

# 7

## Les usages excessifs des jeux vidéos et des médias sociaux : éléments de compréhension et de prise en charge

### Pascal MINOTTE

*Psychologue et psychothérapeute, chercheur au Centre de référence en santé mentale (CréSaM) en Belgique.*

*C'est dans ce contexte (chercheur au CréSaM) qu'il a participé à différentes recherches sur les usages et sur les usages problématiques des espaces numériques et qu'il accompagne régulièrement des professionnels dans leur questionnement à ce sujet. Il donne aussi un cours de psychosociologie des usages et des pratiques médiatiques à l'Institut des Hautes Études des Communications Sociales (IHECS), à Bruxelles.*

*Par ailleurs, il est l'auteur de plusieurs ouvrages sur le sujet (Cyberdépendance et autres craquemitaines, Qui a peur du grand méchant Web ?, Coopérer autour des écrans) aux éditions Yapaka et « Dévoreurs d'écrans, Comprendre et gérer nos appétits numériques » aux éditions Mardaga.*

Dans un premier temps, nous dirons quelques mots sur le contexte culturel dans lequel s'inscrivent les représentations inquiètes liées aux « écrans ». Ensuite, nous ferons un petit détour par les usages « normaux » et le soutien à la parentalité, indépendamment de toute référence à la psychopathologie. Nous verrons, par exemple, pourquoi certaines métaphores seront plus appropriées pour soutenir les parents que d'autres. Ainsi, nous prendrons un peu de distance avec la « rhétorique de l'addiction », très présente dans le discours éducatif lorsqu'on évoque les écrans et susceptible d'encourager des positionnements inadéquats. Nous verrons aussi en quoi les médias sociaux et les jeux vidéo offrent aux adolescents des espaces qui répondent à des besoins importants pour lesquels certains jeunes ne trouvent pas de réponses dans les autres sphères de leur vie, etc.

Ensuite, nous ferons le point sur ce que l'on sait des aspects étiologiques des usages excessifs des jeux vidéo et des réseaux sociaux. Nous accorderons notamment une attention particulière aux usages des adolescents pour lesquels il existe un risque important de « pathologisation » des comportements du quotidien. Enfin, nous pourrions échanger autour de notre expérience de la prise en charge de ces situations et des difficultés que nous rencontrons. Celles et ceux qui le désirent pourront évoquer une situation ou un questionnement pour que le groupe s'en saisisse. Par exemple, certaines questions reviennent souvent comme la difficulté de faire adhérer des jeunes patients « gameurs » (souvent des garçons) à un projet thérapeutique, ou encore le travail de la demande avec les parents, etc.

### Le séminaire aura lieu au CEF, Lausanne

Vendredi 11 mars 2022

9h-17h

Prix : 210 CHF, repas de midi compris  
(réduction de 50 % pour les collaborateurs du DP-CHUV, repas non compris)

(en cas de désistement  
se référer au point 1 de la page 35)