

Jeu Video : Bonjour je m'appelle JerryG et je suis Cyberdépendant

Jeux Vidéo

Posté par : JerryG

Publié le : 10/3/2008 8:00:00

C'est un peu ce que l'on pourrait entendre très prochainement dans les Associations d'aide aux dépendances numériques à l'instar de celle des Alcooliques Anonymes, montrant du doigt pour développer chez nos chères têtes blondes une violence insidieuse, ou une non distinction de la vie virtuelle face à la vie réelle, voici que **le jeu vidéo est une source d'addiction** comme le Tabac, la Drogue et le Sexe, qui **pousse à la violence et au suicide en cas de manque.**

Il n'est pas rare de lire dans la presse virtuelle les méfaits du jeu vidéo, de nombreux acteurs comme **Hillary Clinton, Jack Thomson, Famille de France** et bien d'autres encore, luttent contre le jeu vidéo violent et/ou caractéristique explicitement sexuel (**GTA, Seconde-Life, etc.**) et bien le jeu vidéo possède aussi son côté obscur et pernicieux, la dépendance des joueurs à s'enfermer dans leur monde virtuel, connu sous le nom des "**No-Life**"



À

A l'hôpital Marmont de Paris et dans bien d'autres aussi, une vingtaine de joueurs de 18 à 25 ans et accros aux jeux vidéo reçoivent des soins adaptés à leur pathologie, tout comme les malades qui souffrent de tuberculose ou du paludisme, mais ici on soigne surtout le mental et tout comme le tabac ou la drogue, il faut passer par une période de sevrage, on arrête pas du jour au lendemain sur un coup de tête ou sous la pression de son milieu familial..

Si Windows reste la plate-forme du multimédia par excellence, les autres systèmes d'exploitation en vigueur comme Mac OS/X et les distributions Linux ont aussi leur communauté de joueurs, car le jeu en ligne (**c'est surtout lui qui est visé ici**) s'affranchit de l'OS.

À

Alors pour prévenir d'un tel risque, c'est à dire de voir sombrer **nos chères têtes blondes et les autres dans la dépendance aux jeux vidéo**, autant prendre quelques précautions pour éviter le pire, le suicide ou l'anorexie/boulimie numérique qui guette chacun d'entre-nous.

Il n'y a pas de règles formelles et bien établies qui montrent réellement une addiction aux jeux vidéo, mais des comportements susceptibles qui font que certains d'entre-nous sont de véritables accros à leur jeu et sans surveillance de l'entourage, il y a des risques, alors autant en

prendre connaissance.

Tenez, prenez le cas de l'arrivée d'une nouvelle technologie sur le marché, la sortie de la PS 2 de Sony a déclenché des émeutes en l'an de grâce 2.000, plus récemment la sortie de l'iPhone de Apple a eu le même effet, comment des individus en arrivent à retourner à l'âge de pierre en se battant pour être le premier à posséder le dernier gadget Next-Gen à la mode et bien parce que ce sont des "malades" des accros, etc.

On peut jouer aux jeux vidéo sans pour autant sombrer dans la dépendance, il n'y a pas de normalité de durée pour désigner un accro et puis tout un chacun a droit aussi à ses excès, mais à petites doses, même si vous jouez 10 ou 12 heures par jour à votre jeu vidéo préféré, il n'y a pas de danger, mais cela reste inquiétant si cet état perdure et si le jeu vidéo devient la principale et seule occupation de l'investissement de l'individu, au détriment de sa vie scolaire, sociale, affective, etc.

Tous les joueurs de jeux vidéo ne sont pas des cyberdopendants et à ce jour aucune étude n'a quantifié le nombre de joueurs adiques, mais d'après les consultations chez les médecins on peut alors estimer que la population des accros avoisine **5 à 10 %** de la communauté des joueurs qui nécessitent des soins adaptés.



Chez les accros, les purs et durs, [on note des troubles psychologiques](#), comme un appauvrissement de la vie sociale, affective et intellectuelle, qui ont aussi des incidences sur la vie physique, comme la perte de poids, car le temps manque pour s'alimenter, le besoin d'aller plus loin dans l'aventure ou de renforcer les compétences de son personnage, évincent l'envie de prendre le temps de se nourrir.

Si le joueur laisse de son côté son hygiène quotidienne, ne se lave plus, ne se rase plus et que ce simple élément de bonne condition de vie devient alors une corvée, là il y a danger. Les éditeurs de jeux vidéo avertissent les joueurs sur les crises d'épilepsie, mais on se rassurera cela ne concerne que quelques joueurs plus sensibles et réceptifs.

Bien sûr on ne devient pas accro aux jeux vidéo à la naissance ou par hasard, mais plutôt pour contrer un mal-être de vivre, le jeu vidéo devient alors un refuge, on fuit les relations avec les autres pour s'enfermer dans son propre monde, où l'on devient tout puissant et sous le couvert d'un avatar, prendre une autre personnalité, notre côté obscur dans lequel on se permettra de faire des choses que nous nous interdisons de faire dans la vraie vie.

D'après certains observateurs, les jeux vidéo en ligne et notamment les jeux de rôles (**World Of Warcraft, etc.**) et notamment ceux ayant attiré à l'univers persistant ont un impact sur le joueur, ces jeux étant sans fin et en perpétuel mouvement, le fait d'ignorer ce qui se passe pour son personnage quand on éteint le PC devient alors obsessionnel, c'est l'effet "**Tamagochi**", contrairement aux jeux vidéo du genre FPS, ceux-ci restent moins envahissants, puisqu'ils sont programmés avec une fin et que la répétition des actions finit par lasser, quoique Conter-Strike !

Le côté le plus pervers de l'addiction aux jeux vidéo réside dans le fait qu'il s'apparente aux similitudes des drogues, tabac, alcool, stupéfiant, etc. c'est le même cercle vicieux de la recherche du plaisir et l'isolement de l'individu.

Dans les MMORPG, on cherche à aller toujours plus loin, toujours plus en avant, on cherche à se surpasser et à devenir une star mondiale sur le réseau du jeu proprement dit, d'abord convivial, la pratique solitaire devient vite le moteur existentiel, un peu à la manière d'un drogue, l'addiction devenant alors la seule source de bien-être



À

Bien sûr on dira que socialement les joueurs en réseau ne s'isolent pas, puisqu'ils ont une vie sociale, par l'échange relationnel avec les autres joueurs du monde entier, mais cela reste des relations virtuelles, d'où le danger, c'est un peu comme les accros de l'amour virtuel sur les sites pour adultes, les personnages ne se rencontrent jamais, n'ont pas de contacts physiques ou tactiles, la difficulté d'avoir de vraies relations avec les autres, pose évidemment la question de la relation même.

Pour endiguer la vague montante des accros aux jeux vidéo, il n'y a pas de remède miraculeux, comme pour les autres addictions, il faut passer par un stade de sevrage, on diminue progressivement le temps de jeu sur le PC, mais comme pour le tabac, l'alcool, il faut avant tout que l'individu soit motivé et conscient du danger de l'addiction pour lui et pour son entourage.

À

À

À

Pour les plus accros, l'hospitalisation devient nécessaire, à l'aide de psychologues, les malades réapprendront à se prendre en charge pour accéder de nouveau à une autonomie de vie.

Cela ne se fera pas en quelques jours, mais en plusieurs mois voire années, les cas de rechute existent aussi.

[Testez votre dépendance aux jeux vidéo !](#)

Quant à nous sur Le Journal de la Next-Gen on retourne sur notre partie de WoW !