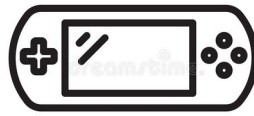


# L'addiction aux jeux vidéo

L'addiction aux jeux vidéo se caractérise par un besoin irrésistible et obsessionnel de jouer excessivement aux jeux vidéo. C'est une « dépendance » ou « accoutumance ».

## CONSEQUENCES

- résultats scolaire en baisse dû au manque de sommeil et de concentration en classe
- isolement, dépression
- conflits (familiaux ou amicaux)
- agressivité, irritabilité
- Le joueur peut négliger son alimentation, car il est obnubilé par le jeu.



## EFFETS POSITIFS :

- développer des capacités cognitives
- capacité d'attention de de concentration
- améliorer la mémoire
- compréhension et respect des règles du jeu

L'addiction concerne plusieurs tranches d'âges :

- 10/14 ans (95 %)
- 15/18 ans (92 %)
- 19/24 ans (91 %)

## COMMENT S'EN SORTIR ?

En cas d'addiction, il y aura la possibilité de prise en charge du joueur « addict » :

- un test d'addiction peut être réalisé pour estimer son importance.
- Le service d'addictologie pourra proposer une prise en charge médicale et psychothérapeutique

SOS JOEURS :

0969395512

Service  
d'addiction :

330240847620

## PREVENTION :

- Contrôler et limiter le temps de jeu
- contrôler les limitations d'âge des jeux vidéo, la norme PEGI (Pan European Game Information) 2.0
- Proposer des pictogrammes numérotés apposés sur tous les jeux
- Installer les consoles de jeux dans un lieu plus familial comme le salon pour éviter l'isolement.
- Utilisation de logiciel de contrôle parental
- Privilégier le dialogue avec l'enfant.