Ecrans et jeux vidéo à l'adolescence

OLIVIER PHAN
PÉDOPSYCHIATRE & ADDICTOLOGUE
SERVICE D'ADDICTOLOGIE À L'ADOLESCENCE, FSEF, SCEAUX
CONSULTATION JEUNE CONSOMMATEUR CSAPA PIERRE NICOLE, CRF, PARIS
INSERM, CESP U1018, PARIS
FOYER EDUCATIF, PJJ, BAGNEUX





QUI SOMMES NOUS ?



▶ Hospitalisations soins études en addictologie



Des consultations









De la prévention





Quatre types d'activités sur Internet et leurs conséquences

- 1 Recherche d'informations et travail scolaire => Workaddict
- 2 Echanges avec les pairs à travers les réseaux sociaux e réputation image sociale
- 3 Activités de **« loisir télévisuel passif »** c'est-à-dire sans interaction ado/machine comme les vidéos, les films, les séries...**BINGE Watching**
- 4 Activités de **« loisir avec interaction ado/ordinateur »** les jeux vidéo et les jeux de hasard et d'argent en ligne

Reconnaissance CIM 11 Juillet 2018 de l'Internet gaming Disorder

DSM 5 section III en 2013

Billieux J, Flayelle M, Rumpf H-J, Stein DJ. High involvement versus pathological involvement in video games: A crucial distinction for ensuring the validity and utility of gaming disorder. Curr Addict Rep. 2019;6(3):323–30.

jeux video les débuts : 1960

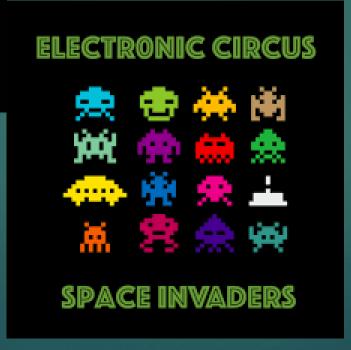
En 1961, un groupe d'étudiants du MIT mené par Steve Russell programme un jeu nommé <u>Spacewar</u> sur un <u>PDP-1</u>, le premier mini-ordinateur de la société <u>DEC</u>.





Les jeux d'arcade Bornes et table apperitif







Les Massively Multiplayer **Online** LES JEUX EN LIGNE . LA REVOLUTION

- C'est sur les MMO (MMORPG et MMOFPS) que les temps moyens de jeu sont les plus élevés.
- Parmi les usagers quasi-quotidiens, la moyenne atteint :
 - 5,4 heures par jour le week-end et 2,9 heures par jour en semaine pour les MMO
 - ► contre 3,6 et 2,1 pour les autres jeux connectés
 - ▶ 2,9 et 2,3 pour les jeux non connectés







les MMORPG (jeux DE ROLE en ligne multijoueurs)





LOL ET LES JEUX D'ECHEC



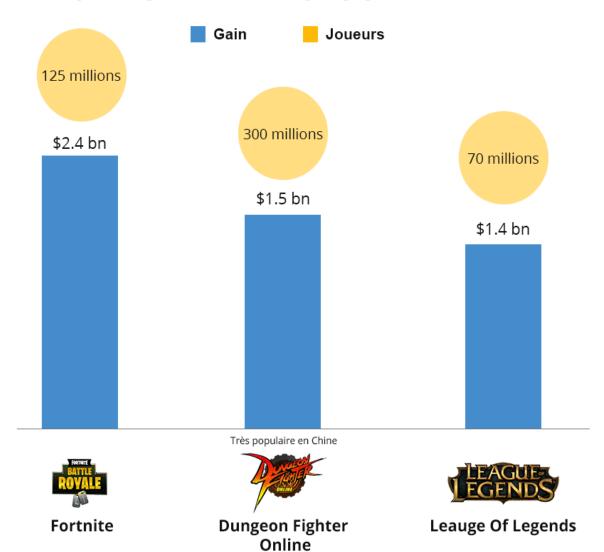


LES NOUVEAUX « BATTLE ROYAL »





Top des jeux free-to-play par revenu en 2018



Chiffre d'affaire des jeux « free to play »



OFFRE NUMÉRIQUE EXPONENTIELLE

JAN 2020

FRANCE

THE ESSENTIAL HEADLINE DATA YOU NEED TO UNDERSTAND THE STATE OF MOBILE, INTERNET, AND SOCIAL MEDIA USE



TOTAL POPULATION



(66)

MOBILE PHONE CONNECTIONS



65.53 MILLION

vs. POPULATION:

INTERNET USERS



58.03

MILLION

PENETRATION:

ACTIVE SOCIAL MEDIA USERS



39.00

MILLION

PENETRATION:

60%

URBANISATION:

65.20

MILLION

100%



SOURCES POPULATION: UNITED HARIONS, MOBILE GSMA INTELLIGENCE: INTERNET TU, OLOBANYERHOEK, GSMA INTELLIGENCE EUROSAL LOCAL TELECOMSERGULATION AUTHORITIES AND GOVERNMENT BODIES. SOCIAL MEDIA PLATFORMS' SUF-SERVICE ADVERTISING TOOLS, COMMANY ANNOUNCEMENTS AND PARTNERS REPORTS. CAPITE AND EASE CHANGES.

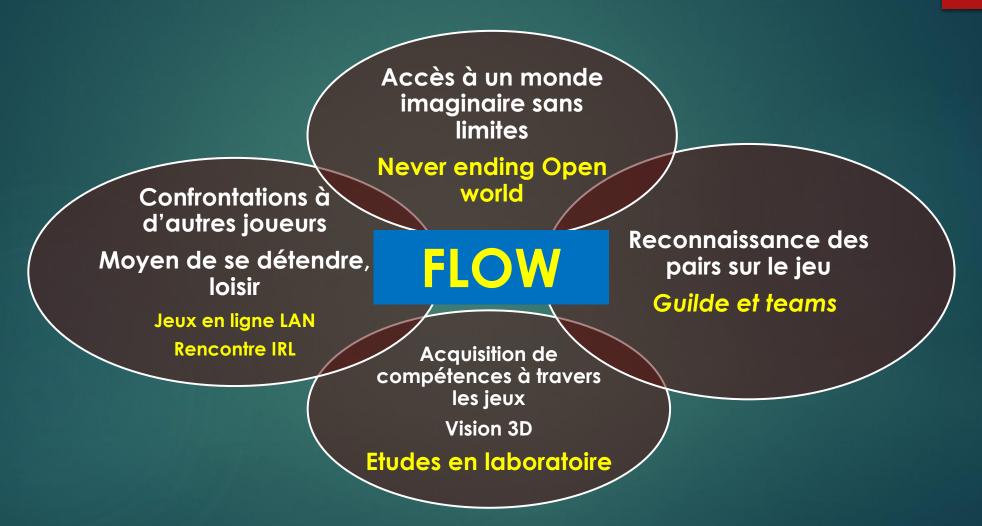




Coût de développement d'un jeu vidéo



Jeux video et joie : le flow



<u>Csíkszentmihályi, (1996) décrit dans le flow un état de concentration intense</u> <u>où l'individu se sent complètement absorbé par ce qu'il fait.</u>

Comparaison jeux patho/pro

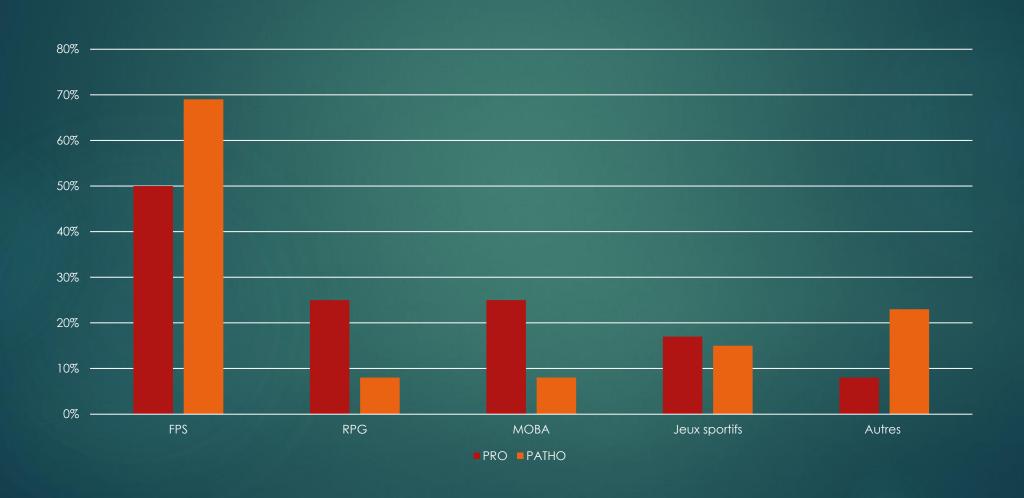
Etude pour thèse de médecine Prat Manon, Phan O 2018

	Professionnels	Problématiques	Pvalue
Age moyen	22	16	*< 0,001
Début de jeu	8	9	0,665
Temps joué par semaine (h)	47	31	*0,020
CSP supérieures	75%	77%	0,904
Déscolarisation (sans aucune activité autre)	8%	38%	0,155
Autres activités/loisirs (hebdomadaire)	33%	54%	0,428
Parents divorcés	17%	31%	0,645
Familles monoparentales	8%	15%	1
Conflits familiaux en lien avec les JV (passés ou	25%	77%	*0,017
présents)			

Comparaison jeux patho/pro

	Professionnels	Problématiques	pvalue
Compétition	100%	38%	*0,002
Loisir	17%	46%	0,201
Sociabilisation	17%	46%	0,201
Evasion, échappatoire	17%	38%	0,378
Histoire, design du jeu,	0%	38%	*0,039
caractère fantastique			
Argent, travail	25%	8%	0,322

Comparaison jeux patho/pro



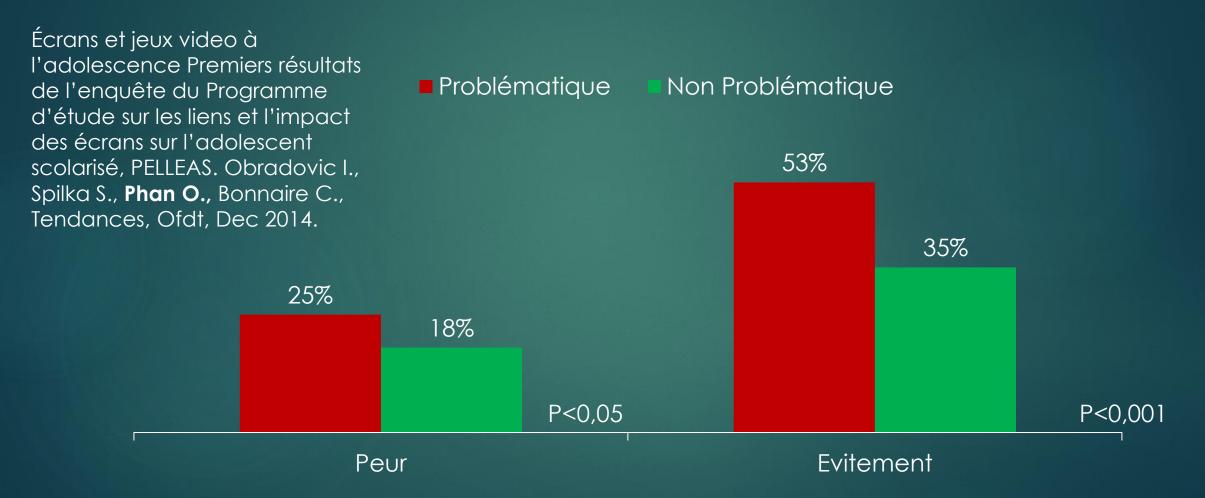
Jeux video et phobie

Choix de l'avatar qui représente dans le jeu Espace virtuel protégé Monde virtuel non IRL

Dans l'<u>hindouisme</u>, un <u>avatar</u> est une incarnation (sous forme d'animaux, d'humains, etc.) d'un dieu, venu sur terre pour rétablir le <u>dharma</u>, sauver les mondes du désordre cosmique engendré par les ennemis des dieux (les démons). Généralement les avatars sont ceux du dieu <u>Vishnu</u>, fils de la déesse <u>Ahimsā</u> et du dieu <u>Dharma2</u>.



Phobie sociale: cotation LSAS



18

Jeux video et tristesse

Inhibition

- Stimulation par le jeu
- Guilde

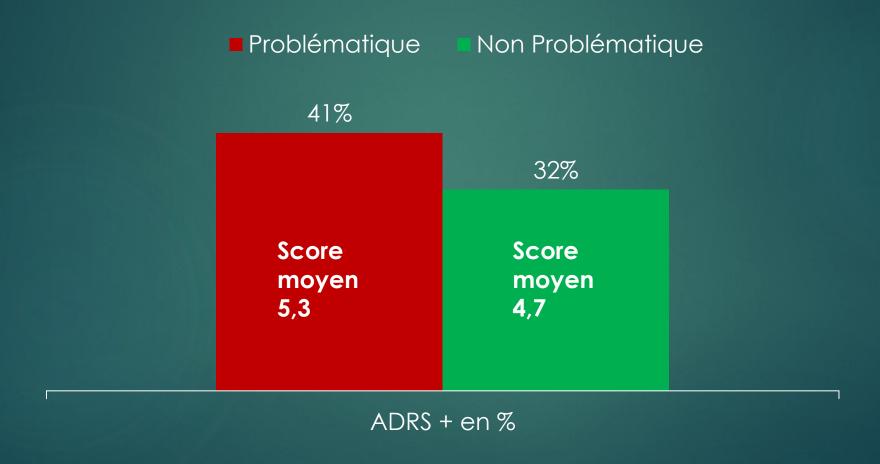
Confiance en soi

- Apprentissage par l'échec
- Tutorial, streaming

Pensée douloureuse

- Sur Activité en permanence
- Open world

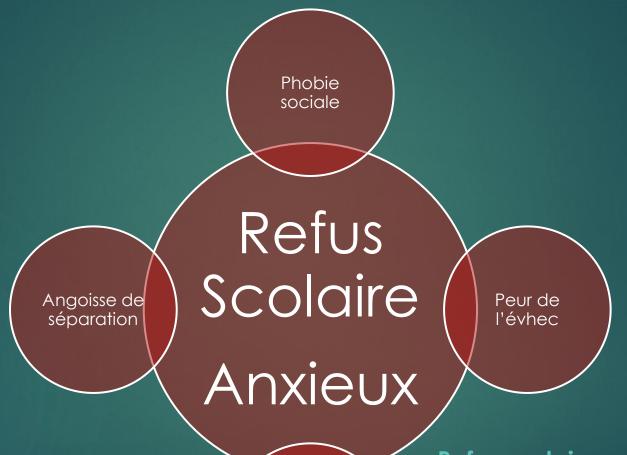
Depressivité score : léger à sévère



Jeux video et colère

- Angle dimensionnel : augmente les sentiments agressifs tels que la colère, l'anxiété et les traits de personnalité hostiles.
 - corrélation entre la quantité de temps passé devant un jeu et le degré d'agressivité.
 Frustration d'avoir perdu plus que les images violentes
- Approche catégorielle: Pas de lien démontré entre délinquance et jeu vidéo agressif.
 Importance d'autres facteurs socio-économiques. D.A GENTILE, jama pediatrics, 2014

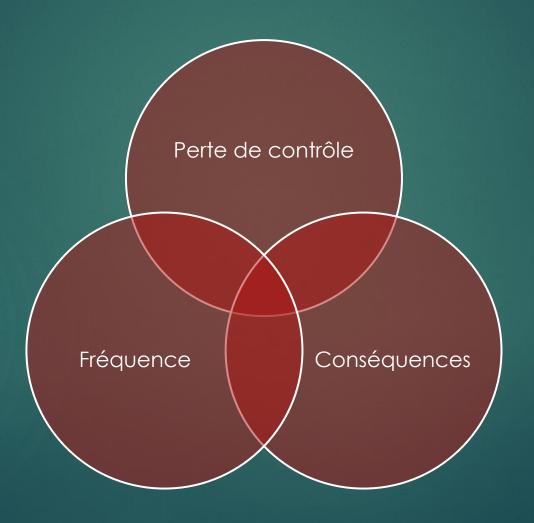
Jeux vidéo et refus scolaire anxieux



Harcèlement

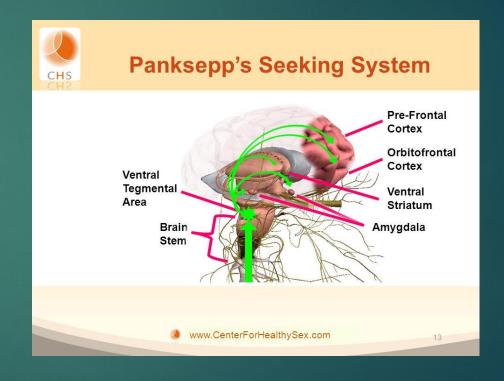
Refus scolaire anxieux et addiction aux jeux vidéo chez les adolescents : une revue narrative de la littérature Boussand E., Phan O., Benoit L. Neuropsychiatrie de l'Enfance et de l'Adolescence 24 June 2021.

Comment définir une addiction



Le système de récompense

- Il est aussi appelé système de recherche
- Sentiment positif qui fait ressentir que quelque chose de bien va arriver
- ▶ Il est activer en cas d'excitations sexuelles de faim et de soif, ainsi que de jeux de luttes.
- ▶ Il facilite l'exploration



Cycle de la fuite en avant dans

Problèmes à l'école ou dans la famille

Aggravation des conflits

Chute de la scolarité

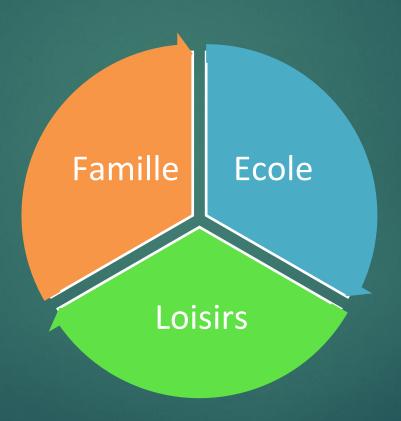
Stress et souffrance

Augmentation du temps de jeux

Fuite dans le monde virtuel

Récompense satisfaction

Temps de répartition d'une journée de 24h d'un adolescent



Jeux et troubles du sommeil

Lié au temps, à la sur excitation, à l'addiction Baisse de la qualité de sommeil tout spécialement avec les MMORPG (Lam LT, 2014)



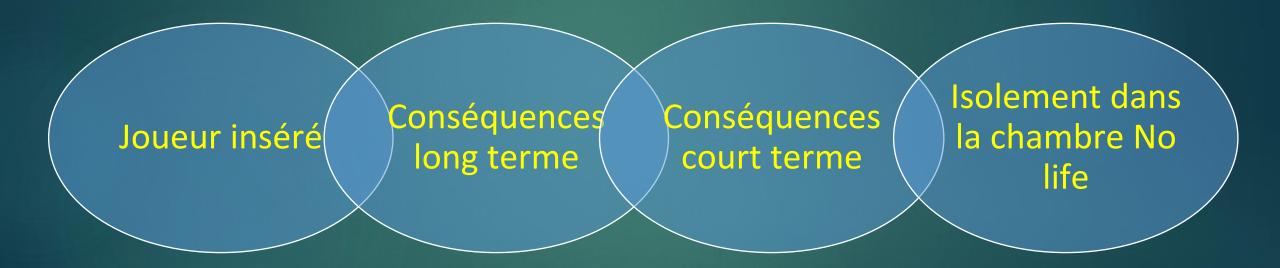
Relationship Between (Pathological) Internet Use and Sleep Problems in a Longitudinal Study. Klar J¹, Parzer P², Koenig J², Fischer-Waldschmidt G², Brunner R^{2,3}, Resch F², Kaess M¹.

Prax Kinderpsychol Kinderpsychiatr. 2019 Feb;68(2):146-159. doi: 10.13109/prkk.2019.68.2.146.

Les conséquences sur le long terme

Non reconnu **Acquisition de** dans le Désillusion et compétences monde du perte de chance travail Attrait du Conséquence sur Fuite du monde la personne et monde réel imaginaire l'environnement Abandon des Plaisir plaisirs à Perte de richesse immédiat bénéfice différé

Quatre Phases du joueur problématique



PEGI (Pan European Game Information)

Dès le collège, plus de huit garçons sur dix ont déjà joué à un jeu classé PEGI 18. près de 90 % au lycée.

Source: enquête PELLEAS, OFDT- CJC Pierre Nicole, Croix-Rouge, 2014











Age Minimum





Caractère sexuel



Discriminations



Alusions aux drogues



Injurieux



IMPORTANCE DES PRATIQUES PARENTALES

Usage non problématique

- Bonne entente entre les parents
- * Attitude "sécure"
- Bonne intégration des régles et limites
- Implication dans la vie de l'Enfant
- Accepter de ne pas avoir le contrôle total

Vulnérabilité

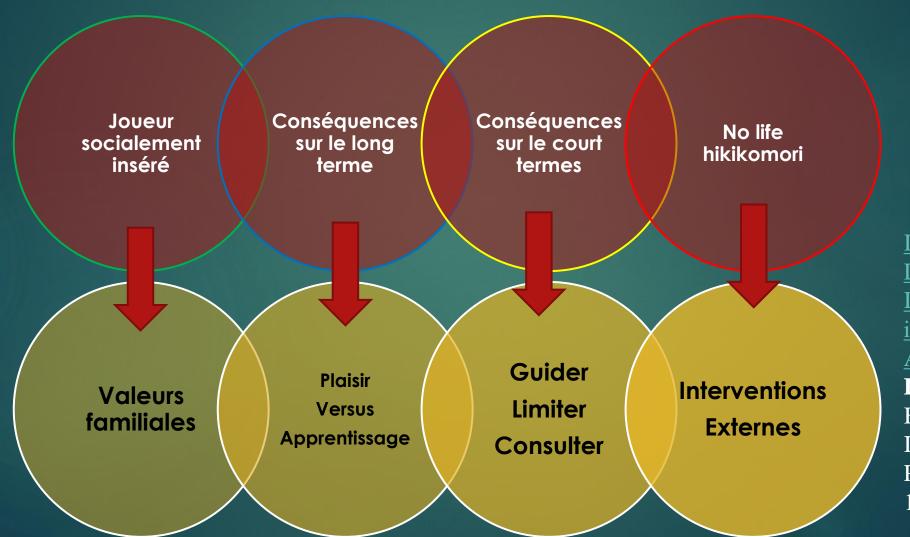
Usage problématique

Installation dans la souffrance

- Banalisation ou dramatisation
- Incapacité à voir ce qui est derrière l'abus d'écran
- Parents"hyperconnectés"
- Conflits et cohésion dans la famille

Bonnaire C, Phan O. Relationships between parental attitudes, family functioning and Internet gaming disorder in adolescents attending school. Psychiatry Res. 2017 Sep 1;255:104–10.

Pratiques parentales adaptées à la situation



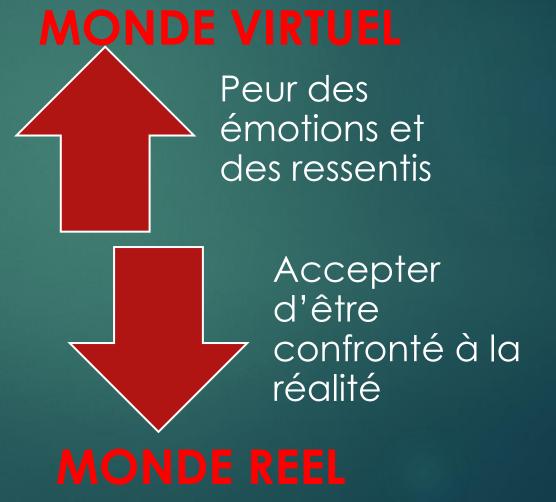
Internet Gaming
Disorder: Exploring Its
Impact on Satisfaction
in Life in PELLEAS
Adolescent Sample.

Phan O, Prieur C, Bonnaire C, Obradovic I.Int J Environ Res Public Health. 2019 Dec 18;17(1):3.

Liens Fondées sur les émotions

Les adolescents ont toujours besoin de leurs parents

Ils souhaitent développer avec eux une relation à la fois étayant et respectueuse de leur maturité croissante.



Distinguer l'essentiel, l'utile et le divertissement

- Les adolescents ont besoin de leurs parents pour leur fournir un environnement qui soit soutenant, leur permettent de développer leurs compétences dans un réseau d'adultes qui prennent soin d'eux.
- Réseaux sociaux essentiel pour les échanges et rester au contact de sa tribu, les jeux pour se détendre, l'information sur le net

Ecouter et accompagner

Les ados ont besoin que leurs parents s'interêssent à leurs activités numériques

Etre de plus en plus dans l'échange et de moins en moins dans le contrôle.

Créer un pont entre les connaissance parentales et les connaissances de l'adolescent

Guider et fixer des limites

Les ados ont besoin que leurs parents maintiennent des règles et les valeurs familiales tout en encouragent leurs compétences

- dire les règles et les attentes avec respect et sincérité,
- associer la fermeté sur la santé et de la sécurité et flexibilité dans les autres domaines moins préjudiciable pour l'avenir.

Why and how to include parents in the treatment of adolescents presenting Internet gaming disorder? Bonnaire C, Liddle HA, Har A, Nielsen P, **Phan O.** J Behav Addict. 2019 Jun 1;8(2):201-212. Epub 2019 May 31



Insertion scolaire

- Résultats possibles et attendus
- Absentéisme temps de sommeil



Insertion familiale

- Repas sans écrans ++++
- Temps ensemble



Insertion sociale

- Ami(e)s « in real life »
- Potes virtuels

Proposer un modèle fondé sur les compétences psycho sociales

Les ados ont besoin que leurs parents leur fournissent des informations et les soutiennent par rapport aux décisions à prendre, aux buts à poursuivre, aux valeurs à promouvoir et les aident à naviguer dans le monde numérique, en donnant l'exemple et en dialoguant.

Informations sur Sens le net critique Gestion **Gestion des** des émotions jeux en lignes Réseaux Capacité sociaux dialoguer E réputation

Phan O, Bastard N. Thérapie familiale et jeux vidéo. Psychotropes. 2012; Vol. 18(3):99–107.

ARCADE

ACTION POUR LA RÉDUCTION
DES CONSOMMATIONS ABUSIVES
DES ECRANS

Programme en collaboration rectorat de Paris : CAFOR

Ecrit réalisé a partir expérience professionnelle

Effects of a prevention intervention concerning screens, and video games in middle-school students: Influences on beliefs and use. Bonnaire C, Serehen Z, **Phan O**.J Behav Addict. 2019 Sep 1;8(3):537-553.

Intervention Arcade sur collège

2h en groupe classe 7 séquences de travail

- 1. Les aspects positifs des écrans
- 2. Ecrans ? Lesquels ?
- 3. Un Abus?
- 4. Mini Questionnaire
- 5. Impact des écrans
- 6. Les aspects négatifs des écrans
- 7. Mise en situation

Negative perceptions of the risks associated with gaming in young adolescents: An exploratory study to help thinking about a prevention program. Bonnaire C, **Phan O.** Arch Pediatr. 2017 Jul; 24(7):607-617.

Pourquoi inclure les parents systématiquement dans la prise en charge

A l'origine de l'achat

Huit clos familial

Jeux comme régulateur émotionnel

MDFTe

Se pratique à la maison

Why and how to include parents in the treatment of adolescents presenting Internet gaming disorder?

Bonnaire C, Liddle HA, Har A, Nielsen P, Phan O. J Behav Addict. 2019

Hospitalisation en Soins-Etudes

Trois Piliers

MDFT- Remédiation cognitive-Etudes

Sites de Dupré Lakanal





Durée du séjour : 6 mois renouvelables

Impact sur réinsertion scolaire qualité de vie troubles psychoiatriques

41

L'expérience d'une équipe de liaison en addictologie pour adolescents en établissement soin/étude Har A., Escaut A., Phan O. Neuropsychiatrie de l'Enfance et de l'Adolescence 30 March 2020



Merci de attention

olivier.phan@croix-rouge.fr

Moment charnière entre l'enfance et l'âge adulte, l'adoles-cence est cette période de la vie où un jeune acquiert son indépendance. Cette quête d'autonomie, qui n'est pas un choix mais une nécessité, passe par des essais et des prises de risque. Les parents peuvent se sentir désarmés, avoir l'impression qu'ils ne sont plus écoutés, que leur adolescent échappe à tout contrôle. Pourtant, ils doivent l'accompagner au mieux pour lui permettre de vivre et de savourer les expériences de son âge, sans perte de chance pour son avenir. Essayer le cannabis ne conduit pas inéluctablement à la toxicomanie. En revanche, fumer pour gérer ses émotions constitue une consommation à risque. De même que jouer est indispensable à l'homme, trouver dans les jeux vidéo un moyen de fuir la réalité pose un vrai problème. Enfin, la fête et l'alcool font très bon ménage, sauf lorsqu'ils transforment la prise de risque en une réelle mise en danger.

Quand un adolescent a une conduite problématique, le ramener à la raison n'est pas chose facile. Son cerveau, encore en développement, privilégie l'émotionnel au rationnel. Face à cette réalité, ce sont des liens de confiance, solides et stables, qui vont permettre aux parents d'accompagner leur enfant. Faire confiance à son adolescent et à ses compétences de parents est un élément clé pour l'épanouissement de tous.

Dans cet ouvrage, des spécialistes proposent un autre regard sur l'adolescence et préconisent des attitudes parentales issues de leur pratique clinique auprès de familles d'adolescents.

LE LIVRE QUI ACCOMPAGNE

LA PRISE DE RISQUE

SANS MISE EN DANGER







Dr OLIVIER PHAN Dr Ceiine Bonnaire , Dr Alex andre Har, Nathalie Bastard, Zephyr Serehen

JEUX VIDÉO, ALCOOL, CANNABIS PRÉVENIR ET ACCOMPAGNER SON ADOLESCENT

SOLAR

Dr Olivier Phan Dr Céline Bonnaire, Dr Alexandre Har, Nathalie Bastard, Zephyr Serehen



PRÉVENIR ET ACCOMPAGNER SON ADOLESCENT



JELIX ALCCCI, CANNARIS, Couverture Indi. Truites les nace

MERCI DE VOTRE ATTENTION olivier.phan@fsef.net olivier.phan@croix-rouge.fr