

Mésusages d'Internet et cyberaddiction : réalité ou fiction ?

Jeux de rôles en réseau, sites pornographiques, casinos virtuels, voire simples sites de « chat » ou de bourse en ligne : Internet a multiplié les occasions de comportements addictifs...

par le Docteur **Dan VÉLÉA***

L'émergence de la « société de désinhibition » (1) entraîne, en plus d'une nécessaire adaptation rapide aux changements, l'apparition de nouvelles stratégies de *coping* (attitude consistant à savoir faire face). Les conduites addictives et les toxicomanies, de manière générale, ont depuis toujours été utilisées par des personnes en difficulté, pour pallier, au moins temporairement, leurs difficultés d'intégration. Dans le monde de l'entreprise, on assiste à une véritable prise de conscience du mal-être des employés cadres, mal-être qui se traduit par une explosion du nombre de jours d'arrêt de travail, mais, aussi, par une prescription, en augmentation, de médicaments psychotropes, censés permettre ou faciliter l'adaptation aux changements. D'autres formes d'addiction sont remarquées depuis quelques années : les « addictions sans drogues » (2), parmi lesquelles nous connaissons le jeu pathologique, l'achat compulsif, la sexualité pathologique, l'addiction à Internet, mais aussi le *workaholism* (l'addiction au travail). A l'instar de la drogue, ces conduites représentent l'investissement d'un comportement, d'une situation, voire d'une relation affective. Ces « addictions sans drogues » illustrent et regroupent, de manière descriptive, théorique, thérapeutique, les conduites de dépendance dues à des troubles du comportement, caractérisés comme addictifs. Rappelons que le verbe *ad-dicere* signifiait, dans le droit romain, l'imposition d'une contrainte par corps, notion liée à l'esclavage et à la perte de liberté.

Ces « changements sociétaux » ont déjà été signalés par des sociologues américains, il y a une trentaine d'années. En 1974, Toffler (3) remarquait, dans son best-

seller *Le choc du futur*, un changement radical au niveau des valeurs morales et l'émergence d'une nouvelle catégorie de valeurs – les valeurs transientes – ayant vocation à remplacer la perte des repères socio-familiaux. Tout ce changement avait généré un état d'inadaptation, de quête spirituelle et identitaire, les rapports humains faisant les frais de la rapidité et de l'ampleur de ce bouleversement. Toffler complète ce bilan social dans son livre *La troisième vague*, qui fait état de l'avènement des nouvelles technologies : la communication audiovisuelle, l'apparition des machines hybrides dotées des propriétés de l'intelligence artificielle. Déjà, dans les années 1960, McLuhan (4) (5) avait constaté l'impact psychologique des nouvelles technologies sur le comportement et l'évolution des êtres humains, soulignant l'inquiétude devant l'impact sociopolitique de la révolution technique et scientifique. La mise en cause de l'ensemble du système géopolitique se concrétisa par l'apparition d'un nouveau concept, celui du « village

* Psychiatre-Addictologue, Paris.

(1) Ehrenberg A (1991) : « Le culte de la performance », Calman-Levy, Paris.

(2) Fenichel O (1987) : « La théorie psychanalytique des névroses », PUF, Paris.

(3) Toffler A (1974) : « Le choc du futur », Bantam Books, New York.

(4) McLuhan M (1962) : « The Gutenberg Galaxy », University of Toronto Press, Toronto.

(5) McLuhan M (1967) : « War and Peace in the Global Village », Bantam Books, New York.

planétaire », qui symbolise le monde Web d'aujourd'hui, avec la toile et sa communauté virtuelle, le « cybermonde ».

Le concept de **cyberaddiction** – **cyberdépendance** apparaît dans les médias spécialisés anglo-saxons en 1994 (Goldberg) (6), puis dans les médias francophones en 1997 (Véléa) (7). La cyberaddiction se présente comme une addiction comportementale, silencieuse, qui englobe des formes de dépendance à l'outil informatique, aux jeux vidéo, à la sexualité sur Internet, aux achats compulsifs en ligne, aux formes de communication synchrones ou asynchrones *via* courriels ou au sein de groupes de discussion (8).

Les « cyberdépendants » sont des personnes qui, dans leurs efforts pour combler un vide identificatoire, se heurtent à des obstacles souvent imaginaires, avec des combats qu'ils estiment perdus d'avance ou sans intérêt, des situations qui vont inévitablement engendrer des frustrations, des phénomènes d'anxiété, des troubles du comportement. C'est cette tendance à s'extraire du contexte réel, à la recherche d'un refuge, d'une échappatoire à la réalité, qui pourrait devenir l'une des motivations intimes des conduites des « cyberdépendants ». Le remplacement du réel par le virtuel est, pour eux, la seule manière concevable de vivre.

L'avènement de ce nouveau monde virtuel ne traduit pas simplement une crise profonde de la représentation, mais il touche à l'image de soi-même et modifie le sens de la finalité existentielle. Les représentations virtuelles amènent avec elles la contrainte de devoir vivre – parfois de devoir survivre – parmi des représentations de la réalité, plutôt que dans la réalité elle-même. L'Internet offre tous les attraits d'un monde lissé, parfaitement poli, idéalisé, d'un cadre de vie stable, protecteur. Pourtant, ce cadre de vie est en permanence animé d'un mouvement entropique, source de dynamisme et de mobilisation. L'activité quotidienne, communicationnelle, ludique, se déroule dans le cadre d'une communauté d'initiés possédant leur propre bagage de connaissances, leur propre langage et partageant les mêmes représentations du monde, leur trait commun étant cette nouvelle « normalité virtuelle ».

Cette conduite addictive traduit une immaturité socio-affective, qui détermine l'impossibilité de se construire une identité psychosociale véritable, solide. La situation est amplifiée par la coexistence d'un sentiment de non-valeur personnelle, de non-reconnaissance. Les personnes dépendantes ont le sentiment d'être seules, isolées, narcissiquement incomplètes, un état qui les amène à investir et à accorder un potentiel narcissique, répara-

(6) Goldberg IK (1994) : Internet Addiction, <http://www.transarc.com/afs/transarc.com/public/mic/html/Addiction.htm>

(7) Véléa D (1997) : « Addiction Internet et conduites polyaddictives », Société Canadienne de Médecine Addictive, CASAM, Halifax, Nova Scotia.

(8) Marks I (1990) : « Behavioural (non-chemical) addictions », *British Journal of Addictions*, 85:1389-1394.

(9) Véléa D : in Mitchell P (2000) « Internet addiction : Genuine diagnosis or not ? », *The Lancet*, 355, 632.

teur de leur angoisse pré-dépressive, aux différents objets et situations, qui pourront engendrer, par la suite, différentes conduites addictives. Cette carence narcissique, sévère et précoce, entraîne presque toujours des vécus dépressifs contre lesquels il s'agit de lutter, à la fois par le comportement et par le corps.

LA SOCIÉTÉ DES LOISIRS

La question de la cyberaddiction et des jeux vidéo est un sujet de société, qui alimente les médias de tous bords, avec des évolutions et des mutations à prendre en compte, afin de prévenir non seulement une épidémie de jeux (problème de santé publique), mais, aussi, une explosion doxogénétique (création de nouvelles pathologies avec des craintes, parfois injustifiées, vis-à-vis de la dépendance aux jeux) (9). Les études menées sur la population générale tendent à démontrer que la cyberaddiction, comme le jeu pathologique, est relativement répandue : sa prévalence se situe autour de 1 % de la population adulte.

Nous devons, d'abord, souligner que le média Internet et sa pratique ludique, au travers des jeux vidéo, n'est pas, en soi, une pathologie. Dans l'évolution sociétale, nous constatons une assimilation du développement du secteur ludique comme facteur de loisir, mais aussi de cohésion sociale. Plusieurs auteurs soulignent que, dans le contexte actuel et futur de l'économie mondiale, nous allons assister à une augmentation du temps libre – avec une augmentation du nombre des personnes sans emploi ou travaillant à temps partiel. Dans son ouvrage *La fin du travail* (10), Rifkin propose un certain nombre de solutions pour organiser cette situation nouvelle ; dans ce cadre, les loisirs auraient une fonction occupationnelle d'évitement de l'ennui.

Un autre aspect, qui vient se surajouter, est l'extension du ludique aux loisirs multimédia et à la télévision, qui se matérialise dans les jeux de télé réalité ou dans les émissions de jeux. Dans cette situation, le développement du ludique apparaît comme une véritable solution pour le maintien de la paix sociale, mais aussi comme une source d'inquiétudes et d'interrogations justifiées concernant le côté pathologique et addictif des jeux.

L'apparition des « Nouvelles Technologies de l'Information et de la Communication » (NTIC) peut concourir, avec les drogues, à un projet de conservation dans la vie éveillée d'une forme de perception hallucinatoire, comme dans le rêve, sous la protection d'une narcose (11). Les NTIC renvoient des stimuli visuels et auditifs qui permettent, grâce à des moyens technologiques très

(10) Rifkin J : (1997) : « La fin du travail », La Découverte, Paris.

(11) Rosnay de J : (1995) : « L'homme symbiotique – Regards sur le troisième millénaire », Seuil, Paris.

sophistiqués – gants, lunettes, combinaisons – de reproduire la sensation de la texture des matériaux, la température d'un objet, la sensation de poids, voire même la sensation d'avoir serré la main d'une personne qui se trouve à des milliers de kilomètres. Des techniques très poussées peuvent générer une « réalité augmentée », mélange de réalité et de virtualité. Ces expériences ont déterminé des réactions de la part des spécialistes, certains estimant qu'on risque de voir, un jour, surgir des expériences de sortie extracorporelle : « [...] *une réalité virtuelle est un monde créé par ordinateur qui change le sens de la pensée. Un gant virtuel pourra te donner le sentiment de plonger ta main dans l'eau, dans la boue ou dans le miel. Une combinaison de réalité virtuelle pourra te donner l'impression de nager dans l'eau, dans la boue ou dans le miel. La réalité virtuelle émerge des cockpits des simulateurs utilisés pour l'entraînement des pilotes et elle pourra modéliser les systèmes multimédia du futur. L'idée des systèmes avancés de réalité virtuelle comme substituts futurs du sexe, des drogues, c'est le nouvel apanage de la science fiction moderne, de l'écriture cybernétique* » (12).

INTERNET ET POLY-ADDICTION

Internet, comme d'autres NTIC, apporte des changements radicaux dans le monde des communications, de la représentation, des jeux vidéo. La palette des possibilités étant quasiment infinie, les comportements pouvant être l'objet d'une cyberdépendance sont nombreux. Mais il faudrait différencier les comportements de dépendance, liés à l'outil Internet lui-même, des comportements de dépendance liés aux opportunités offertes par Internet. Dans le premier cas, Internet est la cause de la dépendance, c'est ce que nous appelons réellement « cyberdépendance ». Dans le deuxième cas, Internet n'est que le moyen de celle-ci (achats compulsifs, consultation de certains sites pornographiques, cybercriminalité, Internet et drogues).

Plusieurs domaines nous semblent relever typiquement de la cyberdépendance telle que nous venons de la définir :

- les jeux vidéo et les jeux de rôles ;
- les forums et les chats : IRC, ICQ ;
- les blogs ;
- la pornographie.

Mais rappelons que, comme pour les substances psycho-actives communément appelées drogues, seul le mode d'utilisation que l'on peut en faire est susceptible d'être pathologique. Il ne faut pas laisser à penser que les jeux vidéo seraient pathogènes : la majorité des utilisateurs vont en avoir un usage raisonnable. Seule une minorité va développer une dépendance à partir de ces objets, et en fera, donc, un usage pathologique. Mais

nous parlerons, aussi, du mésusage de ces mêmes jeux vidéo.

LES JEUX VIDÉO EN LIGNE

Le développement des jeux vidéos est à l'origine d'un marché mondial très florissant, puisqu'il représentait environ 20 milliards d'euros en 2001, soit, pour comparaison, 4 milliards d'euros de plus que les recettes de l'industrie du cinéma constatées pour la même année. Un jeu en ligne est un jeu vidéo dans lequel les joueurs sont reliés par un réseau de télécommunications. Le nombre de jeux qui répondent à ces caractéristiques est très élevé. A l'heure actuelle, on dénombre, sur Internet, environ 1 500 sites de jeux en réseau.

Il existe des jeux vidéo classiques (comme les jeux de courses de voitures). On trouve aussi des jeux en réseau (plusieurs PC reliés en réseau, ou un PC personnel transformé en serveur) ou se pratiquant dans des salles spécialisées. Mais le plus remarquable reste le secteur des **MMORPG**, *Massively Multiplayer Online Role Playing Games*, ou jeux on-line massivement multi-joueurs. Ces jeux connaissent un développement significatif, du fait de la baisse des prix des abonnements Internet et de vitesses de connexion de plus en plus rapides. Dans ce type de jeu, les joueurs découvrent des mondes évolutifs au rythme d'actions réalisées par des milliers de participants, de guildes à créer, de compétences et d'habiletés à développer. Mais il y a aussi l'aspect économique, le commerce des biens virtuels étant de plus en plus florissant. Cet aspect a été mis en évidence après le meurtre d'un joueur chinois, qui avait mis aux enchères et vendu un « sabre pourfendeur de dragons », prêté par un ami. Ce dernier s'était fait justice lui-même après que la police chinoise eut refusé d'enregistrer sa plainte pour vol. Ce cas, unique et brutal, a toutefois attiré l'attention sur ce commerce effréné, dont les sommes mises en jeu atteignent des sommets. Un autre aspect est celui des FPS – *first-person shooter* – jeux de tir subjectif, jeux d'action dans lesquels l'image que voit le joueur est une simulation de ce que voit le personnage qu'il contrôle (vision subjective). Le joueur a la sensation de se retrouver dans le corps d'un personnage, croyant voir ce que ce dernier voit, et croyant agir comme celui-ci. L'attrait de ces jeux réside dans l'immersion totale (*flooding*), avec une touche d'extrême réalisme.

Un des jeux très à la mode à l'heure actuelle est *Everquest*, qui appartient aux univers persistants, c'est-à-dire un monde virtuel qui continue de fonctionner même lorsque vous n'êtes pas connecté. Ce jeu se déroule sur une planète fictive, Norrath, et compte déjà plus de 500 000 « accros ». Au départ, vous choisissez votre personnage, en fonction de quatorze critères, avant de découvrir un monde médiéval fantastique, peuplé de licornes, de dragons, de cyclopes, d'elfes des bois, de druides, de gnomes et de guerriers, qui com-

(12) Kosko B (1993) : « Fuzzy Thinking ».

battent des monstres avec acharnement. La dernière extension propose encore plus de créatures à éliminer, en incarnant des hommes-lézards, des magiciens ou des elfes. Le jeu nécessite l'affiliation à une guilde et l'exploration d'un maximum de donjons.

Soulignons les retombées économiques de ce jeu virtuel : le budget moyen que chaque joueur y consacre est de l'ordre de 2 200 dollars. L'impact économique et les enjeux sont donc tout à fait considérables.

Dans le même ordre d'idée, chaque avatar, ayant valeur de personnage réel, se négocie à des sommes astronomiques en monnaie « locale » (les *platinum pieces*). Le mot *avatar*, dérivé du sanscrit *avatara*, désigne la descente d'un dieu sur la terre pour la durée d'une vie humaine. Ainsi, le joueur, à l'instar d'un dieu hindou, peut s'incarner à plusieurs endroits à la fois, grâce à des avatars « partiels » (les *amshas*), tandis que la forme principale dont est issu l'avatar reste « entière » et peut communiquer avec lesdites « formes partielles ». Ils sont capables de lutter et de vaincre les monstres, de confisquer des objets appartenant à ces derniers (objets ayant également une valeur marchande, en dollars ou en euros).

Citons le cas particulier d'un jeu français, créé par Vivendi Games, *World of Warcraft – WoW*. Ce jeu est devenu la référence mondiale des jeux vidéo, avec plus de 8 millions d'adeptes dans le monde (dont 3,5 millions pour la seule Chine). Le jeu se déroule dans le royaume d'Azeroth, où deux mondes s'affrontent : la Horde et l'Alliance. Chaque joueur possède son avatar (le choix est large, allant du magicien au guerrier). Le jeu continue à se développer avec sa dernière mouture, *The Burning Crusade*, qui apporte une augmentation des niveaux de difficulté et propose de nouveaux paysages. On se doit de souligner l'impact économique sans précédent de ce genre de produit, qui a permis à Vivendi Games de se hisser au rang des cinq leaders mondiaux de jeux vidéo. Le jour même du lancement, fait sans précédent, Vivendi Games a vendu 2,4 millions de boîtes.

Un autre jeu à la mode est *Second Life*, univers virtuel en 3D. Ce programme est une simulation qui permet à l'utilisateur (le « résident ») de vivre une sorte de « seconde vie ». La majeure partie du monde virtuel est créée par les résidents eux-mêmes, qui peuvent créer – et vendre – leurs créations (vêtements, immobilier). *Second Life* apparaît comme un espace d'échanges, dont l'objectif est la reproduction des conditions de vie réelles, mais aussi un forum, où s'expriment les engagements sociaux et politiques, de manière libre et internationale. La vie quotidienne est parsemée de débats, d'expositions, de conférences, d'activités culturelles diverses, de mariages... Stricto sensu, *Second Life* n'est pas un jeu vidéo, son objectif étant la rencontre entre résidents, par l'entremise de leur avatar (la représentation virtuelle d'un utilisateur). Les utilisateurs peuvent modifier leur apparence autant de fois qu'ils le désirent et créer des objets, des vêtements, des bâtiments, des sculptures, des véhicules de toutes sortes, des plantes, des animaux, des gadgets, etc. Les joueurs conservent

les droits de propriété sur ce qu'ils créent dans *Second Life*. L'économie de *Second Life* repose sur la monnaie locale, le *Linden Dollar* (L\$) : chaque abonné en reçoit chaque semaine, ce qui lui permet d'acquérir des objets, des biens mobiliers et immobiliers, ainsi que des services auprès des autres utilisateurs. Les activités marchandes les plus courantes sont les boutiques de vêtements, discothèques, casinos, lieux de prostitution virtuelle, jeux vidéo, immobilier et architecture, jeux de rôle, etc. Des activités non marchandes s'y développent également, notamment dans les domaines du débat politique, de la solidarité internationale, d'expositions artistiques. Cette dimension et l'importance de ces mondes n'ont pas échappé aux personnalités politiques. Ainsi, lors des élections présidentielles françaises de 2007, un certain nombre de candidats avaient ouvert des officines et des permanences sur *Second Life*. Dans le même ordre d'idée, certains pays ont même ouvert une ambassade officielle, comme la Suède depuis le 30 mai 2007. Cette ambassade permet d'obtenir des informations diverses, notamment culturelles, mais aussi de réaliser les formalités d'obtention d'un visa. Contrairement aux idées reçues, l'apparition de ces jeux et le développement des espaces de *chat* n'entraînent pas, pour la majorité des utilisateurs, de repli sur soi, ni une désocialisation des internautes fréquentant ce genre d'espace, bien au contraire. Pour la plupart, les bénéfices, en termes de sociabilité et de communication, apparaissent comme indéniables. Cette démarche correspond à une recherche d'empathie très ciblée, avec une stimulation comportementale due aussi à l'activation cérébrale de neurones très spécifiques – les neurones miroirs (beaucoup d'utilisateurs fonctionnant sur un mode mimétique de stimulation auto-renforçante) (13). Nous ne sommes plus dans le monde de la cyberdépendance, mais, plutôt, dans celui de l'interdépendance, avec d'ailleurs des applications thérapeutiques tout à fait innovantes, telles que les expériences de travail sur les phobies sociales et les troubles de l'image, que nous aborderons dans un autre chapitre. Ces expériences utilisent l'interdépendance et la stimulation de la capacité d'autoanalyse, cognitive et comportementale, *via* ces types d'espaces de discussion et d'échanges.

LES JEUX DE RÔLES EN LIGNE

Les jeux de rôles ont été inventés bien avant le développement d'Internet. Historiquement, l'inventeur des jeux de rôle est Gary Gygax, un amateur passionné de jeux de stratégies : les *wargames*. Son idée, novatrice pour les années Soixante, a consisté à introduire, dans un scénario jusque-là linéaire, des créatures fantasti-

(13) Véléta D (1997) : « Empathy and Addictions », 289-310, in : « *Empathy and Mental Health* », Farrowo & Woodroof, Cambridge University Press.

ques, telles qu'elfes, lutins, ogres ou dragons. Gygax décida ensuite de créer un jeu calqué sur les scénarios de la vie courante ; un jeu qui échapperait à toutes les contraintes, un jeu illimité, aux possibilités infinies.

Il publia en 1971 les règles d'un *wargame* comprenant des créatures fantastiques, qui s'intitulait *Chainmail*. Au printemps 1972, Gygax invente *Donjons et Dragons*. Le monde de *Donjons et Dragons* reposait sur une extraordinaire gamme de produits sans cesse renouvelée, comprenant :

- des boîtes de jeu pour niveaux élevés ou supérieurs,
- une collection de livres,
- des feuilles de personnage,
- des mondes nouveaux, décrits en détail,
- des dizaines de scénarios,
- de nombreux accessoires et aides de jeu,
- des dés, calendriers, figurines, bandes dessinées, jeux informatiques, T-shirts, gadgets et produits divers.

Ce type de jeu permettait à chacun d'être le héros de son propre livre ou de son propre scénario, d'avoir le pouvoir de décider de l'histoire ou d'en changer le cours, que celle-ci ne concerne que son propre personnage ou l'humanité tout entière. Contrairement aux autres livres ou jeux, dans les jeux de rôles, il y a plusieurs scénarios, plusieurs dénouements possibles et des chemins multiples pour y aboutir.

La notion originale introduite par les jeux de rôles est celle de maître du jeu. On peut comparer le jeu de rôles à un film dont le metteur en scène, le scénariste, les figurants, les décors sont réunis dans une seule personne : le maître du jeu. Celui-ci joue avec des acteurs – les joueurs – qui ne savent pas à l'avance les gestes qu'ils vont faire, ni de quoi le scénario parle. Pendant la partie, ils incarnent un personnage qu'ils ont créé eux-mêmes, grâce aux règles, la grande différence avec un film étant que, le plus souvent, ni les joueurs, ni le maître du jeu ne connaissent la fin de l'aventure. Le nombre de possibilités est infini et les joueurs peuvent faire ce qu'ils veulent, tant qu'ils réussissent leurs lancers de dés.

Le maître du jeu établit des règles régissant le jeu, qui seront publiées (ou vendues) sur le site Web ad hoc. Il en définit le cadre : le nombre initial des personnages, les déplacements, les combats selon le type d'armes, les équipements de toutes sortes, la magie, les sorts, les blessures du personnage, en fonction de la partie du corps atteinte, la notion de fatigue, etc. On y voit également la description du monde dans lequel les personnages des joueurs vont évoluer, des listes de ce que les PJ (Personnages-Joueurs) peuvent acheter, des tables des créatures que l'on peut rencontrer, en fonction du terrain où l'on se trouve.

Ensuite, le maître du jeu demande à ses joueurs de créer leurs personnages. Après avoir choisi la race, le métier, le nom, la religion et l'âge, ils devront, à l'aide de dés, tirer les caractéristiques fondamentales du PJ : force, apparence, intelligence, résistance, capacités physiques, maniement d'armes, aptitude à se défendre, capacité à trouver des passages secrets... Ainsi, le

joueur peut voir son personnage vieillir, se marier, gagner en puissance, acquérir de l'argent, des terres... L'introduction de ce type de jeu sur Internet a permis de multiplier les possibles.

Les jeux de rôles sur Internet se déroulent entre les différents participants, qui choisissent les heures des connexions et suivent les ordres du maître du jeu. Celui-ci propose un scénario, qui sera, ou non, accepté par les joueurs. En cas de refus, le maître du jeu doit immédiatement modifier le scénario. Ce type de jeu renvoie à la dimension d'interdépendance, que nous évoquions précédemment. Le joueur est dépendant du maître du jeu et des autres joueurs, ainsi que d'heures de connexion qu'il ne maîtrise pas toujours.

JEUX VIDÉO ET VIOLENCE

En dehors de l'aspect « addiction », beaucoup de ces jeux présentent le risque d'une banalisation sans précédent de la violence, et c'est là un aspect qui devrait nous inquiéter, sous l'angle du développement psychologique des jeunes. Nous citerons un jeu comme *GTA San Andreas*, ou des jeux en accès libre sur le Web, qui véhiculent des images et des contenus d'une violence gratuite inouïe. Le mésusage de ces jeux reste encore une piste très peu explorée.

Le contenu violent de ces *best-sellers* est souvent dénoncé par des associations de parents ou par les pouvoirs publics. Il existe deux types de discours – celui qui accuse de laxisme les pouvoirs publics et milite pour l'interdiction des jeux vidéo, et le discours de ceux qui lancent de hauts-cris au liberticide et font valoir la fonction cathartique de la violence qu'apportent les jeux vidéo.

Les deux cas de figure sont, de fait, extrémistes. L'interdiction des jeux vidéo créerait un phénomène *underground*, sans contrôle ni visibilité, avec l'apparition de jeux hyper-violents.

La fonction cathartique, qui se traduit par la diminution des pulsions violentes du sujet grâce à la contemplation d'images mettant en scène ses fantasmes les plus violents, avec un phénomène de prise de conscience, s'adresse à des individus capables de discernement et de renforcer, grâce à l'instance surmoïque, l'interdit du passage à l'acte.

Dans les deux cas de figure, il faudrait tout d'abord insister sur la nécessité d'éduquer, de prévenir et d'éviter « cette banalisation à outrance de la violence ». Nous citons à ce propos l'expérience de Bandura (14), qui établit une théorie de l'apprentissage social et de l'agression, sur le mode du conditionnement à la violence. Il cite une observation effectuée avec un groupe d'enfants d'une école maternelle, qui, après avoir regardé un dessin animé comportant des scènes violentes, commencent à reproduire ces mêmes comportements violents si, à la fin de la séance, les adultes ne réagissent pas dans le sens d'une dédramatisation et

d'un rappel de l'interdit de la violence. On peut établir ainsi une corrélation entre la violence sociale et l'intérêt apporté aux films de violence et se poser la question du rôle joué par les jeux vidéo à thèmes d'agressions, du simple fait qu'ils banalisent des comportements violents.

INTERNET ET JEUX D'ARGENT

Avec l'avènement d'Internet, le jeu addictif connaît un développement extraordinaire. On dénombre plusieurs centaines de casinos « virtuels » sur Internet. Le client-joueur paie par carte de crédit. Le casino virtuel lui remet l'équivalent en mises pour le jeu. La limite est habituellement de 1 500 dollars par jour.

Si le casino est virtuel, l'argent, lui, est bien réel, et les émotions fortes aussi. Le joueur compulsif peut perdre beaucoup, pousser à la limite ses marges de crédit, y investir son fonds de retraite, sa maison. L'anonymat des casinos virtuels est insidieux. Le drame se vit dans l'intimité du foyer ou du bureau. Comme tout joueur pathologique, celui-ci s'obstine dans sa démarche et tente à maintes reprises sa chance, notamment lorsqu'il perd, dans l'espoir de « se refaire ». Les serveurs informatiques de ces sites de jeux sont installés dans des pays où le régime fiscal est généreux et les lois réglementant le jeu plus souples qu'en France (Bahamas, Antigua, Gibraltar). Certains casinos virtuels sont personnalisés. Le service est ouvert 24 heures / 24 et 7 jours / 7. L'internaute-joueur est observé, scruté dans ses habitudes de jeu. Les firmes offrent des services de courriel, afin de répondre à ses questions dans sa langue maternelle. A titre anecdotique, on peut citer l'incidence de l'adoption en France



© Lanier/REA

« Avec l'avènement d'Internet, le jeu addictif connaît un développement extraordinaire ».

ter plusieurs fois par jour la progression (ou la régression) de ses avoirs, en allant visiter le site Internet de son courtier.

LES CHATS

La « Conversation Assistée par Ordinateur » et l'« addiction communicationnelle » s'expriment par de longues heures passées en connexion. Le mot *chat* (prononcer « tchatte »), qui signifie « bavardage » en anglais, est le terme générique qui sert à désigner tout système de communication synchrone *via* un ordinateur. Il faut cependant reconnaître que l'une des contributions principales de l'*Internet Relay Chat* (IRC) est le développement de nouvelles formes de sociabilité, dans le cadre d'un environnement virtuel, fonctionnant en

de la loi prohibant le tabac dans les lieux publics, qui a détourné certains joueurs, qui fréquentaient les casinos, vers les jeux d'argent en ligne. Cet exemple d'adaptation est remarquable. Par contre, l'aspect solitaire de nouveaux joueurs, seuls face à un écran, renforce le côté insidieux du jeu d'argent, de la perte de son libre arbitre, en l'absence d'un facteur externe d'intervention.

Depuis peu, un nouveau phénomène s'apparentant au jeu est apparu : le *day trading*. C'est une sorte de bourse sur Internet : les transactions se font rapidement, les mises sont souvent risquées, sur un marché où les valeurs boursières sont fluides. Il faut être aguerri, pour réussir dans ce genre d'activité. Le cyberdépendant financier va consulter

groupes (souvent appelés « tribus Internet »), plus ou moins secrets, avec des codes et des règles de conduite strictes. Il existe de nombreuses études consacrées à ces tribus, dont nous analyserons le contenu afin d'en décrire les évolutions.

L'IRC apparaît être un nouvel outil de communication. Ce nouveau type d'espace met en lumière la place et l'étendue des liens interpersonnels, des relations entre le virtuel, la communication et la communauté et l'évolution des nouvelles normes du langage et de sociabilités « à distance » ou « électroniques », desquelles les réseaux télématiques sont susceptibles de favoriser l'émergence. L'essor des communautés virtuelles, regroupements de personnes qui ne se connaissent pas et n'interagissent que *via* un réseau d'ordinateurs, engendre des débats polémiques sur la pertinence même du concept de communauté, celle-ci étant définie par les interactions directes entre les différentes personnes et par le partage d'un espace physique commun. Dans le cas de la virtualité, on crée de nouvelles dimensions dans la définition de l'espace et du contenu communautaire, notamment en ce qui concerne la réalisation du discours : support virtuel, parfois asynchrone, partagé par un nombre indéfini de personnes affranchies de la contrainte spatio-temporelle.

Même si, au début de l'Internet, les discours alarmistes concernant le danger du repli sur soi et de l'effondrement sociétal étaient la règle, on se rend compte de l'importance et de l'ampleur des nouvelles formes de socialisation qu'il permet, de la construction et de la reconstitution de liens sociaux à travers son usage. Qu'on le veuille ou non, il est indéniable qu'Internet crée du lien.

L'impact de ces nouvelles technologies de l'information et de la communication sur les jeunes est énorme ; elles représentent, de ce fait, un marché faramineux. Selon une enquête fournie par Médiamétrie, dans sa cinquième édition du Baromètre Jeunes, 85 % des 11-19 ans se sont déjà connectés à Internet et 84 % d'entre eux *surfent* de manière régulière. 74 % des jeunes interrogés déclarent affectionner tout particulièrement la convivialité apportée par Internet : interactivité, possibilité de trouver des logos, des films, des clips de musique, des habits nouvelle tendance, des informations intimes sur la vie des stars, communication par e-mail ou *chats*...

La téléphonie mobile est également un élément très important dans la vie des jeunes. 92 % d'entre eux n'imaginent plus le monde sans les portables et 64 % disposent d'un téléphone mobile. Les SMS sont le *nec plus ultra* de la communication, chez ces jeunes qui ne conçoivent pas une journée sans recevoir au moins un SMS. Cette tendance ne pourra que s'accroître, d'autant

(14) Bandura A : « *The Power of Social Modeling: The Effects of Television Violence* ».

(15) Spoljar P (1997): « Nouvelle technologies, nouvelles toxicomanies ? », *Le Journal des psychologues*, 2 :144.

que, bientôt, la majorité des téléphones portables donneront un accès facile à Internet.

LES BLOGS

Un blog est un site Internet constitué par des chroniques écrites dans l'ordre chronologique, à l'image d'un journal intime, lisible par tous les internautes. Le *blogueur* met en ligne diverses thématiques, sur lesquelles les lecteurs peuvent apporter des commentaires.

Les premiers blogs sont apparus aux Etats-Unis, à la fin des années 1990, comptant parmi leurs adeptes des blogueurs comme Jason Kottke ou Dan Moscovici. Leurs blogs étaient présentés sous la forme d'un carnet de bord recensant les pages Web (au moyen d'une liste d'hyperliens) que l'auteur avait jugées intéressantes, accompagnées de commentaires.

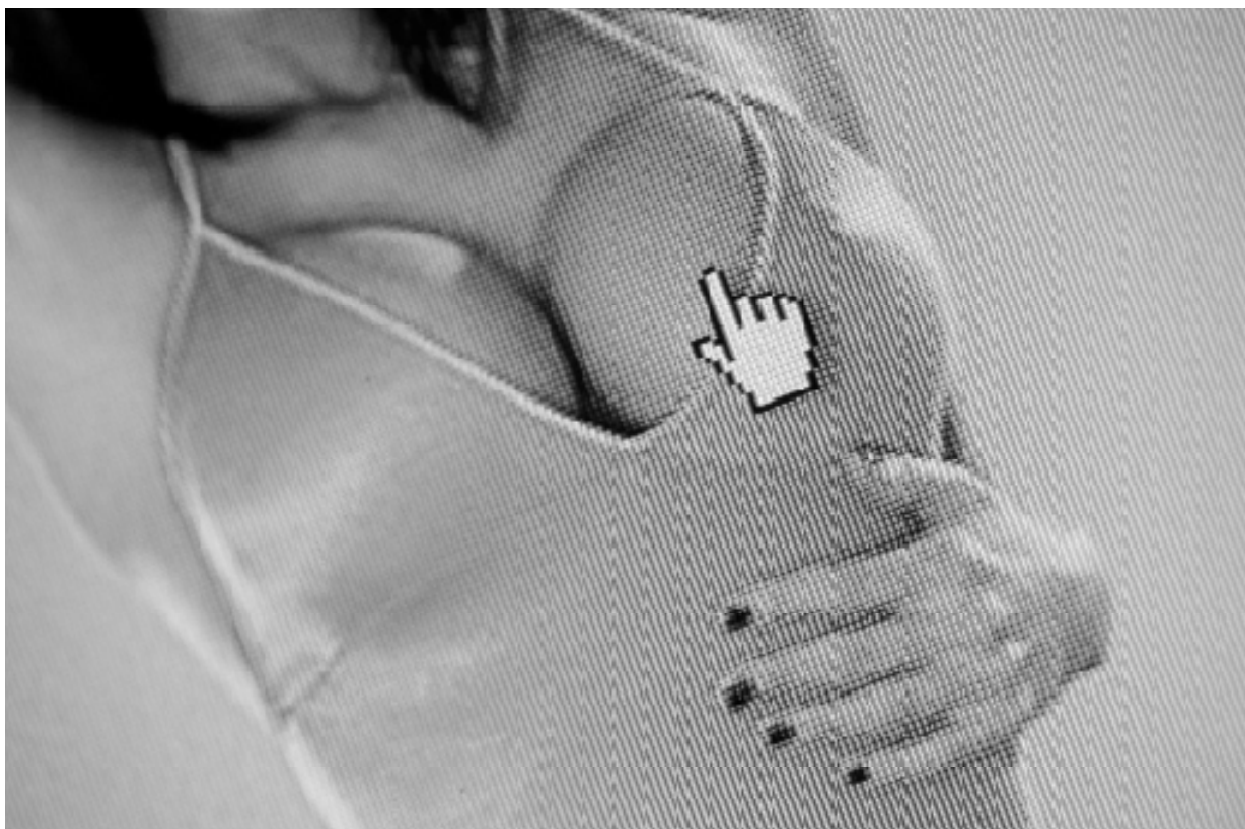
Le concept *blog* est caractérisé par une grande facilité de publication, complétée par une énorme capacité interactive en temps réel. Le fait que la plupart des blogs se forment autour des idées personnelles de leurs auteurs a longtemps représenté un argument pour mettre en doute l'objectivité de ces supports. Mais, finalement, malgré leur côté subjectif évident, certains blogs deviennent célèbres par la pertinence des remarques des auteurs et par la vivacité des échanges qui s'ensuivent. Ainsi, des blogs deviennent le centre d'échanges passionnés sur des sujets d'actualité. Les dernières élections présidentielles en France et aux Etats-Unis ont vu apparaître ceux des hommes politiques, mais aussi ceux des fans de tel ou tel(le) candidat(e), le tout avec des taux de fréquentation incroyables, dans une véritable course à l'information et aux échanges.

Les blogs tenus par des adolescents sont très nombreux en France (près de sept millions sur Skyblog, en 2007). On assiste au même engouement que pour l'échange de SMS ou les forums de *chat*, le potentiel addictif étant d'autant plus grand que les récentes évolutions technologiques ajoutent un attrait supplémentaire.

SEXE ET PÉDOPHILIE

C'est un des domaines où Internet a le plus défrayé la chronique, car il est la synthèse de tout ce qu'il peut représenter comme dangers, notamment pour ses utilisateurs les plus jeunes.

Toutes les études concernant la cyber-sexualité s'accordent sur l'importance des recherches sur Internet concernant les sites liés au sexe. Ainsi, le mot clé « sexe » est le plus employé par les internautes à la recherche d'informations, de photos ou de films à contenu pornographique. A lui seul, il totalise plus de requêtes que les mots : jeux, musique, voyage, voiture, météo et santé réunis.



© Philippe Turpin/BELPRESS/ANDIA

« Le mot clé « sexe » est le plus employé par les internautes à la recherche d'informations [...]. A lui seul, il totalise plus de requêtes que les mots : jeux, musique, voyage, voiture, météo et santé réunis ».

Le cybersexe intensif est indiscutablement, à ce jour, le cas de cyberdépendance le plus visible et le plus répandu, selon Philippe Spoljar (15), qui a créé la notion de « sexualité assistée par ordinateur ».

Les addictions sexuelles se caractérisent par une incapacité à établir une relation saine et gratifiante avec le partenaire, par l'apparition pendant l'acte sexuel d'un vécu de déréalisation, par la négligence de son entourage au profit de son comportement sexuel. Ainsi, pour le cyberdépendant présentant un comportement addictif sexuel, l'univers sans barrières et sans limites de l'Internet lui offre le choix et la possibilité d'accéder à ses pulsions et à ses fantasmes les plus intimes.

Toutes les technologies mises à disposition par le Web sont utilisables, dans le cybersexe : le *chat*, moyen d'entrer en contact facilement et sans contrainte avec un partenaire (ou avec plusieurs partenaires à la fois), les *vidéo-chats* – permettant de visualiser la personne qui se trouve à l'autre bout du fil... Il existe des sites comme *iFriends* ou *Intimate Friends Videochat Network*, des sites qui permettent à plus de 2 millions d'internautes de réaliser des rencontres en *speed dating*.

Plusieurs sites Web sont ainsi dédiés aux rencontres virtuelles, aux jeux érotiques *via* des webcams, facilitant l'accès des amateurs de rencontres *on-line*. Les sites de rencontre sont fréquentés d'une manière explosive par des célibataires (certains de nos patients considèrent même ce genre de site comme un « lieu de passage

incontournable »), mais aussi par des gens vivant en couple, mais s'estimant en manque de sensations, ou rencontrant des difficultés dans leur vie conjugale. Pour certains, la multiplication des rencontres et des fantasmes, l'économie affective et émotionnelle priment sur des rencontres qualitatives ; pour d'autres il y a aussi l'aspect gain de temps et d'efforts.

Les échanges d'images à caractère explicitement sexuel, les propositions de rencontre fleurissent sur ce genre de site. Certains couples vont jusqu'à la diffusion de leurs ébats sur le Net, la raison la plus souvent invoquée étant « la sortie de la monotonie ».

De nombreux canaux IRC permettent d'explorer sans contraintes de multiples fantasmes sexuelles, telles des fantasmes d'abus, d'humiliation, de viol, etc., en plus de fournir l'opportunité de faire des rencontres avec des personnes aux comportements pour le moins dangereux. Ces déviations se traduisent, le plus souvent, par des délits.

Le phénomène de la cyber-sexualité chez les jeunes doit être analysé dans le contexte des programmes télévisés qu'ils regardent depuis leur enfance. Comme dans les autres pays industrialisés, la télévision joue un vrai rôle d'amortisseur social, prenant, le plus souvent, le relais d'un lien familial souvent rompu, du fait d'un surinvestissement professionnel des parents, qui ne laisse plus aucune place à un véritable dialogue parents/enfants. Ainsi, les jeunes Américains arrivés en fin d'études

auront passé 12 000 heures sur les bancs de l'école, contre 15 000 heures, en moyenne, devant les écrans de télévision. L'élève moyen américain aurait ainsi regardé 14 000 références sexuelles explicites par an. Selon les mêmes études, 65 % des recherches effectuées par des jeunes d'âges compris entre 10 et 17 ans concernent des sites pornographiques.

Il n'est pas anodin qu'un jeu comme *Grand Theft Auto : San Andreas* contienne une scène pornographique cachée, facilement dévoilée grâce à un code spécifique, qui circule librement sur Internet.

Les politiques commerciales des webmestres sont très agressives, dans le but de rendre « accros » les internautes, grâce au *spamming*. Ce dispositif consiste, après chaque visite d'un site pornographique, en l'envoi régulier, dans la boîte email de l'utilisateur, de messages publicitaires, de *samples* (échantillons alléchants), qui vont stimuler l'envie de se connecter, même chez des gens qui ont consulté ces sites par simple curiosité ou par accident (cas classiques, surtout dans les téléchargements de jeux vidéo, de liens qui vous envoient vers des sites pornographiques).

Selon des études récentes, 1 % des Nord-Américains auraient développé une pathologie de dépendance envers le sexe en ligne. Selon le *National Council on Sexual Addiction and Compulsivity*, en 1999, de 16 à 21,5 millions de Nord-Américains estimaient souffrir de sexualité compulsive. Selon cet organisme, qui s'appuie sur une enquête menée en 2002 par des chercheurs des universités Stanford et Duquesne, 200 000 personnes étaient devenues dépendantes à la pornographie en ligne, au cybersexe.

Un cas de divorce impliquant une personne addictée aux sites pornographiques a été prononcé en Egypte, dans lequel la plaignante a établi la preuve que sa vie conjugale se trouvait dans une impasse absolue du fait du nombre important d'heures (plus de 14 heures par jour) que son mari passait sur Internet et sur les sites pornographiques.

Ce sont ces différents éléments qui sont, bien souvent, à l'origine de ces faits divers, où il est question de viols par Internet. Les individus en question prennent contact, par Internet, avec leurs futures victimes et inventent des scénarios : jeune homme adolescent, triste et romantique, jeune homme sortant d'une rupture difficile, etc. Ces échanges Internet débouchent sur des rendez-vous réels, qui leur permettent de passer à l'acte.

Ainsi de cette affaire, jugée récemment à Singapour, où trois adolescentes de 13 et 14 ans avaient répondu à ce type d'appel et furent ensuite violées par l'homme en question. Celui-ci avait filmé une partie des relations sexuelles pour faire chanter ses victimes et les forcer à le revoir. Cette affaire montre également le rapport qu'il peut y avoir entre cyber-sexualité et pédophilie.

Le nombre de sites pédopornographiques est croissant, surtout dans les pays qui présentent des vides ou des flous juridiques.

Au sujet de l'exploitation des enfants *on-line*, dans des forums et sur des sites pornographiques, un rapport du FBI (datant de 1998) faisait état de plus de 700 cas de pédophilie sur Internet (usage de photos et de films à caractère pornographique mettant en scène des mineurs) et environ 300 cas de racolage actif (des adultes proposant des rencontres sexuelles à des mineurs). La même source rapporte que pour l'année 2000, le nombre de ces interpellations a quadruplé, atteignant 2 856 cas (16).

Une autre étude nord-américaine (de l'Université de Pennsylvanie) rapporte qu'environ 325 000 enfants et adolescents américains se prostituent ou participent aux tournages de vidéos pornographiques (17). Selon cette même étude, sur un groupe de 1 501 enfants, âgés de 10 à 17 ans et usagers réguliers d'Internet, un enfant sur cinq aurait déjà reçu une proposition à caractère sexuel *via* le Web.

En France, les données concernant la pédophilie sur Internet mettent en évidence une augmentation des sites et des actes répertoriés d'environ 20 % tous les ans. Plusieurs campagnes de prévention ont été menées, à des fins de sensibilisation.

PRISE EN CHARGE

La difficulté de la prise en charge des *cyber-addicts* est d'autant plus grande que, s'agissant de « toxicomanie sans drogues », la reconnaissance de sa propre dépendance est difficile. Les thérapeutes sont d'accord sur le fait que les *cyberdépendants*, chacun avec sa spécificité et sa personnalité, ont droit à un regard différent, à une approche thérapeutique adaptée au cas par cas. L'expérience confirme que l'étape la plus importante dans le déclenchement d'une prise en charge qui ait les meilleures chances d'aboutir, passe par la reconnaissance de sa dépendance par le patient.

Une partie des thérapeutes considère que les thérapies les mieux adaptées sont les psychothérapies de type analytique, qui utilisent comme support principal le langage verbal en tant qu'expression sonore de la pensée.

Un tel langage doit être réhabilité dans sa fonctionnalité. La fonction de penser, qui, pour les *cyberaddictifs* est plus importante que l'expression orale, doit être investie afin d'aboutir à la restauration de la parole. Le fait de nouer (ou de renouer) des liens de solidarité et d'entraide, de rétablir des relations humaines, aidera les gens à parler d'eux-mêmes.

Selon certains, il faut soutenir les patients afin de gérer leurs comportements, en les aidant à prendre conscience des facteurs qui contribuent à l'apparition de l'addic-

(16) The Web's Dark Secret, « Newsweek », 19 mars 2001.

(17) Memmott M : « Sex Trade may lure 325,000 U.S. Kids » ; « Report: Abused children, runaways typical victims », *USA Today* 10 septembre 2001.

tion (réactions à divers stress, traits de personnalité...), ainsi que des conséquences de leurs comportements et à aménager leurs réponses d'une manière plus pertinente. La resocialisation des sujets peut se faire grâce à la mise en place de groupes de parole directe, en « face à face », en y associant des ex-internautes dépendants, avec un suivi au long cours. Cela implique également un réseau d'intervenants préparés à comprendre leur mode particulier de relation aux objets.

Sur ce sujet, les expériences nord-américaines sont assez complètes, avec, cependant, une réserve concernant la faible importance accordée à la prise en charge

thérapeutique individuelle, l'accent étant mis sur les thérapies de groupe. Une avancée remarquable concerne la mise en place de sites Internet *ad-hoc* (peut-on oser le terme de sites de substitution !). Il s'agit de groupes de parole à but thérapeutique, s'adressant d'une manière anonyme aux *cyberdépendants*. Les groupes de parole, créés par les ex-dépendants ou par leurs familles et les personnes de leur entourage, présentent l'avantage de faciliter le dialogue, dans un premier temps, à l'aide des groupes IRC et, par la suite, en encourageant des dialogues en « face-à-face ».

ANNEXE 1 : QUESTIONNAIRE DÉPENDANCE INTERNET (Dan Véléa)

Est-ce que vous estimez que votre temps de connexion sur Internet dépasse les limites que vous avez définies initialement ?

OUI NON

Est-ce que vous vous connectez sur Internet dès le matin, ou dès que vous rentrez dans la maison ?

OUI NON

Est-ce que l'absence de contrôle du temps de connexion vous dérange ou a-t-elle été signalée par votre entourage ?

OUI NON

Est-ce que vous supportez de rester sans être connecté pendant quelques jours (en cas de déplacement, de vacances, de panne informatique) ?

OUI NON

Est-ce que vous estimez que tous vos centres d'intérêts sont réduits, conséquence de la focalisation sur la connexion au Web ?

OUI NON

Est-ce que le rendement de votre travail professionnel ou vos relations personnelles ont souffert à cause du temps que vous passez sur l'Internet ?

OUI NON

Est-ce qu'Internet joue un rôle important dans l'établissement de vos relations (virtuelles ou réelles) ?

OUI NON

Avez-vous essayé, sans succès, d'écourter l'usage de l'Internet ?

OUI NON

• De 0 à 3 réponses positives, il y a une petite tendance à devenir *cyber-addict* ;

• Entre 4 à 6 réponses positives, il y a une chance de développer cette conduite addictive ;

ANNEXE 2 : INTERNET ADDICTION – SIGNES ET SYMPTÔMES

• Si vous présentez ces signes et symptômes, il y a de fortes chances que vous soyez *net-addict* :

• Avez-vous observé un déclin dans votre vie sociale ?

• Est-ce que vous passez plus d'heures que d'habitude devant votre terminal Internet ?

• Passez-vous sans compter des heures et des heures sur Internet ?

• Vous arrive-t-il de vous trouver en conversation dans les IRC à des heures matinales ?

• Privation de sommeil (en moyenne moins de 5 heures de sommeil par nuit), afin de passer le maximum de temps en connexion.

• Négliger d'autres activités importantes – familiales ou sociales, travail ou état de santé, mais passer des heures entières sur Internet.

• Une personne très proche vous fait la remarque concernant l'utilisation démesurée de l'Internet : votre chef, ami proche, compagne...

• Penser constamment au Web, même quand vous n'est pas *on-line*.

• Se dire souvent qu'il faut débrancher son modem, mais être incapable de réaliser cet acte.

• Se dire souvent qu'on va passer seulement un temps limité en connexion, et constater quelques heures plus tard qu'on est toujours *on-line*.