



ARTICLE DE FEVRIER 2023 - Les causes des troubles du jeu vidéo

L'autonomie, la valorisation des compétences et le sentiment d'appartenance à un groupe social augmenteraient le sentiment d'avoir une vie avec du sens et la notion de responsabilité, qui pourraient protéger d'une pratique excessive des jeux vidéo en ligne.

Pourquoi avoir fait cette recherche ?

Le jeu vidéo est pratiqué comme un loisir récréatif par la plupart des joueurs. Néanmoins, certaines personnes deviennent dépendantes, avec de lourdes conséquences sur leur santé mentale. L'OMS (Organisation mondiale de la santé) a même récemment reconnu le trouble du jeu vidéo comme une maladie à part entière.

Pour mettre en place des prises en charge efficaces, il est impératif de comprendre le phénomène et surtout d'identifier ses causes. En comprenant pourquoi les troubles du jeu apparaissent, il devient possible de mettre en place des recherches plus ciblées pour trouver des moyens thérapeutiques adaptés.

Quel est le but de cette recherche ?

Le but de cette recherche est de proposer un aperçu complet des différents facteurs qui influencent la survenue de troubles liés au jeu vidéo : les facteurs liés au jeu en lui-même, les facteurs individuels et les facteurs environnementaux. L'objectif est de fournir un panorama complet des recherches réalisées à ce jour.

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

Les chercheurs se sont basés sur la littérature scientifique récente, et en ont ressorti et discuté précisément les facteurs qui entrent en compte dans le trouble du jeu vidéo.

Tout d'abord, les jeux sont conçus pour garder les joueurs actifs le plus longtemps possible. Pour cela, des mécanismes psychologiques sont utilisés pour favoriser l'engagement sur le long terme et certaines caractéristiques des jeux stimulent l'implication des joueurs : mécanismes compensatoires, création d'avatars qui compensent les insatisfactions du monde réel, interactions sociales virtuelles, achat possible de « loot box » (ou coffre à butin) et de skins virtuels... Ces caractéristiques et les techniques de monétisation mises en place favorisent le jeu problématique.

Des facteurs individuels influencent également la dépendance au jeu. Les jeunes hommes sont plus touchés que les femmes : outre le fait que les hommes montrent de façon habituelle plus d'intérêt pour les jeux vidéo que les femmes, ils réagissent aussi davantage à l'esprit de compétition et à l'état de manque. D'éventuelles influences du niveau d'éducation, d'emploi, de situation matrimoniale et de revenus n'ont cependant pas été démontrées. Parmi les traits de personnalité, le névrosisme, l'impulsivité et le narcissisme impactent la tendance à jouer aux jeux vidéo, tout comme certaines vulnérabilités individuelles (dépression, anxiété, hyperactivité/déficit de l'attention, manque d'estime de soi, faibles compétences sociales...) et certains facteurs de motivation (volonté d'évasion, envie de réussite, appartenance à une équipe).

Enfin, des facteurs environnementaux jouent également un rôle prépondérant : les relations familiales, l'école, le travail et l'environnement culturel. Il est démontré que la qualité des relations familiales, le manque de ressources, l'absence de surveillance, l'intégration sociale à l'école, les relations avec des pairs, les inégalités

économiques exercent une influence marquée. Il faut noter qu'au niveau culturel, il existe des différences selon les pays, mais elles sont dues essentiellement aux actions politiques menées pour lutter contre l'addiction au jeu vidéo. À l'inverse, l'impact de l'e-sport est important dans les pays qui le promeuvent particulièrement.

Quels sont les principaux résultats à retenir ?

Face à la pluralité des causes du trouble du jeu vidéo, la prévention et la prise en charge du trouble du jeu vidéo doit également reposer sur des acteurs multiples (par exemple, des soignants, des éducateurs, des chercheurs, des thérapeutes, des décideurs).

Des études supplémentaires sont nécessaires pour comprendre les interactions entre les différents facteurs d'influence du trouble du jeu vidéo. Il est probable que certains profils associant plusieurs facteurs soient davantage exposés au jeu excessif. En comprenant les mécanismes d'association des différentes causes (individuelles, culturelles ou structurelles), des prises en charge mieux adaptées pourront ainsi être proposées.

Les points-clés à retenir

- Les troubles du jeu sont influencés par une association de trois facteurs : les caractéristiques du jeu, des facteurs individuels et des facteurs environnementaux.
- Ils nécessitent une prévention et une action multiprofessionnelle.
- Des recherches sur les profils des joueurs dépendants sont nécessaires.

Pour en savoir plus sur cette recherche

Király O, Koncz P, Griffiths MD, Demetrovics Z

Gaming disorder: A summary of its characteristics and aetiology

Comprehensive Psychiatry. Avril 2023; volume 122.

» [Consulter l'article](#)

<https://ifac-addictions.chu-nantes.fr/larticle-du-mois>