la répétition d'une conduite, supposée par le sujet prévisible et maîtrisable, s'opposant à l'incertitude des rapports de désir, ou simplement existentiels, interhumains. Autrement dit, comme l'explique Stanton Peele, « Le recours répétitif à la conduite addictive aurait une fonction d'évitement des situations anxieuses, en substituant à l'incertitude des relations humaines le déroulement prévisible d'une séquence comportementale maintes fois vécue. »⁹⁸
- Les fréquents recoupements entre les différentes addictions. Par exemple, des problèmes d'alcoolisme chez les joueurs pathologiques.
- Le passage, souvent constaté, d'une addiction à une autre. Par exemple, une personne toxicomane qui devient alcoolique, puis joueuse, puis acheteuse compulsive...
- La parenté dans les propositions thérapeutiques, notamment les groupes d'entraide conçus sur le modèle des Alcooliques Anonymes.

Marc Valleur et Dan Véléa dénoncent la position frileuse de certains chercheurs qui attendent que l'imagerie cérébrale leur donne des réponses quant à la « réalité » neurologique du concept d'addiction comportementale. Ils redoutent que la non-reconnaissance de ces problématiques en terme diagnostique ne s'accompagne d'une non-reconnaissance de la souffrance des sujets confrontés au problème. Ils développent cependant une position nuancée et constatent prosaïquement « qu'il est nécessaire de tenir compte de la diversité des expériences pouvant conduire à une problématique addictive, mais nous risquons aujourd'hui de voir se multiplier à l'infini les *nouvelles maladies* comme les propositions de groupes de traitement »⁹⁹.

⁹⁶ Tisseron S., Gravillon I., p. 112, voir bibliographie, n° 152.

⁹⁷ Valleur M., Véléa D., op cit.

⁹⁸ Valleur M., Véléa D., op cit., p. 3.

⁹⁹ Valleur M., Véléa D., op cit., p. 3. Nous verrons par la suite que Véléa propose une classification des usages massifs des T.I.C. qui permet de circonscrire avec plus de prudence le diagnostic de dépendance. C'est ainsi qu'il distingue, à l'instar de Jean Garneau, l'excès, l'abus, la compulsion et la dépendance.



Nous constatons encore une fois que la question n'est pas simple. Il s'agit à la fois de faire reconnaître la souffrance de sujets confrontés à une « aliénation », par les professionnels, les proches et les pouvoirs publics, sans rentrer dans un cycle d'infirmité progressive et sans déresponsabiliser personne à la place qui est la sienne.

Cependant, force est de constater que le concept diagnostic de « cyberdépendance » n'est pas nécessairement au service de la reconnaissance des souffrances individuelles. Prenons pour exemple la publication de Kimberly Young¹⁰⁰ « Internet Addiction, a new clinical phenomenon and its consequences »¹⁰¹, dans laquelle elle décline les conséquences du phénomène de « cyberaddiction » à travers trois exemples : les infidélités « on line », les étudiants de campus qui consomment Internet comme substitut à la bière et les employés des entreprises dont il est prouvé qu'ils vont consulter des sites pornographiques ou les cours de la bourse pendant leur temps de travail (ce qui causerait un préjudice estimé à 54 milliards de dollars par an aux entreprises)¹⁰². L'article conclut par la nécessité d'améliorer les possibilités de prévention et de contrôle.

Certes les thèmes abordés ne sont pas inintéressants. Internet peut avoir un impact sur les couples, sur les modes de socialisation des étudiants et sur les entreprises et il est légitime que des chercheurs se penchent dessus. Il s'agit cependant de dénoncer comment la collusion d'intérêts personnels et d'une certaine vision de l'ordre public, de la moralité et de la rentabilité permet l'émergence d'un discours qui revendique sa scientificité sans aucun recul épistémologique. Nous pouvons ainsi entre-apercevoir comment une nouvelle « maladie mentale » peut légitimer des dispositifs de surveillance et de normalisation. Après avoir largement participé à la propagation du concept de cyberdépendance, Yong créé le C.O.L.A. (Centre for OnLine Addiction) incluant un dispositif payant de consultations en ligne... « Derrière le chaste paravent de l'objectivité scientifique se déroule des scènes où pouvoir, argent et renommée se confondent en de vastes ripailles. »¹⁰³

Le Trouble hyperactif avec déficit de l'attention est un exemple comparable¹⁰⁴. Depuis que cette nouvelle maladie « existe », elle se propage à la façon d'une épidémie. Le nombre d'enfants qui se sont vus prescrire de la Ritaline® a été en augmentation de 600 % entre 1989 et 1995. Au départ d'un concept destiné à catégoriser et traiter quelques situations très problématiques, la confusion se développe et tend à étiqueter malade hyperactif tout enfant turbulent. La Ritaline® rend nos bambins plus dociles et permet en même temps d'éluder les vraies questions, communes aux enfants turbulents et à certains « consom-

¹⁰⁰ Le Dr Kimberly Young est une des « expertes internationales » des questions d'addiction à Internet dont les publications font souvent références en la matière.

¹⁰¹ Young K., pp. 402-415, voir bibliographie, n° 173.

¹⁰² Nous ne pouvons également nous empêcher de penser que promouvoir l'idée que le monde du travail est gangréné par une maladie qui lui fait perdre des milliards tous les ans peut s'avérer très rentable pour les personnes qui proposeraient une consultance à ce sujet...

¹⁰³ Mallet D., p. 10, voir bibliographie, n° 107.

¹⁰⁴ Hautefeuille M., voir bibliographie, n° 77.



mateurs compulsifs » d'Internet, celles des limites, de l'éducation, des attitudes parentales et de possibles souffrances muettes.

Serge Tisseron ne mâche pas ses mots lorsqu'il s'exclame : « Bien sûr, beaucoup de parents aimeraient que les pouvoirs publics – et des experts remboursés par la Sécurité sociale ! – règlent à leur place les errances et les dérèglements provoqués chez leurs rejetons par les nouvelles fascinations technologiques. Mais ce choix, confortable à court terme, s'avèrerait catastrophique à long terme. Il équivaudrait à déléguer encore un peu plus les tâches parentales, au risque de médicaliser complètement l'adolescence ». ¹⁰⁵

1.2. Critique de la métaphore addictive

L'utilisation de la métaphore addictive pour décrire (et souvent expliquer) les usages problématiques des TIC est critiquée.

Benoit Virole nous dit à propos de l'expression fréquemment utilisée dans les médias « accro aux jeux vidéo » qu'elle est particulièrement mal appropriée. « Elle condense de façon abusivement syncrétique des comportements très différents de joueurs et laisse penser que les jeux vidéo, par essence, seraient comparables à des toxiques entraînant une addiction. Or, la réalité des choses est plus complexe. » ¹⁰⁶

Tisseron récuse l'utilisation de l'analogie à l'addiction à un toxique concernant les TIC, notamment parce que « l'addiction désigne la dépendance à des produits qui génèrent des états psychiques seconds auxquels le consommateur est invité à s'abandonner. La recherche du sens est totalement absente, le consommateur d'une substance cherchant avant tout à éprouver les effets de celle-ci. Au contraire, le joueur de jeux vidéo est toujours confronté à une tension entre excitations et significations. Et c'est même très probablement ce qui le « scotche » aux jeux vidéo ! » ¹⁰⁷

F. Lenihan ¹⁰⁸ se montre sceptique concernant le concept de « computer addiction ». Elle soulève le caractère potentiellement tautologique du raisonnement qui consiste à décrire puis finalement expliquer une consommation excessive d'une T.I.C. par une « Internet addiction ». Elle se demande également à quoi les personnes ainsi nommées sont vraiment dépendantes. Si, comme le répondent certains auteurs, il s'agit à chaque fois d'un contenu spécifique (jeux, sexe, communication), pourquoi insister tant sur l'outil (la T.I.C.) ? De plus, elle constate concernant les « cyberdépendances » qu'elles n'occasionnent pas de dommages somatiques importants (comme la cirrhose de l'alcoolique, par exemple). Dès lors, la question principale que pose ce concept est : à quelles autres activités qu'Internet

¹⁰⁵ Tisseron S., Gravillon I., p. 150, voir bibliographie, n° 152.

¹⁰⁶ Virole B., voir bibliographie, n° 165.

¹⁰⁷ Tisseron S., Missonnier S., Stora M., p. 11, voir bibliographie, n° 153.

¹⁰⁸ Lenihan F., pp. 31-33, voir bibliographie, n° 98.



la personne concernée aurait pu consacrer son temps ? Inévitablement, la réponse sera fortement connotée culturellement. Enfin, elle constate, comme tant d'autres, qu'étiqueter une activité « addiction » ou « déviance » a toujours été un réflexe lorsqu'une large partie de la population (généralement les adolescents) s'adonne à une activité à laquelle les « étiqueteurs » ne sont pas familiers. Le jazz, le rock and roll, la radio, la B.D., la télévision ont connu des phénomènes similaires.

Selon Thomas Gaon¹⁰⁹, s'il existe des usages excessifs, l'utilisation du concept d'addiction appliqué aux TIC se construit à partir :

- d'une méconnaissance des jeux vidéo, dans la mesure où seuls quelques types de jeux vidéo en ligne (MMORPG) sont concernés à cause de leur nouveauté et de leurs propriétés ;
- de la propension classificatoire de la psychiatrie moderne qui, se référant à une scientificité basée sur l'épidémiologie et une volonté de trouver un large consensus « se réduit dans sa communication extérieure à une liste de troubles mentaux définis par leurs signes, leur forme, et non plus par leur fond, leur nature précise et leurs causes – sujettes aux polémiques internes. » Cette perspective descriptive en vient à oublier le sujet, son idiosyncrasie, son histoire et son environnement. « La réification descriptive des troubles psychiatriques se substitue à leur compréhension et à leur signification subjective et sociale. »
- de l'ambiguïté du terme d'addiction qui englobe ce qui s'appelait la toxicomanie, mais aussi les addictions modernes avec et sans produit ainsi qu'un mode de consommation non pathologique soutenu par le commerce et les médias. « Cette polysémie prête le flanc à la confusion suivante : « l'accro, à quoi que ce soit, est (semblable à) un drogué. »
- de la captation, qui se pose comme un fait accompli, des usages problématiques des jeux vidéo par l'addictologie.

L'auteur résume les risques liés à l'application du terme d'addiction concernant les jeux vidéo en ligne. « Au niveau social et médiatique, le sujet « addict » est responsabilisé en tant qu'il est porteur du trouble, mais il est simultanément dessaisi par la supposée toute-puissance de l'objet d'addiction ». Autrement dit, « l'objet masque le sujet. » De plus, il y voit la possible « stigmatisation d'une nouvelle pratique ludique, technologique et sociale encore en voie d'intégration et de régulation dans la population. » Mais aussi le risque de pathologiser et de surévaluer les pratiques excessives des jeux en ligne à cause d'une méconnaissance des usages et des dynamiques des joueurs et des différentes fonctions (antidépresseive, compensatoire) prises par le jeu pour un sujet donné. Enfin, il s'inquiète de la potentielle « captation centripète par des marchands de soins spécialisés » au détriment d'une approche psychosociale et anthropologique des mutations sociales, principalement des processus de subjectivation.

¹⁰⁹ Gaon T., pp. 33-37, voir bibliographie, n° 56.



D'autres auteurs se demandent également s'il est pertinent de concevoir la « cyberdépendance » ou « l'UPI¹¹⁰ » comme un diagnostic là où nous pouvons y voir un symptôme. C'est ainsi que le modèle cognitivo-comportemental de Davis (2001), que nous aurons l'occasion de présenter dans un chapitre suivant, postule la présence d'une psychopathologie préexistante à l'UPI (par exemple, dépression, anxiété sociale, dépendance à une substance)¹¹¹. Dans la même logique, Tisseron nous explique que la dépendance à Internet est en passe de devenir un symptôme majeur de la dépression. La dépendance aux jeux vidéo cache bien souvent un état dépressif chez les enfants.¹¹²

Au regard de ces constats, nous désirons donc adopter un positionnement critique par rapport aux approches consistant à construire de nouvelles catégories diagnostiques. Nous nous voulons également extrêmement prudents concernant la métaphore qui consiste à assimiler les TIC à des drogues en insistant sur le caractère addictogène du support. Par contre, à l'instar de Carole Rivière¹¹³, nous pensons très intéressant de pouvoir « penser l'ensemble des comportements addictifs comme une expérience psychique, ayant une causalité psychique, et non comme les conséquences d'un comportement toxique ou de la consommation d'une substance chimique. »

Nous retiendrons l'appellation Usage Problématique d'Internet (et/ou des jeux vidéo) pour désigner les utilisations d'Internet qui entraînent un sentiment de détresse et des difficultés psychologiques, sociales et professionnelles¹¹⁴.

¹¹⁰ « Usage Problématique d'Internet ».

¹¹¹ Vaugeois P., p. 4, voir bibliographie, n° 159.

¹¹² Tisseron S., p. 130, voir bibliographie, n° 151.

¹¹³ Rivière C., voir bibliographie, n° 131.

¹¹⁴ Sergerie M.-A., Lajoie J., p. 150, voir bibliographie, n° 138.



2. Usages problématiques et usages appropriés des TIC

À partir du moment où nous décidons qu'il peut y avoir un usage problématique d'Internet, nous nous trouvons confrontés à l'obligation de distinguer ce qui est problématique de ce qui ne l'est pas. Il est clair pour tout le monde que faire usage des TIC n'est pas un problème en soi. Dès lors, où placer la limite ? Sachant qu'il est fort probable que celle-ci bouge avec le temps. Nous savons que le regard que porte la société sur les objets d'addiction évolue au fil des époques. Nous verrons d'ailleurs par la suite, comme le constate Pierre Vaugeois, que « le nombre de symptômes qui servent à décider si la personne souffre ou non de cyberdépendances en ligne dans les grilles diagnostiques, semble tendre à devenir plus élevé avec le temps, passant de cinq symptômes en 1998, à six symptômes en 2001, puis à sept symptômes en 2005 ». ¹¹⁵ En effet, l'usage de l'Internet et des TIC en général est de plus en plus répandu, un usage qui peut paraître abusif maintenant ne le sera peut-être plus dans les années futures.

Dans les pages qui suivent, nous vous proposons les principales grilles diagnostiques citées dans la littérature. Leurs auteurs leur ont donné pour mission d'objectiver ce que pourrait être un usage problématique d'Internet ou plus généralement des TIC. Leur analyse nous donne des informations intéressantes concernant les UPI, mais ne doit pas nous faire oublier les précautions épistémologiques prises dans les chapitres précédents et les réserves formulées dans nos conclusions.

Notons que si ces grilles sont fréquemment évoquées par les travaux de recherches, elles sont certainement moins utilisées dans le cadre de la clinique. Loonis¹¹⁶ le constate d'ailleurs concernant la plus célèbre d'entre elles, la grille de Goodman. En effet, ce qui fait sens pour la recherche avec ce qu'elle implique de nécessaires objectivations des phénomènes, peut ne pas faire sens en clinique. Lorsqu'un thérapeute reçoit un sujet en souffrance et en demande d'aide, il n'est pas évident qu'il lui soit fort utile de déterminer s'il présente cinq ou six des critères de telle ou telle grille. À notre avis, révéler à un patient qu'il est ou n'est pas « cyberdépendant » sur seule base de ces grilles relève d'une forme de mystification. Il s'agit d'affirmer quelque chose du sujet sur sa « qualité d'être » au départ d'analogies tout à fait discutables. C'est pourquoi nous pensons que ce type de décision (déterminer un diagnostic) doit pouvoir se négocier, se débattre, dans le cadre d'un entretien entre un professionnel et son client. « Penser un diagnostic comme une invention, construit dans l'interaction avec tel patient à un moment donné, ou encore considérer un diagnostic comme une narration, comme le baptême d'une expérience qui aurait pu se baptiser autrement, a beaucoup d'avantages, et notamment celui d'augmenter le nombre de choix possibles pour les protagonistes. » ¹¹⁷

¹¹⁵ Vaugeois P., p. 19, voir bibliographie, n° 159.

¹¹⁶ Loonis E., pp. 13-25, voir bibliographie, n° 104.

¹¹⁷ Gekiere C., p. 41, voir bibliographie, n° 57.



Notons enfin que la « cyberdépendance » n'est pas répertoriée dans les manuels internationaux de classification des maladies tels que le CIM 10 de l'OMS ou le DSM-IV-TR de l'APA.

2.1. Les grilles diagnostiques¹¹⁸

Aviel Goodman développe en 1990, dans l'article *Addiction : definition and implications*¹¹⁹, une définition de l'addiction et des critères diagnostiques du trouble addictif qu'il définit comme une catégorie surorganisatrice, regroupant l'ensemble des troubles addictifs particuliers.¹²⁰ Le but de ces critères généraux est de pouvoir déterminer si un syndrome comportemental donné est ou non un trouble addictif (Voir annexe, grille 1). La définition de Goodman fait toujours référence à l'heure actuelle. Selon lui, l'addiction est un processus par lequel un comportement, qui peut fonctionner à la fois pour produire du plaisir et pour soulager un malaise intérieur, est utilisé sous un mode caractérisé par l'échec répété dans le contrôle de ce comportement (impuissance) et la persistance de ce comportement en dépit des conséquences négatives significatives (défaut de gestion). Pour Goodman, « ce n'est pas le type de comportement, sa fréquence ou son acceptabilité sociale qui détermine s'il est ou non une addiction, mais c'est comment ce mode de comportement est relié et affecte la vie de l'individu, selon les critères diagnostiques spécifiés. »

Mark Griffiths (1996)¹²¹ définit six critères pour déterminer si un comportement est à associer à la dépendance en général (Voir annexe, grille 2). À l'instar de A. Goodman, Griffiths propose une définition incluant l'ensemble des dépendances comportementales. Avant cela, il développe en 1992 un questionnaire destiné à détecter la pratique excessive des jeux vidéo. Celui-ci, basé sur les critères du jeu pathologique du DSM-III-R, est construit au départ de l'analyse du cas d'une personne dépendante à un jeu vidéo simulant un flipper.

Encore une fois, nous devons constater le large éventail de pratiques et de supports concernés par ces potentiels « mésusages ». D'un point de vue strictement pragmatique, ce constat plaide pour l'élaboration de critères généralistes tels ceux proposés par Goodman ou Griffiths. Certains chercheurs se sont penchés plus spécifiquement sur les jeux vidéo et d'autres sur Internet. Là encore, l'évolution des TIC met à mal ce clivage dans la mesure où de plus en plus de jeux se jouent en ligne avec tout ce que ça comporte d'interactivité possible avec d'autres joueurs. La tendance est à la convergence des médias...

L'approche qui consiste à définir un « trouble addictif général » ne fait pas l'unanimité. En France, des auteurs comme Tisseron et Civin défendent l'idée « qu'une des meilleures façons de s'engager dans la voie d'une psychopathologie du virtuel quotidien est de « zoomer » sur un usage très spécifique pour tenter d'éviter les pièges spéculatifs d'un discours généraliste

¹¹⁸ Voir détail des grilles en annexe.

¹¹⁹ Goodman A., pp. 1403-1408, voir bibliographie, n° 65.

¹²⁰ Loonis E., pp. 13-25, voir bibliographie, n° 104.

¹²¹ Griffiths M. D., voir bibliographie, n° 67.



a priori. »¹²² De la même façon, Aufrère L.¹²³ estime qu'il existe des écueils importants liés à l'utilisation de la catégorie « pathologies addictives » sans autre discernement. En effet, les spécificités de chacun de ces troubles risquent d'être peu ou pas prises en compte et ceux-ci pourraient être pris en charge comme de simples photocopies les uns des autres. Pour elle, les diverses caractéristiques dites « communes » à chacun de ces troubles font l'objet d'une généralisation abusive, bien souvent sans preuve tangible.

Dans une approche moins généraliste, Kimberly Young (1996 - Voir annexe, grille 3)¹²⁴ reprend 8 critères sur les 10 du jeu pathologique dans le DSM-IV et propose une grille pour laquelle au moins cinq symptômes (chiffre décidé arbitrairement) doivent être présents durant une période de 6 mois pour diagnostiquer une « cyberdépendance ».

Beard et Wolf (2001) reprennent la grille de Young et proposent de diagnostiquer un usage problématique d'Internet lorsque le sujet présente obligatoirement les cinq premiers symptômes et au moins un des trois derniers. Ils se positionnent ainsi en faveur d'une acception plus rigoureuse et moins large du diagnostic d'usage problématique d'Internet. Beard¹²⁵ estime par ailleurs que l'entrevue clinique doit être la méthode de référence pour effectuer ce diagnostic. En effet, vu les limites des tests actuels et étant donné que les problèmes de dépendance s'accompagnent généralement d'autres difficultés, il est délicat de se limiter à une évaluation psychométrique.

Shapira et ses collaborateurs (2003) proposent quelques critères plus généraux (Voir annexe, grille 4) et plus récemment, Ko et coll. (2005) déterminent d'autres critères diagnostiques (Voir annexe, grille 5).

Dépendance au média ou à son contenu ?

Derrière la question du diagnostic se cache un débat qui divise en deux camps le domaine de la recherche acquise au principe d'addiction aux TIC¹²⁶. D'un côté, ceux qui estiment que la dépendance à Internet doit être reconnue comme un « désordre psychiatrique » en soi, avec ses propres critères. De l'autre, ceux qui insistent sur le fait que ces formes de dépendance reposent sur des gratifications et des comportements qui peuvent exister dans le monde « réel », indépendamment d'Internet. Les exemples les plus classiques sont le jeu pathologique ou les compulsions d'ordre sexuel. Cette deuxième tendance reconnaît le potentiel addictif d'Internet, mais estime que les utilisateurs sont accros au contenu qu'ils y trouvent et non au médium lui-même. C'est au départ de ce questionnement que

¹²² Tisseron S., Missonnier S., Stora M., p. 51, voir bibliographie, n° 153.

¹²³ Aufrère L., pp. 14-15, voir bibliographie, n° 6.

¹²⁴ Young K., pp. 402-415, voir bibliographie, n° 173.

¹²⁵ Beard K. W., pp. 7-14, voir bibliographie, n° 17.

¹²⁶ Yellowlees P. M., Marks S., pp. 1447-1453, voir bibliographie, n° 171.



Davis (2001)¹²⁷ propose un modèle cognitivo-comportemental (développé plus loin) dans lequel il distingue l'usage pathologique spécifique d'Internet (UPSI) et l'usage pathologique généralisé d'Internet (UPGI).

- L'UPI est qualifié de *spécifique* lorsqu'il se manifeste par rapport à un contenu spécifique disponible sur Internet, mais qui ne lui est pas nécessairement propre (par exemple, la pornographie, le jeu, les achats, le boursicotage, etc.).
- L'UPI est qualifié de *généralisé* quand l'utilisation implique l'abus, de manière générale, de plusieurs applications d'Internet (courriel, « clavardage », jeux en réseau, etc.). Contrairement à l'UPSI, l'UPGI ne pourrait pas exister en dehors de l'existence de l'Internet. « Par exemple, ces comportements peuvent se traduire par le fait de passer plus de temps que prévu sur Internet, sans avoir d'objectif précis, de vérifier plusieurs fois par jour son courrier électronique ou encore, de prendre la majeure partie de la journée à clavarder, à répondre à des messages sur des babillards électroniques ou des listes de discussion ». ¹²⁸

Selon Davis, seule la seconde catégorie relève d'une problématique en lien avec Internet. Il admet néanmoins, concernant la première catégorie, que si Internet n'a pas inventé leur contenu elle permet d'y accéder avec une facilité jusque-là inédite.

Différentes catégories de « cyberdépendances »

De son côté, Young distingue trois grandes catégories de cyberdépendances :

- La dépendance à la sexualité sur Internet.
- Les dépendances qui présentent une dimension financière comme les achats en lignes, les enchères, les jeux de hasard, etc.
- Les dépendances liées au mode interactif qu'offre Internet avec les exemples les plus connus du jeu en ligne et des chats.

Les deux premières catégories de Young correspondent à l'UPSI de David et la troisième à l'UPGI.

Douglas et coll.¹²⁹ (2008) reprennent les « activités compulsives », décrites par Young, incluant les cyberrelations (lorsqu'elles sont invasives), l'usage compulsif de la cyberpornographie, le jeu pathologique en ligne, le shopping compulsif en ligne et le boursicotage en ligne. Ils y ajoutent les activités *compensatory/extensive*, décrites par Wan et Chiou¹³⁰, qui comprennent les jeux en ligne et concernent tout particulièrement les adolescents.

¹²⁷ Davis R. A., pp. 187-195, voir bibliographie, n° 41.

¹²⁸ Sergerie M.-A., Lajoie J., p. 152, voir bibliographie, n° 138.

¹²⁹ Douglas A. C., Mills J. E., Niang M. et al., pp. 3027-3044, voir bibliographie, n° 45.

¹³⁰ Wan C.-S., Chiou W.-B. C., pp.762-766, voir bibliographie, n° 167.



Block (2008)¹³¹, dans sa proposition d'inclusion de « l'Internet Addiction » dans le DSM-V, reprend les catégories de Young. Il résume en expliquant que celle-ci inclut les usages *online and/or offline* de l'ordinateur et décrit trois sous-types : (1) le jeu excessif ; (2) la dépendance à la sexualité sur Internet et (2) les communications synchrones ou asynchrones médiatisées par ordinateur.

Au départ de leur pratique clinique, Elizabeth Rossé et Irène Codina¹³² du Centre médical Marmottan décrivent trois types de consultants en lutte avec une consommation problématique d'Internet : les usagers de jeux vidéo, ceux de jeux d'argent et de hasard et les consommateurs de pornographie. Selon elles, Internet agirait comme un amplificateur des addictions comportementales.

À ces différents positionnements concernant les critères diagnostiques et les différentes formes de mésusages, nous pouvons rajouter des outils d'évaluation. Il convient de noter concernant ceux-ci que leurs qualités psychométriques ont rarement été démontrées.

Quelques outils diagnostiques des « dépendances » à Internet

Datant de 1997, l'*Internet-Related Addictive Behavior Inventory* (IRABI) de Brenner présente un bon niveau de fiabilité¹³³. Il est constitué de 32 questions (vrai-faux).

L'*Internet Addiction Test* (IAT) de Young (1998 - Voir annexe, grille 6)¹³⁴ est un test auto-administré basé sur 20 questions pour lesquelles le sujet a 5 possibilités de réponses (rarement, occasionnellement, fréquemment, souvent, toujours). Comme pour le diagnostic, ce questionnaire est basé sur les critères du jeu pathologique et de la dépendance alcoolique du DSM-IV. Bien que n'ayant pas encore prouvé sa validité, l'IAT démontre un potentiel et constitue, selon Vaugeois, une bonne base à développer afin de constituer un instrument valide¹³⁵.

Le *Virtual Addiction Survey* (VAS) fut le questionnaire utilisé par David Greenfield¹³⁶ en 1998 dans l'étude américaine en ligne dont le panel atteignit en deux semaines environ 18.000 personnes. Ce test présente la particularité de ne pas être uniquement dédié au « dépitage » des usages problématiques. En effet, le VAS comprend deux parties, la première appelée *VAS Items Assessing General Computer / Internet Activities and Behaviors* porte sur des questions générales allant de « avez-vous votre propre ordinateur ? » jusque « Quelle est la caractéristique d'Internet qui a le plus impacté la société américaine... ? », etc. La

¹³¹ Block J. J., pp. 306-307, voir bibliographie, n° 21.

¹³² Rossé E., Codina I., pp. 77-91, voir bibliographie, n° 132.

¹³³ Albrecht U., Kirschner N. E., Grüsser S. M., voir bibliographie, n° 2.

¹³⁴ Disponible en ligne le 10/08/09 : http://www.netaddiction.com/resources/internet_addiction_test.htm.

¹³⁵ Vaugeois P., voir bibliographie, n° 159.

¹³⁶ Greenfield D. N., Ceap L., pp. 403-412, voir bibliographie, n° 66.



deuxième partie du VAS, *Critical Items for Internet Addiction* (10 items), est destiné à établir un diagnostic de l'IAD en s'inspirant point par point des critères du jeu pathologique du DSM-IV.

Le test d'Orman (2001 – voir annexe, grille 7) ou *Internet Stress Scale*¹³⁷ est largement diffusé sur Internet et sert souvent de référence dans le cadre d'articles de sensibilisation ou de vulgarisation sur la problématique. Nous avons d'ailleurs constaté que certains articles relayent une version qui présente des erreurs de traduction.

Le *Generalized Problematic Internet Use Scale* (GPIUS) de Caplan (2002 – Voir annexe, grille 8) est basé sur le modèle cognitivo-comportemental de Davis sur l'usage pathologique généralisé de l'Internet (UPGI). Il ressort de l'étude de Caplan sur le GPIUS que celui-ci comporte sept facteurs qui déterminent 68 % de la variance : « l'altération de l'humeur », « la perception des bénéfices sociaux en ligne », « les réponses inappropriées associées à l'usage d'Internet », « l'usage compulsif d'Internet », « le temps excessif passé sur Internet », « le symptôme de manque » et « la perception du contrôle social exercé en ligne ».

Le *Online Cognition Scale* (OCS) de Davis (2002) est plus spécifiquement orienté vers les cognitions liées à l'usage d'Internet. Il contient quatre sous-échelles : « la diminution du contrôle des impulsions », « la solitude / la dépression », « l'aisance sociale » et « le divertissement ».

L' *Internet Addiction Scale* (IAS) de Nichols et Nicki (2004 – Voir annexe, grille 9) est basée sur les 7 critères diagnostiques de la dépendance à une substance du DSM-IV, ainsi que sur deux (prépondérance et modification de l'humeur) des 6 critères de dépendance comportementale recommandés par Griffiths¹³⁸.

L' *Internet Consequences Scale* de Clark et coll. (2004) évalue les conséquences physiques, comportementales et psychosociales de l'usage d'Internet grâce à 38 items.

Le *Sample Questions for a Screening Interview Assessing Problematic Internet Use* de Beard (2005) est un outil semi-standardisé dont les cinq premières sections sont basées sur une approche biopsychosociale.

Du côté francophone, Dan Véléa, médecin psychiatre à l'hôpital Marmottan de Paris, propose lui aussi des « signes et symptômes¹³⁹ » (Voir annexe, grille 10).

¹³⁷ <http://www.stresscure.com/hrn/addiction.html>

¹³⁸ Vaugeois P., voir bibliographie, n° 159.

¹³⁹ Véléa D., p. 284, voir bibliographie, n° 161.



Quelques outils diagnostiques des dépendances aux jeux vidéo

Comme nous l'avons déjà soulevé, il est délicat d'imaginer une « frontière » radicale entre jeux vidéo et Internet. Les évolutions technologiques vont dans le sens d'une plus grande interpénétration (convergence) de tous les TIC entre eux. Nous disposons néanmoins de quelques exemples de grilles diagnostiques qui concernent les jeux vidéo ou plus généralement les « computer addictions ».

Nous pensons notamment au « DSM-IV-JV » (J = juvenile, V = Arcade video game) de Fischer (1994). Il s'adresse plus particulièrement aux enfants et aux adolescents et se base sur les critères du jeu pathologique du DSM-IV.

Le *Problem Video Game Playing Scale* (PVP) développé par Salguero et Morán (2002 – Voir annexe, grille 11) sur des adolescents espagnols. Celui-ci est basé sur les critères du jeu pathologique et ceux de la dépendance à une substance du DSM-IV. Ce test s'applique indifféremment aux jeux en ligne ou non. Il se décline en neuf sous-questions concernant « la préoccupation pour les jeux vidéo », « le développement d'une tolérance », « la perte de contrôle », « le retrait », « la fuite », « le mensonge », « le mépris des conséquences physiques ou psychologiques », « la famille » et « les perturbations à l'école ».

Notons également la *Game Addiction Scale* de Chiu, Lee et Huang (2004) destiné aux enfants et aux adolescents chinois.

Enfin, le plus récent, développé en Hollande pour les enfants et les adolescents : la *Game addiction scale* par Lemmens et coll. (2009)¹⁴⁰. Celle-ci est aussi basée sur les critères du jeu pathologique du DSM-IV.

Nous pourrions certainement encore allonger la liste, mais cela ne semble pas très utile. La principale source d'inspiration des auteurs à ce sujet reste les critères du jeu pathologique du DSM-IV. Notons simplement qu'il s'agit là de grilles et d'outils créés et utilisés principalement dans le cadre de la recherche. Cette abondance ne reflète en rien les besoins du terrain. De plus, de nombreux tests sont disponibles en ligne et destinés à être autoadministrés, mais ils ne présentent aucune valeur psychométrique.

Beard¹⁴¹ (2005) a bien résumé les critiques adressées aux grilles d'évaluation des UPTIC. Premièrement, celles-ci sont souvent basées sur des théories différentes (voire inexistantes), ce qui limite les possibilités de comparaison entre elles. Deuxièmement, ce sont généralement des « autoquestionnaires » qui n'intègrent pas de « lie scale », ils nécessitent donc que les utilisateurs répondent honnêtement. Troisièmement, ils ne portent pas sur des contenus

¹⁴⁰ http://www.cam-ascor.nl/index.php?option=com_content&view=article&id=112&catid=54&Itemid=55&lang=en

¹⁴¹ Beard K. W., pp. 7-14, voir bibliographie, n° 17.



spécifiques à Internet (chat room, e-mail, pornographie). Pourtant, ces contenus jouent un rôle important dans la majorité des usages problématiques observés.

2.2. Usages problématiques: synthèse

Comme vous pouvez le constater, ces grilles diagnostiques ne posent pas de limite quantitative qui viendrait marquer le trop d'usage. Il est plutôt fait référence à la notion d'envahissement de la vie de la personne, tant du fait d'utiliser la TIC que d'y penser entre les sessions, de « se préoccuper pour ». C'est ainsi que Dan Véléa¹⁴² voit dans la centration (Griffiths parle de *salience*) l'élément clé du diagnostic de dépendance. « Un enfant peut avoir un temps de jeu limité à deux heures par jour et penser sans cesse à ses stratégies. À l'inverse, un autre enfant peut jouer quatre heures, mais oublier totalement son jeu lorsqu'il est à l'école ou engagé dans une activité sportive. Malgré les apparences, le premier de ces enfants sera plus « dépendant » que le second »¹⁴³. Tisseron attire l'attention sur le fait qu'il ne faut pas limiter l'évaluation à Internet ou aux jeux vidéo; il faut évaluer l'entièreté du temps que passe le sujet devant un écran. En effet, un enfant peut jouer une heure par jour aux jeux vidéo et enchaîner sur plusieurs heures de télévision. Gardons-nous cependant de penser qu'un usager d'Internet y fait tout le temps la même chose¹⁴⁴. En effet, la personne peut y enchaîner différentes activités (travailler, répondre à des E-mails, participer à un forum, jouer, etc.). Si nous adoptons une attitude compréhensive, nous devons pouvoir entendre cela et ne pas assimiler à une grande « tambouille toxique » tout ce qui se fait sur le Net et devant les écrans.

Ainsi, un usage problématique ne se juge pas uniquement au nombre d'heures passées sur Internet, mais dans le cadre d'une évaluation globale du fonctionnement de l'individu.¹⁴⁵ Ce qui n'empêche pas que le nombre d'heures passées sur Internet soit statistiquement le meilleur facteur prédictif d'un usage problématique¹⁴⁶.

Ensuite, une autre notion centrale est celle du contrôle du sujet sur ses comportements. Parfois, celui-ci aimerait diminuer ou arrêter sa pratique et il n'y parvient pas, les tentatives qu'il fait dans ce sens sont infructueuses. D'autres fois, c'est l'entourage (parents, conjoint, employeur...) qui revendique plus de contrôle et une régulation de l'usage.

La question du contrôle et de l'impossibilité dans laquelle le sujet se trouve de changer son comportement amène celle de dissonance, de conflit intérieur. Le sujet peut se montrer ambivalent ou franchement en désaccord avec son comportement. À cela se surajoutent

¹⁴² Véléa D., voir bibliographie, n° 162.

¹⁴³ Tisseron S., Missonnier S., Stora M., p. 33, voir bibliographie, n° 153.

¹⁴⁴ Remarque formulée par Michel Berhin de l'ASBL « Média animation », participant au groupe de travail IWSM.

¹⁴⁵ Sergerie M.-A., Lajoie J., p. 152, voir bibliographie, n° 138.

¹⁴⁶ Ferraro G., Caci B., D'Amico A. et al., pp. 170-175, voir bibliographie, n° 51.



souvent des conflits externes. Le sujet maintient son comportement malgré les avertissements de ses proches et/ou les conséquences néfastes sur sa vie sociale au sens large (sa vie affective, son travail, ses responsabilités parentales, ses finances).

À ce sujet, Shapira et coll. proposent dans leurs critères la possibilité que la difficulté se caractérise soit par une détresse psychologique cliniquement significative, soit par des problèmes dans les sphères sociales, occupationnelles, ou dans d'autres sphères du fonctionnement. Ko et coll., dans leur grille destinée aux adolescents, ne proposent plus cette alternative et considèrent la présence de « difficultés fonctionnelles » (négligence des obligations scolaires, problèmes de relations sociales, etc.) nécessaires pour poser le diagnostic.

Les grilles que nous avons présentées font généralement plus appel aux notions de désir et de soulagement des tensions qu'à celle de plaisir. Ce qui ne veut certainement pas dire que le plaisir soit absent de l'équation. Seul Goodman évoque un « plaisir ou soulagement pendant sa durée ». Par contre, il est question de « symptômes de sevrage » (par exemple, irritabilité ou humeur dépressive), d'habitude, de tolérance, dans une exacte analogie à la consommation de produits. Cependant, ce point de vue ne fait pas l'unanimité chez les chercheurs : « Concernant les addictions sans substances, nous avons pu constater qu'il n'existait pas encore de consensus quant à la présence ou non de symptômes somatiques pouvant s'apparenter au substrat biologique des phénomènes de tolérance et dépendance. »¹⁴⁷

Tisseron explique « qu'on n'a jamais vu un jeune privé de jeux vidéo se mettre à trembler, suer, vomir, par exemple ! Il peut parfaitement présenter des signes « psy » - énervement, enfermement, tristesse, etc. -, peut-on objecter. Certes, mais il est raisonnable de penser que ces symptômes existaient déjà avant la pratique excessive des jeux vidéo. Et que cette pratique excessive était justement destinée à lutter contre des angoisses dépressives, de dépersonnalisation ou d'abandon. En cas de sevrage, le joueur retrouve toutes ses angoisses intactes. C'est simplement un retour à la case départ que l'on observe alors, plus qu'un réel syndrome de manque. »¹⁴⁸ L'auteur fait remarquer qu'à utiliser aussi légèrement le terme d'addiction, il nous faudra bientôt envoyer en cure les personnes âgées qui passent toute la journée devant la télévision...

Ensuite, certaines grilles soulèvent la question du diagnostic différentiel en excluant les troubles psychotiques, dont les troubles bipolaires. Nous touchons ici à un autre des grands débats du secteur des assuétudes : celui du « double diagnostic ». Nombre d'études relatent les liens qui peuvent exister entre les addictions et les autres « pathologies mentales ». Cela n'a rien d'étonnant étant donné que la consommation peut souvent s'interpréter comme une tentative d'apaisement du malaise et des tensions vécues par le sujet.

¹⁴⁷ Lederrey J., Louati Y., Scariati E. et al., p. 3, voir bibliographie, n° 97.

¹⁴⁸ Tisseron S., p. 113, voir bibliographie, n° 151.



Enfin, certains chercheurs précisent l'importance de distinguer les heures passées sur Internet pour des raisons qualifiées d'essentielles et celles qualifiées de « non essentielles ». Par exemple, un informaticien ou un infographiste passeront de nombreuses heures devant un écran sans qu'il soit possible d'y voir un problème dans la mesure où ils le font pour leur travail.



3. Epidémiologie

3.1. La prévalence des « passions obsessionnelles » pour Internet et les jeux vidéo dans la littérature internationale

Le tableau 1 (p.61) résume les principales recherches portant (notamment) sur la question de la prévalence des usages problématiques. Celles-ci concernent presque exclusivement Internet (sauf l'étude allemande de Grüsser qui porte sur les jeux vidéo, incluant les jeux en ligne).

Comme le constatent des auteurs comme Yellowlees (2005)¹⁴⁹, Vaugeois (2006)¹⁵⁰ et Spada (2008)¹⁵¹, les résultats disponibles présentent une grande disparité. L'explication de celle-ci est multifactorielle. Avant tout, ces recherches reposent sur des tests dont la validation psychométrique est loin d'être établie. Par exemple, dans leur étude (2000) sur 910 étudiants taiwanais, Chou et Hsiao¹⁵² utilisent deux tests afin de discriminer la population

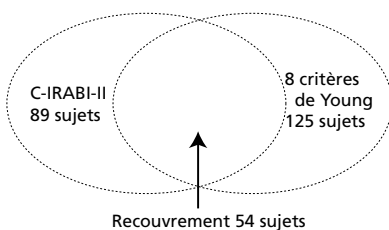


Figure 1 :
sujets discriminés par deux tests différents
par Chou et Hsiao (2000)

de cyberdépendants, la version chinoise de l'IRABI et les critères de Young. Comme le montre la figure 1, la zone de recouvrement entre les deux populations n'est que partielle. En fonction de l'utilisation de l'un ou l'autre test, les prévalences obtenues varient fortement, 10 % avec le premier test et 13,7 % avec le second. Notons que pour leur recherche, ils n'ont retenu que les 54 sujets « positifs » aux deux tests (5,9 %).

Ensuite, les méthodologies utilisées sont souvent critiquables, principalement en ce qui concerne la constitution des échantillons. En effet, les méthodes de sélection (via Internet, via la presse spécialisée ou une émission TV sur les cyberdépendances, etc.) influencent très nettement à la hausse les résultats obtenus. C'est un peu comme si, essayant de déterminer le pourcentage d'amateurs de sensations fortes dans un campus, nous recrutons notre échantillon via un club universitaire de parachutisme. C'est ainsi que nous pouvons expliquer les résultats des études de Young, par exemple, qui finit elle-même par reconnaître ces biais et s'en référer¹⁵³ alors à l'étude de Greenfield renseignée dans le tableau. Le pourcentage obtenu par celui-ci est plus raisonnable, mais encore probablement surestimé. Si cette recherche a le mérite d'être réalisée sur un nombre important de sujets, ceux-ci ont été recrutés au

¹⁴⁹ Yellowlees P. M., Marks S., pp. 1447-1453, voir bibliographie, n° 171.

¹⁵⁰ Vaugeois P., p. 26, voir bibliographie, n° 159.

¹⁵¹ Spada M. M., Langston B., Nikcevic A. V. et al., pp. 2325-2335, voir bibliographie, n° 140.

¹⁵² Chou C., Hsiao M. C., pp. 65-80, voir bibliographie, n° 35.

¹⁵³ Young K., pp. 402-415, voir bibliographie, n° 173.



départ d'une émission et d'un site Internet sur les cyberdépendances... Ce qui introduit un biais évident.

De plus, comme nous l'avons longuement débattu lors des précédents chapitres, le concept même de cyberdépendance (et/ou d'usage problématique) n'est pas l'objet d'une définition homogène. Les tests utilisés varient d'ailleurs d'une étude à l'autre. Certains n'hésitent pas à utiliser des tests maison qui sont souvent des versions vaguement modifiées de tests préexistants. Par exemple, l'étude réalisée à Singapour se base sur le nombre d'heures passées par jour par le sujet (usage problématique $\geq 5h/J$). C'est une démarche à contre-courant de la construction de grilles d'analyse plus fine, mais qui a le mérite de la clarté. De plus, nous verrons que ce sont les seules données plus ou moins comparables aux chiffres dont nous disposons pour la Belgique.

Ensuite, les variations peuvent également s'expliquer par la nature des publics cibles et les contextes socioculturels dans lesquels ils évoluent. La majorité de ces travaux concernent des étudiants. Probablement parce que ceux-ci sont particulièrement accessibles pour les chercheurs, mais également spécialement concernés par la question des nouvelles technologies. Quoiqu'il en soit, certains travaux semblent démontrer que les « jeunes usagers » constituent une strate sociodémographique plus « impactée » par les usages problématiques d'Internet que les adultes¹⁵⁴. Nous aurons l'occasion de discuter cette question plus en détail par la suite, car il est probablement plus nuancé de dire qu'à chaque âge, comme pour chaque sexe, correspondent des usages « préférentiels ».

Enfin, nous devons également soulever la question du contexte socioculturel dans lequel s'inscrit aussi bien la démarche des chercheurs que le comportement des internautes constituant le public cible. Si Internet est intrinsèquement international, il est fort probable que les usages qui en sont faits subissent des variations régionales. De la même façon que nous pouvons distinguer la consommation des jeunes et des moins jeunes, des filles et des garçons, des riches et des moins riches ; nous pouvons également observer des différences entre pays catholiques et pays protestants, pays du Nord et pays du Sud, etc.¹⁵⁵ C'est ainsi que le rapport final de « l'EU Kids Online » montre des différences entre pays européens. Notamment parce que, en fonction de leur appartenance à une « culture » catholique ou protestante, les parents vont médiatiser différemment la relation entre leurs enfants et la télévision ou Internet.

Au sujet des dimensions socioculturelles, nous pouvons constater que les travaux sur les UPTIC concernent principalement les États-Unis, la Chine et la Corée du Sud. Si les « States » nous ont habitués à avoir une longueur d'avance dans bien des domaines (surtout concernant les excès), l'importante implication des deux autres pays peut surprendre à première vue. Pour bien comprendre cela, il nous faut revenir à nos premières considérations concernant le diagnostic à considérer non pas comme un « miroir transcendant la réalité »

¹⁵⁴ Ferraro G., Caci B., D'Amico A. et al., pp. 170-175, voir bibliographie, n° 51.

¹⁵⁵ Livingstone S., Haddon L., voir bibliographie, n° 101.



(Jasanoff's – 2004), mais bien le produit de grandes questions sociales et politiques¹⁵⁶. La Corée du Sud et la Chine ont ce point commun d'avoir à négocier des changements sociaux, culturels et économiques majeurs en peu de temps. Dans ce contexte, Internet et les jeux vidéo viennent matérialiser une forme d'envahissement par la culture occidentale et ses valeurs.

C'est ainsi que depuis 2006 le gouvernement sud-coréen¹⁵⁷ considère la question des « Internet Addiction » comme une des principales questions de santé publique actuelle¹⁵⁸. Le nombre de travaux réalisés à ce sujet ainsi que les nombreuses cliniques spécialisées qui viennent d'être mises en place sont à l'image de l'inquiétude qui tenaille actuellement la société coréenne, partagée entre tradition et modernisme.

L'exemple de la Chine est encore plus marquant. Pour comprendre l'inquiétude du peuple chinois et de ses dirigeants, il faut s'en référer à son histoire. Actuellement, certains « réactionnaires » chinois font un parallèle entre le développement d'Internet dans leur pays et la fameuse « guerre de l'opium » qui opposa au XIX^e siècle la dynastie Qing - qui voulait interdire le commerce de l'opium en Chine - et des puissances occidentales qui y voyaient une source d'enrichissement... « La Chine contemporaine est comme l'Empire Qing, pleine de la promesse d'un cosmopolitisme, qui permettra de la renforcer et de l'intégrer dans un système politique global, mais qui l'expose en même temps aux influences étrangères qui conduiront à sa chute »¹⁵⁹. C'est ainsi que la question des addictions à Internet, comme celle des suicides de joueurs de jeux vidéo, défraye les chroniques journalistiques en Chine depuis le milieu des années nonante. À cette profonde crise morale, qui vient souvent opposer jeunes et anciens, s'ajoute une nouvelle façon de concevoir l'individu dans la société et dans sa famille. Pour bien percevoir la profondeur du séisme au sein de la société chinoise, il faut prendre acte d'un glissement dans les modalités de structuration identitaire dont les mots clés sont devenus en quelques années consommation et individualisme. Le domaine de la psychiatrie a suivi la même évolution. Petit à petit s'installe en Chine une nouvelle façon de concevoir la maladie mentale, le bien-être et la consommation de la psychiatrie et des psychotropes. Golub et Lingley (2008) constatent d'ailleurs que ces derniers sont souvent utilisés par les familles pour régler les conflits internes, la question des cyberaddictions en étant un bon exemple¹⁶⁰.

¹⁵⁶ Golub A., Lingley K., pp. 59-75, voir bibliographie, n° 64.

¹⁵⁷ NYT du 18 nov. 2007: "To address the problem, the government has built a network of 140 Internet-addiction counseling centers, in addition to treatment programs at almost 100 hospitals and, most recently, the Internet Rescue camp, which started this summer. Researchers have developed a checklist for diagnosing the addiction and determining its severity, the K-Scale. (The K is for Korea.)" <http://www.nytimes.com/2007/11/18/technology/18rehab.html> ou <http://www.asianoffbeat.com/default.asp?Display=1143>

¹⁵⁸ Block J. J., pp. 306-307, voir bibliographie, n° 21.

¹⁵⁹ Golub A., Lingley K., pp. 59-75, voir bibliographie, n° 64.

¹⁶⁰ Golub A., Lingley K., p. 68, voir bibliographie, n° 64.

Tableau 1 : Récapitulatif des recherches portant sur les prévalences des dépendances à Internet et aux jeux vidéo

Chercheurs	Année	Groupe cible	N	Tranche d'âges	Prévalence	Test	Pays
Grüsser S.M., Thalemann R., Griffiths M.D.	2007	Lecteurs d'un magazine de jeu en ligne	7069	$\mu=21,11$	11,90 %	Questionnaire on differentiated assessment od addiction (GDAA)	Allemagne
Niemz K., Griffiths M., Banyard P.	2005	Étudiants	371	X	18,30 %	Pathological Internet Use Scale (PIU)	Angleterre
Ferron B., Duguay C.	2004	Adolescents	61	X	0 %	X	Canada
Choi YH	2007	6-19 ans	X	6-19 ans	2,10 %	X	Corée du Sud
Whang L.-S., Lee S., Chang G.	2003	Public tout venant fréquentant un portail Internet	13588	X	3,50 %	Version adaptée du Young's Internet Addiction Scale	Corée du Sud
Jee Hyun Ha, M.D., Ph.D.; et coll.	2006	un groupe d'enfants et un groupe d'adolescents	455 enfants et 838 ados	Enfnts $\mu=11,0$ ans et Ados $\mu=15,8$ ans	Enfnts = 13,8 % et Ados = 20,3 %	Young's Internet Addiction Scale	Corée du Sud
Jee Hyun Ha et coll.	2007	Adolescents	452	$\mu=15,8$ ans	30,80 %	Young's Internet Addiction Scale	Corée du Sud
MYTHILY S. et coll.	2008	Adolescents	2735	$\mu=13,9$ ans	17,10 %	Test «matorp» basé sur 69 items, IAD ≥ 5 sur 11	Singapour
KO Chih-Hung et coll.	2006	Étudiants	3412	De 11 à 21 ans $\mu=15,48$ ans	20,69 %	Chen Internet Addiction Scale	Taiwan
Chou C.	2001	Étudiants au collège	83	X	25% à 30 %	X	Taiwan
Chou C., Hsiao M.C.	2000	Étudiants de collèges et d'universités	910	20 ans à 25 ans, $\mu=21,11$	5,90 %	Chinese IRABI version II (C-IRABI-II) & le Young's DO 8 yes-no questions	Taiwan
Bai Y.M., Lin C.C., Chen J.Y.	2001	Patients d'une clinique virtuelle	251	De 14 à 44 ans, $\mu=25,04$	15 %	Young's Internet Addiction Scale	Taiwan
Young K. S.	1996	Adultes recrutés par mail et par téléphone	496	$\mu=29$ ans et $\mu=43$ ans	56 %	Young's Internet Addiction Scale	USA
Scherer K.	1997	Étudiants de collège	531	$\mu=24,46$	13 %	X	USA
Morahan-Martin J., Schumacher P.	2000	Étudiants universitaires	277	X	8,10 %	Pathological Internet Use (PIU)	USA
Nichols L. A., Nickl R.	2004	Étudiants universitaires	233	X	2 %	Internet Addiction Scale (IAS)	USA
Greenfield D.	1999	Tout-venant recrutés par Internet suite à une émission ABC	17251	De 8 ans à 85 ans $\mu=33$ ans	6 %	Virtual Addiction Survey (VAS)	USA
Aboujaoude E. et coll.	2006	Adultes via une enquête téléphonique	2513	≥ 18 ans $\mu=48,5$	0,3 % à 0,7 %	The survey's eight Internet-related questions	USA

N = Taille de l'échantillon • X = inconnu



De plus, nous devons rajouter à cela l'inquiétude des classes dirigeantes face à l'émergence d'une sphère publique hors de son contrôle (le Net), qui laisse aux activistes la possibilité de communiquer et de s'organiser. Raison pour laquelle il est régulièrement question d'un « great firewall of China » depuis 1995¹⁶¹.

3.2. Que savons-nous concernant la Belgique ?

Nous ne disposons pas de recherches utilisant une échelle d'addiction à Internet en Belgique. Cependant, nous pouvons recouper certaines informations pour nous faire une idée.

Au sujet de nos proches voisins, en France, Dan Véléa¹⁶² estime que la proportion des utilisateurs dépendants d'Internet est équivalente à la proportion des dépendants aux jeux, ce qui l'amène à postuler que 1 % à 1,5 % des internautes développent une passion obsessive pour la Toile et/ou pour les jeux vidéo.

Comme nous l'avons expliqué lors d'un chapitre précédent, le Dr Véléa, à l'instar de Jean Garneau, distingue différents niveaux dans l'intérêt que peut développer une personne pour les TIC. Benoit Virole rejoint cette idée lorsqu'il propose une gradation dans les usages des jeux vidéo :

- Pour une grande majorité des jeunes, le jeu est régulier, quotidien, mais n'excède pas une heure par jour et n'empiète pas sur les autres activités ludiques et scolaires. Cette pratique peut être considérée comme non invasive.
- Un pas a été franchi lorsque le jeu, tout en restant occasionnel, se réalise parfois pendant plusieurs heures d'affilée le week-end ou en période de vacances (pour finir une partie). Les jeux en ligne et à monde permanent (MMORPG) peuvent entraîner ce type de pratique qui peut rester sans suite.
- Un deuxième degré correspond à un jeu intensif régulier pendant plusieurs heures d'affilée en semaine et une grande partie du week-end. L'impact négatif sur le travail scolaire est alors rapidement évident. Souvent, ce comportement est le signe d'un mal-être du jeune, dans sa famille, au collège, voire simplement en lui-même.
- Au-delà, de ce type de pratique, on rentre dans les domaines des comportements pathologiques, avec un jeu très intensif placé au centre des activités du sujet, réduisant drastiquement les relations sociales et amenant à des conflits familiaux ou conjugaux constants.

¹⁶¹ Il y a quelques mois (mai – juin 2009), le gouvernement chinois pensait imposer sur chaque nouvel ordinateur vendu un logiciel de filtrage des contenus qualifiés de « vulgaires »... Autrement dit, sous prétexte de filtrer la pornographie, les autorités chinoises se réservaient le droit de filtrer et espionner la contestation politique. Sous la pression internationale, la Chine a finalement abandonné son projet, consciente qu'elle allait ainsi à contre-courant de ses intérêts économiques. Voir à ce sujet l'intéressant dossier du *New York Times* du 30 juin 2009 : http://topics.nytimes.com/topics/news/international/countriesandterritories/china/internet_censorship/index.html

¹⁶² Véléa D., voir bibliographie, n° 162.



- Enfin, on rencontre des cas rarissimes de jeu pathologique permanent entraînant une organisation de vie uniquement centrée sur le jeu avec un abandon de tous les investissements professionnels ou scolaires.

D'après les données disponibles dans la littérature, *nous pouvons estimer entre 5 % et 10 % les joueurs* (catégorie différente d'une population tout-venant) *rentrant dans les trois dernières catégories*¹⁶³. Grüsser fait une estimation similaire (5 % à 12 %) concernant les MMORPG chez les joueurs allemands¹⁶⁴.

Le groupe de travail mis en place par l'IWSM¹⁶⁵ nous fournit une autre source d'informations à ce sujet. En effet, la description en « palier » (cf. Garneau, Véléla, Virole, etc.) a reçu l'approbation de tous les participants grâce aux nuances qu'elle introduit. Elle permet de sortir d'un système binaire (présence – absence du « syndrome ») et de détacher la consommation problématique des figures quasi mythologiques constituées par les catégories 4 et 5. Les rares exemples qui nous ont été donnés par le groupe au sujet des « passions obsessionnelles » concernent principalement les catégories 2 et 3. Notons que la nuance est de taille dans la mesure où ces catégories situent plus volontiers le débat du côté des aspects éducatifs et relationnels au sein de la famille, plutôt que des pathologies mentales lourdes.

À ce sujet, il semble raisonnable de distinguer les données concernant le public « jeune » (adolescents et jeunes adultes) et le public adulte. Par exemple, l'étude américaine¹⁶⁶ d'Aboujaoude et al. ciblant par téléphone un public d'adultes tout-venant ($\mu = 48,5$ ans) donne des résultats moins élevés (de 0,3 % à 0,7 % en fonction des critères utilisés) que celle réalisée sur un public d'étudiants. Les études internationales montrent que les jeunes usagers sont plus à risques¹⁶⁷, ce qui ne signifie nullement qu'ils soient les seuls concernés (voir à ce sujet le chapitre suivant).

Pour ce qui est de la jeunesse belge, l'enquête SIPES/HBSC 2006¹⁶⁸ nous procure des chiffres intéressants sur l'utilisation des multimédias par les adolescents en Communauté française. Grâce à cette enquête, réalisée sur 8.578 adolescents de 12 à 18 ans, nous savons que :

- 16,8 % regardent la télévision durant 4 heures ou plus par jour en semaine (les jours d'école),

¹⁶³ Virole B., voir bibliographie, n° 165.

¹⁶⁴ Grüsser S. M., Thalemann R., Griffiths M. D., pp. 290-292, voir bibliographie, n° 70.

¹⁶⁵ Un groupe de travail, organisé par l'IWSM, sur les Usages des Technologies de l'Information et de la Communication (U.T.I.C.) est ouvert à tous les professionnels intéressés par ces questions. Celui-ci se réunit tous les deux mois autour d'une thématique définie à l'avance, à propos de laquelle chacun apporte, en fonction de ses possibilités, ses réflexions, ses observations, ses lectures, ses outils...

¹⁶⁶ Aboujaoude E., Lorrin M. K., Gamel N. et al., pp. 750-755, voir bibliographie, n° 1.

¹⁶⁷ Ferraro G., Caci B., D'Amico A. et al., p. 174, voir bibliographie, n° 51.

¹⁶⁸ Favresse D., De Smet P., voir bibliographie, n° 50.



- 12,5 % pratiquent les jeux vidéo durant 4 heures ou plus par jour en semaine (les jours d'école). Une pratique qui concerne environ deux fois plus de garçons que de filles.

Les usages dont il est question dans ce pourcentage correspondent à la catégorie 2 et plus rarement aux catégories 3 et 4 décrites par Virole (il est peu probable qu'une personne de la catégorie 5 fréquente un établissement scolaire).

Cette même étude nous apprend que, par rapport aux années précédentes, nous assistons à une légère diminution de la consommation de télévision et à une nette augmentation de la pratique des jeux vidéo. De plus, l'usage excessif de la télévision (≥ 4 h/J) tend à diminuer à la fin du secondaire, alors que la pratique des jeux vidéo se maintient. Si nous complétons ces données avec celles du CRIOC¹⁶⁹, nous pouvons dire qu'il y a une majorité de jeunes pour laquelle la consommation de jeux vidéo diminue une première fois à l'entrée en secondaire et une seconde fois à la fin des secondaires. Par contre, « 42 % des jeunes arrivent à l'âge adulte, toujours joueurs réguliers sur écran, et ces pratiques vont se stabiliser sur le long terme. Pour une large frange de la population "adolescente", jouer à des jeux vidéo fait partie du quotidien au même titre qu'écouter les médias classiques (radio, télévision)¹⁷⁰ ».

À ce stade, afin de poursuivre notre raisonnement, il semble intéressant d'affiner notre propos à travers une analyse plus détaillée des usages et des catégories sociodémographiques qu'ils concernent.

3.3. UPTIC et catégories sociodémographiques

La littérature scientifique nous fournit un certain nombre d'éléments qui nous permettent de mieux cerner les catégories de population les plus concernées par les usages problématiques d'Internet et des jeux vidéo.

Tout d'abord, il est établi que les femmes font un usage des TIC qui diffère sensiblement de celui des hommes. Ces derniers sont de plus gros consommateurs de jeux et d'Internet¹⁷¹. Les hommes surfent plus fréquemment que les femmes en moyenne¹⁷². Les garçons disposent plus souvent dans leur chambre d'une TV (+4 %) et d'une console de jeux (+14 %)¹⁷³. Sur Internet, sur console et sur ordinateur, les garçons (87 %) ont une longueur d'avance sur les filles (57 %) dans les pratiques de jeux sur écran¹⁷⁴.

¹⁶⁹ *Les Jeunes et Internet*, voir bibliographie, n° 86.

¹⁷⁰ *Les Jeunes et Internet*, p. 14, voir bibliographie, n° 86.

¹⁷¹ Favresse D., De Smet P., voir bibliographie, n° 50.

¹⁷² *Jeunes et nouvelles technologies*, voir bibliographie, n° 87.

¹⁷³ *Les Jeunes et Internet*, voir bibliographie, n° 86.

¹⁷⁴ *Les Jeunes et Internet*, op cit.



Selon le CRIOC, les filles belges préfèrent les jeux de construction et de management comme les *Sims*, *Habbo Hotel* et *Second Life*... Notons qu'un quart d'entre elles sont également adeptes des jeux de stratégie comme *Age of Empire*, par exemple. Les garçons préféreront les jeux de rôles, les courses, les jeux de combat et de stratégie.

Notons que ces différences sont probablement amenées à diminuer. C'est déjà le cas aux USA où plus de la moitié des joueurs « on line » sont des joueuses¹⁷⁵. De façon générale, Tisseron constate que les jeux vidéo tendent à réduire la traditionnelle distinction entre jeux de garçons et jeux de filles, notamment parce que le sexe de l'avatar n'est pas déterminé a priori (mais par le joueur), mais aussi plus profondément parce que nous assistons à une évolution importante des représentations de la femme au sein des univers virtuels.

Sur Internet, certaines activités sont plus souvent réalisées par les filles (en Communauté française) comme consulter des sites web, télécharger de la musique, envoyer des mails (♀ 79 % > ♂ 65 %), chatter (♀ 88 % > ♂ 77 %), entretenir son blog (+4 %).

À ce sujet, les études internationales sont en phase avec les données belges. Il existe une tendance massive chez les femmes (également celles présentant une passion obsessionnelle pour Internet) à préférer les « chats » et les différentes formes de communication médiatisées par ordinateurs et chez les hommes à préférer les jeux interactifs en ligne¹⁷⁶. De plus, les hommes sont actuellement plus sujets aux usages problématiques d'Internet et des jeux vidéos¹⁷⁷. C'est ainsi que Sherer estime que 71 % des usagers problématiques sont des hommes¹⁷⁸. Notons également que la grosse majorité des consultants au Centre médical Marmottan sont des hommes (96 % d'hommes pour les jeux vidéo, 80 % pour les jeux d'argent et de hasard en ligne et 100 % pour les « cyberdépendants sexuels »)¹⁷⁹. Précisons néanmoins que certains travaux remettent en question cette différence entre genres¹⁸⁰. Par exemple, la fameuse étude de Greenfield¹⁸¹ (1999) ne démontre aucune différence en fonction du sexe...

En terme de génération, il est actuellement raisonnable de penser que les jeunes usagers sont plus à risque que les adultes¹⁸². Il sera intéressant de voir si cette tendance se maintient. Notons à ce sujet que le terme « jeune », à la vue des statistiques dont nous disposons, renvoie aussi bien à l'adolescence qu'à la « postadolescence ». C'est ainsi que l'étude de Mélanie de Vocht sur 1700 joueurs de *World of Warcraft*, provenant de Belgique et de 38

¹⁷⁵ Tisseron S., p. 51, voir bibliographie, n° 151.

¹⁷⁶ Bernardi S., Pallanti S., voir bibliographie, n° 18.

¹⁷⁷ Chou C., Condron L., Belland J. C., pp. 363-388, voir bibliographie, n° 34.

¹⁷⁸ Scherer K., pp. 655-665, voir bibliographie, n° 136.

¹⁷⁹ Rossé E., Codina I., pp. 77-91, voir bibliographie, n° 132.

¹⁸⁰ Douglas A. C., Mills J. E., Niang M. et al., pp. 3027-3044, voir bibliographie, n° 45.

¹⁸¹ Greenfield D. N., Ceap L., pp. 403-412, voir bibliographie, n° 66.

¹⁸² Rossé E., Codina I., pp. 77-91, voir bibliographie, n° 132.



autres pays, montre que l'âge moyen de ceux-ci est de 23 ans. La moitié d'entre eux sont encore aux études et 10 % sont à la recherche d'un emploi.

Ceci nous amène à penser que les contingences matérielles, psychosociales et administratives vont prédisposer certaines catégories de population à « plus d'usages » des TIC, comme les MMORPG, par exemple. C'est ainsi que l'obligation scolaire est une contrainte relativement contenante à l'échelle d'une population, celle-ci doit avoir un effet préventif sur les usages abusifs avant dix-huit ans. Par contre, la « liberté » que confère le statut d'étudiant et le temps libre dont disposent les demandeurs d'emploi en font probablement des catégories à risque.

Notons également que l'adolescence et ses particularités psychoaffectives prédisposent à une utilisation abondante d'Internet. Nous pensons aux processus de construction identitaire auxquels les réalités virtuelles peuvent maintenant participer. Ou encore à la réorientation des centres d'intérêt de l'adolescent vers ses groupes de pairs ainsi que vers le sexe opposé, etc. Nous aurons l'occasion de revenir plus en détail sur ces points par la suite.

Enfin, rajoutons que les nouveaux usagers sont aussi une catégorie à risque, la passion obsessive se développe souvent dans la première année d'utilisation¹⁸³ et pour la grosse majorité des sujets, cette passion est un état transitoire qui cesse « avec le temps »¹⁸⁴.

Les données dont nous disposons sur les consommateurs belges¹⁸⁵ et européens¹⁸⁶ soulèvent des différences quantitatives dans la consommation des jeux vidéo, d'Internet et de la télévision, en fonction de l'origine socio-économique, des principes d'éducation des parents et de leur appartenance religieuse, ou encore du type de famille ou du type d'enseignement fréquenté... Par exemple, les abus se rencontreront plus volontiers chez les élèves de l'enseignement professionnel et technique.

Notons également que, contrairement à l'abus de télévision, l'excès de jeu est en partie tributaire du niveau socio-économique de la famille. C'est ainsi que l'usage abusif (pour rappel, $\geq 4h/J$ d'école dans l'étude SIPES) est plus fréquent dans les familles au niveau d'aisance matériel moyen¹⁸⁷. Probablement faut-il y voir une différence, liée au coût, dans l'accessibilité des deux activités.

Concernant les usages d'Internet, des différences ont été observées entre les personnes passionnées de façon obsessive par ce média et les autres. C'est ainsi que les sujets dits « dépendants » sont plus attirés par les activités interactives telles que les clavardages, les

¹⁸³ Young K., pp. 237-244, voir bibliographie, n° 172.

¹⁸⁴ Yellowlees P. M., Marks S., pp. 1447-1453, voir bibliographie, n° 171.

¹⁸⁵ Favresse D., De Smet P., voir bibliographie, n° 50.

¹⁸⁶ Livingstone S., Haddon L., voir bibliographie, n° 101.

¹⁸⁷ Favresse D., De Smet P., p. 50, voir bibliographie, n° 50.



jeux (MMORPG...)¹⁸⁸ et le shopping, là où les sujets non dépendants utiliseraient Internet principalement pour envoyer des E-mails et chercher de l'information¹⁸⁹. De plus, les utilisateurs jouant ou surfant en soirée ou la nuit sont plus à risque que ceux qui le font la journée¹⁹⁰.

D'autres activités peuvent également être propres à des usages compulsifs, ceux-ci concernent un contenu spécifique comme les jeux de hasard et d'argent et la cyberpornographie. Nous aurons l'occasion de développer ces deux questions par la suite.

C'est ainsi que chaque usage et mésusage pourrait être détaillé en termes de catégories sociodémographiques. Par exemple, les problématiques concernant les jeux vidéo se rencontrent plus volontiers chez les moins de 25 ans alors que les cyberdépendants sexuels appartiennent généralement à la tranche 30-50 ans, etc.

¹⁸⁸ Young K., pp. 237-244, voir bibliographie, n° 172.

¹⁸⁹ Whang L. S., L. S., Chang G., pp. 143-150, voir bibliographie, n° 169.

¹⁹⁰ Rossé E., Codina I., pp. 77-91, voir bibliographie, n° 132.



4. Approche statistique et essais de modélisation

Avant de présenter différents modèles explicatifs, d'obédience cognitivo-comportementaliste, de ce que nous appelons les usages problématiques des TIC (principalement Internet et les jeux vidéo), nous développerons les résultats d'un certain nombre de travaux basés sur une approche statistique. Ceux-ci sont organisés en fonction de grandes thématiques fréquemment associées aux TIC (*les passions, l'isolement social, les comorbidités, les spécificités des TIC*). Ce passage en revue, à l'allure impressionniste, nous permettra de mieux comprendre et de pouvoir discuter en connaissance de cause les essais de modélisation.

4.1. Internet et les jeux vidéo comme passion

Vallerand et coll.¹⁹¹ (2003), dans le cadre de ce qu'ils nomment une « psychologie positive », décident d'explorer ce qui apporte un supplément de sens, de bien-être et de motivation à la vie quotidienne de tout un chacun. Autrement dit, ce qui contribue à faire en sorte que la vie vaille la peine d'être vécue. C'est par cette voie qu'ils sont amenés à explorer les *passions*, ingrédients essentiels dans cette quête de sens.

Par passion, ils entendent une forte inclination d'une personne vis-à-vis d'une activité, qu'elle apprécie et qu'elle juge importante et dans laquelle elle investit temps et énergie. Celle-ci va participer à sa réalisation et à la constitution de son identité, de son « self ». Néanmoins, ils relèvent également que la passion a aussi été jugée de tout temps comme une source de problèmes, quelque chose qui peut dominer l'individu et sa raison au point de le faire chavirer. Nous retrouvons dans la théorie de Vallerand cette double dimension au travers des deux notions de *passion harmonieuse* et de *passion obsessionnelle* qu'il va soumettre à l'expérimentation quantitative à travers différentes recherches dont l'une implique 900 participants. Il résulte de celles-ci deux concepts clairement définis qui offrent la possibilité, entre autres, de distinguer usages et usages problématiques des TIC.

La passion harmonieuse (HP), se réfère à une inclination importante pour une activité, sans que celle-ci ne soit contrainte ou obsédante. Elle implique une articulation a-conflictuelle de celle-ci avec les autres dimensions de la vie de l'individu.

La passion obsessionnelle (OP) peut être source de satisfaction, mais elle est marquée par des contraintes importantes (la volonté d'être socialement accepté, ou encore des problèmes d'estime de soi, etc.) Dans ce cadre, l'activité concernée n'est plus sous le contrôle de la personne, elle peut devenir disproportionnée et rentrer en conflit avec d'autres dimensions de sa vie. C'est ainsi que les chercheurs constatent que, contrairement à une passion harmonieuse qui pourra facilement être arrêtée en cas de nécessité, une passion obsessionnelle se maintiendra de façon rigide, malgré les désagréments qu'elle engendre. De plus, si l'HP est associée à des affects positifs, la passion obsessionnelle est aussi associée à des affects

¹⁹¹ Vallerand R. J., Blanchard C. M., Mageau G. A. et al., pp. 756-767, voir bibliographie, n° 154.



négatifs. Enfin, les recherches montrent que les OP ont un ancrage plus profond au niveau identitaire que les HP.

Le tableau ci-dessous reprend les items de la *Passion Scale* de Vallerand qui discrimine le mieux les passions obsessionnelles des passions harmonieuses.

Tableau 2 : Passion Scale : 14 items
Harmonious passion
1. This activity allows me to live a variety of experiences.
2. The new things that I discover with this activity allow me to appreciate it even more.
3. This activity allows me to live memorable experience.
4. This activity reflects the qualities I like about myself.
5. This activity is in harmony with the other activity in my life.
6. For me it is a passion, that I still manage the control.
7. I am completely taken with this activity.
Obsessive passion
8. I cannot live without it.
9. The urge is not strong. I can't help myself from doing this activity.
10. I have difficulty imagining my life without this activity.
11. I am emotionally dependent on this activity.
12. I have a tough time controlling my need to do this activity.
13. I have almost an obsessive feeling for this activity.
14. My mood depends on me being able to do this activity.

La proposition de Vallerand est très intéressante dans la mesure où elle souligne l'importance de certaines activités dans la construction identitaire et en propose une lecture et une appellation moins stigmatisante, plus riche de sens et plus positive qu'une terminologie héritée de référents médicaux « sensibles » (dépendance, addiction). La première préoccupation des auteurs n'est pas le rapport à la norme, mais bien le bien-être de la personne et le sens que l'activité en question donne à sa vie. Nous sommes néanmoins critiques par rapport à la définition qui est donnée de la « passion harmonieuse ». Nous pouvons nous demander en quoi il s'agit encore d'une passion... Celle-ci ne doit-elle pas s'appeler un « hobby » ? La définition de Vallerand de la passion est issue d'une certaine conception de l'homme et de son bonheur, basé sur le contrôle, l'autonomie et l'indépendance. Nous pensons que celle-ci relève pour une part d'une illusion contemporaine qui peut se révéler oppressante pour le commun des mortels. Quoi qu'il en soit, les pistes soulevées par ces travaux sont certainement porteuses et constructives pour le bien-être des individus.



4.2. Internet, jeux vidéo et isolement social

Il est fréquemment fait référence à la dégradation de la qualité et de l'intensité du « lien social » dans notre société. Celle-ci est généralement associée à trois facteurs : le déclin de l'autorité (parents, enseignants, policiers, etc.), la fragilisation des liens familiaux et un individualisme croissant, par exemple dans le monde du travail.

Pour certains, Internet est une des causes et/ou des facteurs participant à cet affaiblissement. Notamment parce que les relations que l'on peut y tisser sont décrites comme superficielles, car anonymes et/ou « invisibles¹⁹² », d'intensité moindre et desquelles il est plus facile de se désinvestir sans avoir à fournir d'explication... Avec Internet, les usagers s'installeraient dans une certaine « facilité », une « paresse relationnelle ». Ils seraient dispensés de se rencontrer « de visu » et d'y impliquer leurs corps. Les relations entre les personnes intégrant progressivement une logique consumériste, à l'image des sites de rencontres.

Si certaines études montrent un lien entre solitude, isolement (*loneliness*) et usages problématiques d'Internet, Caplan¹⁹³ note que ces notions ont leurs limites dans la mesure où elles regroupent des réalités fort diverses. Il préférera le facteur d'anxiété sociale, plus pertinent pour expliquer ce qu'il nomme une « Préférence pour les interactions sociales en ligne » (*Preference for Online Social Interaction* : POSI). Pour cet auteur, le sujet « POSI » sera attiré par l'anonymat, le contrôle de son image et l'impression d'un moindre risque social que procure la relation médiatisée par ordinateur.

Mais, répétons-le, le lien entre TIC et isolement social doit être pris avec circonspection. Nombreux sont les travaux qui laissent penser que, pour la grosse majorité des internautes et des joueurs, c'est plutôt l'inverse qui se produit. Par exemple, l'étude de Chien Chou et Ming-Chun Hsiao¹⁹⁴, réalisée sur 910 étudiants, ne constate pas de différences entre les sujets diagnostiqués « cyberaddicts » et les autres concernant les relations sociales et familiales.

Les données au sujet des jeunes de la Communauté française de Belgique¹⁹⁵ montrent qu'il n'y a pas de lien entre la quantité d'amis ou la difficulté à se faire des nouveaux amis et le fait d'être un usager « excessif » (≥4 h/J) de jeux vidéo. Que du contraire, ces conduites excessives sont davantage le fait de jeunes qui fréquentent souvent leurs ami(e)s après l'école.

¹⁹² Il est intéressant de noter à ce sujet que les « essentialistes » (c'est ainsi qu'ils se nomment) estiment que l'invisibilité conférée généralement par la communication médiatisée par ordinateur permet au contraire des relations plus authentiques, car affranchies du carcan des apparences... hommes, femmes, jeunes, vieux, beaux ou laids, peu importe, l'essentiel est ailleurs et l'invisibilité aide à plus d'authenticité.

¹⁹³ Caplan S. E., pp. 234-242, voir bibliographie, n° 26.

¹⁹⁴ Chou C., Hsiao M. C., pp. 65-80, voir bibliographie, n° 35.

¹⁹⁵ Favresse D., De Smet P., voir bibliographie, n° 50.



S'il faut se garder d'associer systématiquement consommateur excessif et isolement social, il est cependant raisonnable de penser que l'interactivité sociale rendue possible par Internet est un de ses « atouts » majeurs. Le mémoire de M. de Vocht de l'UGent repris par le journal *Le Soir*¹⁹⁶ montre que la principale motivation des joueurs des MMORPG est le contact social. 70 % des répondants déclarent qu'ils ne joueraient pas à *World of Warcraft* s'ils n'avaient pas la possibilité d'y interagir avec d'autres personnes...

De la même façon, une étude qualitative réalisée à Taiwan¹⁹⁷ sur 76 étudiants « cyberaddicts » révèle que dans le cas des usages problématiques, la fonction sociale d'Internet joue un rôle prépondérant par rapport aux fonctions informationnelles, de loisir et d'excitation (« émotion virtuelle »). S'il convient de se montrer prudent quant à la généralisation de ces résultats, elle met néanmoins l'accent sur un des paradoxes d'Internet que nous avons l'occasion de développer dans le chapitre sur les aspects étiologiques d'un point de vue psychodynamique (cf. travaux de Michael Civin). D'autres travaux établissent que la sociabilité procurée par Internet serait un des principaux facteurs à l'origine de la propriété addictive de ce média¹⁹⁸.

En conclusion, un sentiment de solitude, d'isolement et d'ennui encouragera un usage important des TIC, et ceci d'autant plus que l'utilisateur est anxieux socialement et qu'il voit dans Internet et les jeux vidéo la possibilité de répondre à ses besoins de socialisation tout en « contournant » ses difficultés. Rajoutons à cela qu'une faible estime de soi (qui présente un lien évident avec l'anxiété sociale) peut favoriser les usages problématiques des TIC. Selon certaines études, l'utilisateur abusif a souvent une faible confiance en lui et se considère comme inintéressant, peu attirant, trop gros; il se sentira plus à son aise dans une communication médiatisée par le texte plutôt qu'en face à face¹⁹⁹.

À côté de cela, la grosse majorité des joueurs et des Internautes sont plus impliqués que la moyenne dans des interactions riches et intenses incluant différentes modalités de contact (on et off line). Nous invitons le lecteur à relire la dernière phrase, car elle est importante et à contre-courant des idées reçues.

En conclusion, nous souscrivons au constat d'Adeline Hérault et Pierre Molonier lorsqu'ils nous disent concernant Internet: « la recherche dans ce domaine a permis de ne plus le considérer comme la source d'un changement social unilatéral et « subi » (que ce dernier soit d'ailleurs considéré comme positif ou non). Elle l'appréhende plutôt comme support d'une médiation complexe, faisant intervenir aussi bien les possibilités et contraintes techniques de l'outil que les intentions, le savoir-faire et les circonstances propres de chacun de ses usagers. En effet, le lien social tel qu'il est susceptible de prendre forme *via* Internet

¹⁹⁶ *Le Soir* du 9/6/09, « Les amateurs de jeux en ligne cherchent le contact social ».

¹⁹⁷ Li S., Chung T.-M., pp. 1067-1071, voir bibliographie, n° 99.

¹⁹⁸ Douglas A. C., Mills J. E., Niang M. et al., pp. 3027-3044, voir bibliographie, n° 45.

¹⁹⁹ Douglas A. C., Mills J. E., Niang M. et al., op cit., pp. 3027-3044.



est avant tout soumis à la connaissance que les usagers ont du média, à la représentation qu'ils s'en font, et aux fins qu'ils lui assignent, c'est-à-dire à leurs motivations. Or ces facteurs dépendent bien peu de la réalité concrète d'Internet, et peuvent varier du tout au tout selon les individus.²⁰⁰ »

4.3. Les comorbidités

Environ 86 % des personnes qui développent une passion obsessionnelle pour Internet présenteraient également un diagnostic du DMS-IV²⁰¹.

Les troubles de l'humeur, les troubles obsessionnels compulsifs, les troubles bipolaires, l'anxiété sociale ainsi que l'abus de substances ou d'autres addictions comportementales (sexualité compulsive, par exemple) sont les comorbidités les plus fréquemment associées à l'« Internet Addiction Disorders ». ^{202 203} Certaines études montrent également un lien entre la dépendance à Internet et les troubles déficitaires de l'attention (ADHD) chez les adolescents comme chez les adultes²⁰⁴.

Les troubles de la personnalité seraient également souvent associés aux IAD, les plus fréquemment rencontrés seraient les personnalités borderline, antisociales et narcissiques. Les troubles du contrôle des impulsions y sont également plus représentés que dans une population tout-venant²⁰⁵.

À titre d'exemple, l'étude qualitative de Bernardi et Pallanti (2009)²⁰⁶ sur 15 sujets IAD montre les résultats suivants en termes de comorbidités : 14 % de troubles attentionnels, 7 % d'hypomanie, 7 % de boulimie, 15 % d'anxiété généralisée, 15 % d'anxiété sociale, 7 % de dysthymie, 7 % de trouble de la personnalité sur un mode obsessionnel compulsif et 7 % de trouble de la personnalité sur un mode évitant. Cette recherche relève également un lien entre l'échelle d'expérience dissociée (DES) et l'IAD.

De façon plus générale, l'anxiété, la dépression et l'ennui sont souvent associés aux usages problématiques d'Internet²⁰⁷. Il existe une corrélation positive entre le temps passé sur Internet et l'importance du sentiment dépressif²⁰⁸.

²⁰⁰ Héroult A., Molinier P., p. 13, voir bibliographie, n° 78.

²⁰¹ Bernardi S., Pallanti S., voir bibliographie, n° 18.

²⁰² Yellowlees P. M., Marks S., p. 1449, voir bibliographie, n° 171.

²⁰³ Jee Hyun Ha, Su Yeon Kim, Soojeong C. Bae et al., pp. 424-430, voir bibliographie, n° 85.

²⁰⁴ Ko Chih-Hung, Yen Ju-Yu, Chen Cheng-Chung et al., voir bibliographie, n° 91.

²⁰⁵ Bernardi S., Pallanti S., voir bibliographie, n° 18.

²⁰⁶ Bernardi S., Pallanti S., op cit.

²⁰⁷ Spada M. M., Langston B., Nikcevic A. V. et al., pp. 2325-2335, voir bibliographie, n° 140.

²⁰⁸ Chou C., Condron L., Belland J. C., pp. 363-388, voir bibliographie, n° 34.



L'enquête SIPES (2008) menée en Belgique nous explique que les adolescents qui ont une consommation importante de télévision et/ou de jeux ($\geq 4h/j$ d'école) expriment le même sentiment de bonheur que les autres, mais ils se disent plus souvent nerveux et déprimés. Ce rapport nous apprend également que les jeunes qui consomment beaucoup de télévision expriment une faible capacité à dépasser leurs problèmes et ceux qui préfèrent les jeux, une faible estime d'eux-mêmes.

S'il est admis que l'UPTIC peut être considéré comme un symptôme de la dépression, certains chercheurs ont montré qu'un usage excessif d'Internet peut également avoir un impact négatif sur les affects et l'humeur, principalement après trois ans d'usage intensif²⁰⁹. Il faudrait donc envisager la relation entre dépression et usage abusif dans une relation circulaire. Notons que la dépression et la solitude sont souvent corrélées avec d'autres problèmes de santé mentale, il est donc difficile de tirer des conclusions d'ordre étiologique de ce lien...²¹⁰

Indépendamment de la cooccurrence de maladie mentale et des UPI, des corrélations ont été établies entre traits de personnalité et usages problématiques. Nous avons déjà cité la faible estime de soi et le manque de confiance en soi, que l'on peut facilement relier à la dépression et à l'anxiété sociale. Il semble également que les personnes introverties sont plus sujettes aux usages problématiques que les extraverties²¹¹. Ha et coll.²¹² déterminent un profil de personnalité (*biogenetic temperament and character patterns*) lié à l'IAD. Celui-ci se caractérise notamment par un haut niveau d'évitement des situations douloureuses (*high harm avoidance, low self-directedness, low cooperativeness et high self transcendence*). Les auteurs précisent néanmoins que la dépression reste le facteur le plus « proche » statistiquement de l'IAD.

4.4. Caractéristiques d'Internet favorisant un usage massif

Nous avons vu que, pour certains auteurs, Internet n'est pas addictif en lui-même. C'est plutôt le contenu qu'il véhicule qui est en cause dans les cas d'usage problématique. Néanmoins, tout le monde s'accorde pour dire que ce média présente des *caractéristiques structurelles* (Griffiths) qui vont participer au renforcement des comportements et ainsi faciliter les usages excessifs.

Chou, Condron et Belland (2005)²¹³ concluent, au terme d'une revue de la littérature sur la question, qu'Internet en lui-même n'est pas « addictif », mais que certaines de ses applications, spécialement celles qui présentent des fonctions interactives, semblent contribuer

²⁰⁹ Ko Chih-Hung, Yen Ju-Yu, Chen Cheng-Chung et al., voir bibliographie, n° 91.

²¹⁰ Morahan-Martin J., pp. 39-48, voir bibliographie, n° 116.

²¹¹ Morahan-Martin J., op cit., pp. 39-48.

²¹² Jee Hyun Ha, Su Yeon Kim, Soojeong C. Bae et al., pp. 424-430, voir bibliographie, n° 85.

²¹³ Chou C., Condron L., Belland J. C., pp. 363-388, voir bibliographie, n° 34.



au développement d'usages abusifs. Celle-ci peut se décliner aussi bien dans une relation entre l'homme et la machine que dans des relations interpersonnelles en ligne.

Les mêmes auteurs constatent d'autres qualités qui peuvent exacerber les UPTIC : la vitesse, l'accessibilité, la facilité d'utilisation, l'abondance infinie des informations disponibles et le caractère excitatif de certains contenus. De plus, en tant que Mass média aux potentialités exceptionnelles, Internet semble en passe de devenir le point nodal d'un mouvement de convergence des TIC²¹⁴. Il est déjà actuellement possible de réaliser toutes les activités dévolues aux autres médias sur Internet (téléphoner, regarder la TV, écouter la radio, jouer, etc.). Ensuite, l'usage d'Internet est généralement valorisé socialement, notamment par l'institution scolaire. Pour les nouvelles générations, il devient même un passage prisé (« obligé » ?) de socialisation, complémentaire à d'autres modes d'interaction.

C'est ainsi que 5 caractéristiques fréquemment associées à Internet contribueraient à son pouvoir « addictif » : (1) il est accessible financièrement ; (2) il peut être utilisé pour rompre l'isolement social ou pour lutter contre la dépression ; (3) il propose une communication efficace ; (4) il peut être anonyme et (5) il est facile à utiliser.

Les sujets « cyberdépendants » de la recherche de Chou (2001)²¹⁵ désignent l'interactivité, la facilité d'utilisation, l'accessibilité et le volume des informations disponibles comme étant les quatre principales qualités d'Internet qui les amènent à préférer ce média. Selon Douglas et coll., les utilisateurs à haut risque associent le temps passé en ligne à l'excitation, l'amitié, la liberté et l'indépendance²¹⁶.

Morahan-Martin²¹⁷ estime qu'Internet redéfinit la façon dont s'expriment certaines pathologies, sans en être la cause. L'exemple le plus marquant concerne les paraphilies. L'accessibilité sans précédent d'un matériel explicite (pornographique), abondant (choix des « patterns »), de toute nature, 24 h/24 h et dans l'anonymat crée une donne inédite. Depuis Internet, certaines personnes peuvent exprimer des dimensions de leur sexualité jusque-là contrôlées, voire auto-réprimées. Le jeu pathologique est un autre exemple de problématique préexistante à Internet, mais qui peut voir ses modalités d'expression changer suite à l'arrivée de ce média. Encore une fois, l'hyperaccessibilité d'Internet, l'absence de contrôle (s'il y a des personnes interdites de casino, il n'y en a pas « interdites d'Internet ») ainsi que les méthodes marketing de relance des joueurs augmentent la difficulté de maîtriser une problématique de jeu pathologique lorsqu'elle s'exprime en ligne.

Autrement dit, la dynamique de développement et d'expression des comportements est différente en ligne que dans la vie réelle.

²¹⁴ Voir Partie I: Contextualisation.

²¹⁵ Chou C., pp. 573-585, voir bibliographie, n° 33.

²¹⁶ Douglas A. C., Mills J. E., Niang M. et al., p. 3032, voir bibliographie, n° 45.

²¹⁷ Morahan-Martin J., pp. 39-48, voir bibliographie, n° 116.



Comme nous l'avons déjà évoqué, les relations médiatisées par ordinateur se caractérisent par la possibilité de l'anonymat, le contrôle plus important que l'on peut garder sur son apparence et l'impression qu'il y a moins de risques sociaux que dans une relation face à face²¹⁸. D'autres auteurs insistent sur le fait que ce type de communication permet de développer extrêmement rapidement une forme « d'intimité » et/ou un climat de confidences entre les protagonistes, fort appréciés par ceux-ci.

C'est ainsi que Greenfield²¹⁹ constate, aux dires des sujets du panel impressionnant (17.251 personnes) de son étude, que certaines caractéristiques d'Internet et de ses modalités de fonctionnement rendent ce média particulièrement attractif. La première de celle-ci, renseignée par 41 % des personnes interrogées et 75 % des usagers problématiques, est *l'intimité intense* (ou accélérée) permise par Internet. La seconde est la désinhibition permise par Internet, renseignée par 43 % des personnes interrogées et 80 % des « Internet addicts ». La troisième est l'absence de limites, pour 39 % de l'ensemble du groupe et 83 % des IAD. Ensuite vient l'intemporalité, puis dans une moindre mesure le sentiment de contrôle.

Enfin, les jeux en ligne massivement multijoueur (MMO), tels que World of Warcraft ou Dofus, sont considérés comme étant les plus à risque en matière d'usage problématique. En effet, en plus de leur complexité et de leur sophistication, ils se caractérisent par un univers persistant. Autrement dit, contrairement aux jeux classiques qui s'ajustent au rythme de l'utilisateur grâce à la possibilité de sauvegarder une partie et de la reprendre en l'état quand il le désire, ceux-ci continuent à évoluer en dehors de sa présence. De plus, ils demandent au joueur de s'associer avec d'autres pour réussir certains objectifs. S'ajoutent alors pour l'utilisateur toutes les contraintes et le plaisir liés à la dynamique du groupe. Ces trois dimensions (sophistication, univers persistant et dynamique de groupe), en plus de l'investissement « narcissique » du joueur pour son (ses) avatar(s), participent à comprendre l'attrait tout particulier et l'aspect chronophage des MMO.

4.5. Différents modèles explicatifs des passions obsessives

Au départ d'analyses factorielles réalisées sur des groupes plus ou moins larges, certains auteurs tentent d'apporter des éléments d'explication en termes étiologiques et/ou prédictifs des usages compulsifs d'Internet et des jeux vidéo.

Chien Chou et Ming-Chun Hsiao (2000)²²⁰ constatent grâce à un large panel d'étudiants (N=910) que le facteur prédictif le plus important d'un UPTIC est le plaisir que procure l'expérience d'Internet à l'utilisateur. Plus celui-ci vivra cette expérience comme « divertissante, fun et interactive » et plus il a de chances d'en faire une utilisation abondante. Ce constat

²¹⁸ Caplan S. E., pp. 234-242, voir bibliographie, n° 26.

²¹⁹ Greenfield D. N., Ceap L., pp. 403-412, voir bibliographie, n° 66.

²²⁰ Chou C., Hsiao M. C., pp. 65-80, voir bibliographie, n° 35.



finalement assez banal est pourtant intéressant à rappeler avant de se pencher sur des théories plus « pathologisantes ».

Internet et les jeux vidéo sont susceptibles d'être utilisés plus ou moins abondamment dans la mesure où ils rencontrent des besoins, conscients ou non, de l'individu. Par exemple, Wan et Chiou²²¹ recensent sept besoins auxquels répondent les jeux en ligne comme les MMORPG : (1) le divertissement et le loisir ; (2) une réponse (*coping*²²²) face à certaines émotions (diversion par rapport à la solitude, l'isolement et l'ennui, libération du stress, relaxation, déchargement de la colère) ; (3) une échappatoire par rapport à la réalité ; (4) un moyen de rencontrer ses besoins relationnels et sociaux (se faire des amis, renforcer ses amitiés, répondre aux besoins d'appartenance et de reconnaissance) ; (5) un moyen de se réaliser ; (6) un lieu d'excitation et de challenge ; (7) un lieu où l'on peut éprouver de la puissance (besoin de se sentir supérieur, de contrôler et de gagner de la confiance en soi).

Dans le même ordre d'idée, Suler (1999) détermine six besoins auxquels répond Internet chez les personnes développant un usage « pathologique » : (1) les besoins sexuels, (2) le besoin de modifier son état de conscience (d'éprouver des états de conscience modifiés), (3) le besoin de réussite et de maîtrise, (4) le besoin d'appartenance, (5) les besoins relationnels, (6) les besoins de réalisation et de transcendance du self.

Ces auteurs partagent avec d'autres l'idée qu'un point central de l'attrait de ces jeux pour nombre de joueurs est la possibilité ou plutôt les possibilités qu'ils offrent en termes de relations interpersonnelles. Notamment dans la mesure où ils permettent de développer une (ou des) identité(s) virtuelle(s) tout à fait différente(s) de celle de la vie « off line ». C'est ainsi que certains vont pouvoir ainsi déverrouiller une dimension jusque-là cachée d'eux-mêmes. C'est le cas dans les jeux de rôle, mais aussi par exemple dans les chats pour adultes (fétichistes ou non).

De son côté, Morahan-Martin²²³ a constaté que certains usagers utilisent Internet comme un moyen de réguler leur humeur. Lorsque ceux-ci se sentent tristes, anxieux ou lorsqu'ils veulent échapper à certaines pensées, Internet permet de les soulager. Nous retrouvons l'utilisation d'Internet comme *stratégie d'ajustement ou coping* reprise plus haut.

Rappelons néanmoins que le temps passé sur Internet reste, d'un point de vue statistique, le meilleur facteur prédictif des UPI. Notons que les recherches à ce sujet donnent des résultats relativement variables. Chou et Hsiao²²⁴ (2000) rapportent que la population

²²¹ Wan C.-S., Chiou W.-B., pp. 762-766, voir bibliographie, n° 167.

²²² Le terme de *coping* fait référence à l'ensemble des processus qu'un individu interpose entre lui et un événement éprouvant, afin d'en maîtriser ou diminuer l'impact sur son bien-être physique et psychique.

²²³ Morahan-Martin J., pp. 191-219, voir bibliographie, n° 115.

²²⁴ Chou C., Hsiao M. C., pp. 65-80, voir bibliographie, n° 35.



des cyberdépendants avec laquelle ils ont pu travailler passe en moyenne de 20 à 25 h par semaine en ligne contre 5 à 10 h chez les « non-addicts ». Youngs (1998) quant à elle estime à 39 h par semaine le temps passé en moyenne par des usagers compulsifs contre 5 h pour les autres. Outre les différences culturelles et les évolutions probables au fil du temps (globalement, l'utilisation d'Internet augmente), nous devons également tenir compte des spécificités des activités réalisées en ligne avant de pouvoir donner sens à ces données quantitatives. Par exemple, l'enquête menée par Mélanie De Vocht²²⁵ sur 1700 joueurs de *World of Warcraft (WoW)* démontre que le joueur « moyen » passe 25 h par semaine sur le jeu... Pour comprendre cela, il faut se pencher sur les caractéristiques de celui-ci qui, de par sa complexité et les moyens nécessaires pour réaliser les objectifs qu'il propose, demande un investissement important de la personne. Le critère de temps passé sur Internet, s'il n'est pas sans importance, doit cependant toujours être contextualisé.

Le modèle de Davis

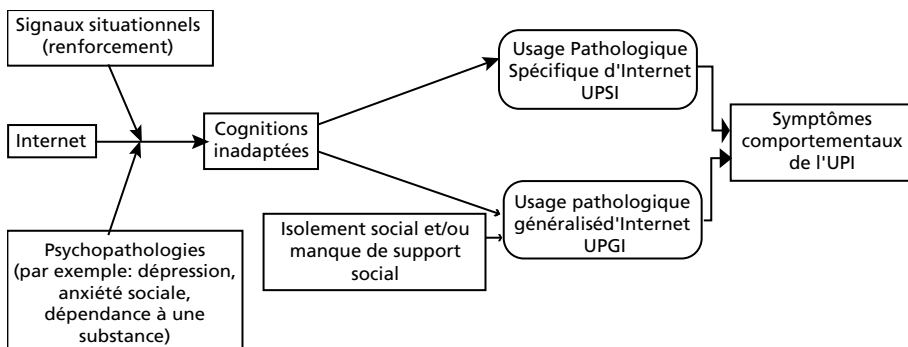
Le modèle cognitivo-comportemental de Davis (2001)²²⁶ schématisé par le graphique 1 est un des plus intéressants. Se basant sur le référentiel théorique de Beck au sujet de la dépression, Davis estime que des pensées erronées (distorsions cognitives) peuvent être à l'origine des UPI et des comportements inappropriés qui y sont associés. Notons que celui-ci préfère l'expression « usage pathologique d'Internet » à celle « d'addiction à Internet » dans la mesure où cette dernière sous-entend une étiologie basée sur le pouvoir psychoaddictif du support (comme une drogue) alors que pour Davis c'est un problème psychopathologique qui est à la base d'un UPI. Il postule donc une vulnérabilité (psychopathologie) a priori, qui se verra éventuellement exacerbée en période de stress ; mais aussi une dynamique interactionnelle entre le sujet et la machine sur le mode du conditionnement opérant (renvoi aux caractéristiques d'Internet et de ses contenus).

L'élément central du modèle de Davis est la présence de cognitions inadaptées. Celles-ci peuvent concerner des pensées autodépréciatives (peu de confiance en soi et image négative de soi) et une tendance à ruminer ses problèmes. Ces cognitions peuvent aussi s'appliquer à une représentation pessimiste du monde en général. Les pensées qui peuvent en résulter sont, par exemple, « personne ne m'aime hors du Net », « Internet est la seule place où je suis respecté », etc. Pour Davis, ces cognitions concernent aussi bien les Usages Pathologiques Spécifiques d'Internet que les Usages Pathologiques Généralisés d'Internet²²⁷.

²²⁵ Le Soir du mardi 9 juin 2009.

²²⁶ Davis R. A., pp. 187-195, voir bibliographie, n° 41.

²²⁷ La distinction entre ces deux formes d'usages est proposée dans un chapitre précédent.



Graphique 1 : modèle des Davis (2001)

Davis évalue que les UPGI sont plus problématiques, étant donné qu'ils n'existeraient pas sans la rencontre du sujet avec Internet. Ce point de vue est discutable dans la mesure où la présence d'une pathologie mentale a priori (postulée par son modèle) laisse penser qu'une symptomatologie se serait probablement manifestée de toute façon. Internet en est une voie d'expression parmi d'autres. D'autre part, nous pouvons aussi estimer que certains UPSI sont rendus possibles à cause de la présence d'Internet. Par exemple, certaines personnes fréquentant compulsivement des sites à caractère pornographique n'auraient peut-être pas développé ce symptôme si Internet n'existait pas. Quelques exemples donnés par Young montrent que certaines personnes n'auraient pas exprimé cet aspect de leur personnalité sans l'accessibilité et l'anonymat délivrés par ce média²²⁸.

Le modèle de Davis stipule également que les UPGI sont fortement liées à un manque de support social de l'individu (famille, amis), ce qui ne serait pas le cas des UPSI.

Caplan (2002) a mis à l'épreuve ce modèle avec des résultats encourageants. Ceci étant, ces travaux indiquent que l'isolement social joue un rôle plus important que la présence d'une psychopathologie pour expliquer les symptômes comportementaux de l'UPI, c'est pourquoi Caplan propose l'utilisation de l'expression « usage problématique d'Internet » plutôt que celle d'usage pathologique²²⁹.

Appartenant au même courant théorique, Spada (2008)²³⁰ souligne le rôle des métacognitions²³¹ dans la médiation entre les émotions négatives et les usages problématiques

²²⁸ Young K., pp. 21-37, voir bibliographie, n° 174.

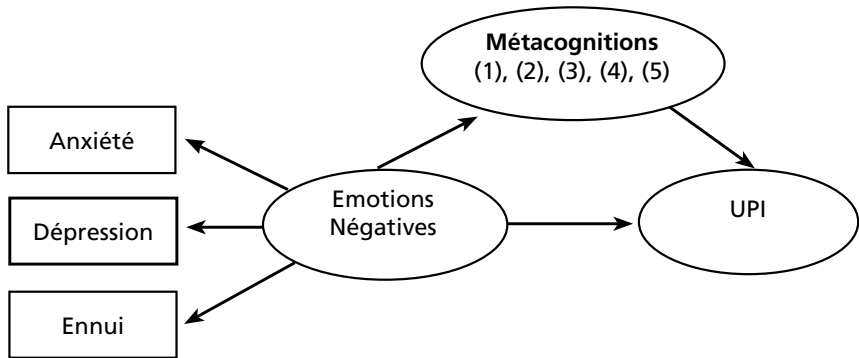
²²⁹ Vaugeois P., voir bibliographie, n° 159.

²³⁰ Spada M. M., Langston B., Nikcevic A. V. et al., pp. 2325-2335, voir bibliographie, n° 140.

²³¹ La métacognition est un domaine qui regroupe: les connaissances introspectives et conscientes qu'un individu particulier a de ses propres états et processus cognitifs; les capacités que cet individu a de délibérément contrôler et planifier ses propres processus cognitifs en vue de la réalisation d'un but ou d'un objectif déterminé (Gombert, 1990). La métacognition se réfère donc aux connaissances verbalisables à propos de sujets tels que la perception, la mémoire, l'apprentissage, etc.



d'Internet. Dans ce modèle, les UPI sont conceptualisés comme des formes spécifiques et inadaptées de stratégies d'autorégulation des émotions négatives. Si ces modes sont inadaptés, c'est parce qu'ils laissent la part belle à des métacognitions elles-mêmes inadaptées. Celles-ci peuvent se répartir en 5 catégories (cf. Métacognitions, Questionnaire de Wells et Cartright-Hatton) : (1) *Positive beliefs about worry*, c'est-à-dire dans quelle mesure le sujet estime que la pensée « persévérative » est utile (ex. mes ruminations m'aident à faire face) ; (2) *negative beliefs about worry*, c'est-à-dire dans quelle mesure le sujet évalue des pensées « persévératives » comme dangereuses (ex. quand je commence à me tracasser, je ne peux plus m'arrêter) ; (3) *cognitive confidence*, évalue la confiance du sujet dans son attention et sa mémoire (ex. ma mémoire peut me tromper) ; (4) *Beliefs about the need to control thoughts* ; (5) *cognitive self-consciousness*, c'est-à-dire dans quelle mesure le sujet suit sa propre pensée et l'attention toute particulière qu'il accorde à la façon dont son esprit fonctionne.



Graphique 2: modèle de Spada basé sur le *model of psychological disorder*.

Spada identifie un lien statistique significativement positif entre ces métacognitions et les UPI, ainsi qu'avec l'anxiété, la dépression et l'ennui.

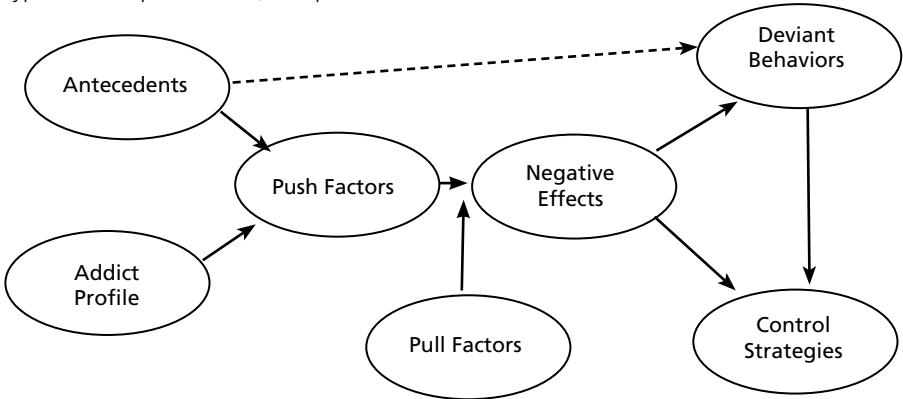
Douglas et coll. (2008)²³² se basent sur une méta-synthèse des recherches qualitatives publiées entre 1996 et 2006 pour formuler un modèle conceptuel de l'addiction à Internet.

Dans ce modèle, les besoins intimes et profonds du sujet et ses motivations (*push factors*) jouent un rôle central. Les prédispositions individuelles (les principales selon les auteurs sont un sentiment d'isolement, la solitude, une faible confiance en soi et une mauvaise estime de soi) ainsi que les antécédents de dépendance jouent aussi un rôle important (*Antecedents et Addict Profile*). De leur côté, les caractéristiques du média (*Pull Factors*) influencent la relation entre les *Push Factors* et la gravité des effets d'un usage abusif. Les effets négatifs d'une IAD peuvent être scolaires, sociaux, financiers, occupationnels et physiques, mais

²³² Douglas A. C., Mills J. E., Niang M. et al., pp. 3027-3044, voir bibliographie, n° 45.



aussi s'étendre à différents comportements déviants. Notons enfin que le sujet sensibilisé à ses problèmes d'usage d'Internet sera amené à élaborer des stratégies de contrôle de sa consommation (*Control strategies*) et ce d'autant plus que ces « comportements déviants » correspondent à des activités interdites par la loi. Ce qui explique le lien entre stratégies de contrôle et comportements déviants. Ces derniers sont aussi mis en lien avec les antécédents de l'individu dans la mesure où certains profils de personnalité sont prédisposés à certains types de comportements, indépendamment d'Internet.



Graphique 3 : modèle conceptuel de Douglas et coll. (2008)

4.6. Les modèles neurobiologiques

Yellowlees²³³ constate que de nombreuses recherches démontrent qu'un mauvais contrôle des impulsions est typique des « mésusages » d'Internet. Les symptômes et les comorbidités associées aux usages problématiques sont fréquemment en lien avec cette difficulté à gérer et/ou à postposer ses impulsions. Certains chercheurs y voient le signe de l'existence d'une relation entre la chimie du cerveau et les UPI, comme pour les problèmes de boulimie, de shopping compulsif, de cleptomanie, etc. Par exemple, il a été montré depuis longtemps que les joueurs pathologiques développent la même excitation corticale que les consommateurs de drogue. Autrement dit, le plaisir et l'excitation liés à la pratique des jeux (d'argent, mais aussi les MMORPG, etc.) se concrétisent physiologiquement par un métabolisme accru de la dopamine, neuroméiateur impliqué dans les circuits du plaisir. Les auteurs estiment néanmoins que ce sont plus les contenus disponibles sur internet qui expliquent cette excitation, plutôt qu'Internet lui-même.

Cependant, s'il est démontré qu'une séance de jeux vidéo libère de la dopamine dans le cerveau, cela n'est en rien spécifique. Il en va de même pour l'acte sexuel ou la pratique du

²³³ Yellowlees P. M., Marks S., p. 1449, voir bibliographie, n° 171.



sport... Selon Virole, « la bonne question est de comprendre pourquoi les jeux vidéo donnent du plaisir. Répondre uniquement en termes de neuromédiateurs relève de la confusion autour des causes. La cause matérielle du plaisir (la dopamine) n'est pas la cause formelle (l'acte du jeu), ni la cause finale (le choix de l'immersion dans un monde virtuel) ».²³⁴

Toujours en lien avec la question du système dopaminergique, mais dans le cadre d'une épistémologie plus solide, d'autres auteurs comme Ha et coll. (2005)²³⁵ ont questionné la théorie de Blum K. (2001)²³⁶ appelée *Reward deficiency syndrome* (RDS) afin de voir si elle pouvait s'appliquer à leur échantillon de personnes souffrant d'IAD. La théorie du RDS postule l'existence de prédispositions génétiques aux addictions, qu'elles soient comportementales ou liées à un toxique. Selon Blum, une aberration génétique touchant le gène du récepteur de dopamine D2 (DRD2) produit chez les sujets qui en sont atteints une modification des voies du système de récompense du cerveau. Rappelons que le sentiment de bien-être est permis par l'interaction de la dopamine et d'autres neurotransmetteurs comme la sérotonine (dont la carence est associée à la dépression), les opiacés endogènes (endorphines, fortement liées au sentiment de bien-être), etc. Les mécanismes et interactions complexes entre l'ensemble de ces composants neurologiques, appelés « cascade de récompense du cerveau », permettent d'activer le système de récompense²³⁷. L'aberration génétique liée au RDS place le sujet concerné dans l'incapacité (ou dans une moindre capacité) à ressentir les sensations positives normalement produites par le système de récompense du cerveau. Cette aberration génétique serait associée à un « spectre » de comportements impulsifs, compulsifs et addictifs. Selon Blum, l'absence du récepteur D2 prédisposerait l'individu à de multiples problèmes comportementaux comme « de nombreuses dépendances, des tendances impulsives et compulsives, tels que l'alcoolisme sévère, la consommation de cocaïne, d'héroïne, de cannabis et de nicotine, la frénésie de glucose, le jeu pathologique, la dépendance au sexe, l'hyperactivité, le syndrome de la Tourette, l'autisme, la violence chronique, certains stress post-traumatiques, des tendances schizoïdes et l'évitement des groupes, les troubles de conduite et de comportement antisocial »²³⁸. Cependant, concernant leur échantillon, Ha et coll. estiment que leur étude ne démontre aucun lien entre le RDS et l'IAD. En effet, leur recherche ne relève pas de corrélation significative entre l'IAD

²³⁴ Virole B., voir bibliographie, n° 165.

²³⁵ Jee Hyun Ha, Su Yeon Kim, Soojeong C. Bae et al., p. 428, voir bibliographie, n° 85.

²³⁶ Blum K., Braverman E. R., Holder J. M. et al., pp. 1-112, voir bibliographie, n° 23.

²³⁷ Le système de récompense est un système fonctionnel cérébral localisé dans le cerveau moyen (mésencéphale). Ce système est nécessaire à la survie car il fournit la motivation nécessaire à la réalisation d'actions ou de comportements bénéfiques visant à préserver l'espèce ou l'individu (recherche de nourriture, reproduction, évitement de dangers,...). Le système de la récompense agit par conditionnement en adjoignant une sensation de plaisir à ces comportements bénéfiques. Ce système est la cible de nombreuses substances chimiques responsables des phénomènes d'addiction. Bien que de nombreux types de neurones soient impliqués, les neurones dopaminergiques (utilisant la dopamine comme neurotransmetteur) ainsi que les neurones produisant le neurotransmetteur sérotonine semblent y jouer un rôle important. Source : Wikipédia le 06/08/09.

²³⁸ Blum K., Braverman E. R., Holder J. M. et al., pp.1-112, voir bibliographie, n° 23.



et les dépendances à certaines substances comme l'alcool et la nicotine (faisant partie du « profile » du RDS). De plus, les données psychométriques récoltées via le TCI (Temperament and Character Inventory) suggèrent qu'un facteur comme « la recherche de nouveauté », pourtant étroitement associé au système dopaminergique, n'est pas lié statistiquement à l'IAD. En conclusion, ils constatent que leurs données démontrent que les problèmes de dépendance à Internet s'expliquent probablement plus en tant que symptôme dépressif plutôt que comme problème associé à la dépendance à une substance ou à un symptôme obsessionnel-compulsif. Bien que ces résultats méritent d'être confirmés par d'autres travaux, ils apportent des éléments intéressants pour le futur.

Notons les enjeux en présence par rapport à l'argumentation qui défend la prééminence des facteurs neurobiologiques dans l'étiologie de ces problématiques. Ceux-ci concernent les indications thérapeutiques et plus particulièrement l'indication d'une médication dans le traitement des IAD. Certains imaginent utiliser la *naltrexone* (antagoniste des opiacés) pour « soigner les cyberdépendances », comme pour d'autres formes de dépendance aux toxiques ou aux jeux de hasard. Malheureusement, les implications financières de telles recherches rendent difficiles l'élaboration d'une littérature « sereine » et de bonne foi...

4.7. Les conséquences négatives des usages problématiques

Nous renverrons le lecteur à ce sujet au chapitre sur les grilles diagnostiques (Partie II, Point 2.1) qui fait abondamment état de toutes les répercussions liées aux passions obsessionnelles pour Internet et les jeux vidéo. Nous listerons ici les plus fréquentes : des perturbations dans la gestion de son temps, le manque de sommeil et plus généralement le fait de négliger ses besoins de base. Le phénomène peut conséquemment entraîner une baisse des performances scolaires et professionnelles. Nous noterons également des problèmes avec l'entourage, nous pensons au couple et à la famille, à l'école ou l'employeur... ceci entraînant une forme d'isolement social (à l'exception des contacts en ligne) plus ou moins importante.

Il faut néanmoins raison garder lorsque nous évoquons les conséquences d'un usage massif d'Internet et/ou des jeux vidéo. Concrètement, l'étude qualitative de Chou (2001)²³⁹ montre que les deux conséquences dont se plaignent les étudiants « cyberdépendants » sont une fatigue visuelle et le manque de sommeil.²⁴⁰

Selon l'enquête SIPES, qui concerne les adolescents de la Communauté française de Belgique, les gros consommateurs d'écrans se plaignent principalement de fatigues matinales. Mais

²³⁹ Chou C., pp. 573-586, voir bibliographie, n° 33.

²⁴⁰ À l'instar des pratiques sportives, le jeu vidéo semble engendrer sa propre médecine. Des tendinites, des atteintes spécifiques des ligaments ou encore des problèmes cutanés causés par les manettes se rencontrent parfois : http://www.futura-sciences.com/fr/news/t/jeux-video/d/nouvelles-pathologies-les-maladies-du-jeu-video_18443/ (consulté le 02/11/10)



ils ne se montrent pas spécialement stressés par le travail scolaire et ne changent pas plus d'école que les autres. Notons néanmoins que les joueurs présentent plus d'absentéisme, alors que ce n'est pas le cas des amateurs de télévision.

Encore une fois, il convient d'appréhender ces difficultés dans le cadre du fonctionnement global d'un individu et de son contexte de vie. Le listing des conséquences dont nous venons de faire l'écho, décrivant un isolement progressif du sujet jusqu'à la rupture, l'échec, le divorce... renvoie à une lecture catastrophiste et surtout linéaire des liens de cause à effet qui a perdu en légitimité épistémologique depuis l'édification de la cybernétique et de la pensée systémique²⁴¹.

C'est pourquoi, à l'instar de Chou²⁴², nous concluons qu'il n'y a finalement qu'un seul impact négatif que nous pouvons identifier et attribuer à l'usage problématique : la perturbation de l'emploi du temps ; celle-ci ayant des conséquences, dans un contexte donné... que nous avons listé plus haut.

²⁴¹ Relire à ce sujet Watzlawick P., voir bibliographie, n° 168.

²⁴² Chou C., Condron L., Belland J. C., pp. 363-388, voir bibliographie, n° 34.



5. Étiologie (approche psychodynamique)

Introduction

Il est impossible de définir un et un seul modèle étiologique pour expliquer les passions obsessives adressées aux technologies de l'information et de la communication. Civin et Tisseron, deux auteurs qui apportent une contribution très intéressante à la compréhension du phénomène, préconisent de zoomer sur des usages spécifiques afin de les analyser dans toute leur singularité. Il s'agit de ne pas tomber dans le piège d'un raisonnement a priori, apparemment généraliste et séduisant, mais souvent réducteur, voire spécieux.

Les TIC sont nombreuses et leurs utilisateurs, dont nous faisons partie, le sont encore beaucoup plus. Nous pouvons ainsi prendre la mesure de la difficulté qu'il y a à rendre compte dans les détails de l'ensemble des cas de figure possibles. D'autant plus que, les frontières entre les TIC sont parfois floues. Par exemple, il est difficile de distinguer clairement l'usage d'Internet et des jeux vidéo depuis l'apparition des jeux en ligne. Les MMORPG sont aussi des lieux de « clavardage »... Les usages qui sont faits des TIC évoluent au fil du temps, et s'écartent parfois de façon importante de l'idée que s'en faisaient leurs concepteurs (cf. *la construction sociale des usages, Partie I, Point 9*).

L'âge des consommateurs est également une dimension à prendre en compte. Les comportements de l'adolescence sont à envisager dans ce contexte et doivent donner lieu à beaucoup de prudence en termes de diagnostic. Certains auteurs soulignent les affinités (*homothéties*) qui existent entre l'adolescence et le virtuel, ils constatent que la pratique intensive du jeu vidéo fait office de symptôme sociétal et peut se concevoir comme une expression contemporaine de la problématique adolescente²⁴³. Ce qui n'exclut pas que certaines situations relèvent en effet d'une intervention médico-psychologique.

C'est ainsi que, lors de la rédaction de ce chapitre, nous avons hésité longuement quant à la structure à lui donner. Nous voulions, au départ, envisager dans des sous-chapitres distincts chaque TIC et résumer les théories s'y rapportant. Il est cependant rapidement apparu que cette façon de procéder allait constituer un ensemble fort redondant et plutôt laborieux. Tout en restant convaincus de l'utilité de développer de façon précise et différenciée chaque TIC (et les différents usages qui peuvent en être faits) dans le cadre de travaux ad hoc, nous pensons que ce n'est pas dans ce rapport que nous pouvons effectuer cette démarche eu égard à l'objectif généraliste du travail. Nous n'avons donc pas procédé de la sorte. Nous avons développé les concepts clés qui construisent les systèmes explicatifs du phénomène qui nous intéresse tout en essayant à chaque fois de préciser à partir de quel TIC l'auteur produit son raisonnement. Le lecteur peut ainsi entrapercevoir certains mécanismes potentiellement en jeu dans le cadre des usages excessifs des TIC. Nous n'avons cependant pas la prétention de saturer la question par une quelconque exhaustivité ; rappelons qu'en

²⁴³ Virole B., voir bibliographie, n° 165.



matière clinique, l'étiologie est généralement à envisager dans une logique du cas par cas lorsque nous voulons appréhender les situations dans toute leur complexité.

Tout d'abord, constatons que la fréquentation assidue des mondes virtuels est généralement associée à une volonté plus ou moins consciente d'échapper à la réalité. Les passions obsessives pour les jeux vidéo résulteraient d'abord d'un refus de l'investissement du monde réel comme espace de réalisation de soi²⁴⁴.

La présence d'une comorbidité et/ou de facteurs contextuels inconfortables est souvent soulignée. Fréquemment, il est constaté que le sujet dit « accro au net » souffre (avant tout) de dépression, d'anxiété, d'une psychose, etc. ou encore se trouve confronté à des situations délicates comme un divorce, des difficultés scolaires, un stress professionnel, etc. Il cherchera alors naturellement des activités qui le soulagent, ne serait ce que momentanément. Internet et les jeux vidéo sont des espaces fascinants et chronophages qui permettent au sujet de « s'évader », pour un moment ou pour longtemps. Comme le résume Tisseron, il semble qu'il faille avoir eu – et avoir – un minimum de satisfactions et de gratifications dans la « vraie vie » pour faire un bon usage du virtuel.²⁴⁵

5.1. L'objet transitionnel

L'auteur le plus souvent mentionné, en introduction de la question étiologique concernant les UPTIC, est D. W. Winnicott et ses concepts d'*objet* et d'*espace transitionnels*.

L'objet transitionnel fait référence au « doudou » choisi par le nourrisson et le jeune enfant. Winnicott nous explique que celui-ci permet de l'aider à effectuer la transition entre une relation « fusionnelle » à la mère et une relation plus différenciée (une véritable relation d'objet). Autrement dit, il accompagne l'enfant dans son processus de différenciation de l'*objet externe* (le sein comme objet non-moi) et de l'*objet interne* (le sein comme objet présent à l'intérieur de moi)²⁴⁶. Il a donc une fonction maturative importante pour l'enfant.

Si l'objet transitionnel joue un rôle clé dans les premières années de la vie, « il ne voit pas pour autant sa fonction abolie dans la suite du développement de l'individu. «L'objet transitionnel et le phénomène transitionnel apportent, dès le départ, à tout être humain, quelque chose qui restera toujours important pour lui, à savoir un champ neutre d'expérience qui ne sera pas contesté»... «Ce champ intermédiaire d'expérience, dont il n'a à justifier l'appartenance ni à la réalité intérieure, ni à la réalité extérieure (et partagée), constitue la part la plus importante de l'expérience de l'enfant. Il va se prolonger tout au long de la

²⁴⁴ Virole B., voir bibliographie, n° 165.

²⁴⁵ Tisseron S., p. 142, voir bibliographie, n° 151.

²⁴⁶ Rivière C., p. 17, voir bibliographie, n° 131.



vie, dans l'expérience intense qui appartient au domaine des arts, de la religion, de la vie imaginative, de la création scientifique»²⁴⁷.

Cet « espace potentiel » est donc un champ de l'existence que l'on peut qualifier d'intermédiaire dans la mesure où il n'est ni dans l'individu, ni dans le monde de la réalité partagée. Il va aider le sujet à maintenir un fonctionnement indépendant et sûr tout en compensant la perte de l'objet originel protecteur qu'est la mère.

La manipulation et la possession d'un objet « non-moi », mais qui n'est pas (encore) perçu comme totalement non-moi, font partie de ce que permettent les univers virtuels, de la même façon que les objets transitionnels, remarque Carole Rivière²⁴⁸. L'exemple le plus classique est l'avatar qui incarne son propriétaire dans le jeu de telle sorte que ceux-ci se différencient peu, en tous les cas durant la partie. Notons qu'objets virtuels et objets transitionnels se situent dans un entre-deux qui peut constituer une défense contre l'angoisse de type dépressive liée à la perte de l'objet (la mère). La présence de l'objet transitionnel atteste de la présence de la mère à la fois comme objet interne et comme objet externe.

La satisfaction éprouvée sur Internet liée à la rapidité des réponses fournies, voire l'imédiateté, l'omniscience, l'infinité des liens et leur disponibilité, ainsi que le sentiment de maîtrise qui peut en résulter n'est pas sans évoquer la *toute puissance infantile* et « une relation à la mère-sein comme objet partiel, le bon sein oral qui donne, qui nourrit, qui n'est pas frustrant et le bon sein anal que l'on maîtrise et que l'on contrôle. »²⁴⁹ Nous pouvons dire de l'ordinateur qu'il possède un potentiel puissant de réactivation inconsciente des éprouvés de l'expérience de communication, de satisfaction et d'insatisfaction avec l'objet primaire²⁵⁰ (la mère du nouveau-né).

C'est donc dans des difficultés vécues à un stade précoce du développement et de la relation à la mère que les psychanalystes identifient la source d'un rapport addictif puissant à Internet.

À ce stade, il nous semble important d'apporter une nuance concernant le caractère immédiat, le « tout tout de suite », attribué généralement aux TIC. Si cette représentation est exacte concernant certaines utilisations d'Internet ou du GSM, par exemple, elle s'avère moins exacte lorsqu'il est question de jeux vidéo. En effet, ceux-ci obligent généralement le joueur à se plier à de nombreuses règles, à un *gameplay*, à des épreuves ou des énigmes souvent complexes qui nécessitent patience et persévérance pour y progresser.

Carole Rivière, après avoir noté les similitudes entre l'objet transitionnel et Internet, constate qu'il n'existe plus de lien entre la créativité censée prolonger l'existence du phénomène transitionnel et l'utilisation de l'Internet lorsque celle-ci est compulsive.

²⁴⁷ Laplanche J., Pontalis J.-B., p. 296, voir bibliographie, n° 93.

²⁴⁸ Rivière C., p. 17, voir bibliographie, n° 131.

²⁴⁹ Rivière C., p. 18, voir bibliographie, n° 131.

²⁵⁰ Rivière C., p. 9, voir bibliographie, n° 131.



Joyce McDougall explique que l'objet transitionnel représente « le début de l'introjection d'un environnement à fonction maternante » alors que les objets d'addiction remplissent une autre fonction qui est de remplacer la fonction maternelle primaire manquante.²⁵¹ Comme nous le verrons par la suite, la question du *manque* (de la fonction maternelle primaire), de l'insupportable absence de l'autre, vécu comme un abandon anéantissant, fait partie des mécanismes clés des aliénations aux écrans.

Michael Civin²⁵² (Tisseron pour les jeux vidéo²⁵³) relève qu'Internet, pas plus qu'un ours en peluche, n'a une essence transitionnelle a priori. Rien n'est intrinsèquement transitionnel. « Le réseau Internet, en lui-même, offre seulement une *promesse de transitionnalité*. Ce caractère transitionnel « en puissance » ne s'actualise que sous certaines conditions psychiques de l'usager »²⁵⁴ Le concept de Winnicott peut donc s'avérer utile et puissant pour comprendre certaines situations, mais n'est probablement pas généralisable à toutes les interactions entre une personne et un TIC. L'auteur constate, à travers son expérience clinique, qu'il est possible de distinguer trois catégories d'interactions TIC-sujet :

- Celles qui donnent lieu à une expérience maturative dans laquelle le sujet, consciemment ou non, utilise Internet pour évoluer vers un mode de relation plus conventionnel. Il est alors possible de parler de processus transitionnel, l'Internet permet d'évoluer vers autre chose.
- Celles qui se montrent « piégeantes » pour le sujet et qui donneront lieu à une utilisation problématique.
- Celles qui n'ont pas de signification relationnelle particulière.

Pour formuler sa théorie, Civin envisage principalement l'utilisation de l'*E-mail* et des *chats* sur Internet²⁵⁵. Nous pouvons néanmoins penser que ce découpage en trois situations peut s'avérer pertinent de façon plus générale.

Nous concernant, nous n'allons pas nous attarder sur la troisième catégorie pour laquelle il n'y a rien à dire du côté de la « psychopathologie ». Nous devons cependant bien conserver à l'esprit que celle-ci est largement majoritaire. Envisager uniquement les situations problématiques introduit un tropisme dépréciatif concernant l'objet d'étude qui, comme nous avons pu le voir dans le premier chapitre, peut s'avérer contre-productif en terme de santé publique.

²⁵¹ Blondel M.-P., p. 460, voir bibliographie, n° 22.

²⁵² Civin M., voir bibliographie, n° 36.

²⁵³ « Les jeux vidéo ne constituent pas un espace transitionnel en eux-mêmes, pas plus qu'aucun autre espace ou activité. Ils ne commencent à fonctionner comme tels que si l'acceptation de la séparation est en route », Tisseron S., voir bibliographie, n° 153.

²⁵⁴ Civin M., p. 13, voir bibliographie, n° 36.

²⁵⁵ Civin a travaillé la question des CMR (Computer Mediated Relations).



5.2. Les relations médiatisées par TIC: paradoxe et ambivalence

Il est intéressant ici de relever les paradoxes que nous propose Internet et les relations médiatisées par TIC (ce qui exclut les jeux vidéo *off line*) ainsi que l'ambivalence potentielle de leurs usagers afin de mieux comprendre comment peut s'installer une utilisation passionnelle et obsessionnelle d'Internet comme média dans les relations.

Civin constate concernant Internet qu'il peut se concevoir à la fois comme un outil d'isolement et comme un outil de mise en contact. Les usagers fervents de *la Toile* nous évoquent tantôt l'archétype de l'étudiant introverti et blafard, cloîtré dans sa chambre²⁵⁶ ; tantôt celui de communautés dynamiques, saturées par les échanges d'informations et les propositions de rendez-vous. « *En ce qui concerne le cyberspace, il existe, selon moi, une tension dialectique entre une vision qui considère l'individu comme isolé et déconnecté des autres, et une autre qui considère l'individu comme intensément investi dans des échanges complexes entre des aspects de soi et des aspects d'autrui. De même, dans les théories psychanalytiques, il existe une dialectique entre une psychologie essentiellement ancrée dans l'individu et une autre, plus attachée aux influences intersubjectives...* »²⁵⁷ Pour appréhender la complexité paradoxale du cyberspace, nous devons regarder simultanément ses deux faces opposées. Sur l'une des faces, nous avons un individu conçu comme un être isolé et déconnecté de l'influence des autres ; sur l'autre, le même individu, mais vu cette fois comme un être engagé de manière intense dans des échanges complexes entre des aspects de soi et des aspects d'autrui. »²⁵⁸

En fonction des auteurs, de leurs sensibilités, de leurs paradigmes et de leurs affinités avec la chose technologique, l'accent sera mis sur l'isolement ou la multiplication des contacts. Certains diront de ces communautés saturées en échanges de tous types qu'elles en perdent le sens des vrais rapports humains (voire de leur identité) et d'autres verront dans l'étudiant cloîtré un jeune homme impliqué dans un processus évolutif qui pourra faire de lui un adulte épanoui... Et vice-versa. Bref, l'Internet est par essence multiforme et constitue surtout une formidable porte d'entrée vers un débat plus général autour de l'humain et des relations humaines au début de ce 21^e siècle.

Cependant, force est de constater qu'Internet offre la possibilité à son utilisateur de créer et de maintenir des relations présentant des caractéristiques qui les distinguent en partie des relations « en face à face ».

Pour mieux comprendre la nature qualitativement spécifique des relations qui peuvent se développer via Internet, reprenons le raisonnement de Civin et l'autre paradoxe qu'il soulève concernant le Web : celui-ci (et les TIC en général) peut se vivre sur le mode de la persécution et/ou s'utiliser comme rempart contre un sentiment paranoïde.

²⁵⁶ Le *nerd* américain ou l'*otaku* japonais.

²⁵⁷ Civin M., p. 64, voir bibliographie, n° 36.

²⁵⁸ Civin M., op cit., p. 238.



En effet, nous constatons que les TIC font intrusion aussi bien dans l'espace public que dans la sphère privée. La sonnerie du GSM, les spams²⁵⁹, les pop up, etc. sont autant d'effractions polluantes qui nous irritent au quotidien. Plus grave encore, l'utilisation qui est faite de nos données personnelles et des traces que nous laissons en « surfant sur la Toile » est préoccupante. Les services de renseignement²⁶⁰ comme les industriels et les publicitaires ont bien compris tout l'intérêt, voire la nécessité, d'occuper cet espace.

Si l'Internet et les TIC peuvent prêter à une perception « persécutée », ils permettent également d'adopter une position de repli par ceux dont la valence « paranoïde » du vécu des relations interpersonnelles est forte²⁶¹. L'internet ou plus précisément les relations médiatisées par ordinateur seront alors recherchés pour soulager le sujet dans son vécu insécurisé. Nous pouvons dire des relations médiatisées par ordinateur qu'elles peuvent « permettre à un individu de satisfaire avec plus ou moins de succès le besoin profondément humain d'avoir des relations et en même temps, favoriser chez lui le repli paranoïde, en lui évitant toute forme d'engagement intersubjectif. »²⁶²

Selon Civin, il y a là quelque chose qui relève d'un *malentendu* qui va satisfaire certains usagers: « *Internet promeut un mode d'interaction qui, subjectivement, peut apparaître comme une forme d'engagement et de relation intersubjective, mais qui, en même temps, reste de façon prédominante une forme asociale d'isolement et d'autoprotection. Ces modes d'interaction sont une forme de relation d'objet caractérisée par des relations partielles, par une confusion ou une ambiguïté entre ce qui se passe et ce qui est imaginé, ce qui a lieu à l'intérieur de soi et à l'extérieur de soi, tel qu'on peut l'appréhender à partir d'un écran d'ordinateur... le cybersystème peut devenir un vecteur de relation paranoïde, expérience par laquelle l'individu s'engage néanmoins, du sein de sa cellule de repli, dans des relations qui revêtent les qualités et les caractéristiques de relations réelles.* »²⁶³

Autrement dit, le *chat* peut se concevoir comme un espace transitionnel permettant à certains d'approprier l'objet total par des relations d'objets partielles.²⁶⁴

Si le sujet se prend au jeu de ce malentendu, c'est qu'il est lui-même ambivalent, tiraillé par des angoisses et les mécanismes de défense qui y sont associés: « *Face à une profonde angoisse de persécution, les gens s'efforcent de maintenir séparés, et par là de protéger, des aspects de l'expérience qui, pris dans leur globalité, risqueraient de les envahir totalement. Cependant, si sûre que puisse leur sembler la protection que ce clivage leur procure, ils*

259 Appelés également pourriel ou pollurriel, ce qui en dit long sur l'exaspération qu'ils peuvent susciter.

260 Voir pour exemple à ce sujet le roman *Shell* de Benoît Virole aux éditions Hachette.

261 En nous référant à Mélanie Klein nous pouvons parler de position schizo-paranoïde.

262 Civin M., p. 46, voir bibliographie, n° 36.

263 Civin M., op cit., p. 107.

264 Tassel I., voir bibliographie, n° 148.



n'en conservent pas moins un désir simultané de totalité qui contredit ce désir de sécurité. L'utilisation de la technologie favorise de manière unique et ambiguë cette soif paradoxale de séparation alliée à un désir de totalité. »²⁶⁵ Par exemple, des personnes particulièrement sensibles au rejet et à la désapprobation vont trouver sur Internet la possibilité d'entrer en relation avec d'autres sans se mettre exagérément en danger. Dans certains cas, pour peu que le sujet ait les ressources suffisantes, cette expérience « virtuelle » va lui donner confiance et l'amener vers d'autres formes de relations que nous pourrions qualifier de plus abouties. Dans d'autres situations, si les difficultés de la personne sont trop fortement ancrées dans son mode de fonctionnement (par exemple, les situations de « faux self » décrites par Winnicott), l'expérience qu'elle va vivre sur Internet n'aura aucune valeur transitionnelle. Le sujet va s'y complaire et maintenir l'illusion que les relations ainsi créées possèdent les qualités des relations « classiques » et satisfaire ainsi son ambivalence (séparation – totalité, sécurité – engagement). Dans ce cas, le dispositif technique de connexion par l'Internet vient renforcer le statu quo et décliner différemment une façon d'être qui était déjà celle du sujet avant sa rencontre avec le média.

Bref, comme nous l'avons déjà dit, l'Internet a des « vertus transitionnelles » pour peu que le sujet qui l'utilise soit dans le besoin, la possibilité et la disponibilité psychoaffective (psycho-dynamique) d'utiliser cet objet comme tel.

5.3. Le rapport au manque, l'angoisse d'abandon

La théorie de l'attachement de Bowlby est aussi souvent mentionnée concernant le lien de dépendance. Celui-ci explique que l'enfant, au travers de ses premières expériences relationnelles, construit un « modèle interne » de lui-même et des autres. Ce modèle permet à l'individu, au cours de son existence, de donner sens à ces conduites et à celles d'autrui. De telle sorte que, l'expérience d'un entourage disponible et prévisible dans l'enfance procure à l'individu une sécurité lui permettant d'affronter séparation et frustrations, notamment à certains moments critiques de la vie comme l'adolescence. Par contre, l'expérience de relations insatisfaisantes, liée à un entourage peu disponible ou imprévisible, peut amener chez l'enfant un retrait des affects, voire des attitudes de dépendance relationnelle constituant pour l'enfant une manière de gérer les fortes angoisses de séparation. De la même façon, la sécurité relationnelle représente un facteur de protection contre les conduites de dépendance.²⁶⁶

Lorsque nous évoquons ici les angoisses d'abandon, nous ne parlons pas simplement de la crainte de se retrouver seul, mais bien de l'appréhension du risque de la séparation comme synonyme d'effondrement et d'annihilation.

²⁶⁵ Civin M., op cit., p. 233.

²⁶⁶ Corcos M., pp. 472-473, voir bibliographie, n° 37.



Carole Rivière, tout en insistant sur les aspects particuliers de chaque situation de passion obsessive pour Internet qu'elle analyse, constate certains points communs à celles-ci²⁶⁷ :

- La recherche compulsive, commune à tous les sujets rencontrés, d'un plaisir qui convoque les traces d'une satisfaction narcissique originelle où le Moi se vit dans l'illusion de la toute-puissance (constitue une dimension centrale au fondement du lien addictif à Internet).
- L'impossibilité pour le sujet de maintenir une sécurité intérieure et un bien-être autrement qu'en «exhumant» l'illusion d'un état de dépendance à un objet «idéal» pour se protéger d'une réalité extérieure vécue comme frustrante, menaçante pour l'existence du Moi lui-même. Cette situation implique la fixation à un stade de développement caractérisé par un défaut dans la construction d'un objet interne suffisamment sécurisant pour que l'enfant développe ce que Winnicott nomme simplement la «capacité d'être seul». Dans ce cas, l'absence de l'autre n'est pas vécue sur le mode du désir (incluant le plaisir d'une jouissance à venir...), mais bien dans une impossibilité d'intégrer l'absence, car elle équivaut à la destruction de l'objet interne.
- La recherche par le sujet d'un miroir fiable de ses émotions et de ses actions. En effet, « c'est toute «la relation en miroir» de l'enfant et la mère, à travers l'image que celle-ci lui offre de lui-même, de son corps, de ses émotions, de ses besoins, de ses désirs qui est en jeu lors du processus de séparation et qui contribue à asseoir le narcissisme de l'enfant (et la construction de l'objet interne du point 2). C'est à toutes ces blessures narcissiques possibles que vient répondre le recours aux objets externes auquel la dimension répétitive et addictive donne un caractère pathologique. » L'enfant confronté à de telles situations grandit avec le désir de trouver un jour le miroir attendu...

Les substituts addictifs ont pour fonction de compenser les fonctions maternelles défaillantes, mais comme aucun élément du monde réel ne peut réparer des manques dans le monde psychique interne, le comportement addictif se caractérisera par la compulsion...²⁶⁸

Tisseron résume en expliquant que « l'addiction aux jeux vidéo n'est que la manifestation d'un ratage de l'opération symbolique de fusion-séparation. Ceux qui ont installé en eux cette opération ne sont nullement menacés d'addiction. »²⁶⁹ Il faut rappeler à ce sujet que l'adolescence est un moment où se réactualise naturellement la problématique « séparation – individuation » et donc une période de fragilité transitoire à ce niveau.

Bref, la première angoisse contre laquelle nous protègent les nouvelles technologies c'est celles de l'abandon²⁷⁰. Les jeux vidéo et leurs avatars (lorsqu'on maintient ces derniers en vie, ce qui implique une omniprésence on line du *propriétaire*) sont un des meilleurs moyens de lutter contre cet effondrement.

²⁶⁷ Rivière C., pp. 43-44, voir bibliographie, n° 131.

²⁶⁸ McDougall J., p. 526, voir bibliographie, n° 109.

²⁶⁹ Tisseron S., Missonnier S., Stora M., pp. 110-111, voir bibliographie, n° 153.

²⁷⁰ Tisseron S., p. 138, voir bibliographie, n° 151.



5.4. L'évitement du corps génitalisé

Si les adolescents ne sont pas les seuls concernés par la question des usages problématiques des TIC, il s'agit d'une population sensible sur laquelle nombre d'auteurs se sont penchés. L'adolescence est un moment de fragilité au niveau psychique qui voit se raviver et s'actualiser des questionnements mis de côté durant la période de latence. Outre les angoisses d'abandon que nous venons d'évoquer, une autre question centrale à cet âge est celle de la sexualité.

Selon Tisseron, « les rencontres virtuelles sur Internet offrent à l'adolescent un espace de jeu dans lequel il peut gérer, à l'écart des risques de la vie réelle, les désirs, les angoisses et les frustrations dont se tisse toute rencontre²⁷¹ ». C'est ainsi qu'on peut dire des rencontres sur Internet qu'elles sont « transitionnelles » aussi parce qu'elles sont censées n'avoir qu'un temps pour ensuite laisser place à une rencontre réelle. Si ce n'est pas le cas, plutôt que d'un objet transitionnel, on parlera d'un objet *fétiche*²⁷² c'est-à-dire d'une prothèse pour certaines fonctions psychiques absentes dont le sujet ne peut jamais envisager de se passer.

Thomas Gaon fait le constat similaire concernant les jeux en ligne à l'adolescence. Ceux-ci peuvent tout aussi bien « accompagner psychiquement les transformations/pubertaires par la mise en scène exploratoire de nouvelles images de soi qu'à l'inverse, contenir le sujet en construction et le maintenir dans une stase narcissique, arrêtant son développement. »²⁷³

Il explique qu'une pratique excessive des MMORPG²⁷⁴ permet d'éviter la rencontre avec un corps génitalisé. « Son truchement par la création d'un corps numérique dont la sexualité n'est qu'artificielle et dotée d'une toute-puissance infantile rend compte de la persistance du fantasme d'auto-engendrement qui repousse l'émergence de la génitalité et de la filiation. »²⁷⁵ À travers l'activité du jeu, le jeune maîtrise et évite les pensées sexualisées et contient l'émergence pulsionnelle au sein de l'environnement virtuel. Son expérience clinique montre que ces situations (lorsqu'elles deviennent problématiques) se rencontrent généralement dans des dynamiques familiales dont l'un des aspects les plus communs est la proximité de complaisance mère-fils dans lesquelles le tiers paternel est régulièrement absent (ou tyrannique), c'est-à-dire émotionnellement inaccessible.

Sylvain Missonnier, en s'inspirant des travaux de C. David (1999) sur la *perversion affective*, relève que l'investissement du virtuel peut mener à une « recherche exquise de l'affect

²⁷¹ Tisseron S., p. 27, voir bibliographie, n° 149.

²⁷² C'est Winnicott qui établit la différence entre fétichisme et transitionnalité.

²⁷³ Gaon T., voir bibliographie, n° 55.

²⁷⁴ Mais pourrait s'appliquer à tous les lieux virtuels qui offrent une possibilité de rencontre.

²⁷⁵ Gaon T., op cit.



pour lui-même »²⁷⁶. On pourra alors parler d'un surinvestissement fétiche de l'affect, c'est plus alors l'amour qu'on aime aimer plutôt que l'objet d'amour. Les relations médiatisées par ordinateur sont susceptibles de donner lieu à ce type de relation dans lequel le sujet surinvestit le virtuel au détriment de la réalisation des buts pulsionnels. Le sujet recherche une sorte d'orgasme psychique détaché des besoins physiologiques. S. Missonnier plaide pour une conceptualisation de la ROV (Relation d'Objet Virtuel).

Tisseron évoque également la notion de relation d'objet virtuel. À l'instar de Civin (qui parlait des relations médiatisées par ordinateur), il voit dans les attributs dont nous parons nos avatars autant d'objets partiels faisant de jeux comme *second life* une forme de *fétichisme généralisé*.²⁷⁷

5.5. La dimension dépressive

Michaël Stora voit dans les *Hardcore gamers* des jeunes, *dépressifs en sursis*, qui tentent de se restaurer narcissiquement. « Ces patients sont, entre autres, tyrannisés par un idéal du Moi parental implacable, sans souplesse, et ont besoin de trouver, à l'abri du regard, des objets qu'ils peuvent contrôler dans une toute-puissance. »²⁷⁸ Il relève deux cas de figure à l'origine du sentiment dépressif de l'enfant.

- La triade mère dépressive – bébé – écran de télévision. Le jeune connaît dans son enfance une mère dépressive investissant la télévision comme objet curatif. Le bébé, attentif au regard de la mère voit celui-ci s'illuminer lorsqu'elle regarde l'écran. « Il va donc surinvestir cette image comme seul remède à la dépression maternelle. » Il semblerait que cette configuration puisse amener une attirance plus particulière pour les jeux *off line* dont la narration présente un début, un milieu et une fin.
- La triade mère narcissique – bébé – représentation de soi. Dans ce cas de figure, la mère écrase son enfant d'attentes irréalisables. Celui-ci vit un vif sentiment d'impuissance face aux exigences maternelles.

Il constate également que deux types de familles - pourtant fort opposées en apparence - sont à risques. Celles où l'enfant a tous les choix, peu d'autorité et beaucoup d'attentions portées sur lui et les familles « carencées » où l'enfant est laissé à lui-même et a peut-être connu des violences familiales. Dans les deux cas de figure, l'enfant est devenu un adulte trop tôt et présente des faiblesses narcissiques.

Joyce McDougall nuance la focalisation sur la relation mère-enfant comme unique facteur explicatif. Sans nier que celle-ci est décisive dans les situations d'UPTIC, il ne faut pas oublier le positionnement du père généralement décrit comme décédé ou absent ou encore in-

²⁷⁶ Tisseron S., Missonnier S., Stora M., p. 78, voir bibliographie, n° 153.

²⁷⁷ Tisseron S., p. 171, voir bibliographie, n° 151.

²⁷⁸ Stora M., p. 67, voir bibliographie, n° 141.



consistant, coupable ou incestueux, et même, dans certains cas, lui-même addicté. Raison pour laquelle l'auteur insiste sur *le rôle caché du père dans la conduite addictive*²⁷⁹.

Tisseron explique que la dépendance à Internet est en passe de devenir l'un des symptômes majeurs de la dépression. Il invite également à ne pas culpabiliser les mères dans ce domaine comme dans d'autres. Les perturbations des relations précoces peuvent être liées à de multiples facteurs tout à fait indépendants de la volonté parentale (deuils, éléments transgénérationnels, maltraitance causée par un tiers, etc.).

En réaction au potentiel culpabilisant des travaux qui mettent l'accent sur le rôle des parents dans l'installation d'un UPTIC, Dan Véléa se montre prudent et estime que ce type de discours peut se montrer contre-productif s'il est mal utilisé et/ou diffusé.²⁸⁰

5.6. La dyade numérique et la typologie de S. Tisseron

Nous évoquons la typologie de Tisseron en fin de chapitre dans la mesure où elle synthétise pour une part importante les différents points qui viennent d'être évoqués.

Tisseron parle de *dyade numérique*²⁸¹ (2006) en référence à la « dyade primitive²⁸² » pour évoquer la relation privilégiée qui peut s'établir entre un adolescent et la machine (le PC, les TIC) au détriment des *représentations symboliques*. Cette dyade numérique s'installera lorsque quelque chose s'est mal passé dans les interactions précoces. Si l'histoire du sujet est marquée par l'insécurité, la précarité symbolique, des excitations excessives, insuffisantes ou inadaptées, ou une souffrance narcissique, il pourra être tenté d'utiliser l'ordinateur comme un partenaire d'interactions et de rejouer avec lui ses relations problématiques afin de :

- Rechercher un attachement sécurisé, ici l'écran vient apaiser des angoisses d'abandon.
- Devenir maître des excitations. Il s'agit ici d'adolescents qui, pour différentes raisons (manque de *pare excitation* et *séduction maternelle primaire* excessive, maltraitance, *alexithymie*) cherchent à revivre un état d'excitation intense tout en essayant de maintenir le contrôle de la situation. Les TIC peuvent ainsi être utilisées en véritable « outil de régulation émotionnelle » qui permet tantôt de canaliser l'excès d'excitation ressentie par le corps, tantôt de combler un manque d'excitation qui peut être perçu comme tout aussi angoissant.

²⁷⁹ McDougall J., p. 519, voir bibliographie, n° 109.

²⁸⁰ Conférence du 12 mars 2009 organisée par l'Institut Wallon pour la Santé Mentale: « Cyberdépendances, réalité ou fiction ? » par Dan Véléa avec la participation de Pascale Gustin.

²⁸¹ Tisseron S., p. 213, voir bibliographie, n° 151.

²⁸² Qualifie le couple formé par le nouveau-né et sa mère caractérisé par le fait que la mère et l'enfant sont physiquement séparés, mais psychiquement unis de telle sorte que ce qui affecte l'un touche inévitablement l'autre (cf. le Moi-peau de Didier Anzieu).



- Expérimenter un accordage affectif satisfaisant lorsque ce ne fut pas le cas dans son enfance (cf. la relation en miroir déjà décrite).
- Incarner l'idéal lorsque l'enfant est resté fixé à des formes inadaptées de narcissisme. L'adolescent cultive alors une forme de représentation de lui-même (ou d'autres joueurs) sans rapport avec la réalité.

Constatons que, dans tous les cas, ce sont les enjeux des interactions précoces, c'est-à-dire antérieures à la troisième année, qui se trouvent réactivés.²⁸³

Partant de là, Tisseron définit une typologie associant à certaines formes d'investissement de certains jeux des moments clés du développement humain. En plus de nous éclairer sur la place que peuvent prendre les jeux vidéo, notamment chez les adolescents, cette classification nous montre à quel point il est important de comprendre les motivations d'un jeune qui passe beaucoup de temps devant son écran. Pour cela, il est utile d'avoir un minimum de connaissance des jeux auxquels il s'adonne. Ce qui implique que le thérapeute soit familier de cet univers. Cette typologie permet également de définir plus précisément un travail préventif.

Le type 1

Le type 1 se caractérise par la recherche d'excitation (sorte de remake de la « dyade primitive » et de la « séduction maternelle primaire ») qu'il pourra, par exemple, trouver dans les jeux de type *First Person Shooter (FPS)*. La pratique des jeux vidéo en général et plus particulièrement de certains d'entre eux, plonge le joueur dans un état d'excitation important (état souvent recherché par les adolescents). Tisseron parlera plus spécifiquement d'*énervement*, et ce, même pour les jeux non violents. « Le joueur attend de la machine qu'elle l'excite et l'apaise à la fois, comme si elle était capable d'une disponibilité totale à lui »²⁸⁴. Il fait néanmoins une nuance importante avec l'excitation que peut procurer la consommation d'un psychotrope, c'est que dans un jeu vidéo, le sujet doit *contrôler* pour durer. Le consommateur de jeu n'est pas invité à *s'abandonner* à un état second, mais il est confronté à un état de tension entre excitations et *significations* qui le « scotche » à l'écran. Tisseron fait un parallèle avec la situation du nouveau-né qui découvre le monde : « Le nouveau-né et le joueur sont invités l'un et l'autre à explorer le monde avec leur corps exactement de la même façon. Pour le premier il s'agit de son corps réel, et pour le second, de son corps virtuel, c'est-à-dire de son avatar. Il est impossible de progresser dans un jeu en vision subjective si on n'a pas compris que l'apparition d'un monstre est précédée par un grognement ou un bruit qui indique sa localisation, devant, derrière, à droite ou à gauche. De même, un jeu de simulation de vol oblige à transformer à tout moment le mouvement des images vues sur l'écran en une représentation de son propre corps dans l'espace. Bref, les espaces virtuels confrontent à des excitations multiformes que le joueur est invité à « traduire » en représentation signifiante pour son avatar. C'est en cela que

²⁸³ Tisseron S., op cit.

²⁸⁴ Tisseron S., op cit., p. 215.



le bain d'excitations multiformes dans lequel il s'immerge évoque les premiers mois de la vie, lorsque les voix et les couleurs caressent le bébé, que les sons entrent à l'intérieur de lui et que ses mouvements amènent dans son champ visuel ses mains et ses jambes qu'il ne reconnaît pas pour sien. »²⁸⁵

Les joueurs de type 1 sont les plus menacés par le risque de développer une utilisation problématique des jeux vidéo.

Le type 2

Le type 2 regroupe des joueurs qui aiment tout particulièrement manipuler des aspects d'eux-mêmes et d'autrui, que ce soit en façonnant des espaces et des figurines (construire son personnage et sa maison dans les *Sim's* ou *Second Life*, on peut parler alors de « pâte à modeler numérique »), et/ou en faisant incarner par celles-ci divers aspects de soi. On parle ici de jeux comme *Ages of Empire* (jeu de guerre), *Nintendogs* (jeu dans lequel on il faut prendre soin d'un animal)... Dans ce cas de figure, on peut dire du jeu qu'il a le statut d'objet transitionnel. « Le jeu vidéo offre ainsi à l'enfant des objets privilégiés sur lesquels il peut remettre sur le métier, à l'écart de la vie réelle, les désirs et les angoisses de fusion et de séparation qui l'habitent. »²⁸⁶ Il faut noter, comme nous l'avons déjà souligné plus avant, qu'on ne peut statuer sur la valeur transitionnelle de l'objet qu'a posteriori et sur le long terme. Lorsque la personne n'arrive jamais à passer à autre chose, il n'est plus question d'objet transitionnel, mais plutôt d'objet *fétiche*.

Le type 3

Les encouragements et les renforcements narcissiques sont partie intégrante du fonctionnement des jeux vidéo et de certains sites Internet. Les joueurs de type 3 y sont particulièrement sensibles, ils joueront afin de gagner, d'être les meilleurs sur le jeu. Cette attitude peut être le résultat de failles narcissiques précoces et/ou d'un environnement qui se montre peu gratifiant avec eux. Encore une fois, les jeux vidéo ou Internet ne peuvent ici être décrits comme bons ou mauvais, mais ils peuvent être investis pour alimenter une fuite vers une représentation idéalisée et inaccessible de soi, ou, comme c'est le cas bien plus souvent, permettre une confrontation salutaire avec la réalité (processus naturel à l'adolescence).

Les groupes 2 et 3 courent le risque d'une utilisation problématique proportionnellement à la place que prend pour eux dans le jeu la recherche de sensations exceptionnelles, autrement dit selon leur proximité avec le groupe 1.

Le type 4

Ce type fait référence aux situations décrites par Civin concernant les communications médiatisées par ordinateur. L'espace d'une période, le média vient temporiser la crainte d'une

²⁸⁵ Tisseron S., Missonnier S., Stora M., p. 10, voir bibliographie, n° 153.

²⁸⁶ Tisseron S., Missonnier S., Stora M., op cit., p. 16.



confrontation trop directe et brutale avec la réalité d'autrui. Concernant les adolescents, la révolution pubertaire et l'évolution vers une sexualité adulte est un des enjeux sensibles. A l'heure actuelle, ceux-ci peuvent ressentir une forme d'injonction appelant à la sexualisation de plus en plus rapide des rapports amoureux. La sexualité est omniprésente et crue, notamment dans l'iconographie médiatique. Les clavardages viennent ainsi réintroduire une forme de marivaudage qui semblait avoir disparu. Ceux-ci permettent à l'adolescent de réintroduire des modalités relationnelles et une temporalité moins effrayante. Sachant toujours que celle-ci est censée ne pas s'éterniser... Le type 4 est donc particulièrement intéressé à faire des rencontres, à nouer des liens, qui seront éventuellement prolongées dans la réalité.

Les joueurs de type 4 sont les moins exposés aux risques de développer une consommation problématique. Ils évoluent avec leur groupe de pairs et jouent moins au fur et à mesure qu'ils privilégient les rencontres réelles.

Dans son tout dernier livre, Tisseron reprend sa typologie et la complète avec cinq catégories qui font écho à tout ce qui vient d'être développé. Cinq types de préoccupations poussent les jeunes (et probablement pas qu'eux) à jouer²⁸⁷ :

- Lutter contre ses angoisses d'abandon (il est important pour eux d'avoir un écran ouvert en permanence, voire un avatar qui ne les quitte pas).
- Rechercher des sensations fortes (avec les *First Person Shooter* ou les *jeux de simulation*).
- Manipuler des aspects de soi-même et d'autrui grâce à la « plasticine virtuelle » que constituent, par exemple, les avatars (dans les Sim's, etc.).
- Soigner une estime de soi défaillante (leur acharnement vise à atteindre le plus haut niveau).
- Nouer des liens sous le couvert de l'anonymat.

Les joueurs des catégories 1 et 2 sont les plus exposés aux risques d'une utilisation problématique.

Terminons par Maurice Corcos qui constate l'hétérogénéité des structures pathologiques rencontrées chez les patients addictifs et souligne que celle-ci plaide pour une approche trans-nosographique des sujets à risque dans une démarche de prévention, que ce soit dans une approche phénoménologique descriptive (personnalité impulsive, personnalité évitante/dépendante) ou psychodynamique (personnalité narcissique, limite, névrotique précaire).²⁸⁸

²⁸⁷ Tisseron S., Gravillon I., pp. 114-115, voir bibliographie, n° 152.

²⁸⁸ Corcos M., p. 489, voir bibliographie, n° 37.



6. Jeux vidéo et violence

Préambule

Après avoir envisagé le « trop d'usage » et les caractéristiques « addictives » des TIC, nous allons maintenant nous pencher sur la deuxième inquiétude qu'ils suscitent, à savoir les liens qu'ils peuvent entretenir avec la violence. Il n'est plus ici question de leur capacité à capturer l'utilisateur, mais bien de leur potentiel dépravant ou pervertisseur. Notez l'étrangeté qu'il y a à employer ces concepts surannés, ceux-ci reflètent néanmoins l'intemporalité du débat que nous allons ici développer. Rappelons qu'en leurs temps, la radio, la bande dessinée, la télévision, etc. ont suscité de nombreuses inquiétudes qui sont maintenant, pour la plupart, apaisées.

(1) Devons-nous craindre une confusion de plus en plus grande chez les usagers des TIC entre ce qui est réel et ce qui est virtuel ; (2) et concomitamment, une possible exportation et/ou contamination des comportements et contenus développés dans le virtuel vers le réel ? (3) Ce possible impact est-il augmenté par une exposition de plus en plus précoce des jeunes enfants aux TIC ; quelles en seront les conséquences sur leur devenir en tant qu'adultes ? (4) Les TIC génèrent-elles de nouvelles formes de violence (ex. happy slapping) ?

Notons avant toutes choses le lien subtil, mais réel, entre la question du potentiel addictif de certaines TIC et celle de leurs influences néfastes, en matière de violence, par exemple. En effet, c'est bien parce que l'addiction fait perdre le contrôle et le bon sens qu'un tiers est en devoir d'y mettre bon ordre. Cette supposée propriété addictive renforce la légitimité de légiférer et diagnostiquer à ce sujet, car elle vient remettre en question la clairvoyance du consommateur. Celui-ci a perdu le contrôle de lui-même, parfois sans qu'il en soit conscient, il convient donc de l'aider « malgré lui » et « pour son bien ».

De plus, « l'addiction » de par les nombreuses heures de fréquentation des jeux vidéo violents (pour prendre cet exemple) qu'elle implique constituerait un facteur de risque supplémentaire qui fait dire à Anderson et Dill : « *a reason to expect video games to have a bigger impact than TV or movies involves their addictive nature* »²⁸⁹.

Notons ensuite l'effet connotant de l'assimilation des TIC à des substances addictogènes qui laisse planer une vague, mais tenace odeur de souffre autour de celles-ci. Remarquons d'ailleurs l'emploi fréquent de la locution « être exposé aux jeux violents » comme nous pourrions l'être à l'amiante ou à la radioactivité. Tout en conservant une position neutre, ou au moins prudente, remarquons la quantité importante de travaux de recherche dont les hypothèses de départ sont des instructions « à charge »... Il semble que la rigueur scientifique ait souvent laissé la place au sacro-saint « bon sens » : comment ne pas imaginer que la violence virtuelle n'a pas une influence néfaste sur nos jeunes têtes blondes ? Pourtant,

²⁸⁹ Anderson C. A., Dill K. E., pp. 772-790, voir bibliographie, n° 5.



logique scientifique et bon sens s'inscrivent dans des paradigmes fondamentalement différents. « Un des fondements de l'attitude scientifique est de se baser sur une attitude de doute amenant à remettre en question le bon sens. Entre le savoir scientifique et le savoir profane du bon sens, il y a donc plus qu'une nuance : une différence de nature²⁹⁰. »

De notre côté, nous allons tenter de « raison garder » plutôt que « gros bon sens » appliquer. Il s'agit, et ce n'est pas rien, de conserver à l'esprit l'importance d'envisager le fonctionnement du sujet dans sa globalité et de dépasser, tant que faire se peut, des raisonnements manichéens et linéaires qui sont peu aptes à rendre compte des réalités intrapsychiques, relationnelles et sociales.

6.1. Un hiatus entre question et réponse

Allons-nous faire baisser la violence sociale en réglementant la violence dans les médias ? Telle est la question légitimement posée par les pouvoirs publics²⁹¹. Or, probablement existe-t-il un hiatus entre celle-ci et les questions posées par les recherches censées aider le politique²⁹². Celle-ci se formule généralement de la sorte : si l'on expose des enfants ou des « jeunes » à des scènes de violence fictives et/ou virtuelles, que pouvons-nous observer de leur comportement dans l'heure qui suit ? Autrement dit, indépendamment des résultats de ces recherches, le saut effectué en passant d'une question à l'autre (du laboratoire au social) n'est pas sans interpeller. Certains objecteront que des recherches longitudinales (sur plusieurs années) établissent des corrélations entre le temps durant lequel un sujet (s')est exposé à des contenus violents par média ou TIC interposé et les interactions agressives et violentes dans lesquelles il est impliqué. Mais celles-ci se heurtent à d'irréductibles limites. Comme l'apprennent tous les étudiants qui se frottent un peu aux statistiques, « corrélation n'est pas causalité ». Cette règle fondamentale est particulièrement facile à comprendre dans le cadre de la question qui nous intéresse. Si une corrélation positive est établie entre le temps total passé devant des jeux vidéo violents et l'agressivité d'une personne, il n'est en rien prouvé que ces jeux soient la cause du « tempérament belliqueux » du sujet. Nous pourrions inverser les liens de causalité et imaginer que les « personnalités agressives » sont plus portées à jouer aux jeux violents ou encore qu'un facteur beaucoup plus important, mais non objectivé dans la recherche, intervient (le style parental d'éducation, par exemple).

Alors même que nous sommes en train de rédiger ces lignes (01/10/09), une publication scientifique est relayée par l'ensemble de la presse belge et étrangère. Celle-ci titre : « Les enfants qui mangent trop de bonbons seront des adultes violents ? » (Site de la RTBF), « trop de bonbons enfant = adulte violent ? » (Site de TF1), « Trop de bonbons ? Direction la prison » (le site du Figaro), « L'excès de bonbons peut conduire en prison » (le site du

²⁹⁰ Mincke C., pp. 43-49, voir bibliographie, n° 112.

²⁹¹ Question universelle s'il en est au vu de son déploiement géographique (USA, Chine, Europe, etc.).

²⁹² Voir à ce sujet l'argumentaire développé par le Pr E. Castronova sur son blog, voir bibliographie, n° 28.



Nouvel Obs.), etc. Ces articles font référence à un récent et très sérieux travail mené par des chercheurs de l'université de Cardiff (pays de Galles) et publié dans le non moins sérieux *British Journal of Psychiatry* d'octobre 2009. Plus de 17.415 Britanniques nés en 1970 ont ainsi participé à une étude interdisciplinaire à long terme. Celle-ci a conclu que les enfants de 10 ans qui mangeaient des sucreries de façon quotidienne ont un taux de condamnation pour violences plus élevé entre 29 et 34 ans. Les scientifiques ont observé que parmi les individus violents dans cette tranche d'âge, 69 % avaient mangé des sucreries et des chocolats presque tous les jours dans l'enfance, tandis que chez les adultes non violents, seulement 42 % avaient reçu une dose quotidienne de sucreries. Voici un bel exemple illustrant le lien ambigu entre corrélation et causalité et les raccourcis qui peuvent être faits avec les résultats de tels travaux... « *Notre meilleure explication est que donner aux enfants des sucreries et des chocolats régulièrement pourrait les empêcher d'apprendre à patienter avant d'obtenir ce qu'ils veulent "et les pousser" à un comportement impulsif, étroitement associé à la délinquance* », a indiqué Simon Moore, responsable de l'équipe scientifique. « *Accorder plus de ressources pour l'amélioration de l'alimentation des enfants pourrait avoir un effet bénéfique sur leur santé et réduire l'agressivité* », conclut l'étude²⁹³. Je laisserai chacun méditer sur ces conclusions. Après avoir évoqué à juste titre que le style d'éducation peut avoir une influence sur le devenir de l'enfant, les conclusions portent sur les ressources pour l'amélioration de l'alimentation de ceux-ci... Bref, on fait souvent dire à ce type de recherche ce qu'on a envie de leur faire dire.

Concernant le lien entre violence et TIC, nous verrons que les travaux les plus fiables apportent des réponses qui aident assez peu le décideur impliqué dans l'action publique.

6.2. Des prémices floues, voire fausses

Relevons ensuite la difficulté qu'il y a à objectiver le concept de violence lorsqu'il est étendu au-delà de ce que nous pourrions appeler une violence physique brutale et hors-la-loi. Nous pensons notamment à la notion de *violence morale*, qui a pourtant toute sa pertinence²⁹⁴. « La violence est en effet fondamentalement une construction sociale. Ce qui est qualifié ici et maintenant de « violence » n'était pas forcément « problématisé » par le passé et/ou dans d'autres contextes ou sociétés, mais perçu comme partie intégrante de l'ordre naturel des choses et s'imposait donc comme légitime. »²⁹⁵

Partant de ce constat, à l'instar de Luc Draelants et Didier Frippiat, nous distinguerons quatre types de violences. Les deux premières renvoient à une violence socialement admise : *la violence physique légitime* et *la violence morale légitime* ; et les deux secondes à des formes de violence socialement non admises : *la violence physique illégitime* et *la violence morale illégitime*.

²⁹³ Citation tirée du site TF1.fr

²⁹⁴ Nous pourrions rajouter la *violence symbolique* issue de la sociologie bourdieusienne.

²⁹⁵ Draelants L., Frippiat D., pp. 61-72, voir bibliographie, n° 47.



Ensuite, nous devons constater qu'un des présupposés qui guident la majorité des recherches, réflexions et publications sur la violence à la télévision, dans les jeux vidéo et Internet repose sur l'idée qu'il existe depuis une trentaine d'années une inflation de la violence et principalement de la violence juvénile. « Il semble établi que la jeunesse est plus violente que jamais, des faits de plus en plus graves seraient commis par des jeunes de plus en plus jeunes... Nombre d'exemples dramatiques en constitueraient la preuve. Et les scientifiques apportent leur contribution au triste tableau. Le 30 mars 2009, les journaux titraient en faisant écho aux travaux de chercheurs de l'université de Gand « *vingt psychopathes dans chaque école !* », « *ceux-ci sont extrêmement manipulateurs et ne connaissent ni angoisses, ni autres émotions* ». Comment ne pas s'alarmer en lisant cela ? À moins de savoir qu'il s'agit d'une prévalence normale eu égard à ce type d'étude et qu'il n'y a aucune raison au départ de ces résultats de stigmatiser une catégorie de population en particulier.

Concernant ces *esprits criminels* en développement, le *profiling* va bon train et nous donne quelques *portraits-robots des jeunes tueurs*. Il est tantôt question de banlieusards crapuleux et/ou incendiaires, tantôt de blogueurs humiliés, fascinés par les armes et par les jeux vidéo ultraviolents... Qu'ils soient en bandes ou dans le repli paranoïde, ils sont prêts à exploser d'un moment à l'autre. Ou encore, autre icône contemporaine, le gamin hyperactif et insupportable offert par ses parents à TF1 dans des *confessions intimes* stupéfiantes... »²⁹⁶

Pour nombre de travaux, a priori « sérieux », il s'agit là d'un fait rarement questionné. Pourtant, lorsque l'on prend la peine de se pencher sur les données disponibles, beaucoup de clichés en prennent un coup. Tout d'abord, dans une perspective historique, la violence est en diminution constante²⁹⁷ en Europe depuis le milieu du XVII^e siècle²⁹⁸. Selon l'historien Robert Muchembled, les quelques périodes plus agitées que l'Europe a connues depuis 1650 correspondent à la cooccurrence d'un pic démographique et d'un grippage des processus de transmission intergénérationnels²⁹⁹. Globalement, les pays européens ont su installer une gestion efficace de la violence *illégitime*. Le sociologue allemand Norbert Elias a ainsi parlé de la *pacification des mœurs* dans son travail majeur *sur le processus de civilisation*.

Dans un autre champ de recherche (la criminologie) et une temporalité plus étroite, « La statistique « nouvelle » du parquet de la jeunesse³⁰⁰ » nous montre qu'aucune donnée statistique n'accrédite la thèse d'une augmentation de la délinquance juvénile ou encore de son aggravation en termes de faits commis. Il semblerait qu'on assiste plutôt à un statu quo depuis une vingtaine d'années et que l'extrême majorité des délits perpétrés

²⁹⁶ Minotte P., pp. 4-5, voir bibliographie, n° 113.

²⁹⁷ En dehors de période de guerre.

²⁹⁸ Muchembled R., voir bibliographie, n° 118.

²⁹⁹ Prenons l'exemple de la situation de certaines banlieues françaises qui reflète notamment les difficultés de transmissions entre générations au sein des familles immigrées ; mais aussi la difficulté dans laquelle se trouve la société française à proposer un projet de vie crédible à cette jeunesse.

³⁰⁰ Vanneste C., Goedseels E., Detry I., voir bibliographie, n° 158.



par des mineurs sont de faible gravité³⁰¹. Ces résultats sont en accord avec les études de délinquance autorévélee pratiquées depuis plus de quinze ans dans une trentaine de pays occidentaux³⁰². Rajoutons à cela que la grosse majorité des dossiers ouverts par la justice impliquant des moins de dix-huit ans concernent des mineurs en danger ! Aux États-Unis, la sociologue Karen Sternheimer a mené des recherches à partir des fichiers du FBI et elle constate une baisse de 77 % des meurtres perpétrés par les mineurs dans les 10 ans qui ont suivi la sortie des principaux jeux en trois dimensions hyperréalistes de type *Doom*³⁰³. Autrement dit, s'il existe un problème avec notre jeunesse actuellement, c'est la difficulté dans laquelle nous sommes de leur proposer une image positive d'eux-mêmes et de leur avenir. Le vécu subjectif d'insécurité vient saturer nos représentations et nous empêcher d'assumer notre première responsabilité, donner confiance, crédit et reconnaissance aux adultes en devenir.

Il semblerait néanmoins, sans que nous ne puissions apporter d'éléments objectifs à ce sujet (ce qui ne veut pas dire qu'ils n'existent pas), que certains espaces connaissent une augmentation de la violence au quotidien. Nous pourrions évoquer les « banlieues sensibles », essentiellement en France, dont certaines deviendraient des zones de non-droit. Mais ce n'est pas exactement le sujet de ce chapitre. De son côté, l'école ne connaîtrait pas une explosion de faits divers sanglants, mais plutôt verrait son ambiance se détériorer. Les modalités relationnelles élèves – enseignants tendraient à se modifier. Les « incivilités » : les injures, les menaces, les bousculades seraient plus fréquentes et créeraient dans certaines écoles un climat très inconfortable. À ce sujet, les relations entre élèves ne seraient pas en reste non plus. Bref, rien qui transparaisse nécessairement dans les statistiques criminalistiques, mais l'installation d'une atmosphère insécurisante pour tous.

La violence en question doit probablement s'expliquer de façon multifactorielle. De nombreux travaux se sont penchés sur cette *agitation* dont fait preuve notre jeunesse. La remise en question des figures d'autorité et la modification du rapport à la norme opérées depuis plusieurs décennies ont considérablement fragilisé la position de l'enseignant et de l'institution scolaire. Indépendamment de l'existence des jeux vidéo ou des films violents, les normes sociales et valeurs dominantes contemporaines permettent de comprendre le malaise des salles de cours et des cours de récré. Les jeux vidéo sont, autant dans leur fond que dans leur forme, l'expression de la réappropriation par la dynamique néolibérale (et ce qu'elle implique de mise en concurrence des individus) de quelques slogans qui ont fait date : *il est interdit d'interdire ! Jouir plus ! L'imagination au pouvoir !* Ils sont le fruit d'une dynamique plus générale à laquelle ils participent modestement. Envisager la question du lien entre TIC (jeux vidéo, par exemple) et violence sans tenir compte de l'ensemble plus

³⁰¹ Voir également à ce sujet l'article « L'image faussée de la délinquance juvénile » dans le Soir du 24 mars 2009.

³⁰² Travaux réalisés à l'ULg par Claire Gavray pour la Belgique francophone. Voir à ce sujet l'article « Pourquoi avoir peur des jeunes » dans le Vif du 15 mai 2009.

³⁰³ Tisseron S., Gravillon I., voir bibliographie, n° 152.



vaste dans lequel ils s'inscrivent a fort peu de sens et revient à focaliser abusivement sur une dimension (probablement mineure) du problème.

Nous pourrions d'ailleurs nous poser la question en d'autres termes : comment se fait-il qu'il soit fait autant de place à la violence dans le contenu des programmes et des jeux ? Il nous faut en effet prendre acte du fait que la société dans son ensemble octroie des espaces importants dédiés au déploiement d'images et de scénarii violents.

À ce sujet, évoquer le seul souci mercantile des diffuseurs comme unique explication consiste à mépriser, voire nier, les spectateurs et leur libre arbitre. Notons que certains articles (souvent francophones) montrent un mépris peu dissimulé pour le « téléspectateur », surtout lorsqu'il est consommateur de films violents et de télé-réalité. Ce mépris trace imperceptiblement de nouvelles frontières entre « classes sociales »³⁰⁴... Le regard que chacun porte sur la consommation d'autrui (télévisuelle et vidéoludique, par exemple) et sur son rapport à la violence nous parle en filigrane des relations entre « catégories » sociales et entre générations.

C'est ainsi que, depuis le milieu du 19^e siècle, les craintes sociales se concentrent sur les adolescents des milieux populaires dont les codes de socialisation et d'expression de la virilité impliquent l'usage de la force physique³⁰⁵.

Luc Draelants et Didier Fripiat concluent que l'histoire de la sociologie de la communication nous montre que les angoisses au sujet des effets des nouvelles technologies prennent toujours naissance dans *une inquiétude relative à une perte de pouvoir*, lorsqu'une menace plane sur l'ordre établi. Les craintes concernant les jeunes se développent à chaque fois que se produit *une remise en cause des relations adultes/enfants/adolescents* qui trouve en fait son origine hors des médias³⁰⁶.

Cependant, les enjeux sociologiques de la question n'évacuent pas sa pertinence. Que peut-on dire des effets de la violence scénarisée dans les jeux vidéo ? À ce sujet, deux

³⁰⁴ Internet fait peut-être ici exception tant ses gros succès semblent s'imposer transversalement.

³⁰⁵ « Une ligne de partage culturelle et sociale se dessine vigoureusement. Partisans enthousiastes de la pacification des comportements, les plus civilisés considèrent désormais les autres comme des barbares grossiers et brutaux. Les préjugés nobiliaires de races, définis avec force dès le XVI^e siècle en France, ainsi que le mépris marqué des classes supérieures de l'ère industrielle, par exemple dans l'Angleterre victorienne, pour les ouvriers ivrognes aux mœurs violentes et à la sexualité relâchée, provient de cette division du monde. Peut-être a-t-elle initialement servi à sublimer les vieux réflexes xénophobes constitutifs des communautés locales du passé pour forger les États modernes puis les nations du XIX^e siècle ? Accentuée par les procédures d'éducation des adolescents qui distinguent obstinément une élite en dépit des discours d'égalité contemporains, elle continue à produire sous nos yeux, en France et ailleurs en Europe, une société à deux vitesses. » Muchembled R., p. 442, voir bibliographie, n° 118.

³⁰⁶ Draelants L., Fripiat D., pp. 61-72, voir bibliographie, n° 47.



grandes tendances peuvent être identifiées : certains auteurs souligneront le rôle positif que peut prendre la violence virtualisée dans le cadre de l'économie psychodynamique des sujets ou des sociétés (par exemple, en évoquant l'effet cathartique de ces contenus) là où d'autres insistent sur l'apprentissage (négatif) et l'effet d'imitation qu'ils entraînent. Notons que les tenants du premier courant ont le mérite de « laisser une place » à la violence et à l'agressivité en tant que réalité humaine qu'il serait absurde de vouloir éradiquer ou contrôler lorsqu'elle s'exprime dans le fictif et l'imaginaire. Les tenants du second courant ont pour force de faire valoir l'utilisation de méthodologies de recherche plus en phase avec les paradigmes contemporains.

Avec le recul permis par sa position d'historien, Muchembled se questionne sur la place de la violence dans notre société : « La colonisation de l'imaginaire occidental par les fantasmes cruels ne traduit-elle pas plutôt l'acceptation du tabou de la brutalité meurtrière, ne laissant place qu'à des évocations de l'interdit ? Car la transgression devient impossible, sauf à passer pour une brute animale ou pour un fou. Seules les formes distancées et oniriques s'offrent encore aux grands garçons atteignant l'adolescence. De plus en plus refoulés de l'espace public et étroitement surveillés, ils ne peuvent retrouver qu'en rêve la culture virile juvénile des siècles antérieurs. Mandrin, Cartouche, Jack l'Éventreur et leurs innombrables émules fictifs, colportés par le livre ou l'image, puis, tout au long du XX^e siècle, par la bande dessinée, le cinéma, la chanson, la musique, ne portent-ils pas le souvenir nostalgique de cette violence autrefois banale et largement tolérée par les adultes ? »³⁰⁷

6.3. La confusion entre réel et virtuel est-elle possible ?

Ce qui a propulsé la question de la violence dans les espaces virtuels au-devant des médias, ce sont d'abord des faits divers particulièrement dramatiques dans lesquels les adolescents impliqués étaient, notamment, des usagers des jeux vidéo et/ou de la Toile. Généralement, ceux-ci ont annoncé leurs intentions meurtrières dans des forums ou sur leur blog plusieurs jours à l'avance et ensuite, leurs modalités d'action au moment du passage à l'acte n'étaient pas sans évoquer des jeux de type *shoot them up*, *Beat them all* et *first person shooter*.

Néanmoins, comme le souligne Tisseron³⁰⁸, penser que ces joueurs sont devenus des criminels sous l'influence de leurs jeux favoris est absurde. Ce serait faire peu de cas de leur histoire personnelle marquée généralement par des problèmes d'intégration et le rejet de leurs « camarades » de classe. Notons que les deux adolescents impliqués dans la fusillade de Colombine alternaient les jeux virtuels avec le tir à balles réelles sur des animaux qu'ils allaient chasser le week-end avec leurs parents.

Bref, quel que soit leur courant d'appartenance, les auteurs s'accordent pour ne pas établir un lien « brut de décoffrage » entre contenu des médias et contenu des comportements.

³⁰⁷ Muchembled R., p. 378, voir bibliographie, n° 118.

³⁰⁸ Tisseron S., Gravillon I., voir bibliographie, n° 152.



Dès les premières années de sa vie, le sujet lambda ne confond plus ce qui est de l'ordre du jeu et ce qui ne l'est pas. Comme nous allons le voir dans le chapitre qui suit, les recherches portant sur l'apprentissage et l'imitation des comportements violents ne postulent pas la reproduction automatique et directe de ceux-ci, mais plutôt une modification progressive des cognitions du sujet...

6.4. L'apprentissage de la violence via les jeux vidéo, les recherches cognitivo-comportementales sur la question

Les cognitivo-comportementalistes ne sont pas les seuls à redouter les effets de la violence dans les médias et dans les TIC. Il existe néanmoins, tout comme pour la question de la dépendance, un corpus assez homogène de recherches basées sur des méthodologies et paradigmes identiques. Ces travaux sont essentiellement d'origine anglo-saxonne.

Tout d'abord, bien avant de questionner l'influence des jeux vidéo, ceux-ci ont interrogé l'influence de la télévision sur la jeunesse. Notons à ce stade qu'il y a des différences entre ces deux supports qui ne sont pas sans importance. C'est ainsi que l'interactivité permise par les TIC est un facteur d'aggravation pour les uns et un facteur de protection pour les autres. En effet, certains estiment que le positionnement « à la première personne » et la participation active du joueur rendent l'identification à l'agresseur beaucoup plus directe et favorisent (facilitent) l'apprentissage. D'autres soulignent que cette position active dans laquelle se trouve le joueur est beaucoup moins « violente » pour ce dernier que toutes les images en provenance de la télévision qu'il subit sans possibilité de recours... Ces deux points de vue ne s'opposent pas nécessairement ; le positionnement du joueur et du spectateur est effectivement différent sans qu'il soit possible a priori et dans l'absolu de les « départager ».

Le modèle le plus souvent employé comme base conceptuelle pour faire lien entre la violence des jeux vidéo et les passages à l'acte par les chercheurs cognitivo-comportementalistes est le GAAM (General Affective Aggression Model) d'Anderson C. A. et Bushman (2002)³⁰⁹. Celui-ci distingue les effets de la violence dans les jeux vidéo à court terme et les effets à long terme. Les deux modèles qui en résultent étant, comme nous le verrons, liés entre eux.

Le modèle (figure 2) décrivant les effets à court terme définit deux variables « d'entrées » : la personnalité et la situation (le contexte). Celles-ci influencent l'état interne du sujet. Cet état interne se décline en termes d'affects, de cognitions et d'excitation (paramètres physiologiques). C'est ainsi que les sujets qui ont une « personnalité agressive » vont activer plus rapidement que les autres ces trois dimensions internes en lien avec l'agressivité. Mais aussi, à personnalité égale, le contexte déterminera l'état interne du sujet et en conséquence la réponse comportementale.

³⁰⁹ Anderson C. A., Dill K. E., pp. 772-790, voir bibliographie, n° 5.



Ce modèle postule que, à court terme, jouer à des jeux vidéo violents augmente l'accessibilité des cognitions agressives par des *processus d'amorçage sémantique*, mais aussi celle des affects et des réactions physiologiques en lien avec l'agressivité et les comportements d'agression. Ces trois variables de l'état interne étant liées entre elles de telle sorte que l'une peut amorcer les autres...

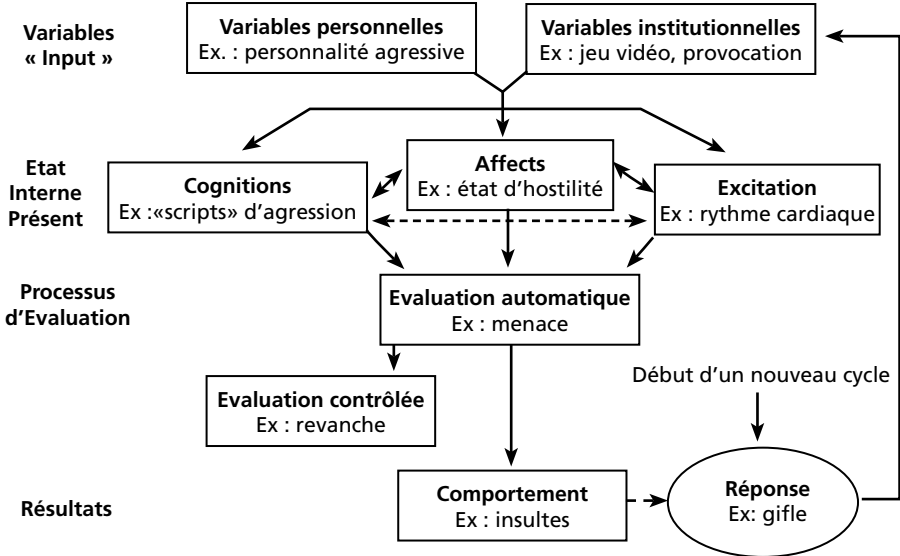


Figure 2 : Single episode General Affective Aggression Model : Short-term effects of video game violence, Anderson C. A. & Bushman (2002).

Au niveau du processus d'évaluation, deux niveaux sont différenciés. Le premier est une réponse automatique et peu réfléchie, le second est une réponse plus réfléchie (réévaluation contrôlée) qui demande un processus cognitif plus élaboré (*la vengeance est un plat qui se mange froid*).

L'effet à long terme des jeux vidéo sur le sujet résulte, selon le modèle suivant (figure 3), de la répétition, de l'apprentissage et du renforcement de « structures de connaissances relatives à l'agression ». Cinq dimensions se trouvent renforcées chez le sujet à chaque « exposition » à un jeu vidéo violent : (1) celui-ci répète des scripts comportementaux agressifs et (2) renforce sa vigilance concernant des ennemis potentiels (*style ou biais d'attribution hostile* qui entraîne un recours fréquent à des solutions agressives en situation de conflit), (3) il renforce également des attitudes, des croyances et des schèmes perceptifs agressifs, et de la même façon augmente l'anticipation de comportements agressifs de la part des autres (4) et développe une évaluation positive à propos de l'usage de comportements violents et estime que les comportements violents sont efficaces et appropriés. (5) Il faut

rajouter à cela une forme de désensibilisation aux situations d'agression (elles se banalisent). Autrement dit, la modification de ces schèmes de connaissances à valence agressive modifie la structure de personnalité du sujet (variables personnelles du modèle à court terme). Celui-ci est plus agressif que ce qu'il n'aurait été s'il n'avait pas joué autant aux jeux vidéo. Cette modification de la personnalité a des répercussions sur la façon dont l'entourage va répondre au sujet, il y a création d'un cercle vicieux.

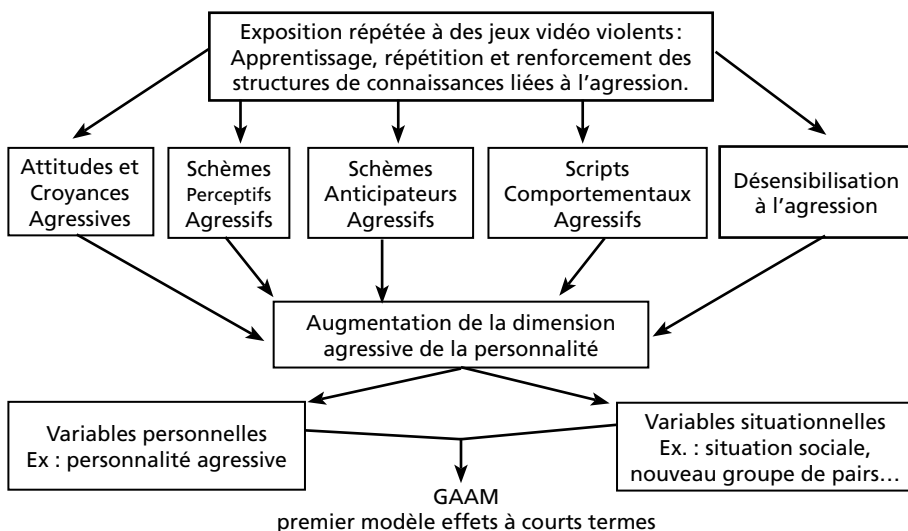


Figure 3 : Multiple episode General Affective Aggression Model (GAAM) : Long-term effects of video game, Anderson C. A. & Bushman (2002).

Notons que la désensibilisation à la violence est un argument central chez ceux qui dénoncent la violence dans les médias. Blasé par le spectacle mortifère que propose la surenchère médiatique, le sujet contemporain verrait ses capacités à l'empathie sérieusement diminuer. Ce phénomène permettrait d'expliquer, par exemple, que certaines agressions se passent maintenant dans l'indifférence générale. Les témoins s'interposeraient de plus en plus rarement³¹⁰...

³¹⁰ Arrêtons-nous quelques secondes sur cet exemple qui sert parfois d'argument. Celui-ci est simplement absurde ! C'est bien parce que le sujet contemporain, dans sa grande majorité, est bien en difficultés pour engager son corps dans une rixe qu'il reste penaud lorsqu'il est en devoir de le faire. Le processus de pacification sociale engagé depuis plusieurs siècles a impliqué de déléguer l'exercice d'une violence légitime à certaines professions. Ce pacte social n'a pu se réaliser qu'en imposant le tabou de la violence physique qui s'est progressivement traduit par une « incompétence » à ce sujet... C'est bien parce que le passant lambda n'a pas l'aptitude à la violence que lui prêtent certains qu'il l'évite (au risque de se mettre sérieusement en porte à faux avec sa conscience morale).



Le GAAM a été testé par ses concepteurs dans deux expériences différentes, l'une sur le court et l'autre sur le long terme. Celles-ci démontrent à leurs yeux la pertinence du modèle. C'est ainsi qu'ils constatent que, en « laboratoire », les étudiants (227 élèves de première année en psychologie dans une université américaine) qui ont joué à des jeux vidéo violents ont des comportements plus agressifs que ceux qui ont joué à des jeux vidéo non violents. De la même façon, dans une seconde expérience, les étudiants qui ont le plus joué à des jeux vidéo violents dans les années qui précèdent le testing sont plus que les autres engagés dans des comportements ou interactions violents. Selon les auteurs, l'impact de la variable « personnalité » (cf. modèle) est important pour l'expérience portant sur l'effet à court terme, plus que pour celle portant sur l'effet à long terme. Ce qui, selon eux, confirmerait l'idée d'un apprentissage sur le long terme qui en influençant l'ensemble des schèmes, scripts, croyances et attitudes (ce que Gentile et coll.³¹¹ appellent le *trait d'hostilité*) tout en désensibilisant, modifierait la personnalité. Bref, quelle que soit la personnalité des joueurs au départ, après quelques années de jeux violents, ceux-ci se retrouveraient à égalité en terme de comportements violents, car littéralement transformés par ceux-ci.

Anderson C. A. et Bushman B. J.³¹². s'appuient également sur une méta-analyse (parmi quelques autres) qui semble montrer que les jeux vidéo violents sont liés à une augmentation des comportements agressifs, des cognitions agressives, des affects agressifs, de l'excitation cardio-vasculaire et de la diminution des comportements d'aide et ce quels que soient le sexe et l'âge du sujet (plus ou moins de 18 ans). Leurs travaux permettraient d'estimer autour de 0.26 la « taille statistique » de l'effet de l'exposition aux jeux vidéo violents sur les comportements de même nature...

Krahé B. et Möller I.³¹³, s'inspirant notamment du modèle d'Anderson, effectuent une recherche sur 231 élèves allemands ($\mu = 13.6$ ans). Celle-ci semble montrer une corrélation significative entre l'attraction pour les jeux vidéo violents et l'acceptation de normes tolérant l'agression physique (et indirectement un *style d'attribution hostile*). Autrement dit, l'acceptation normative de l'agressivité physique augmente proportionnellement à l'exposition à des jeux vidéo violents. Les chercheuses constatent que cette tendance concerne l'expression physique de l'agressivité (rixes entre élèves) et non d'autres formes de comportements agressifs comme les altercations verbales avec les professeurs, par exemple. Elles relèvent enfin qu'une estime de soi « volatile » (instable) est un facteur de personnalité important dans les variables personnelles prédisposantes.

Dans la même mouvance, Funk J.B. et coll.³¹⁴ constatent à travers une étude menée sur 150 élèves de l'école élémentaire ($\mu = 9.99$ ans) aux États-Unis que l'exposition aux jeux vidéo est corrélée à moins d'expression d'empathie et des attitudes « proviolençe » chez les

³¹¹ Gentile A. D., Lynch P. J., Linder J. R. et al., pp. 5-22, voir bibliographie, n° 58.

³¹² Anderson C. A., Bushman B. J., pp. 353-359, voir bibliographie, n° 4.

³¹³ Krahé B., Möller I., pp. 53-69, voir bibliographie, n° 92.

³¹⁴ Funk J. B., Baldacci H. B., Pasold T. et al., pp. 23-39, voir bibliographie, n° 54.



enfants. Les chercheurs relèvent néanmoins, avec plus de prudence que les autres auteurs cités dans ce chapitre, que la question de la relation causale se pose toujours. Sont-ce les enfants qui éprouvent moins d'empathie qui sont plus attirés par les jeux vidéo violents ou ces derniers diminuent-ils l'empathie des enfants ?

Des chercheurs belges³¹⁵ tempèrent les affirmations d'Anderson en expliquant que, au vu de leurs travaux, s'il est vrai que tous les joueurs de jeux vidéo sont exposés à un moment ou un autre à de la violence, seul un haut taux d'exposition aux jeux violents crée une assimilation des « enseignements » de cette violence.

Gentile et coll.³¹⁶ estiment que la violence dans les médias est un facteur de risque, autrement dit, elle ne peut être considérée comme la seule cause de la violence, mais elle peut constituer un des facteurs explicatifs (*additive effect*). Pour ces auteurs, la violence des jeux vidéo impacte principalement les jeunes qui ont un tempérament violent au départ et touche assez peu les autres. Dans la même logique, ils estiment que l'implication des parents dans les habitudes de jeu de leurs enfants est un facteur de protection. En effet, cette dimension est corrélée négativement avec la tendance à se bagarrer, la tendance à se disputer avec les professeurs et positivement avec les résultats scolaires. Et ces auteurs d'admettre qu'ils ne peuvent déterminer si l'implication des parents est efficace par la restriction qu'elle induit dans la consommation vidéoludique des jeunes ou serait liée plus globalement au style parental dans toute sa complexité.

Griffiths et coll.³¹⁷ constatent que les joueurs d'un même jeu en ligne comme *Everquest* avouent plus volontiers être attirés par la dimension violente de ce jeu s'ils sont adolescents. Selon certains auteurs (Kirch – 2003), de par les changements physiologiques et le bouillonnement pulsionnel lié, les adolescents sont les plus susceptibles d'être attirés par le contenu violent des jeux vidéo, mais aussi sont à une période de leur vie où l'exposition à ces contenus peut influencer le plus sur leur développement. C'est ainsi que les premières années de la puberté constituent la période la plus à risques, l'état d'excitation physiologique propre à cette période faciliterait l'attraction et l'apprentissage des cognitions agressives.

D'autres travaux basés sur les mêmes références théoriques viennent affiner, voire nuancer, le propos. Par exemple, une étude réalisée sur 135 adolescents australiens ($\mu = 14.6$ ans) en 2007 suggère que l'agressivité liée aux jeux vidéo serait liée à l'humeur du joueur lorsqu'il joue et à sa prédisposition à l'agressivité. De telle sorte que, après avoir joué à *Quake II* pendant 20 minutes, 77 enfants avaient le même niveau d'agressivité qu'au départ du jeu, 22 étaient plus agressifs après le jeu et 8 ont vu leur agressivité augmenter avant le début du jeu, mais se sont calmés après les 20 minutes de jeu. Les chercheurs ont tenté de corréler ces résultats avec les profils de personnalité de chaque jeune. C'est ainsi que

³¹⁵ Van Mierlo J., Van den Bulck J., pp. 97-111, voir bibliographie, n° 157.

³¹⁶ Gentile A. D., Lynch P. J., Linder J. R. et al., pp. 5-22, voir bibliographie, n° 58.

³¹⁷ Griffiths M. D., Davies M. N. O., Chappell D., pp. 87-96, voir bibliographie, n° 69.



deux groupes de personnalités ont émergé : les jeunes qualifiés de stables correspondant au premier groupe (77) et ceux à la personnalité plus volatile aux deux autres groupes. Devilly G. (2007)³¹⁸, responsable de cette recherche, conclut que toute corrélation entre agressivité et jeux vidéo demeure vague, indéterminée et abstraite.

Nous n'insisterons jamais assez pour dire que le modèle présenté ici est à prendre avec prudence, il n'y a pas de consensus autour de la question de l'influence réelle des jeux et films violents sur les comportements. Nous avons sélectionné les travaux qui précèdent (parmi beaucoup d'autres), car ils rendent bien compte d'un courant de pensée et ils reposent sur le même modèle (GAAM) qui est celui soutenu par des associations psychiatriques comme l'APA³¹⁹. Certains universitaires (comme le Pr Castronova sur le blog *Terra Nova*, particulièrement riche en termes de débat) dénoncent les travaux d'Anderson (et d'autres) comme étant un « véritable manuel d'erreurs et de tromperies » aussi bien au sujet de la transparence des données récoltées et traitées que de l'interprétation faite des résultats³²⁰. Toujours selon ses détracteurs, le GAAM et ce qui s'en inspire constituent une vision étriquée de ce qui construit la violence en positionnant les parents en *victimes secondaires vertueuses*³²¹, les jeux vidéo faisant office de bouc émissaire permettant de ne pas remettre en question la dimension pourtant fondamentale de l'éducation.

C'est ainsi que d'autres études ne confirment absolument pas les résultats d'Anderson. Par exemple, une étude australienne portant sur 1310 personnes, dont 415 jeunes de 12 à 17 ans, réalisée par Durkin et Aisbett (1999), ne démontre aucun effet significatif d'influence négative des jeux vidéo violents sur le comportement dans la vie des joueurs étudiés. Il faut d'ailleurs constater une excellente ambiance dans les groupes de joueurs. Entre eux, la convivialité est de mise et les rapports sont courtois. « Il y a beaucoup de rires et de discussions autour des jeux, et peu d'agressions ouvertes, verbales et physiques, entre joueurs : quand elles se produisent (dans le jeu), elles sont accompagnées de rires qui en modifient la signification³²². »

Rajoutons comme autre pièce « à décharge », la métasynthèse commanditée par l'Administration Clinton en 1999 et présentée par le *Public Health Service* (Satcher, 2001)³²³. Celui-ci conclut à « l'innocuité des jeux vidéo sur le comportement, sauf dans le cas des sujets présentant des comportements sociaux et psychologiques agressifs préexistants... » qui voient alors leur tendance amplifiée par les jeux.

³¹⁸ Courrier International, en ligne le 17 septembre 2009.

³¹⁹ American Psychological Association.

³²⁰ Castronova E., voir bibliographie, n° 29.

³²¹ Castronova E., voir bibliographie, n° 30.

³²² Nachez M., Schmoll P., pp. 5-17, voir bibliographie, n° 119.

³²³ Satcher D., voir bibliographie, n° 134.



6.5. Des éléments de réflexion psychodynamiques

Pourtant, il serait étonnant que la violence contenue dans les jeux vidéo ou les médias reste sans conséquence, le tout étant d'estimer la nature de celle-ci et son ampleur. La recherche dirigée par Tisseron³²⁴ entre 1997 et 2000 en France apporte d'autres éléments d'information. C'est ainsi qu'il constate que les enfants se répartissent en trois groupes à peu près équivalents. Devant des images violentes, (1) certains se mettent à considérer la violence comme un comportement adéquat et s'identifient ainsi à l'agresseur ; (2) d'autres considèrent la violence comme un élément banal et quotidien de leur vie, mais en s'identifiant à la victime (ils sont alors tentés de se replier sur eux-mêmes) ; (3) la troisième catégorie d'enfants intègre elle aussi la violence, mais en s'identifiant aux « sauveurs ». « Ils n'agissent pas la violence contre les plus faibles, ils ne la craignent pas non plus, ils cherchent au contraire à la réduire et à en réparer les méfaits. Ils sont ainsi capables d'éprouver de la compassion, de s'identifier à la souffrance d'autrui et de mettre en place des stratégies de solidarité et d'entraide.³²⁵ » Une des idées fortes défendues par Tisseron est que l'exposition de plus en plus précoce aux médias a tendance à cristalliser trop rapidement les identifications, il s'agit là d'une des raisons qui l'amènent à critiquer avec véhémence les chaînes de télévision adressées aux 0 — 3 ans. Il préconise très concrètement de ne pas dédier des émissions aux enfants de moins de trois ans, d'éviter la pratique des jeux vidéo avant six ans et d'attendre neuf ans avant de laisser son enfant surfer sur Internet accompagné par un adulte.

Ensuite, Tisseron et Stora (parmi d'autres), constatent que l'effet des images violentes sur les enfants est d'autant plus important lorsque ceux-ci sont dans un environnement familial où l'on ne parle pas³²⁶. Les limites posées par les parents ainsi que le langage, le sens, qu'ils vont ou non installer autour des images et des contenus auxquels l'enfant sera confronté tout au long de son développement sont des éléments déterminants. Autrement dit, l'accompagnement et la médiation par les parents de la relation TIC & médias – enfant sont probablement une des clés de voûte de la question qui nous occupe.

Selon Tisseron, c'est dans l'histoire de l'enfant et son contexte de vie que l'on pourra trouver l'explication à la direction qu'auront prise ses identifications. Les enfants « qui penchent » du côté de l'agresseur auront souvent en commun « un monde intérieur dévasté, un passé marqué par des violences vécues qui n'auront pas été digérées »³²⁷ et l'impossibilité de retomber sur leurs pieds suite à ce traumatisme. Enfin, la famille est la dernière condition qui va favoriser ou non un impact négatif des jeux vidéo sur l'enfant. « Ceux qui grandissent dans un milieu familial où les valeurs sont claires et explicites courent peu de dangers.

³²⁴ Tisseron S., voir bibliographie, n° 152.

³²⁵ Tisseron S., p. 99, voir bibliographie, n° 151.

³²⁶ Stora M., voir bibliographie, n° 143.

³²⁷ L'auteur précise qu'il ne faut cependant pas dramatiser, ces expériences peuvent être des faits devenus très banals comme un déménagement brutal suite à un divorce, etc.



... En revanche, ces jeux risquent de troubler davantage les enfants dont les parents sont eux-mêmes marginalisés, exclus du lien social, déculturés et dévalorisés : les « valeurs » proposées par ces jeux risquent alors de rencontrer un terrain d'autant plus facile à occuper que peu de repères fiables et sécurisants y auront été préalablement installés. Mais est-ce ces jeux qu'il faut combattre, ou la situation de ces familles ? J'opte pour la seconde solution !³²⁸ » Au travers des propos de Tisseron, nous retrouvons la notion de *précarité symbolique* telle que décrite par Hugo Freda. Cette précarité, inscrite autant dans la position du sujet que dans le tissu social, se manifeste de façon multiple : instabilité du lien au travail, mal-être, manque de repères causant une impossibilité de se projeter dans l'avenir, situation d'irrégularité par rapport aux exigences administratives, absence de question sur sa situation subjective...³²⁹.

Tisseron insiste néanmoins sur le fait que les conditions qui vont souvent déterminer l'identification d'un enfant aux personnages agressifs ne sont pas suffisantes en elles-mêmes pour expliquer les passages à l'acte, ou encore le fait de devenir un caïd ou un assassin. Encore faut-il qu'il y soit encouragé par son environnement proche et par sa culture.

Enfin, Tisseron distingue deux formes de violence qui différencient les jeux vidéo des contes de fées. Car, en effet, ces derniers ne sont pas exempts de violence, loin de là. Néanmoins, cette violence peut être qualifiée de *symbolique*, car les monstres et les sorcières de ces récits initiatiques sont les figures symboliques d'images que l'enfant porte en lui. Ces histoires tournent autour du conflit œdipien et aident l'enfant à grandir. Les jeux vidéo peuvent porter cette violence symbolique, mais ils sont aussi porteurs d'une violence *narcissique*. « Là, le joueur doit tuer un maximum de créatures qui se ressemblent toutes plus ou moins et n'ont aucune valeur symbolique particulière. Plus le joueur tue et plus il existe³³⁰. » Si la violence s'est ainsi « narcissisée », c'est juste parce qu'elle se fait l'écho d'une narcissisation globale des rapports humains dans une société où, si la mobilité sociale est plus importante, elle se gagne par la mise en valeur de l'individu et par la combativité qu'il peut déployer.

Michael Stora fait partie des psychothérapeutes qui ont développé l'utilisation des jeux vidéo notamment dans le cadre de leur pratique clinique. Il postule donc un impact des jeux vidéo sur le joueur, mais il analyse celui-ci de façon plutôt positive. « ... les jeux vidéo dits « violents » favorisent l'expression de pulsions agressives, qui existent en chacun de nous, de manière socialement acceptable puisqu'elles ne s'exercent pas à l'encontre de personnes réelles. Contrairement à ce qu'on pourrait croire, le plus grand plaisir des joueurs, quand on les observe, n'est pas de « tuer » mais de s'affronter à la machine et de se mesurer entre eux. Marquer des points nécessite d'être persévérant, de se dépasser, de collaborer. En ce sens, le jeu a des vertus psychoéducatives et est un moteur pour avancer. La société qui a des exigences de plus en plus narcissiques peut créer en nous une violence intérieure et des

³²⁸ Tisseron S., p. 101, voir bibliographie, n° 151.

³²⁹ Citation du texte de Maria Sueli PERES (décembre 2008), rédigé en complément de son intervention dans un groupe de travail IWSM sur la précarité et l'intervention clinique en milieu de vie.

³³⁰ Tisseron S., op cit., p. 106.



frustrations liées à l'incapacité à atteindre les objectifs d'efficacité, de beauté, de réussite que la société nous fixe. Canaliser son agressivité par le jeu est sur ce plan une bonne chose³³¹. » Tout en relevant, à l'instar de Tisseron, la dimension narcissique du contexte social et des jeux vidéo, Stora développe une argumentation rassurante par rapport à la violence contenue dans ces jeux. Celle-ci permet l'expression de l'agressivité naturelle du sujet (amplifiée par le contexte social) dans un cadre non dangereux. Virole B. rejoint cette hypothèse lorsqu'il explique qu'on aurait tort de trop insister sur les risques traumatiques des jeux vidéo... « Les jeunes adolescents cherchent surtout à extérioriser leurs angoisses que le jeu va actualiser et finalement dédramatiser.³³² »

Stora constate également que *l'agressivité contextualisée*³³³ contenue dans les jeux vidéo peut jouer un rôle antidépresseur important pour certains joueurs. Il observe que ceux-ci, « dans des moments de baisse de pulsion de vie et d'émergence d'affects à résonance négative », vont pratiquer intensivement des jeux (cf. chapitres précédents) allant permettre au moi de se mettre en colère ; de réactiver les pulsions sadiques anales, tout en étant portés par une narration qui canalise ces pulsions (l'histoire du jeu). « Face à l'effondrement, le sadisme et/ou le masochisme restent du côté des pulsions gardiennes de la vie. »

Notons qu'il y a là une différence entre télévision et jeux vidéo, le second invitant à une forme de « reprise en main » en réponse au premier. L'attrait pour les jeux, voire les passions obsessionnelles qu'ils suscitent parfois, peut traduire un besoin de se venger de la tyrannie des images subies dans l'enfance, qu'il s'agisse des images télévisuelles ou des projections parentales³³⁴.

Rappelons enfin ce sur quoi nous avons déjà insisté dans un chapitre précédent au sujet du lien entre Internet et l'isolement social, à savoir que les joueurs assidus sont généralement impliqués dans un réseau de pairs avec lesquels ils ont des échanges fréquents (notamment dans des rencontres réelles). Cette dimension sociale est d'ailleurs ce qui fait l'attrait majeur de ces jeux et un joueur ne peut espérer y progresser efficacement sans entretenir des collaborations et des échanges d'informations. Nachez et Schmoll³³⁵ constatent que ces rencontres entre partenaires et entre adversaires participent à garantir l'écart entre fiction et réalité. Ils constatent également que ces communautés de joueurs ont un code de bonne conduite, établi indépendamment des règles imposées par le concepteur. Par exemple, les injures racistes ou la tricherie sont sanctionnées par l'exclusion de la communauté. C'est ainsi que la plupart des joueurs, même protégés par leur anonymat, ont à cœur de respecter les règles qu'impose une civilité minimale. « Ces règles de vie entre joueurs et l'exclusion

³³¹ Stora M., pp. 134-135, voir bibliographie, n° 146.

³³² Virole B., voir bibliographie, n° 164.

³³³ Je tue des extraterrestres parce qu'ils vont envahir la terre. Cette contextualisation est déconstruite dans certains jeux (rares, mais qui font du bruit et donc de l'audience) dans lesquels toute notion de « morale » a disparu (ex. *GTA*).

³³⁴ Stora M., pp. 6-13, voir bibliographie, n° 144.

³³⁵ Nachez M., Schmoll P., pp. 5-17, voir bibliographie, n° 119.



des perturbateurs inscrivent ainsi un ordre dans ces univers virtuels qui semblent au départ destinés à l'expression des instincts violents et destructeurs, et donc voués au chaos. Cet ordre est une métaphore vécue de ce qui se passe dans le monde réel : tout autant que dans la réalité, survivre et gagner dans ces mondes virtuels exige des efforts, du résultat au succès. Les transgressions y sont punies comme dans le monde réel. Les joueurs de jeux violents inscrivent leurs conduites dans un cadre marqué par des valeurs qui sont en fait celles du monde réel.³³⁶ »

6.6. Discussion

Il n'existe pas de consensus concernant l'impact de la violence dans les jeux vidéo (et dans les TIC en général) sur les joueurs. « L'étude de la relation entre média et jeunes dure depuis un siècle, mais elle n'a jamais débouché jusqu'à présent sur aucun résultat scientifique majeur, si ce n'est celui de l'absence de résultat.³³⁷ » Ceci est probablement lié au fait que, le phénomène violence, tant à l'échelle de l'individu que de la société, est éminemment complexe et que les jeux vidéo y ont probablement un rôle mineur. Nombreux sont les auteurs qui soulignent le fait que les logiques contenues dans ces jeux ne sont que les reflets des normes contemporaines dominantes. À ce titre, ils participent de façon conformiste à la logique néolibérale marquée notamment par la narcissisation du rapport à soi et la compétitivité dans le rapport aux autres.

Mais il n'y a pas d'effet absolu et universel des pratiques vidéoludiques et de la violence qu'elles peuvent contenir. Chacun, en fonction de son histoire, de son contexte relationnel et familial, des règles et des limites qu'il a reçues et intégrées, etc. en fera quelque chose de singulier, destiné à évoluer avec le temps. Comme nous l'avons vu pour les passions obsessives, ce qui peut aider les uns, va desservir les autres.

L'Institut Wallon pour la Santé Mentale s'est récemment penché sur la question des jeunes présentant de gros problèmes comportementaux et des souffrances psychologiques. Force est de constater que les nombreux professionnels rencontrés à ce sujet, ainsi que la littérature consultée, n'évoquent pas (ou très rarement) les jeux vidéo ou la télévision pour donner sens à la violence et aux passages à l'acte de ces jeunes. Les carences affectives précoces, la maltraitance et les situations traumatiques constituent des facteurs beaucoup plus convaincants pour expliquer la violence qui peut parfois s'installer chez certains sujets.

Quoi qu'il en soit, il semble que les meilleurs facteurs de protection se construisent au sein de la cellule familiale. Les décideurs politiques, les acteurs de la santé mentale, de l'action sociale, de l'éducation, etc. feront probablement œuvre utile en soutenant les parents dans la médiation qu'ils vont pouvoir assurer entre les TIC et leurs enfants. Celle-ci implique de

³³⁶ Nachez M., Schmoll P., op cit., pp. 5-17.

³³⁷ Draelants L., Fripiat D., pp. 61-72, voir bibliographie, n° 47.



pouvoir fixer des limites claires³³⁸ ; les normes PEGI³³⁹ constituent une aide précieuse dans ce sens. Elle implique également qu'une communication entre parent et enfant permette ce que nous pourrions appeler la coconstruction de sens autour de ces usages et de ces contenus. Les questionnements, les émotions, les excitations que l'enfant va rencontrer doivent pouvoir trouver des mots et s'inscrire dans un contexte de signifiants qu'il construira avec ses pairs, mais aussi avec ses parents. Les compétences techniques de l'enfant (parfois supérieures à celles des aînés) ne doivent pas faire oublier son immaturité ni le rôle clé des parents dans son accompagnement psychoaffectif et « moral ».

Les principes simples que nous venons d'énoncer ne concernent pas que la violence des jeux vidéo. Nous pensons par exemple aussi à la question des contenus pornographiques. Ceux-ci ne sont pas récents, mais c'est leur omniprésence dans les médias et conséquemment la saturation qu'ils opèrent sur l'imaginaire collectif qui pose question. « La continuité iconographique de la publicité, du cinéma, de la pornographie et de l'Internet constitue aujourd'hui la matrice de la figuration actuelle du désir, du plaisir, du corps et de la sexualité humaine, bien plus que l'éducation familiale ou scolaire³⁴⁰. » Mais ce sujet devrait faire l'objet d'un autre travail...

De plus, nous ne serions pas complets sans évoquer les pandémies suicidaires et autres prosélytismes anorexigènes attribués à Internet. En effet, il est actuellement possible de trouver sur la Toile des sites faisant la promotion d'un peu tout : la photographie ornithologique, la constitution d'un compost, les téléviseurs à écrans LED ; mais aussi le suicide, l'anorexie, l'automutilation, etc. La crainte que suscitent ceux-ci repose sur des raisonnements relativement identiques à ce que nous venons de décrire pour la violence, par ailleurs présente sous des formes particulièrement perverses à ce niveau. C'est bien le *panurgisme*, ou plus savamment l'*induction allomimétique* qui est ici redoutée.

Cette question est une autre piste de recherche que nous ne pourrions ici saturer en quelques lignes. Nous pouvons cependant, forts des réflexions qui sont apparues tout au long du rapport, soulever quelques points importants. Tout d'abord, la question du suicide et de l'anorexie ne peut se résumer à l'influence d'Internet, très loin de là. Ceux-ci sont le signe de malaises profonds qu'il ne faudrait pas éluder en focalisant abusivement sur les TIC. Il nous semble également que, encore une fois, il y a là quelque chose à comprendre du côté de la recherche de liens et de signes forts d'appartenance. À défaut d'absolus fédérateurs (maintenant que tout est relatif) qui viendraient « faire tuteur » aux plus fragilisés d'entre nous, à défaut d'un lien social et familial solide, ce sont des liens morbides - « mal sibli-

³³⁸ Tout en respectant l'intimité de l'enfant, surtout lorsqu'il devient adolescent. Le dosage en question n'est pas nécessairement facile.

³³⁹ Le système de classification par âge PEGI (Pan-European Game Information, système européen d'information sur les jeux) permet aux parents de toute l'Europe de prendre des décisions éclairées lors de l'achat de jeux vidéo. Celui-ci informe sur la pochette du jeu l'âge minimum requis pour y jouer...

³⁴⁰ Deleu X. (2002), « Le consensus pornographique », Mangot Document.



més », mais qui ne sont pas sans gages - qui inscrivent certains sujets dans des groupes d'appartenance aux identités marginales et fortes. Mais tout ça reste à explorer.

Évoquons finalement le phénomène du « happy slapping » souvent convoqué pour illustrer la déliquescence absolue de la conscience morale de notre jeunesse. Au départ, comme son nom l'indique, cette « pratique » consistait à filmer deux protagonistes volontaires, face à face, s'adressant des claques à tour de rôle. Jusque-là, rien de très intelligent, mais rien de grave non plus. Par extension, le terme désigne maintenant la pratique qui consiste à filmer (généralement avec son téléphone portable) des scènes d'agression et d'humiliation pour ensuite les diffuser via GSM et Internet. Au sujet de ce phénomène, peut-être est-il intéressant de souligner qu'il ne constitue pas stricto sensu l'expression d'une violence « gratuite » et nouvelle dans la mesure où le happy slapping vient actualiser un phénomène intemporel, à savoir l'usage de la force physique pour asseoir sa domination et sa reconnaissance au sein d'un groupe de pairs. Si la dimension sadique est évidemment présente, elle ne constitue pas nécessairement le moteur principal du phénomène. Il s'agit avant tout de se valoriser (de triste façon) et de se positionner aux yeux de ses camarades.

En terme de pistes de travail, ce qui est intéressant ici, ce n'est pas tant (ou pas seulement) la question de la violence, mais aussi l'utilisation qui est maintenant faite de l'image par les nouvelles générations. En effet, ce ne sont pas uniquement les rixes ou les agressions qui sont ainsi filmées, mais tout est prétexte à la mise en scène de soi sur la Toile (en plein ébat amoureux, par exemple). Ce nouveau rapport à l'image et plus particulièrement à l'image de soi, à la scénarisation de son existence, à l'extimité (pour reprendre le néologisme utilisé par Tisseron) sont des phénomènes qui ne sont pas sans conséquence³⁴¹. Les témoignages, recueillis dans le groupe de travail, montrent que l'utilisation de son image et de l'image de l'autre est probablement (quantitativement au moins) la situation d'usage posant problème la plus fréquemment rencontrée, notamment par les écoles...

³⁴¹ La majorité des situations problématiques liées aux TIC rapportées dans le groupe de travail concerne ces questions. Telle jeune fille s'est laissé prendre en photo en petite tenue par son copain. Celui-ci diffuse cette photo à l'ensemble de l'école, etc.



SYNTHÈSE GÉNÉRALE

Ce rapport est composé de deux parties principales : la première vise à *replacer les TIC dans leur contexte socio-historique d'intelligibilité*, et la seconde envisage les liens entre TIC et santé mentale, plus particulièrement à travers deux questions, celle de la dépendance et celle de la violence.

1. Les TIC : essai de contextualisation

Le chapitre de contextualisation se fonde sur l'idée que les TIC, loin d'apparaître comme des éléments extérieurs au social, en constituent une dimension centrale et doivent être pensés comme tels (des *dispositifs socio-techniques*). En plus de remplir les fonctions d'information et de communication comme leur nom le suggère, elles assument également un rôle d'éducation et de divertissement. Le texte propose un historique des TIC, en s'attardant plus particulièrement sur Internet et les jeux vidéo. Quelques indicateurs quantitatifs sont présentés comme, par exemple, le taux de pénétration croissant d'Internet. Actuellement, en Belgique, près de huit résidents sur dix utilisent Internet !

Penser les TIC comme dispositifs socio-techniques nous amène à constater que les évolutions de ces dispositifs ont des répercussions sur les phénomènes sociaux. Notamment sur la question centrale des interactions sociales. Les TIC sont parfois considérées comme porteuses d'une *fragilisation potentielle des liens sociaux, marqués par une fluidité, une fragilité et une fugacité sans précédent*. De plus, ils opèrent une véritable *compression spacio-temporelle* en redessinant les frontières du temps et de l'espace : *la temporalité est désormais marquée du sceau de l'instantanéité et de l'immédiateté, l'espace physique de la suppression des distances à franchir*. C'est ainsi que, par exemple, la présente modernité enjoint l'individu à se montrer disponible et à répondre, sinon dans l'instant, au moins urgemment aux messages qu'il reçoit. Remarquons ensuite la colonisation des espaces virtuels par le réel et vice-versa de telle sorte que les frontières entre le réel et le virtuel doivent maintenant être pensées de manière moins étanches qu'elles ne le sont communément : *la virtualité doit être comprise comme un aspect de la complexification croissante du social*. De plus, notons que si les TIC jouent un rôle majeur dans le processus de socialisation, elles tiennent donc une place non négligeable dans les processus de construction identitaire. À ce sujet, remarquons que les TIC, dans les espaces qui leur sont propres, ouvrent les portes d'un « *constructivisme absolu* » à travers les possibilités qu'elles offrent de scénarisation et de mise en scène de soi (avatars, clavardages, jeux de rôles, etc.). Enfin, l'accent est mis sur *la construction sociale des usages*. En effet, force est de constater qu'une partie des usages faits des TIC s'écartent de ce qui est initialement prévu par leurs concepteurs. Le sujet développe des pratiques qui font sens pour lui : *l'usage est ainsi l'objet d'un processus permanent de construction sociale*.



2. TIC et santé mentale

Nous entamons notre réflexion autour du concept de « cyberdépendance » au départ d'une critique de l'inflation nosologique en matière de psychopathologie. Le « préambule épistémologique » dénonce le fétichisme du diagnostic (*déficitaire*) contemporain et ses possibles effets négatifs. Le concept de « cyberdépendance » et la pléiade de néologismes qui y sont associés ne font pas exception. Nous devons être attentifs, sur cette question, à ne pas passer à côté des véritables enjeux qui concernent l'éducation et/ou de *possibles souffrances muettes*.

Nombre d'auteurs critiquent l'utilisation de la « métaphore drogue » pour qualifier ce que nous avons décidé d'appeler les Usages Problématiques des TIC (UPTIC).

Dès lors que nous décrétons que certains usages sont problématiques, nous pouvons tenter de préciser ce qui est problématique et ce qui ne l'est pas. C'est dans ce cadre que nous passons en revue les principales grilles et outils diagnostiques construits à cet effet (la plupart de ceux-ci sont repris dans l'annexe 1). Remarquons que ceux-ci n'ont pas encore de reconnaissance officielle au niveau international et leur validité psychométrique doit encore être éprouvée.

Le nombre de ces grilles nous laisse penser qu'il n'est pas facile de définir une frontière claire entre ce qui fait problème et ce qui est « normal ». D'autant plus qu'il n'est pas toujours évident de déterminer si l'usage problématique concerne le média (par exemple, Internet) ou le contenu (par exemple, la pornographie ou les jeux de hasard).

Ensuite, nous observons les données épidémiologiques disponibles. Étant donné la difficulté à fixer une définition commune et cohérente de l'UPTIC, il est normal que les travaux sur la question donnent des chiffres fort contrastés. Il semble également que des biais méthodologiques ont amené certaines recherches à surévaluer le nombre de personnes concernées par ces difficultés.

Enfin, nous passons en revue les données sociodémographiques que nous avons pu rencontrer et qui permettent, par exemple, de déterminer des différences statistiques dans les usages chez les hommes et chez les femmes. Si ces dernières ont toujours consommé un peu moins de produits technologiques, il semble que la tendance soit à l'uniformisation...

Le chapitre suivant présente les résultats d'un certain nombre de travaux basés sur une approche statistique. Ceux-ci sont organisés en fonction de grandes thématiques fréquemment associées aux TIC. Ce passage en revue, à l'allure impressionniste, nous permet de mieux comprendre et de pouvoir discuter en connaissance de cause les essais de modélisation. Sans être ici dans la possibilité de rentrer dans les détails, nous pouvons souligner : l'intérêt qu'il peut y avoir à utiliser le terme de passion pour qualifier certains usages (notamment des TIC) ; le lien plus complexe qu'il y paraît entre TIC et isolement social (la grosse majorité



des *hardcores gamers* n'est pas isolée socialement ! ; la comorbidité qui accompagne le plus fréquemment les UPTIC est la dépression, mais elle n'est pas la seule et certaines *caractéristiques structurelles* d'Internet vont participer au renforcement de l'intérêt que nous lui portons. C'est ainsi que nous pouvons estimer que la dynamique de développement et d'expression des comportements est différente en ligne que dans la vie réelle, raison pour laquelle Internet redéfinit la façon dont s'expriment certaines pathologies.

Nous développons ensuite différentes tentatives de modélisation des « passions obsessives » pour les TIC, notamment la plus connue : le modèle de Davis (2001).

La dernière partie de ce chapitre est consacrée aux conséquences des UPTIC dans la vie des individus. Nous concluons, à l'instar de Chou (2005)³⁴², qu'en définitive, la première et seule vraie conséquence directe des UPTIC qui fasse consensus est la perturbation de l'emploi du temps du sujet qui en souffre.

Le chapitre suivant développe les aspects étiologiques des UPTIC au départ du paradigme psychanalytique. Carole Rivière³⁴³ amorce parfaitement la réflexion avec cette proposition : « Nous pouvons dire de l'ordinateur qu'il possède un potentiel puissant de réactivation inconscient des éprouvés de l'expérience de communication, de satisfaction et d'insatisfaction avec l'objet primaire (la mère du nouveau-né) ». Ces propriétés d'Internet (entre autres) qui, quelque part, invitent à la régression, ont amené de nombreux auteurs à effectuer des rapprochements entre les TIC et l'*objet transitionnel* défini par Winnicott.

Mais Michael Civin³⁴⁴, qui analyse finement le paradoxe posé par Internet (outil d'isolement au service de la mise en contact et inversement), relève qu'Internet, pas plus qu'un ours en peluche, n'a une essence transitionnelle a priori. « Ce caractère transitionnel « en puissance » ne s'actualise que sous certaines conditions psychiques de l'utilisateur »³⁴⁵. Le concept de Winnicott peut donc s'avérer utile et puissant pour comprendre certaines situations, mais n'est probablement pas généralisable à toutes les interactions entre une personne et un TIC. Autrement dit, si certaines personnes prises dans un usage problématique d'Internet sont en capacité de mettre à profit ces périodes de leur vie pour évoluer vers autre chose (période transitoire, pour ne pas dire transitionnelle), d'autres ne seront pas en capacité de le faire et verront cette période s'éterniser.

Quoi qu'il en soit, les usages problématiques posent généralement la question du rapport au manque. Autrement dit, la première angoisse contre laquelle nous protégeons les nouvelles technologies c'est celle de l'abandon³⁴⁶.

³⁴² Chou C., Condron L., Belland J. C., pp. 363-388, voir bibliographie, n° 34.

³⁴³ Rivière C., p. 9, voir bibliographie, n° 131.

³⁴⁴ Civin M., voir bibliographie, n° 36.

³⁴⁵ Civin M., op cit., p. 13.

³⁴⁶ Tisseron S., p. 138, voir bibliographie, n° 151.



Mais elles peuvent aussi, à l'adolescence notamment, renvoyer à un désir de distanciation (généralement transitoire) du rapport généralisé au corps ou encore, renvoyer à un vécu dépressif. À ce sujet, Tisseron explique que la dépendance à Internet est en passe de devenir l'un des symptômes majeurs de la dépression. Ce même auteur définit une typologie associant des formes d'investissement de certains jeux à des moments clés du développement humain. Celle-ci constitue finalement un bon « résumé » de ce chapitre.

Enfin, le dernier chapitre propose de questionner l'association souvent évoquée entre TIC et violence. Les prémisses des travaux portant sur cette question sont souvent erronées, notamment en évoquant une recrudescence importante de la violence juvénile ; et leur méthodologie fréquemment critiquée, notamment au sujet des études longitudinales (la prudence est de rigueur dans l'interprétation des études corrélationnelles !).

Nous essayons également de rendre compte des deux principaux courants théoriques qui se sont penchés sur la question : le paradigme cognitivo-comportementaliste, ses recherches et le modèle associé ; et le paradigme psychodynamique.

Nous devons finalement conclure que si le lien entre TIC et violence est souvent évoqué, il fait l'objet de réactions et de publications enflammées, très peu de réponses « objectives » ont pu être apportées à ce sujet jusqu'à présent.

Enfin, nous évoquons en quelques lignes des phénomènes moins importants, mais tout aussi marquants dans l'imaginaire collectif, que sont les « suicides en ligne » (et autres phénomènes de contagion) et le happy slapping.

Cette analyse, confrontée à la relecture d'acteurs du terrain et d'experts, a permis la formulation des recommandations qui suivent...



RECOMMANDATIONS

RECOMMANDATIONS CONCERNANT LES USAGES PROBLÉMATIQUES DES TECHNOLOGIES DE L'INFORMATION ET DE LA COMMUNICATION (T.I.C.)³⁴⁷

CES RECOMMANDATIONS SONT ISSUES DU GROUPE DE TRAVAIL MIS EN PLACE PAR L'INSTITUT WALLON POUR LA SANTÉ MENTALE, ELLES ONT ÉTÉ VALIDÉES PAR LE COMITÉ DE PILOTAGE DE LA RECHERCHE.

1. Les TIC participent activement à une « nouvelle donne sociale », il convient de les appréhender sereinement, sans diabolisation ni stigmatisation.

1.1 S'il est légitime et pertinent de questionner l'impact des T.I.C. et surtout des usages qui en sont faits sur la santé mentale de leurs usagers, nous nous inscrivons à contre-courant de toute forme de diabolisation de celles-ci. Rappelons qu'en leurs temps, la radio, la bande dessinée, la télévision, etc. ont suscité de nombreuses inquiétudes qui sont maintenant pour la plupart apaisées.

2. Les usages (problématiques ou non) des TIC ne sont pas le monopole d'une catégorie sociale (les jeunes!), ils concernent toutes les catégories de population.

2.1 « Les jeunes » sont généralement (et intempestivement) considérés comme une catégorie à risque, le groupe souligne qu'ils ne sont pas les seuls usagers (passionnés ou non), tant s'en faut. Il convient de ne pas alimenter une forme de stigmatisation de cette catégorie de population; d'autant plus que les données scientifiques disponibles invalident l'iconographie contemporaine à ce sujet (par exemple, la généralisation de la figure de l'adolescent rendu violent par la pratique des jeux vidéo...).

3. La priorité doit être donnée aux initiatives permettant l'ouverture d'espaces de dialogue et de construction de sens.

3.1 L'émergence massive dans toutes les sphères de l'existence de ces nouveaux dispositifs techniques impose que nous accompagnions cette (r)évolution d'une mise en débat et de la construction de « sens » autour de ces pratiques: « Science sans conscience n'est que ruine de l'âme » – Rabelais. Cette nécessité traverse aussi bien le monde

³⁴⁷ L'acronyme TIC désigne les techniques utilisées dans le traitement et la transmission des informations et concerne donc essentiellement l'informatique, Internet et les télécommunications.



du travail que les parents, les enseignants, les éducateurs, etc. Parmi les thématiques concernées, nous pensons notamment à la relation à l'autre, à soi et à son corps, ou encore aux modalités de socialisation entre pairs, aux modalités de transmission inter-générationnelle et aux limites qui font parfois défaut, etc.

- 3.2 Un utilisateur de TIC sera d'autant plus en capacité d'en faire un bon usage qu'il aura les mots et les interlocuteurs pour parler de ce qu'il ressent, de ce qu'il vit. Par exemple, un sujet en état d'alexithymie, en difficulté dans son travail d'élaboration symbolique, sera tenté d'utiliser le jeu comme régulateur de ses émotions et de ses excitations. C'est ainsi que certains auteurs ont montré l'intérêt qu'il y a à évoquer avec les enfants et les adolescents ce qu'ils vivent face aux écrans. Il s'agit de pouvoir reconnaître ce qu'ils y font et d'y apporter du sens, penser avec eux des significations et développer un esprit critique et constructif. Cette prise de recul est nécessaire à la digestion de toutes les images et sensations auxquelles nous sommes confrontés constamment.
- 3.3 Les activités de promotion du bien-être et d'éducation aux médias ont un rôle clé à jouer dans ce travail.
- 3.4 Pour amener les parents et les professionnels à parler de ces univers avec les jeunes, il est intéressant qu'ils y soient eux-mêmes familiarisés, ou en tous les cas, qu'ils y voient une source pertinente de dialogue.
- 3.5 De plus, il faut souligner l'intérêt qu'il y a à développer une attitude compréhensive qui tient compte du point de vue de tous et cherche ainsi à comprendre le sens que les usagers des TIC investissent dans leurs pratiques.

4. Le groupe dénonce la tendance contemporaine à pathologiser et médicaliser tout comportement qui s'écarte de la norme et se montre sceptique quant à la pertinence de l'utilisation d'une nouvelle catégorie diagnostique faisant référence à la « cyberdépendance ».

- 4.1 Nous conservons un positionnement critique et prudent par rapport au concept de « cyberdépendance » tel qu'il a été construit ces dix dernières années par certains chercheurs et relayé dans les médias. Nous pensons qu'il est contre-productif en matière de promotion du bien-être et de la santé mentale, comme en terme d'adaptation des dispositifs curatifs, de travailler sur base d'une métaphore qui associe sans discernement les TIC à des drogues. Ce qui ne veut pas dire que nous récusons d'éventuelles filiations étiologiques et/ou symptomatologiques entre certains usages problématiques des TIC et d'autres formes de dépendances comportementales.



5. Nous préférerons à l'expression « cyberdépendances » une alternative moins stigmatisante et moins pathologisante comme l'expression « usages problématiques des TIC ».

- 5.1 L'expression *Usages Problématiques* renvoie avant tout à une souffrance vécue par le sujet et/ou son entourage, sans faire directement référence à une norme sociale ou une pathologie mentale.
- 5.2 Étant donné l'ampleur des réalités couvertes par les TIC et leurs usages, certains usages problématiques pourront se nommer de différentes façons, nous pensons principalement aux expressions *Passion Obsessive et Surinvestissement*.

6. Les usages problématiques des TIC doivent être analysés et suivis dans le cadre du fonctionnement global de l'individu et de son contexte de vie

- 6.1 Les usages problématiques des TIC constituent souvent les manifestations visibles (« symptômes ») d'un mal-être plus profond. En focalisant notre réflexion sur les propriétés « addictives » ou « dépravant » des TIC, nous prendrions le risque de ne pas entendre ce qui fait souffrance pour le sujet et/ou son entourage.
- 6.2 Pour ce faire, le triptyque « TIC – individu – environnement » (inspiré du modèle d'Olivenstein) peut constituer une base de lecture intéressante. De la même façon, le groupe a particulièrement apprécié la description en palier des Usages Problématiques proposée par Jean Garneau qui s'écarte d'un système binaire et manichéen (présence – absence du « syndrome »).
- 6.3 Enfin, nous pensons que l'offre de soins sur les questions d'usages problématiques des TIC ne doit pas devenir le monopole de services spécialisés. Par exemple, les Services de Santé Mentale sont en capacité d'accueillir ce type de demande. Dans ce cadre, pour les professionnels qui le désirent, des modules de « formations - familiarisation » à ces questions pourraient être proposés.



BIBLIOGRAPHIE

1. Aboujaoude E., Lorrin M. K., Gamel N. et al. (2006), « Potential Markers for Problematic Internet Use: a Telephone Survey of 2,513 Adults », *CNS Spectrum*, 11(10), pp. 750-755.
2. Albrecht U., Kirschner N. E., Grüsser S. M. (2007), « Diagnostic Instruments for Behavioural Addiction: an Overview », *GMS Psycho-Social-Medecine*, vol. 4.
3. Allard L. (2005), « Express yourself 2.0! », in Maigret E., Macé E. (dir.), *Penser les médiacultures: nouvelles pratiques et nouvelles approches de la représentation du monde*, Paris, Armand Colin/Institut National de l'Audiovisuel, pp. 145-172.
4. Anderson C. A., Bushman B. J. (2001), « Effects of Violent Games on Aggressive Behavior, Aggressive Cognition, Aggressive Affect, Physiological Arousal, and Prosocial Behavior: a Meta-Analytic Review of the Scientific Literature », *Psychological Science*, 12, pp. 353-359.
5. Anderson C. A., Dill K. E. (2000), « Video Games and Aggressive Thoughts, Feelings, and Behavior in the Laboratory and in Life », *Journal of Personality and Social Psychology*, vol. 78, n° 4, pp. 772-790.
6. Aufrère L. (2008), « Jeu pathologique: une nouvelle pathologie addictive ? », *Les Cahiers de Prospective Jeunesse*, 47, pp. 14-15
7. Augé M. (2009), *Pour une anthropologie de la mobilité*, Paris, Payot & Rivages.
8. Bai Y. M., Lin C. C., Chen J. Y. (2001), « Internet Addiction Disorder Among Client of a Virtual Clinic », *Psychiatric Services*, 52(10), p. 1397.
9. Bajoit G. (2003), *Le Changement social: approche sociologique des sociétés occidentales contemporaines*, Paris, Armand Colin.
10. Balandier G. (2004), *Civilisations et puissance*, Paris, Editions de l'Aube.
11. Balandier G. (2005), *Le Grand dérangement*, Paris, Presses Universitaires de France.
12. Balandier G. (2009), *Le Dépaysement contemporain: l'immédiat et l'essentiel. Entretiens avec Joël Birman et Claudine Haroche*, Paris, Presses Universitaires de France.
13. Balle F. (2009), *Les Médias*, Paris, Presses Universitaires de France, coll. Que sais-je ?, 4^{ème} éd.
14. Bauman Z. (1998), *Globalization: the Human Consequences*, London, Polity Press and Blackwell Publishers Ltd.
15. Bauman Z. (2000), *Liquid Modernity*, Cambridge, Polity.
16. Bauman Z. (2003), *L'Amour liquide: de la fragilité des liens entre les hommes*, Rodez, Le Rouergue-Chambon.
17. Beard K. W. (2005), « Internet Addiction: a Review of Current Assessment Techniques and Potential Assessment Questions », *Cyberpsychology and Behavior*, 8, pp. 7-14.



18. Bernardi S., Pallanti S. (2009), « Internet Addiction : a Descriptive Clinical Study Focusing on Comorbidities and Dissociative Symptoms », *Comprehensive Psychiatry* (article in press).
19. Berry V. (2008), *Les Cadres de l'expérience virtuelle : analyse de l'activité ludique dans les MMO*, mis en ligne le 16 mai 2008 sur l'Observatoire des mondes numériques en sciences humaines (omnsh.org).
20. Bevort E., Bréda I. (2006), *Mediapro : appropriation des nouveaux médias par les jeunes*, Centre de Liaison de l'Enseignement et des Médias d'Information (Clémi).
21. Block J. J. (2008), « Issues for DSM-V: Internet Addiction », *The American Journal of Psychiatry*, 165(3), pp. 306-307.
22. Blondel M.-P. (2004), « Objet transitionnel et autres objets d'addiction », *Revue Française de Psychanalyse*, t. LXVIII, Paris, Presses Universitaires de France.
23. Blum K., Braverman E. R., Holder J. M. et al. (2000), « Reward Deficiency Syndrome : a Biogenetic Model for the Diagnosis and Treatment of Impulsive, Addictive, and Compulsive Behaviors », *Journal of Psychoactive Drugs*, 32, suppl. I-IV, pp. 1-112.
24. Bonny Y. (2004), *Sociologie du temps présent : modernité avancée ou postmodernité ?*, Paris, Armand Colin.
25. Cabin P., Dortier J.-F. (dir.) (2008), *La Communication : état des savoirs*, Auxerre, Sciences humaines.
26. Caplan S. E. (2007), « Relation Among Loneliness, Social Anxiety, and Problematic Internet Use », *Cyberpsychology & Behavior*, vol. 10, n° 2, pp. 234-242.
27. Castells M. (2001), *La Galaxie Internet*, Paris, Fayard.
28. Castronova E., *Media Violence, Aggression, and Policy*, mis en ligne le 25 mai 2009 sur Terra Nova (http://terranova.blogs.com/terra_nova/2009/05/media-violence-aggression-and-policy.html)
29. Castronova E., *Review of Carnagey, Anderson and Bushman*, mis en ligne le 27 juillet 2006 sur Terra Nova (http://terranova.blogs.com/terra_nova/2006/07/review_of_carne.html).
30. Castronova E., *Videogames Do Cause Violence in Kids, Elsevier Says*, mis en ligne le 17 février 2004 sur Terra Nova (http://terranova.blogs.com/terra_nova/2004/02/videogames_do_c.html).
31. Certeau M. de (1980), *L'Invention du quotidien*, tome 1 *Arts de faire*, Paris, UGE.
32. Choi YH (2007), « Advancement of IT and Seriousness of Youth Internet Addiction », in *International Symposium on the Counseling and Treatment of Youth Internet Addiction* (2007), Korea, Seoul, National Youth Commission, p. 20.
33. Chou C. (2001), « Internet Heavy Use and Addiction Among Taiwanese College Students : an Online Interview Study », *Cyberpsychology and Behavior*, 4(5), pp. 573-585.
34. Chou C., Condron L., Belland J. C. (2005), « A Review of the Research on Internet Addiction », *Educational Psychology Review*, vol. 17, n° 4, pp. 363-388.
35. Chou C., Hsiao M. C. (2000), « Internet Addiction, Usage, Gratification, and Pleasure Experience : the the Taiwan College Studens' Case », *Computers & Education*, 35, pp. 65-80.
36. Civin M. (2000), *Psychanalyse du net*, Paris, Hachette.



37. Corcos M. (2004), « Conduites de dépendance à l'adolescence : le circulaire ou les métamorphoses secrètes de l'absence », *Revue Française de Psychanalyse*, tome LXVIII.
38. Craipeau S., Seys B. (2005), « Jeux et Internet : quelques enjeux psychologiques et sociaux », *Psychotropes*, vol. 11.
39. Darmon M. (2006), *La Socialisation*, Paris, Armand Colin.
40. Dassetto F. (1999), *L'Endroit et l'envers : regards sur la société contemporaine*, Bruxelles, Labor.
41. Davis R. A. (2001), « A cognitive-behavioral model of pathological Internet use », *Computers in Human Behavior*, 17, pp. 187-195.
42. Delacroix J. (2005), *Les Wikis : espaces de l'intelligence collective*, Paris, M2 Editions.
43. Desavoye B. (dir.) (2005), *Les Blogs : nouveau média pour tous*, Paris, M2 Editions.
44. Diatkine R. (1987), *Les Fonctions tendant la satisfaction des besoins primaires*, Paris, Gallimard, Encyclopédie de La Pléiade, Psychologie.
45. Douglas A. C., Mills J. E., Niang M. et al. (2008), « Internet Addiction : Meta-Synthesis of Qualitative Research for the Decade 1996-2006 », *Computers in Human Behavior*, n° 24, pp. 3027-3044.
46. Draelants H. (2004), *Bavardages dans les salons du net*, Bruxelles, Labor.
47. Draelants L., Fripiat D. (2006), « Jeux vidéo et questionnement d'un lieu commun médiatique », *Les politiques Sociales*, n° 1 et 2, pp. 61-72
48. Dubet F. (2002), *Le Déclin de l'institution*, Paris, Seuil.
49. Ehrenberg A. (1995), *L'Individu incertain*, Paris, Calman-Lévy.
50. Favresse D., De Smet P. (2008), *Tabac, alcool, drogues et multimédias chez les jeunes en Communauté française de Belgique : résultats de l'enquête HSBC 2006*, Bruxelles, Service d'Information Promotion Education Santé (SIPES), ESP-ULB.
51. Ferraro G., Caci B., D'Amico A. et al. (2007), « Internet Addiction Disorder : An Italian Study », *CyberPsychology & Behavior*, vol. 10, n° 2, pp. 170-175.
52. Ferron B., Duguay C. (2004), « Utilisation d'Internet par les adolescents et phénomène de cyberdépendances », *Revue Québécoise de Psychologie*, 25, pp. 167-180.
53. Fortin T., Mora P., Trémel L. (2005), *Les Jeux vidéo : pratiques, contenus et enjeux sociaux*, Paris, L'Harmattan.
54. Funk J. B., Baldacci H. B., Pasold T. et al. (2004), « Violence Exposure in Real-Life, Video Games, Television, Movies, and the Internet : is there Desensitization? », *Journal of Adolescence*, 27, pp. 23-39.
55. Gaon T. (2007), « Psychopathologie des jeux en ligne », in Missonnier S. (Dir.), *Cliniques des technologies de l'information et de la communication*, Carnet/PSY, hors série.
56. Gaon T. (2008), « Critique de la notion d'addiction au jeu vidéo », *Quaderni*, n° 67, pp. 33-37.
57. Gekiere C. (2008), « La Passion classificatrice en psychiatrie : une maladie contemporaine? », *Ethica Clinica*, n° 51, pp. 39-49.
58. Gentile A. D., Lynch P. J., Linder J. R. et al. (2004), « The Effect of Violent Video Game Habits on Adolescent Hostility, Aggressive Behaviors, and School Performance », *Journal of Adolescence*, 27, pp. 5-22.



59. Genvo S. (2009), *Le Jeu à son ère numérique : comprendre et analyser les jeux vidéo*, Paris, L'Harmattan.
60. Gergen K. (1991), *The Saturated Self : Dilemmas of Identity in Contemporary Life*, New York, Basic Books.
61. Gergen K. (1999), *Le Constructionisme social : une introduction*, Paris, Delachaux et Niestlé, coll. Actualités en sciences sociales.
62. Gergen K. (2005), *Construire la réalité : un nouvel avenir pour la psychothérapie*, Paris, Seuil, coll. La Couleur des idées.
63. Gilly P. (2008), *Zap l'écran, vive la vie ! GSM, télé, ordi : comment les maîtriser ?*, Charleroi, Couleur livres.
64. Golub A., Lingley K. (2008), « Just Like the Qing Empire : Internet Addiction, MMOGs, and Moral Crisis in Contemporary China », *Games and Culture*, vol. 3, n° 1, pp. 59-75.
65. Goodman A. (1990), « Addiction : Definition and Implications », *British Journal of Addiction*, 85, pp. 1403-1408.
66. Greenfield D. N., Ceap L. (1999), « Psychological Characteristics of Compulsive Internet Use : a Preliminary Analysis », *CyberPsychology & Behavior*, vol. 2, n° 5, pp. 403-412.
67. Griffiths M. D. (1998), *Does Internet an Computer "Addiction" Exist ? : Some Case Study Evidence*, International Conference, 25-27 March 1998, Bristol, UK.
68. Griffiths M. D. (1998), « Internet Addiction : Does it Really Exist ? », in Gackenbach J., *Psychology and the Internet : Intrapersonal, Interpersonal and Transpersonal Applications*, New York, Academic Press, pp. 61-75.
69. Griffiths M. D., Davies M. N. O., Chappell D. (2004), « Online Computer Gaming : a Comparison of Adolescent and Adult Gamers », *Journal of Adolescence*, 27, pp. 87-96.
70. Grüsser S. M., Thalemann R., Griffiths M. D. (2007), « Excessive Computer Game Playing : Evidence for Addiction and Aggression ? », *Cyberpsychology and Behavior*, vol. 10, n° 2, pp. 290-292.
71. *Guide pour les utilisateurs d'Internet* (2008), Bruxelles, Service Public Fédéral Economie, PME, Classes moyennes et Energie (Guide rédigé par le Centre de Recherches Informatique et Droit des Facultés Universitaires Notre-Dame de la Paix de Namur, s.l.d. du Pr. Etienne Montero)
72. Guillebaud J.-C. (2001), *Le Principe d'humanité*, Paris, Seuil.
73. Guillot B. (2004), *Jouer en I.M.E. (institut médico-éducatif)*, mis en ligne le 20 avril 2004 sur l'Observatoire des mondes numériques en sciences humaines (omnsh.org).
74. Gustin P. (2006), *Des dinosaures au pays du Net*, Bruxelles, Yapaka, coll. Temps d'arrêt lecture.
75. Hanson B. (2008), « L'Invention des maladies », *Ethica Clinica*, n° 51, pp. 16-19.
76. Hartog F. (2003), *Régimes d'historicité : présentisme et expériences du temps*, Paris, Seuil.
77. Hautefeuille M. (2002), *A qui profite l'addiction ?*, intervention au Congrès de l'ASPST à Metz.
78. Hérault A., Molinier P. (2009), « Les Caractéristiques de la communication sociale via Internet », *Empan*, n° 76, p. 13



79. Internet c'est vous : les nouvelles pratiques de l'Internet social (2008), Bruxelles, Média Animation.
80. Jauréguiberry F. (2002), « Internet comme espace inédit de construction de soi », in Jauréguiberry F., Proulx S. (dir.), *Internet : nouvel espace citoyen ?*, Paris, L'Harmattan, pp. 223-244.
81. Jauréguiberry F. (2008), « De l'usage des technologies de l'information et de la communication comme apprentissage créatif », *Education et Sociétés*, n° 22, pp. 29-42.
82. Javeau C. (1985), *Le Petit murmure et le bruit du monde*, Bruxelles, Les Eperonniers.
83. Javeau C. (2005), *La Bienpensance : thèmes et variations. Critique de la raison cosmétique*, Bruxelles, Labor.
84. Javeau C. (2007), *Les Paradoxes de la postmodernité*, Paris, Presses Universitaires de France.
85. Jee Hyun Ha, Su Yeon Kim, Soojeong C. Bae et al. (2007), « Depression and Internet Addiction in Adolescents », *Psychopathology*, n° 40, pp. 424-430.
86. Les Jeunes et Internet. CRIOC, juin 2008.
87. Jeunes et nouvelles technologies. CRIOC, mai 2006.
88. Kaufmann J.-C. (2004), *L'Invention de soi : une théorie de l'identité*, Paris, Arman Colin.
89. Klein A. (dir.) (2007), *Objectif Blogs ! Explorations dynamiques de la blogosphère*, Paris, L'Harmattan.
90. Kline S., Dyer-Witheford N., De Peuter G. (2003), *Digital Play*, Montréal & Kingston, McGill-Queen's University Press.
91. Ko Chih-Hung, Yen Ju-Yu, Chen Cheng-Chung et al. (2006), « Tridimensional Personality of Adolescents With Internet Addiction and Substance Use Experience », *Can J. Psychiatry*, vol. 51, n° 14, December 2006.
92. Krahé B., Möller I. (2003), « Playing Violent Electronic Games, Hostile Attributional Style, and Aggression-Related Norms in German Adolescents », *Journal of Adolescence*, 27, pp. 53-69.
93. Laplanche J., Pontalis J.-B. (1967), *Vocabulaire de la psychanalyse*, Paris, Presses Universitaires de France.
94. Lardellier P. (2006), *Le Pouce et la souris : enquête sur la culture numérique des ados*, Paris, Fayard.
95. Lardellier P. (2008), « Les Ados pris dans la toile », in Le Breton D. (dir.), *Cultures adolescentes : entre turbulence et construction de soi*, Paris, Autrement, pp. 112-125.
96. Latour B. (2000), « Le Microbe : un acteur social ? Entretien avec Bruno Latour, in Cabin P., Dortier J.-F. (dir.), *La Sociologie : histoire et idées*, Auxerre, Editions Sciences Humaines.
97. Lederrey J., Louati Y., Scariati E. et al. (2007), *Addiction au virtuel : une réalité ? Un aperçu de la cyberdépendance*, Genève, Faculté de Médecine de l'Université de Genève, Immersion en communauté.
98. Lenihan F. (2007), « Computer addiction : a sceptical view », *Advances in Psychiatric Treatment*, vol. 13, pp. 31-33.



99. Li S., Chung T.-M. (2004), « Internet Function and Internet Addictive Behavior », *Computer in Human Behavior*, n° 22, pp. 1067-1071.
100. Lipovetsky G., Serroy J. (2007), *L'Ecran global : culture-médias et cinéma à l'âge hypermoderne*, Paris, Seuil.
101. Livingstone S., Haddon L. (2009), « EU Kids Online : Final Report », LSE, London : EU Kids Online. (EC Safer Internet Plus Programme Deliverable D6.5)
102. Lobet-Maris C., Gallez S. (2007), *Les Pratiques numériques des jeunes, catalyseurs d'une certaine fracture générationnelle*, communication orale au Colloque international « Figures contemporaines de la transmission », Namur, 11 septembre 2007.
103. Longneaux J.-M. (2008), « L'Invention des maladies : éditorial », *Ethica Clinica*, n° 51.
104. Loonis E. (2001), « L'Article d'Aviel Goodman : 10 ans après », *E-Journal of Hedonology*, 002, pp. 13-25.
105. Maigret E. (2007), *Sociologie de la communication et des médias*, Paris, Armand Colin, 2^{ème} éd.
106. Mallein P., Toussaint Y. (1994), « L'Intégration sociale des TIC : une sociologie des usages », *Technologie de l'information et société*, 6-4, pp. 315-335.
107. Mallet D. (2008), « La Maladie : une coconstruction médico-pharmaceutique », *Ethica Clinica*, n° 51, pp. 4-15.
108. Mauco O. (2008), « La Médiatisation des problématiques de la violence et de l'addiction aux jeux vidéo : faits divers, dépendance journalistique et pénurie d'approvisionnement en sources », *Quaderni*, n° 67, pp. 19-31.
109. McDougall J. (2004), « L'Economie psychique de l'addiction », *Revue Française de Psychanalyse*, t. LXVIII.
110. McLuhan M. (1964), *Understanding Media: The Extensions of Man*, New York, McGraw-Hill.
111. Miège B. (2007), *La Société conquise par la communication. III. Les TIC : entre innovation technique et ancrage social*, Grenoble, Presses Universitaires de Grenoble.
112. Mincke C. (2009), « Pouvoir ne pas savoir, savoir ne pas pouvoir : une politique du signal », *La Revue Nouvelle*, 64^{ème} année, n° 7/8, pp. 43-49.
113. Minotte P. (2009), « Le Complexe de Laïos ou lorsque la peur est mauvaise conseillère », *Confluences*, n° 22, pp. 4-5.
114. Mitchell P. (2000), « Internet addiction : genuine diagnosis or not ? », *Lancet*, 355, p. 632.
115. Morahan-Martin J. (2001), « Impact of Internet Abuse for College Students », in Wolfe C. (Ed.), *Learning and Teaching on the World Wide Web*, San Diego, Academic Press, pp. 191-219.
116. Morahan-Martin J. (2005), « Internet Abuse : Addiction ? Disorder ? Symptom ? Explanations ? », *Social Science Computer Review*, vol. 23, n° 1, pp. 39-48.
117. Morahan-Martin J., Schumacher P. (2000), « Incidence and Correlates of Pathological Internet Use Among College Students », *Computers in Human Behavior*, 16, pp. 13-29.
118. Muchembled R. (2008), *Une histoire de la violence*, Paris, Seuil.



119. Nachez M., Schmoll P. (2003), « Violence et sociabilité dans les jeux vidéo en ligne », *Société*, 82/4, pp. 5-17
120. Nichols L. A., Nicki R. (2004), « Development of a Psychometrically Sound Internet Addiction Scale: a Preliminary Step », *Psychology of Addictive Behaviors*, 2, pp. 403-412.
121. Niel X., Roux D. (2008), *Les 100 mots de l'Internet*, Paris, Presses Universitaires de France, coll. Que sais-je ?
122. Niemz K., Griffiths M., Banyard P. (2005), « Prevalence of Pathological Internet Use Among University Student and Correlations With Self-Esteem, the General Health Questionnaire (GHQ), and Disinhibition », *Cyberpsychology and Behavior*, 8, pp. 562-570.
123. Norris P. (2001), *Digital Divide: Civic Engagement, Information Poverty, and the Internet Worldwide*, Cambridge, Cambridge University Press.
124. Octobre S. (2007), « Net-génération : les jeunes et les TIC », *Diversité*, n° 148.
125. Otte M. (2001), *Les Origines de la pensée: archéologie de la conscience*, Sprimont, Mardaga, coll. Psychologie et sciences humaines.
126. Oullion J.-M. (2007), *Mes Enfants sont accros aux jeux vidéo : guide de premiers secours à l'intention des parents déboussolés*, Paris, Les Carnets de l'Info.
127. Polomé P. (2009), *Les Médias sur Internet*, Toulouse, Les Essentiels Milan.
128. Proulx S. (2007), « Penser les usages des TIC aujourd'hui : enjeux, modèles, tendances », in Lardellier P., Ricaud P. (dir.), *Le Réseau pensant: pour comprendre la société numérique*, Dijon, Editions Universitaires de Dijon, pp. 15-27.
129. Proulx S., Latzko-Toth G. (2000), « La Virtualité comme catégorie pour penser le social: l'usage de la notion de communauté virtuelle », *Sociologie et sociétés*, vol. 32 (2), pp. 99-122.
130. Reich W. (1981), « Psychiatric Diagnosis as an Ethical Problem », in Bloch S., Chodoff P. (Eds), *Psychiatric Ethics*, New York, Oxford Universities Press, pp. 61-88.
131. Rivière C. (2006), *Le Lien de dépendance addictive à Internet: une nouvelle forme d'addiction ?*, mis en ligne le 5 octobre 2006 sur l'Observatoire des mondes numériques en sciences humaines (omnsh.org).
132. Rossé E., Codina I. (2009), « Internet: un amplificateur pour les addictions comportementales », *Psychotropes*, vol. 15, n° 1, pp. 77-91.
133. Roussel F.-G., Jeliakova-Roussel M. (2009), *Dans le labyrinthe des réalités: la réalité du réel, au temps du virtuel*, Paris, L'Harmattan.
134. Satcher D. (2001), *Youth Violence: A Report of the Surgeon General, Health and Human Services Dept. (USA)*, en ligne : <http://www.surgeongeneral.gov/library/youthviolence/>
135. Schaeffer J.-M. (1999), *Pourquoi la fiction ?*, Paris, Seuil.
136. Scherer K. (1997), « College Life On-Line: Healthy and Unhealthy Internet Use », *Journal of College Student Development*, 38, pp. 655-665.
137. Séguin-Levesque C., Laliberté M. L. N., Pelletier L. G. et al. (2003), « Harmonious and Obsessive Passion for the Internet: their Associations With the Couple's Relationship », *Journal of Applied Social Psychology*, 33, 1, pp. 197-221.



138. Sergerie M.-A., Lajoie J. (2007), « Internet : usage problématique et usage approprié », *Revue québécoise de psychologie*, 28(2), pp. 149-159.
139. Shih-Ming Li, Teng-Ming Chung (2004), « Internet Function and Internet Addictive Behavior », *Computers in Human Behavior*, 22, 2006, pp. 1067-1071.
140. Spada M. M., Langston B., Nikcevic A. V. et al. (2008), « The Role of Metacognitions in Problematic Internet Use », *Computers in Human Behavior*, 24, pp. 2325-2335.
141. Stora M. (2004), *Addiction au virtuel: le jeu vidéo*, mis en ligne le 18 mars 2004 sur l'Observatoire des mondes numériques en sciences humaines (omnsh.org).
142. Stora M. (2004), *Histoire d'un atelier jeu vidéo: « lco », un compte de fée interactif pour des enfants en manque d'interactions*, mis en ligne le 4 juin 2006 sur l'Observatoire des mondes numériques en sciences humaines (omnsh.org).
143. Stora M. (2004), *La Marche dans l'image: une narration sensorielle*, mis en ligne le 19 février 2004 sur l'Observatoire des mondes numériques en sciences humaines (omnsh.org).
144. Stora M. (2005), « L'Addiction aux jeux vidéo ou comment tenir le monde dans son poing fermé », *Les Cahiers de Prospective Jeunesse*, 47, pp. 6-13.
145. Stora M. (2006), *Attachement aux robots: une histoire d'amour virtuelle*, mis en ligne le 4 juin 2006 sur l'Observatoire des mondes numériques en sciences humaines (omnsh.org).
146. Stora M. (2006), « Jeu vidéo: un nouvel enjeu thérapeutique », in *L'Enfant au risque du virtuel*, Paris, Dunod, pp. 134-135.
147. Strong T. (1995), « Clinical Languages: Clinical Realities », *Human Systems*, 6, pp. 53-64.
148. Tassel I. (2005), *Le Chat au masculin: la quête du narcissisme*, mis en ligne le 13 novembre 2005 sur l'Observatoire des mondes numériques en sciences humaines (omnsh.org).
149. Tisseron S. (2004), « Le Virtuel à l'adolescence », *Adolescence*, n° 47.
150. Tisseron S. (2008), *La Dyade numérique: les interactions précoces à l'épreuve des mondes virtuels*, mis en ligne le 10 avril 2008 sur l'Observatoire des mondes numériques en sciences humaines (omnsh.org).
151. Tisseron S. (2008), *Virtuel, mon amour: penser, aimer, souffrir, à l'ère des nouvelles technologies*, Paris, Albin Michel.
152. Tisseron S., Gravillon I. (2008), *Qui a peur des jeux vidéo?*, Paris, Albin Michel.
153. Tisseron S., Missonnier S., Stora M. (2006), *L'Enfant au risque du virtuel*, Paris, Dunod.
154. Vallerand R. J., Blanchard C. M., Mageau G. A. et al. (2003), « Les Passions de l'âme: On Obsessive and Harmonious Passion », *Journal of Personality and Social Psychology*, 85 (4), pp. 756-767.
155. Valleur M., Matysiak J.-C. (2003), *Les Nouvelles formes d'addiction*, Paris, Flammarion.
156. Valleur M., Véléla D. (2002), « Les Addictions sans drogue(s) », *revue Toxibase*, n° 6, pp. 1-15.



157. Van Mierlo J., Van den Bulck J. (2003), « Benchmarking the cultivation approach to video game effects: a comparison of the correlates of TV viewing and game play », *Journal of Adolescence*, 27, pp. 97-111.
158. Vanneste C., Goedseels E., Detry I., *La Statistique nouvelle des parquets de la jeunesse: regards croisés autour d'une première analyse*, en ligne: <http://nicc.fgov.be/Index.aspx?SGREF=2482>
159. Vaugeois P. (2006), *La Cyberdépendance: fondements et perspectives*, Montréal, Centre québécois de lutte aux dépendances.
160. Véléa D. (2005), « Nouvelles consultations de Marmottan: apports théoriques, expériences cliniques », *Psychotropes*, vol. 11 n° 3-4, pp. 65-84.
161. Véléa D. (2005), *Toxicomanie et conduites addictives*, Paris, Heures de France.
162. Véléa D. (2009), *Cyberdépendances: réalité ou fiction?*, conférence organisée par l'Institut Wallon pour la Santé Mentale le 12 mars 2009.
163. Véléa D., Hautefeuille M. (1998), « La Toxicomanie au WEB: nouvelle « toxicomanie sans drogue » », *Les Cahiers de Prospective Jeunesse*, vol. 3, n° 2.
164. Virole B. (2006), *Du bon usage des jeux vidéo: clinique psychothérapeutique du virtuel*, mis en ligne le 5 octobre 2006 sur l'Observatoire des mondes numériques en sciences humaines (omnsh.org).
165. Virole B. (2007), *L'Addiction aux jeux vidéo: mythe et réalité*, mis en ligne le 29 octobre 2007 sur l'Observatoire des mondes numériques en sciences humaines (omnsh.org).
166. Virole B. (2007), *Shell*, Paris, Hachette.
167. Wan C.-S., Chiou W.-B. C. (2006), « Why Are Adolescents Addicted to Online Gaming? An Interview Study in Taiwan », *Cyberpsychology & Behavior*, vol. 9, n° 6, pp.762-766.
168. Watzlawick P. (1972), « Une logique de la communication », Paris, Le Point.
169. Whang L. S., Lee S., Chang G. (2003), « Internet Over-Users Psychological Profiles: a Behavioral Sampling Analysis on Internet Addiction », *Cyberpsychology and Behavior*, 6(2), pp. 143-150.
170. Winnicott D. W. (1971), « Jeu et réalité », Paris, Gallimard, coll. Folio essais.
171. Yellowlees P. M., Marks S. (2005), « Problematic Internet Use or Internet Addiction? », *Computer in Human Behavior*, 23(2007), pp. 1447-1453.
172. Young K. (1996), « Internet Addiction: the Emergence of a New Clinical Disorder », *CyberPsychology and Behavior*, vol. 1, n° 3, pp. 237-244.
173. Young K. (2004), « Internet Addiction: a New Clinical Phenomenon and its Consequences », *American Behavioral Scientist*, vol. 48, n° 4, pp. 402-415.
174. Young K. (2008), « Internet Sex Addiction: Risk Factors, Stages of Development, and Treatment », *American Behavioral Scientist*, vol. 52, n° 1, pp. 21-37.
175. Young K. S. (1996), *Internet Addiction: the Emergence of a New Clinical Disorder*, Paper presented at the 104th Annual Meeting of the American Psychological Association, Toronto.



A N N E X E

ANNEXE

CRITÈRES ET OUTILS DIAGNOSTICS³⁴⁸

1. Critères du trouble addictif selon Goodman (1990)

- A. Impossibilité de résister aux impulsions à réaliser ce type de comportement.
- B. Sensation croissante de tension précédant immédiatement le début du comportement.
- C. Plaisir ou soulagement pendant sa durée.
- D. Sensation de perte de contrôle pendant le comportement.
- E. Présence d'au moins cinq des neuf critères suivants :
 - 1. Préoccupations fréquentes au sujet du comportement ou de sa préparation ;
 - 2. Intensité et durée des épisodes plus importantes que souhaité à l'origine ;
 - 3. Tentatives répétées pour réduire, contrôler ou abandonner le comportement ;
 - 4. Temps important consacré à préparer les épisodes, à les entreprendre, ou à se remettre de leurs effets ;
 - 5. Survenue fréquente des épisodes lorsque le sujet doit accomplir des obligations professionnelles, scolaires ou universitaires, familiales ou sociales ;
 - 6. Activités sociales, professionnelles ou de loisirs majeurs sacrifiés du fait du comportement ;
 - 7. Persévérance du comportement bien que le sujet sache qu'il cause ou aggrave un problème persistant ou récurrent d'ordre social, financier, psychologique ou physique ;
 - 8. Tolérance marquée : besoin d'augmenter l'intensité et la fréquence pour obtenir l'effet désiré, ou diminution de l'effet procuré par un comportement de même intensité ;
 - 9. Agitation et irritabilité en cas d'impossibilité de s'adonner au comportement.
- F. Certains éléments du syndrome ont duré plus d'un mois ou se sont répétés pendant une période plus longue.

³⁴⁸ Les outils anglophones ont fait l'objet d'une traduction libre de l'auteur.



2. Critères diagnostiques de la dépendance comportementale de Griffiths (1996)

1. La prépondérance (salience) : l'activité particulière devient l'activité la plus importante dans la vie de la personne. Elle domine ses pensées (préoccupations et distorsions cognitives), ses sentiments (par exemple, sentiment de manque) et ses comportements (détérioration des comportements socialisés).
2. La modification de l'humeur : est une conséquence de l'adoption de l'activité et peut être une stratégie de coping (excitation, surexcitation, sentiment d'évasion).
3. La tolérance : la durée de l'activité doit augmenter pour obtenir satisfaction.
4. Les symptômes de sevrage : état de sensations déplaisantes (humeur dépressive, irritabilité) et/ou effets physiques déplaisants (par exemple, tremblements).
5. Les conflits : interpersonnels (entre le dépendant et l'entourage de celui-ci) ou intrapsychiques (entre la volonté de ne pas céder aux tensions causées par la dépendance à l'activité et le besoin psychologique de s'adonner à l'activité).
6. La rechute : la tendance à retourner aux habitudes liées à l'activité après une période d'abstinence ou de contrôle de la dépendance comportementale.

3. Critères diagnostiques de la cyberdépendance selon Young (1996)

Le sujet doit présenter cinq symptômes ou plus parmi les suivants :

1. Préoccupé par l'Internet (par exemple, préoccupation par la remémoration de sessions en ligne passées ou par la prévision de sessions en ligne, à venir).
2. Besoin d'utiliser l'Internet de plus en plus longtemps afin d'être satisfait.
3. Efforts répétés, mais infructueux pour contrôler, réduire ou arrêter l'utilisation d'Internet.
4. Agitation ou irritabilité lors des tentatives de réduction ou d'arrêt de l'utilisation de l'Internet.
5. Demeure en ligne plus longtemps que prévu.
6. Met en danger ou risque de perdre une relation affective importante, un emploi ou des possibilités d'étude ou de carrière à cause de l'Internet.
7. Ment à sa famille, à son thérapeute ou à d'autres pour dissimuler l'ampleur réelle de son utilisation de l'Internet
8. Utilise l'Internet pour échapper aux difficultés ou pour soulager une humeur dysphorique (exemple : des sentiments d'impuissance, de culpabilité, d'anxiété, de dépression).



4. Critères diagnostiques de l'usage problématique d'Internet par Shapira et coll. (2003)

- A. Préoccupation mal adaptée face à l'usage de l'Internet comme indiqué par au moins un des symptômes suivants :
1. Préoccupations face à l'usage de l'Internet qui sont vécues comme irrésistibles.
 2. Usages excessifs de l'Internet pour des périodes de temps plus longues que prévu.
- B. L'usage de l'Internet ou des préoccupations face à son usage causant soit une détresse psychologique cliniquement significative, soit des problèmes dans les sphères sociales, occupationnelles, ou dans d'autres sphères du fonctionnement.
- C. L'usage excessif de l'Internet ne survient pas exclusivement dans des périodes d'hypomanie ou de manie et n'est pas mieux expliqué par d'autres troubles de l'Axe I du DSM-IV-TR.

5. Critères diagnostiques de la cyberdépendance chez les adolescents par Ko et coll. (2005)

- A. Doit présenter six symptômes ou plus parmi les suivants :
1. Préoccupé par l'Internet
 2. Échecs répétés pour résister à l'impulsion d'utiliser l'Internet
 3. Tolérance : augmentation marquée de la durée d'utilisation de l'Internet pour obtenir une satisfaction
 4. Sevrage qui se manifeste par :
 - a. Symptômes d'humeur dysphorique, d'anxiété, d'irritabilité et d'ennui lorsque privé d'Internet;
 - b. utilisation de l'Internet pour calmer ou éviter les symptômes de sevrage.
 5. Usage de l'Internet pour une période de temps plus longue que prévu
 6. Désir persistant et/ou échecs répétés pour cesser ou réduire l'usage d'Internet
 7. Durée excessive du temps passé sur l'Internet
 8. Effort excessif pour obtenir l'accès à l'Internet
 9. Usage excessif d'Internet malgré la connaissance d'un problème physique ou psychologique, persistant et récurrent, pouvant être causé ou exacerbé par l'usage de l'Internet
- B. Difficulté fonctionnelle : un des symptômes suivants (ou plus) doit être présent :
1. Négligence des obligations scolaires ou familiales à cause d'un usage répété de l'Internet
 2. Problème dans les relations sociales
 3. Violation des règlements de l'école ou des lois à cause de l'usage de l'Internet
- C. La cyberdépendance ne doit pas être mieux expliquée par un trouble psychotique ou un trouble bipolaire de type I.



6. Internet Addiction Test (IAT) Young (1998)

Répondez aux questions suivantes en utilisant cette échelle :

1=rarement, 2=occasionnellement, 3=parfois, 4=souvent, 5=toujours

- À quelle fréquence demeurez-vous en ligne plus longtemps que vous ne l'auriez prévu ?
- À quelle fréquence négligez-vous vos travaux domestiques pour passer plus de temps en ligne ?
- À quelle fréquence préférez-vous le divertissement que vous procure l'Internet, à l'intimité avec votre partenaire ?
- À quelle fréquence vous arrive-t-il de créer de nouvelles relations interpersonnelles en étant en ligne ?
- À quelle fréquence vos proches se plaignent-ils du temps que vous passez en ligne ?
- À quelle fréquence négligez-vous vos études ou vos travaux scolaires à cause du temps passé en ligne ?
- À quelle fréquence regardez-vous vos courriels avant de faire d'autres tâches pressantes ?
- À quelle fréquence votre performance au travail ou votre productivité ont été affectées à cause de l'Internet ?
- À quelle fréquence avez-vous été sur la défensive ou offusqué si quelqu'un vous demandait ce que vous faites en ligne ?
- À quelle fréquence oubliez-vous vos problèmes personnels en focalisant votre attention sur l'Internet ?
- À quelle fréquence avez-vous anticipé de vous retrouver encore en ligne ?
- À quelle fréquence avez-vous pensé que la vie sans Internet serait ennuyante, vide et sans joie ?
- À quelle fréquence vous êtes-vous mis en colère si quelqu'un vous dérangeait lorsque vous étiez en ligne ?
- À quelle fréquence avez-vous manqué de sommeil parce que vous étiez resté en ligne trop tard le soir ?
- À quelle fréquence avez-vous pensé à Internet ou souhaité être en ligne, quand vous n'étiez pas en ligne ?
- À quelle fréquence, lorsque vous étiez en ligne, vous êtes-vous dit à vous-mêmes : « juste quelques minutes encore » ?
- À quelle fréquence avez-vous tenté sans succès de diminuer votre temps d'utilisation de l'Internet ?
- À quelle fréquence avez-vous tenté de dissimuler le temps que vous passez en ligne ?
- À quelle fréquence avez-vous choisi d'être en ligne plutôt que de sortir avec d'autres personnes ?
- À quelle fréquence vous êtes-vous senti déprimé, triste ou nerveux si vous n'étiez pas en ligne et que votre humeur revenait à la normale si vous retourniez en ligne ?



7. Internet Stress Scale ou Test d'Orman (2001)

Comptez le nombre de réponses positives :

1. Passez-vous plus de temps connecté sur Internet que vous l'auriez pensé initialement ?
 2. Regrettez-vous de devoir limiter votre temps passé sur l'Internet ?
 3. Des amis ou des membres de votre famille se plaignent-ils du temps que vous passez sur Internet ?
 4. Trouvez-vous difficile de ne pas être connecté pendant plusieurs jours ?
 5. Votre rendement, la qualité de votre travail professionnel ou vos relations personnelles en ont-ils souffert ?
 6. Y a-t-il des zones d'Internet, des sites particuliers, que vous avez difficile d'éviter ?
 7. Avez-vous du mal à contrôler l'impulsion d'acheter des produits voire des services à partir d'Internet ?
 8. Avez-vous essayé, sans succès, d'écourter l'usage d'Internet ?
 9. Déviez-vous beaucoup de vos champs d'action et de satisfaction à cause de l'Internet ?
- De 1 à 3 réponses positives, il y a une légère tendance à devenir « addictif Internet ».
 - Entre 4 et 6 réponses positives, il y a un risque de développer cette addiction.
 - Entre 7 et 9 réponses positives, il y a une forte tendance à devenir dépendant.



8. Generalized Problematic Internet Use Scale (GPIUS) – Caplan (2002)

Indiquez votre niveau d'accord ou de désaccord avec l'énoncé, sur une échelle allant de 1 (fortement en désaccord) à 5 (fortement en accord) :

- J'utilise l'Internet pour discuter avec les autres, quand je me sens seul.
- Je recherche des personnes en ligne, quand je me sens seul.
- J'utilise l'Internet pour me sentir mieux, quand je me sens triste.
- Je vais en ligne pour me sentir mieux, quand je suis déprimé.
- Je suis mieux traité en ligne que dans des relations face à face.
- Je me sens plus en sécurité en ligne qu'en face à face.
- J'ai plus confiance en moi pour socialiser en ligne plutôt qu'en face à face.
- Je suis plus avec l'ordinateur qu'avec les gens.
- Je suis mieux traité en ligne que dans la réalité.
- J'ai des problèmes au travail/à l'école, à cause de l'Internet
- J'ai été absent de l'école ou du travail parce que j'étais en ligne.
- Je me sens sans valeur hors ligne, mais je suis quelqu'un en ligne.
- J'ai manqué des événements sociaux, car j'étais en ligne.
- J'ai essayé sans succès de contrôler mon utilisation de l'Internet.
- Je suis incapable de réduire mon temps en ligne.
- Je me sens coupable à cause de mon temps en ligne.
- J'ai essayé d'arrêter l'Internet pour une longue période de temps.
- Je perds la notion du temps en ligne.
- J'utilise l'Internet pour plus longtemps que je ne l'avais prévu.
- Je passe beaucoup de temps en ligne.
- Je passe plus de temps en ligne que je ne l'avais prévu.
- Je suis préoccupé par l'Internet si je ne peux me connecter pendant un certain temps.
- Ça me manque d'être en ligne si je ne peux pas aller sur l'Internet.
- Quand je suis hors ligne, je voudrais savoir ce qui se passe sur l'Internet.
- Je me sens perdu si je ne peux être en ligne.
- Je suis préoccupé par ce qui m'attend en ligne.
- Je ne me préoccupe pas de mon apparence lorsque je socialise en ligne.
- Je ne me préoccupe pas de m'impliquer dans une relation lorsque je socialise en ligne.
- J'ai le contrôle sur la façon dont les autres me perçoivent en ligne.



9. Internet Addiction Scale (IAS) – Nichols et Nicki (2004)

Indiquez le niveau avec lequel chacun des énoncés s'applique à vous, en encerclant le nombre qui reflète le mieux l'intensité de votre réponse. L'utilisation d'Internet fait référence à tout ce que vous faites en ligne (chat, courriel, exploration d'Internet, jeux, cybersexe, cyberpornographie, groupe de discussion, utilisation en réseau, recherche, etc.)

1 = *jamais*; 2 = *rarement*; 3 = *parfois*; 4 = *fréquemment*; 5 = *toujours*

- Quand j'essaie de diminuer ou d'arrêter d'utiliser l'Internet, l'irritation que je ressens s'estompe lorsque je retourne sur l'Internet.
- Maintenant, quand j'utilise l'Internet, je ne me sens pas aussi bien que j'en avais l'habitude auparavant.
- J'ai utilisé l'Internet plus longtemps que j'en avais l'intention.
- J'aimerais passer moins de temps sur l'Internet.
- Parfois, je tente de dissimuler le temps que j'ai été sur l'Internet.
- J'ai abandonné un loisir afin d'avoir plus de temps à consacrer à l'Internet.
- Mes études ou mon travail ont souffert à cause de mon temps passé sur l'Internet.
- Je me suis dit à moi-même « encore quelques minutes sur l'Internet ».
- J'ai manqué de sommeil à cause de mon utilisation d'Internet.
- Je vois mes amis moins souvent à cause du temps que je passe sur l'Internet.
- J'ai le sentiment que la vie sans l'Internet serait ennuyante et vide.
- J'ai négligé des choses qui sont importantes et que je dois faire.
- Je trouve que j'ai besoin d'utiliser plus l'Internet pour obtenir la même satisfaction qu'avant.
- Plus je passe de temps sans être sur l'Internet, plus je deviens irritable.
- Quand j'utilise l'Internet, je vis une expérience agréable (i.e., un sentiment de bien-être).
- J'ai manqué l'école ou le travail afin d'avoir plus de temps pour l'Internet.
- L'Internet a eu un effet négatif sur ma vie.
- Lorsque je suis sur l'Internet, j'ai l'intention d'y rester pour un bon bout de temps.
- J'ai essayé de passer moins de temps sur l'Internet, mais j'en ai été incapable.
- Après avoir utilisé l'Internet tard le soir, je me lève plus tard le matin à cause de cela.
- Je me retrouve à faire plus de choses sur l'Internet que j'en avais l'intention.
- J'utilise l'Internet afin de m'évader de la réalité.
- Je me surprends à penser/désirer me retrouver à nouveau sur l'Internet.
- J'aime le plaisir/l'excitation d'être sur l'Internet.
- Je me sens affligé quand je ne peux pas passer autant de temps que d'habitude sur l'Internet.
- J'ai essayé sans succès de restreindre mon utilisation d'Internet.
- Depuis que j'ai commencé à utiliser l'Internet, j'ai remarqué l'augmentation de mon utilisation et non de ma satisfaction.
- J'ai accédé à plus d'informations sur l'Internet que je ne l'avais prévu.
- J'ai un désir persistant de diminuer ou de contrôler mon utilisation d'Internet.
- Lorsque je me sens seul, j'utilise l'Internet pour parler avec les autres.
- J'utilise tellement l'Internet que je dois rattraper le temps ainsi perdu.



10. Internet Addiction, signes et symptômes (Véléá, 1998)

1. Avez-vous observé un déclin dans votre vie sociale ?
2. Passez-vous plus d'heures que d'habitude devant votre terminal Internet ?
3. Passez-vous sans compter des heures et des heures sur Internet ?
4. Vous arrive-t-il de vous trouver en conversation dans les IRC à des heures matinales ?
5. Vous privez-vous de sommeil (moins de 5 heures par nuit en moyenne), pour passer le maximum de temps en connexion ?
6. Négligez-vous des activités importantes – familiales ou sociales, travail ou état de santé – pour passer des heures entières sur Internet ?
7. Une personne très proche vous fait-elle une remarque sur l'utilisation démesurée de l'Internet : votre chef, un ami proche, une compagne... ?
8. Pensez-vous constamment au Web, même quand vous n'êtes pas on-line ?
9. Vous dites-vous souvent qu'il faut débrancher votre modem, sans être capable de réaliser cet acte ?
10. Vous dites-vous souvent que vous allez passer un temps limité en connexion, pour constater quelques heures plus tard que vous êtes toujours on-line ?

11. Problem Video Game Playing (PVP) - Tejeiro Salguero et Bersabé Moran (2002)

- Lorsque je ne joue pas aux jeux vidéo, je continue à y penser (c.-à-d. à me remémorer des parties, à planifier la prochaine partie, etc.).
- Je passe de plus en plus de temps à jouer aux jeux vidéo.
- J'ai essayé de contrôler, de diminuer ou d'arrêter de jouer, ou généralement je joue plus longtemps que je ne l'avais planifié.
- Lorsque je ne peux pas jouer aux jeux vidéo, je deviens de mauvaise humeur, irritable.
- Lorsque je ne me sens pas bien (nerveux, triste ou en colère), ou lorsque j'ai des problèmes, j'utilise plus souvent les jeux vidéo.
- Lorsque je perds une partie ou lorsque je n'atteins pas les résultats escomptés, j'ai besoin de jouer plus pour atteindre mon but.
- Parfois, je cache aux autres, tels mes parents, mes amis, mes professeurs, que je joue aux jeux vidéo.
- Afin de jouer aux jeux vidéo, je me suis absenté de l'école ou du travail, ou j'ai menti, ou j'ai volé, ou je me suis querellé ou battu avec quelqu'un.
- À cause des jeux vidéo, j'ai négligé mes obligations professionnelles ou scolaires, ou j'ai sauté un repas, ou je me suis couché tard, ou j'ai passé moins de temps avec mes amis et ma famille.



TABLE DES MATIÈRES

Préface	3
Introduction	5
Partie I - Les TIC : essai de contextualisation	7
1. Objet	8
2. Les TIC : information, communication...mais aussi éducation et, surtout, divertissement	9
3. Du langage parlé aux TIC : évolution des médias	11
4. Internet	14
4.1. Définition et origines	14
4.2. La première génération d'applications d'Internet	15
4.3. L'Internet de deuxième génération : le Web 2.0	16
4.4. L'Internet mobile	19
5. Les jeux vidéo	20
5.1. De la distribution dans les lieux publics à la domestication des jeux vidéo : la naissance de la console	20
5.2. Evolutions technologique et culturelle : la rivalité de deux grands éditeurs de jeux vidéo	21
5.3. Des années 1990 à aujourd'hui	22
5.4. Le jeu de rôle en ligne massivement multijoueur	23
6. Indicateurs quantitatifs	25
6.1. Taux de pénétration d'Internet	25
6.2. Les adolescents et Internet	26
7. Transformations socio-techniques et incidences en matière d'interaction sociale	29
7.1. La compression spatio-temporelle	29
7.2. « Réalisation » du virtuel et « virtualisation » du réel	31
8. De la construction de soi à l'heure d'Internet	34
9. Au-delà du déterminisme technologique : la construction sociale des usages	36
Partie II - TIC et santé mentale	39
1. Cyberdépendance : préambule épistémologique	40
1.1. Le concept de « cyberdépendance »	42
1.2. Critique de la métaphore addictive	45
2. Usages problématiques et usages appropriés des TIC	48
2.1. Les grilles diagnostiques	49
2.2. Usages problématiques : synthèse	55
3. Epidémiologie	58
3.1. La prévalence des « passions obsessionnelles » pour Internet et les jeux vidéo dans la littérature internationale	58
3.2. Que savons-nous concernant la Belgique ?	62
3.3. UPTIC et catégories sociodémographiques	64
4. Approche statistique et essais de modélisation	68
4.1. Internet et les jeux vidéo comme passion	68
4.2. Internet, jeux vidéo et isolement social	70
4.3. Les comorbidités	72
4.4. Caractéristiques d'Internet favorisant un usage massif	73
4.5. Différents modèles explicatifs des passions obsessionnelles	75
4.6. Les modèles neurobiologiques	80
4.7. Les conséquences négatives des usages problématiques	82



5. Étiologie (approche psychodynamique)	84
Introduction	84
5.1. L'objet transitionnel	85
5.2. Les relations médiatisées par TIC : paradoxe et ambivalence	88
5.3. Le rapport au manque, l'angoisse d'abandon	90
5.4. L'évitement du corps génitalisé	92
5.5. La dimension dépressive	93
5.6. La dyade numérique et la typologie de S. Tisseron	94
6. Jeux vidéo et violence	98
Préambule	98
6.1. Un hiatus entre question et réponse	99
6.2. Des prémices floues, voire fausses	100
6.3. La confusion entre réel et virtuel est-elle possible ?	104
6.4. L'apprentissage de la violence via les jeux vidéo, les recherches cognitivo-comportementales sur la question	105
6.5. Des éléments de réflexion psychodynamiques	111
6.6. Discussion	114
Synthèse générale	117
1. Les TIC : essai de contextualisation	117
2. TIC et santé mentale	118
Recommandations	121
Bibliographie	125
Annexe : critères et outils diagnostiques	135