



# IFAC

CHU de Nantes

Institut  
Fédératif des  
**Addictions  
Comportementales**



## **ARTICLE D'AVRIL 2026 - Addiction aux jeux vidéo : vouloir devenir joueur professionnel augmente-t-il le risque ?**

Les jeux vidéo en compétition attirent de plus en plus de jeunes qui rêvent d'en faire leur métier. Mais cette ambition augmente-t-elle vraiment le risque d'addiction aux jeux vidéo ?

### **Pourquoi avoir fait cette recherche ?**

Les esports (jeux vidéo en compétition) connaissent une croissance rapide et attirent de plus en plus de jeunes qui envisagent d'en faire une carrière. Cette professionnalisation s'accompagne d'un investissement important en temps et en énergie, ce qui soulève des inquiétudes concernant le risque de développer un trouble du jeu vidéo. Pourtant, on sait encore peu de choses sur les jeunes qui souhaitent devenir des joueurs professionnels et sur les facteurs qui influencent ce risque.

### **Quel est le but de cette recherche ?**

Les auteurs ont cherché à comparer l'évolution du trouble du jeu vidéo sur un an chez deux groupes de jeunes joueurs : ceux qui souhaitent devenir professionnels et ceux qui jouent sans objectif de carrière. L'étude cherchait également à identifier les facteurs associés à ce trouble.

### **Comment les chercheurs ont-ils fait pour répondre à cet objectif ?**

Ils ont mis en place une étude longitudinale sur un an auprès de 219 joueurs d'esports âgés de 15 à 25 ans vivant au Québec (Canada). Les participants ont été recrutés dans divers endroits où se pratiquent les esports (lycées et universités proposant des programmes, des tournois ou des événements) et par le biais d'annonces sur les réseaux sociaux (groupes Facebook et Discord consacrés aux esports). Les participants ont été répartis en deux groupes, les joueurs souhaitant devenir professionnels (n=111) et les joueurs souhaitant rester amateurs (n=108). Ils

ont évalué la présence du trouble du jeu vidéo chez tous les participants à deux moments, au début de l'étude et à un an, et l'association à plusieurs facteurs tels que le temps de jeu, les motivations à jouer (évasion, compétition), les conséquences négatives, la satisfaction de vie, le bien-être, l'estime de soi et la situation professionnelle. Pour cela, ils ont réalisé des analyses statistiques permettant de suivre l'évolution du trouble du jeu vidéo et d'identifier ces facteurs explicatifs.

## Quels sont les principaux résultats à retenir ?

Tout d'abord, le niveau de trouble du jeu vidéo diminuait légèrement sur un an de façon similaire dans les deux groupes. On retrouvait également que vouloir devenir joueur professionnel n'expliquait pas à lui seul le risque de trouble. Les joueurs aspirant à une carrière jouaient plus longtemps et étaient davantage motivés par la compétition et l'évasion. Les facteurs les plus associés au trouble étaient : le temps de jeu élevé, les conséquences négatives du jeu (sur la vie sociale, scolaire ou la santé) et le fait de jouer pour fuir ses problèmes (motif d'évasion). Enfin, une meilleure satisfaction de vie était liée à une évolution plus favorable du trouble.

## Les points clés à retenir

- Vouloir devenir joueur professionnel n'est pas en soi un facteur déterminant de l'addiction.
- Ce sont surtout les habitudes de jeu (temps, motivations) et leurs conséquences qui comptent.
- Jouer pour fuir ses difficultés est un signal de risque important.
- La prévention doit cibler les pratiques de jeu et le bien-être, plutôt que les ambitions professionnelles seules.

## Plus d'informations sur cette recherche :

**F. Laberge, M. Dufour, M. Goyette, A. Morvannou, F. Berrigan, A. Bonneville-Roussy**

*Determinants of gaming disorder among aspiring professional esports players: a prospective study; Addictive Behaviors, 19 mars 2026*

[» Lien](#)