



# BIBLIOGRAPHIE

« ADDICTIONS SANS PRODUIT »

[epiea.cg59.fr](http://epiea.cg59.fr)

Pôle prévention des addictions  
Département du Nord



Conseil Général  
Département du Nord

# PRESENTATION

Cette bibliographie thématique comporte aussi bien des documents apportant un regard d'experts sur la problématique que des supports variés (guides pédagogiques, cédéroms, jeux, livres jeunesse, vidéos, ...) destinés à accompagner de manière ludique la mise en œuvre d'actions de prévention.

Tous les documents cités sont consultables et/ou empruntables au centre de ressources du Pôle Prévention des Addictions-EPICéA (voir présentation en page finale).

## SOMMAIRE

---

GENERALITES.....	p. 2
MULTIMEDIA .....	p. 5
JEU PATHOLOGIQUE .....	p. 14
ACHATS COMPULSIFS .....	p. 18
DEPENDANCE AFFECTIVE .....	p. 20
AUTRES ADDICTIONS SANS PRODUIT .....	p. 22
QUELQUES SITES INTERNET .....	p. 23
PRESENTATION DU CENTRE DE DOCUMENTATION .....	p. 25

# GENERALITES

## LIVRES

---

**Les Addictions comportementales : aspects cliniques et psychopathologiques** / VARESCON I. (Dir.) - MARDAGA , 2009

L'objectif de cet ouvrage est de présenter de façon didactique, sous forme de chapitre, les principales addictions comportementales : addictions aux achats, addiction aux jeux d'argent, cyberdépendance, troubles des conduites alimentaires, addiction au travail et addiction à l'activité physique. Chaque chapitre s'organise autour d'un même plan : définitions, repères historiques, données épidémiologiques, principales approches théoriques, caractéristiques cliniques, outils d'évaluation et de diagnostic, modalités de prise en charge, axes de recherches actuels.

**Cote ASP.01 VAR**

**Addictologie : alcool, tabac, cannabis, opiacés, cocaïne, jeu pathologique** / LEJOYEUX M. - MASSON, 2008

Cet ouvrage regroupe l'ensemble des données actuelles en matière d'addictologie : cliniques, biologiques, socio culturelles et thérapeutiques. Il a été réalisé par des spécialistes universitaires ou hospitaliers en addictologie, sous la coordination de l'auteur, psychiatre. C'est un ouvrage de référence qui fait état des avancées récentes en la matière.

**Cote CAD.05 LEJ**

**Ces dépendances qui nous gouvernent : comment s'en libérer ?** / LOWENSTEIN W. - CALMANN-LEVY, 2005

Même si toutes les dépendances ne présentent pas le même degré de dangerosité, la médecine peut permettre de sortir de la "maladie des émotions". Le Dr Lowenstein développe cette notion dans cet ouvrage dans lequel il plaide pour le développement de sa discipline, l'addictologie, l'"étude des abus et des dépendance". L'auteur situe sa démarche aux antipodes d'"une attitude psychiatrique". Il passe ensuite en revue les addictions que nous pouvons éprouver : celles qui reposent sur la consommation d'un produit, les addictions sans drogue (le jeu compulsif, l'ordinateur à haute dose) et, enfin, toute une série de comportements qu'il situe "à la frontière de l'addiction", comme le besoin de se ronger les ongles, la kleptomanie, les achats compulsifs ou encore le téléphone portable. L'auteur détaille ensuite les rouages pouvant faire passer le consommateur de l'usage occasionnel à l'abus, puis à la dépendance.

**Cote CAD.01 LOW**

**Dépendances : tous accros ? Drogues, alcool, tabac, jeux et cyberdépendance** / BARMAN J.-D. - SAINT-AUGUSTIN, 2008

Donner des repères aux parents et éducateurs en évitant le piège des idées reçues sur les dépendances, tel est l'objectif de l'auteur qui travaille depuis plus de trente ans dans le domaine de la prévention des dépendances et de l'aide aux toxicomanes en Suisse.

**Cote CAD.01 BAR**

**Les dépendances, ces fantômes insatiables** / MATE G. - Ed. de l'homme, 2009

Drogues, alcool, tabac, travail, nourriture, sexe, jeu et achats compulsifs autant de moyens destructeurs pour se reconforter. Pourquoi est-il si difficile de renoncer à ces habitudes, même lorsqu'elles mettent la santé en péril détruisent les relations et ruinent des vies ? L'auteur examine les dépendances épidémiques et explique pourquoi on peut y être si vulnérables et ce qu'il faut faire pour se libérer de leur emprise sur les émotions et les comportements.

**Cote CAD.01 MAT**

**Drogues et cerveau : LSD, cocaïne, héroïne, cannabis, opium, morphine, ecstasy, tranquillisants, alcool, tabac, antidépresseurs, boulimie, sexe, jeu** / LENTIN J.-P. - Ed. du Panama, 2005

Injectées, fumées, ingérées, sniffées, toutes les drogues agissent sur le cerveau. Qu'elles soient légales, illégales ou médicales, elles ont pour point commun d'emprunter et de perturber ses circuits de communication. Mais au-delà des effets des substances, c'est en fait le processus même de l'addiction qui est au cœur de l'étude des drogues. Jeu, sport, nourriture et sexe abusifs sont désormais considérés comme sources de dépendance dans le sens clinique du terme. Si l'addiction peut exister sans drogue, les réponses se cacheraient-elles dans la formule chimique du drogué ? Les chercheurs interrogés dans ce livre cherchent à élucider les mécanismes de la dépendance.

**Cote PRO.10 HOR**

**Encore plus ! : jeu, sexe, travail, argent / ADES J., LEJOYEUX M. - ODILE JACOB, 2001**

L'ouvrage analyse les mécanismes profonds qui expliquent les comportements excessifs dont sont victimes certaines personnes (achat, jeu, argent, sexe, travail, sport...). Il permet ainsi de mieux repérer les souffrances cachées et les dangers réels que peuvent entraîner ces dépendances.

**Cote ASP.01 ADE**

**L'individu face à ses dépendances / MEMMI A. - VUIBERT, 2005**

Dans ce livre d'entretiens, l'auteur part du principe que, de la naissance à la vieillesse, nous sommes tous dépendants et trouvons un certain nombre de pourvoyances naturelles. La dépendance devient pathologique lorsqu'elle prend une forme excessive et peut, alors, se fixer sur des objets divers (tabac, alcool, mais aussi amour, travail, etc.). Il traite ainsi, de façon nuancée et personnelle, un sujet qu'il élève à un niveau de sagesse pratique.

**Cote CAD.01 MEM**

**Nouvelles addictions - PRATIQUES PSYCHOLOGIQUES, 1997**

Il existe plusieurs formes de dépendances. La dépendance extrême correspond au terme d'addiction. Il désigne la répétition d'actes censés procurer du plaisir mais par l'intermédiaire d'un objet matériel ou d'une situation recherchés et consommés avec "avidité".

Ce numéro illustre plusieurs aliénations de ce type : la dépendance aux drogues, dures et moins dures ; le jeu ; les achats ; la sexualité ; le travail, ....

**Cote CAD.01 PRA**

**Les Nouvelles addictions : addiction sexuelle, cyberdépendance, dépendance affective, addiction aux thérapies, achat compulsif ... / ASSOUN P.-L. ; TINLAND O. ; PHARO P. ; et al. - Ed. Scali, 2007, 192 p.**

Ce livre est constitué de différentes enquêtes et études sur les dépendances inhérentes à la société contemporaine. En outre, il est agrémenté de témoignages de personnes dépendantes. Il traite des addictions sexuelles, de la cyberdépendance, de la dépendance affective, de l'addiction aux thérapies, de l'achat compulsif etc.

**Cote CAD.01 ASS**

**Les Nouvelles formes d'addiction : l'amour, le sexe, les jeux vidéo / VALLEUR M. ; MATYSIAK J.-C. - FLAMMARION, 2010, 282 p.**

Les auteurs détaillent finement les dépendances et compulsions affectives, sexuelles et ludiques, analysant au passage le mythe de "Tristan et Iseut", premier roman d'amour moderne. A l'origine de l'essai, une intuition : utiliser la notion d'addiction pour aborder l'éternel problème de la dépendance amoureuse. Autrement dit, il en va de l'amour comme du reste : l'usage modéré est bénéfique, l'abus, désastreux.

**Cote ASP.01 VAL**

**Papa, maman, c'est quoi être accro ? / MATYSIAK J.C. - ALIAS etc, 2003**

Ce guide a pour vocation de prévenir les addictions comme le tabac, l'alcool, la drogue mais aussi les jeux et les autres dépendances. Répondant aux questions des enfants, chaque partie se conclut par une mise au point de ce qu'il faut retenir. La notion de dépendance est également abordée et les enfants deviennent détenteurs d'un savoir qui permet d'instaurer un cadre d'échanges avec les adultes et leurs parents en particulier.

**Cote CAD.01 MAT**

**Les Passions dangereuses : addictions et conduites de dépendances / JOLLY D. (Dir.) - FLAMMARION, 1998**

Cet ouvrage fait la synthèse des réflexions actuelles sur l'ensemble des conduites de dépendance des individus face à des produits ou à des comportements très différents qui ont suivi une origine identique. Le concept de l'addiction veut jeter des ponts entre des conduites pathologiques aussi différentes que le jeu pathologique, l'abus d'alcool ou de tabac, le saut à l'élastique, l'héroïnomanie, la boulimie, l'anorexie ou l'amour exagéré de chocolat !

**Cote CAD.01 MAL**

**Psychopathologie des addictions / PEDINIELLI J.L. - PUF, 1997**

Ce livre présente la définition et les modèles explicatifs des différentes addictions ainsi que les théories psychopathologiques qui tentent d'expliquer le phénomène d'addiction quelque soit l'objet sur lequel il porte : l'alcoolodépendance, la boulimie, le jeu pathologique, certaines tentatives de suicides répétées, certaines conduites de risque, les achats compulsifs, la sexualité compulsive ou les excès de dépense physique ou de travail.

**Cote CAD.12 PED**

**Se libérer de ses dépendances** / SENK P. - MARABOUT, 2001

Il existe de nombreuses formes de dépendances (alcool, drogues, travail, nourriture, chat et jeux, etc.) et les personnes touchées souffrent de ces comportements compulsifs. Cet ouvrage présente différentes voies possibles de délivrance, mettant en avant le rôle de la parole et du travail de groupe qui permettent d'avoir accès à des ressources insoupçonnées. Fondé sur une enquête menée auprès d'une cinquantaine de témoins, il s'attache essentiellement au processus de libération.

**Cote CAD.01 GRA**

**Sexe, passion et jeux vidéo : les nouvelles formes d'addiction** / VALLEUR M., MATYSIAK J.C. - FLAMMARION, 2003

Aujourd'hui, la souffrance des toxicomanes et des alcooliques est sinon prise en charge, du moins reconnue. Mais qu'en est-il des addicts à ce qu'on nomme les "toxicomanies sans drogue" : la passion, le sexe et le jeu... ? Aux Etats-Unis, des dizaines de groupes thérapeutiques travaillent sur le modèle des Alcooliques Anonymes. En France, des consultations spécialisées commencent à accueillir ces nouveaux "accros". Psychiatre et psychothérapeute, les auteurs nous invitent à réfléchir sur les mécanismes profonds de la dépendance et du lien.

**Cote ASP.01 VAL**

**Tous addicts ?** / GRAPE - La lettre de l'enfance et de l'adolescence, 2009, n°77

Addicts, accros, dépendants... À qui, à quoi ? Dans une société de l'immédiateté, où la frustration et le manque peinent à trouver une place pour s'élaborer, comment le sujet peut-il passer du besoin au désir ? Faute de ce passage, toutes formes d'activités, pourtant vitales et socialisantes (nourriture, jeux, téléphonie, travail, sexualité...) peuvent devenir supports de dépendance plutôt que de rencontre, l'autre étant amalgamé à un besoin. L'addict resterait avide de substances, de relations, d'activités, venant combler un blanc, un vide qui ne peut se penser, et se répète alors sans cesse.

**Cote CAD.01 GRA**

**Toxicomanie et conduites addictives** / VELEA D. - HEURES DE FRANCE, 2005

Véritable guide des problématiques de santé mentale et de santé publique liées aux principales conduites addictives, cet ouvrage s'adresse à un public très large (médecins, infirmiers, travailleurs sociaux). A côté des toxicomanies classiques (héroïne, cocaïne, cannabis, alcool), et des drogues de synthèse (ecstasy, LSD, kétamine, GHB, PCP...) les nouvelles addictions sans drogues (Internet, jeux vidéo, addiction sexuelle, addiction au sport), complètent un tableau exhaustif. Un bref historique précède le détail des présentations des différentes drogues et de leurs effets, tant somatiques que psychiques, et des modalités de prise en charge. La présentation simplifiée par des schémas concis et clairs, rend aisée la compréhension des thèmes et facilite la recherche d'information. L'ouvrage est complété par une liste des centres de soins en toxicomanie, des centres de documentation, des revues spécialisées et une liste des sites Internet. (Résumé d'éditeur.)

**Cote CAD.01 VEL**

**Traité d'addictologie** / REYNAUD M. (Dir.) - FLAMMARION MEDECINE-SCIENCES, 2006

La 1ère partie, dans une approche commune des addictions, en redéfinit les concepts, expose leurs mécanismes neurobiologiques, de mieux en mieux connus grâce aux progrès de l'imagerie cérébrale, analyse enfin les facteurs de risque et de vulnérabilité aux plans biologiques, génétiques, environnementaux et sociaux. La 2ème partie aborde les aspects sociaux et législatifs : épidémiologie, politiques de prévention, analyse critique des dispositifs de soins principalement. La 3ème partie est consacrée aux approches thérapeutiques des addictions, depuis les grands principes de la prise en charge jusqu'aux réseaux, en passant par les thérapeutiques de substitution, la psychanalyse, les TCC, les thérapies familiales, la prévention de la rechute. Dans les 6 parties suivantes, sont abordées les différentes addictions : à l'alcool, au tabac, au cannabis, à l'héroïne, à la cocaïne, aux autres drogues, aux médicaments, aux jeux, etc...et le dopage. Dans tous les cas, les auteurs exposent les signes cliniques, les complications psychiatriques et somatiques, les situations d'urgence, les différentes modalités de la prise en charge et du traitement, le pronostic.

**Cote CAD.00 REY**

**Tu ne seras pas accro, mon fils : peut-on éviter à nos enfants de devenir dépendants ?** / MATYSIAK J.C. - ALBIN MICHEL, 2002

Cet ouvrage s'intéresse à toutes les dépendances et souligne l'importance pour les parents de ne pas négliger les produits licites et les addictions sans produit. Il décrit le concept de dépendance et les comportements à risques chez les adolescents, puis s'intéresse ensuite aux drogues licites ou illicites et aux dépendances sans produit tel qu'un usage abusif des jeux vidéos ou de la télévision.

**Cote CAD.03.05 MAT**

# MULTIMEDIA (INTERNET, JEUX VIDEO, ECRAN, TÉLÉPHONE...)

## LIVRES

---

**Accros à l'écran ? Du Tamagotchi au cybersexe, et pourquoi pas !** / MATYSIAK Jean-Claude - Ed. Pascal, 2006, 144 p.

L'écran a-t-il le pouvoir de nous accrocher jusqu'à nous rendre dépendants ? Les enfants, ados, jeunes adultes, risquent-ils de décrocher de la réalité, lorsqu'ils fuient dans le monde virtuel des jeux vidéo ? Sommes-nous vulnérables au pouvoir diabolique de l'écran ? Et la télé - dans cette civilisation de l'image -, par son effet captivant est-elle addictogène pour des millions d'individus ? Le procès intenté aux émissions de télé-réalité racoleuses, aux séries médiocres, aux jeux d'argent dégradants, ne cache-t-il pas la fragilité du téléspectateur Les auteurs donnent à voir que la situation n'est pas si catastrophique et qu'il est préférable d'examiner nos comportements face aux écrans, pour pouvoir en mesurer les risques, plutôt que de diaboliser les objets (aussi autonomes soient-ils). Le livre contient en annexe des tests courts pour mesurer son/ses addiction(s). [D'après le résumé d'éditeur]

**Cote ASP.14 MAT**

**Les Accros d'Internet** / ROCHON J.P. - LIBRE EXPRESSION, 2004, 270 p.

La dépendance n'est pas exclusive à l'alcool ou aux drogues. La cyberdépendance présente des caractéristiques communes à ces autres dépendances. Des hommes et des femmes passent tous leurs loisirs, sinon tout leur temps, devant l'écran de leur ordinateur et leur conjoint les quitte pour cette raison. L'auteur de ce livre, premier du genre publié en français sur le sujet, nous démontre que cette cyberdépendance guette quiconque ne fait pas preuve de modération en naviguant dans Internet. Il nous offre un tour guidé de la problématique, ainsi que des témoignages de cyberdépendants ou de leurs proches.

**Cote ASP.14 ROC**

**Les Addictions à Internet : de l'ennui à la dépendance** / HAUTEFEUILLE M. - PAYOT, 2010, 200 p.

Devenue un vrai problème de société, la cyberdépendance concerne les jeunes comme les adultes au travers des jeux, des chats ou du « cybersexe ». Cet ouvrage en donne la définition et les moyens pour la soigner. Les auteurs portent un regard lucide et déculpabilisant sur cette toxicomanie sans drogue et peut aider les prisonniers du net qui veulent s'en sortir et leur entourage. Près de trente millions de français utilisent Internet. Pas toujours pour le meilleur : le contenu de nombreux sites s'avère toxique (sites pornographiques, racistes ou sectaires, jeux violents...) et cet outil de tous les possibles possède un potentiel addictif reconnu. Au point qu'un nouveau mot a fait son apparition dans le langage presque courant : celui de cyberdépendance.

**Cote ASP.14 HAU**

**Ados en vrille, mères en vrac** / POMMEREAU X. - ALBIN MICHEL, 2010, 264 p.

Six témoignages de mère "en vrac" impuissantes face aux difficultés rencontrées par leurs ados (alcool, automutilation, accro aux jeux vidéo, anorexique ou drogué...). Le psychiatre Xavier Pommereau apporte un éclairage à chacun de ces témoignages et propose des "voies de dégagement" afin d'éviter le pire.

**Cote PAR.T POM**

**Les ados et les médias** / PINET-FERNANDES, C. - STUDYPARENTS, 2008, 159 p.

Devant le succès grandissant des médias (télévision, Internet, téléphone portable...) auprès des adolescents, nombreux sont les parents qui s'inquiètent et se posent des questions sur les réels dangers d'une telle "consommation". Cet ouvrage propose de répondre à ces multiples questions en soulignant la place des parents dans une éducation aux médias et la dimension essentielle des médias dans la construction de l'identité adolescente.

**Cote JEU.14 PIN**

**Les bons usages d'Internet** / BREDI I. ; HOURS C. - LIBRIO, 2008, n°807, 79 p.

Peut-on tout dire sur un chat ou un blog ? Quels risques prend-on en téléchargeant musiques et films ? Comment vérifier des informations glanées sur Internet ? Cet ouvrage s'efforce de répondre à ces questions concrètes, en apportant à la fois des explications sur le fonctionnement d'Internet, des conseils d'utilisation et des références juridiques pour approfondir certains points.

**Cote ASP.14 BRE**

**Comprendre l'impact des jeux vidéo : potentiels + dangers = responsabilités nécessaires / CHAMBLER-DUBOSSON M. - CHRONIQUE SOCIALE, 2009, 115 p.**

Cet ouvrage propose une analyse pédagogique des effets du jeu vidéo à travers son évolution et son fonctionnement.

**Cote ASP.14 CHA**

**Culture d'univers : jeux en réseau, mondes virtuels, le nouvel âge de la société numérique / BEAU F. - Fyp éditions, 2008, 259 p.**

Fruit de la collaboration d'une quarantaine d'experts internationaux, ce livre rend lisible un sujet jusqu'ici complexe. Qu'en est-il vraiment de ces mondes virtuels qui suscitent souvent craintes ou fascinations excessives ? Des économies parallèles inédites apparaissent dans ces mondes virtuels. Elles surprennent par leur ampleur et leur complexité, investissant les jeux vidéo, mais aussi l'Internet et l'ensemble des médias. Des cultures contemporaines prospèrent en faisant jaillir du cyberspace des questions à présent incontournables : Que se passe-t-il dans la tête de tous ces joueurs ? Ces univers préfigurent-ils la société numérique du futur ? Et s'ils étaient à l'avant-garde d'une synthèse inattendue des médias au XXI<sup>e</sup> siècle ? Comment renouvellent-ils le rapport entre réel et virtuel ?

Synthétique et prospectif, le livre décrypte cette nouvelle culture et rend compte de ce qui se pratique et se crée dans ces "nouveaux mondes". Il n'est pas une simple compilation des connaissances, mais propose des concepts inédits pour appréhender ces cultures, leurs économies et leur devenir. Culture d'Univers s'adresse au plus grand nombre : aux joueurs, aux familles ayant le souci d'aller au-delà des idées reçues, aux institutions, aux enseignants et chercheurs, aux industries de loisirs et de la communication en quête de futur.

**Cote SHU.14 BEA**

**La Cyberdépendance : mieux maîtriser la relation à Internet / PFEIFER S. - Empreinte temps présent, 2010, 101 p.**

La dépendance à la pornographie sur le Net et ses possibles remèdes constituent le principal objet de cet ouvrage. Un bon guide pour ce sujet délicat. L'auteur, psychiatre et protestant, décrit cette addiction sous ses différentes facettes : pourquoi et comment elle piège souvent des « messieurs tout le monde », époux et (bons) pères de famille. Comment, quand l'entourage la découvre, elle provoque de véritables drames familiaux.

**Cote ASP.14 SAM**

**Les écrans, ça rend accro ... / STORA M. - HACHETTE, 2007, 116 p.**

L'auteur déconstruit les idées reçues et défend les écrans injustement décriés. Michael Stora. L'auteur, psychologue et psychanalyste, se présente comme un amoureux de l'image et en prend la défense.

L'originalité de sa pensée réside dans l'application clinique novatrice qu'il fait de ces écrans. En effet, il utilise les jeux vidéo dans son travail clinique avec des adolescents.

**Cote ASP.14 STO**

**Les écrans dévorent-ils vos enfants ? / BRACHET-LEHUR, Monique - FLEURUS, 1997, 193 p.**

A une époque où l'image sur écran fait partie du quotidien des petits et des grands, l'auteur, psychologue, explique comment se repérer dans ce nouvel univers et contrôler son influence sur l'esprit des enfants. Entre télé et jeux de vidéo, vos petits fans vous inquiètent ? Découvrez les dessous de cette attirance... Ni apologie, ni critique des différentes activités sur écran, ce livre permet surtout aux parents, éducateurs ou enseignants de retrouver leur fonction.

**Cote ASP.14.04 BRA**

**Les écrans : grandeur et dépendance - NON-VIOLENCE ACTUALITE, 2009, n°9, 112 p.**

Le développement des écrans constitue une véritable révolution dans la communication, l'information, la culture, voire dans notre mode de vie. Mais tout cela ne peut se faire sans contrôle ni réglementation, sans accompagnement ni éducation. Garder la capacité de faire un usage limité et éclairé de ces outils, tel est le premier objectif du "Défi des 10 jours pour voir autrement", une action qui se développe dans les écoles et qui invite élèves, parents et enseignants à réfléchir sur ses dépendances.

**Cote ASP.14 NON**

**Ecrans et médias, une affaire de famille / BATON-HERVE E. - UNAFAM, 2004, 54 p.**

Ce guide tente de répondre aux questions que se posent bon nombre de parents au sujet des médias, de leur gestion, de leur influence. La première partie a pour objectif d'apporter au lecteur quelques connaissances utiles à la compréhension des médias. La seconde essaie de transmettre quelques conseils aux parents désireux de "bien faire".

**Cote JEU.14 BAT**

**Enfants et adolescents face au numérique : comment les protéger et les éduquer / NAYEBI J.-C. - ODILE JACOB, 2010, 236 p.**

Les enfants et les adolescents sont la première génération à être née et à grandir avec les nouvelles technologies. Internet, les jeux virtuels, etc. Il est donc difficile pour leurs parents et leurs éducateurs de cerner les risques qui y sont liés et plus encore de les en préserver. L'auteur a rédigé cet ouvrage pour les y aider.

**Cote ASP.03.04 NAY**

**Enfants sous influence : les écrans rendent-ils les jeunes violents ? / TISSERON S. - ARMAND COLIN, 2000, 175 p.**

Les conséquences des images violentes sur les enfants préoccupent les parents, les pédagogues et les pouvoirs publics. Télévision, cinéma, jeux vidéo ont-ils une influence sur les comportements des «bandes», en particulier dans les banlieues ? Leurs effets sont-ils les mêmes selon qu'elles sont vues par des garçons ou par des filles, par des enfants de milieu social favorisé ou défavorisé ? Les enfants qui parlent plus facilement de ce qu'ils ont ressenti face à elles sont-ils mieux protégés que les autres ? Et comment interfèrent les groupes et les images pour entraîner des comportements violents qu'on est parfois tenté d'attribuer trop rapidement aux images seules ? (Résumé d'éditeur)

**Cote JEU.14 TIS**

**Faut-il interdire les écrans aux enfants ? / STIEGLER B. ; TISSERON S. - Ed. Mordicus, 2009, 112 p.**

En France, les enfants passent en moyenne plus de 1200 heures par an devant leurs écrans (télévision, ordinateur, console, téléphone portable). Devant cette nouvelle donne, les parents s'inquiètent : faut-il interdire les écrans ou au moins limiter leur accès ? Les écrans constituent-ils un frein au développement intellectuel et émotionnel des enfants ? Influencent-ils leur réussite scolaire ?

Pour répondre à ces questions, Bernard Stiegler, philosophe, et Serge Tisseron, psychiatre et psychanalyste, apportent deux approches, deux points de vue pour appréhender la question.

**Cote ASP.14 STI**

**Guérir par le virtuel : une nouvelle approche thérapeutique / STORA M. - PRESSES DE LA RENAISSANCE, 2005, 215 p.**

Dans une société où le jeu vidéo, le chat et Internet suscitent des angoisses croissantes, l'auteur (psychologue clinicien-psychanalyste) fait part de son expérience clinique du virtuel et offre ainsi un regard nouveau et nuancé sur cet univers. Il utilise lui-même des jeux vidéo comme moyen thérapeutique auprès d'enfants souffrants de troubles du comportement.

**Cote ASP.14 STO**

**Internet dix ans après : où en sommes-nous ? / PERON-VERLOOVE, A-S. - L'Hèbe, 2010, 90 p.**

En quatre-vingt-dix pages, l'auteur se propose de faire le point sur le phénomène Internet, dix ans après son entrée dans notre quotidien. Aujourd'hui, la plupart des foyers sont équipés d'une connexion Internet. Pourtant, la majorité d'entre eux ignore ce qu'est le phishing, le peer-to-peer... Beaucoup ignore qu'il laisse des "traces" en surfant voire qu'ils peuvent en devenir dépendants. Autant de questions auxquelles l'auteur répond dans cet ouvrage...

**Cote ASP.14 PER**

**Jeux vidéo et ados : ne pas diaboliser, pour mieux les accompagner / PHAN O. ; BASTARD, N. - Ed. Pascal, 2009, 127 p.**

Pour la majorité des adolescents, les jeux vidéo restent une source de plaisir, loin de l'image néfaste qui les rend responsables de la violence des adolescents d'aujourd'hui. Cependant, la personnalité et l'environnement du joueur peuvent parfois poser problème et rendre le joueur dépendant. Ce guide propose d'ouvrir des espaces de compréhension mutuels entre parents et enfants en définissant les limites de ce qui relève d'une pratique addictive et de ce qui reste une pratique ludique.

**Cote ASP.14.05 PHA**

**La Pratique du jeu vidéo : réalité ou virtualité ? / ROUSTAN M. - L'HARMATTAN, 2004, 224 p.**

Cet ouvrage à la démarche interdisciplinaire se consacre dans la première partie à la problématique du corps face à la machine. La seconde partie prend comme point d'entrée le lien social, en examinant ce qui sépare ou unit le "pour de faux" du jeu virtuel et le "pour de vrai" du jeu social (le jeu en réseau par exemple). La troisième et dernière partie du livre s'articule autour de la notion de culture au sens large, avec notamment une étude autour du jeu "The Sims" mettant en parallèle les processus ludiques avec les modes d'action de la société de consommation américaine et les rôles sociaux sexués qui la sous-tendent.

**Cote ASP.14 ROU**



**Les jeux vidéo** / HENNO J. - LE CAVALIER BLEU, 2002, 126 p.

Partant du fait que les jeux vidéos sont le premier loisir des ados et que cela inquiète les parents, ce livre a pour but de casser - ou du moins nuancer - un à un tous les poncifs habituels concernant les jeux vidéos comme "ça rend bête", "ça rend épileptique", "la violence contenue dans ces jeux fascine et influence les ados"... Contient également un glossaire des termes liés aux jeux vidéo pour les profanes.

**Cote ASP.14 HEN**

**Manuel à l'usage des parents dont les enfants regardent trop la télévision** / TISSERON S. - BAYARD, 2005, 149 p.

L'enfant a toujours un besoin d'explorer et les parents ont généralement pour rôle de limiter ses champs d'investigation. Ils fixent les interdits que l'enfant transgresse en cachette. L'adolescent découvre ainsi le tabac, l'alcool, les sorties nocturnes et la sexualité. Le problème de la télévision est que les images constituent des supports de significations et de modèles qui entrent en permanence en compétition avec ceux des parents. En outre, entre parents et jeunes, partager du tabac ou de l'alcool ne fait pas partie de la vie quotidienne alors que c'est le cas des images, tout genre confondu. Ce livre, qui se veut un guide pratique, tente d'aider les parents de très jeunes enfants ou d'adolescents à avoir les bonnes réactions par rapport aux images car c'est à partir de ces réactions que le jeune construit ses repères. Contient également des chapitres sur la presse, la publicité et le cinéma, les jeux vidéo, les jeux de rôle et Internet.

**Cote ASP.14.04 TIS**

**Mon enfant n'est pas un cœur de cible** / DESBORDES J.-P. - ACTES SUD, 2007, 220 p.

Voici une enquête sur les relations incestueuses entre la télévision et nos enfants. On estime qu'ils la regardent en moyenne 796 heures par an, contre 850 passées à l'école. L'auteur a recueilli des témoignages de ceux qui « font » les programmes pour les petits de 1 à 10 ans, les avis des psychologues, des publicitaires, des maîtresses d'école...

L'enjeu ? Révéler l'influence de l'écran sur les structures mentales des enfants, c'est-à-dire leur manière de penser, d'apprendre, d'écouter, de comprendre...

Jean-Philippe Desbordes montre que la télévision « formate » de futurs consommateurs, quitte à leur envoyer des images subliminales en pleine tête. Les publicitaires ramassent les gains, tandis que pèse sur ceux qui tirent la sonnette d'alarme une chape de plomb. [A partir du résumé d'éditeur]

**Cote ASP.14.04 DES**

**Mes enfants sont accros aux jeux vidéo : guide des premiers secours à l'intention des parents déboussolés** / OULLION J.-M. - LES CARNETS DE L'INFO, 2008, 191 p.

Cet ouvrage propose des conseils, des exemples et des témoignages pour dédramatiser l'inquiétude des adultes face aux comportements excessifs des jeunes en matière de jeux vidéo. Il décrit les signes révélateurs de comportements à risque et propose un panorama des jeux vidéo et jeux en réseau pour comprendre leur succès. Il examine les principaux préjugés sur les effets des jeux vidéo et présente des cas d'addiction.

**Cote ASP.14.04 OUL**

**Qui a peur des jeux vidéo ?** / TISSERON S. ; GRAVILLON I. - ALBIN MICHEL, 2008

Les jeux vidéo se sont plus que largement démocratisés ces dernières années. Les environnements sont de plus en plus sophistiqués, les histoires toujours plus captivantes, et leurs adeptes, seuls ou en réseau, y éprouvent des émotions inédites. C'est pourquoi la tentation est grande pour certains enfants de confondre ces mondes avec LE monde. On parle même d'addiction en oubliant les côtés positifs voire même éducatifs de ces jeux. L'auteur souhaite avant tout avec ce livre informer les parents. Il y décrit :

- les compétences développées par les jeux vidéo ;
- en quoi ils peuvent aider à supporter les tracas du quotidien ;
- les signes d'une potentielle addiction ;
- les conseils pour les décrocher de l'écran ;
- comment prévenir les excès avant l'adolescence.

Sans en minimiser les effets, ce livre replace la passion pour les jeux vidéo dans un contexte éducatif et pédagogique et non médical.

**Cote ASP.14 TIS**

**Télé et jeux vidéo : un bon dosage pour un bon usage** / STORA M. ; DENY M. - Ed. Nathan, 2010, 95 p.

Les dangers des programmes TV pour bébés, la violence des images ; console de jeu ; décrypter les informations sur le Web... Un tour d'horizon complet des loisirs interactifs adaptés à l'âge de 1 à 12 ans, pour apprendre à bien gérer l'utilisation au quotidien par un enfant. Des réponses pour mieux comprendre les mondes virtuels et leur impact sur le développement de l'enfant. Des conseils pour poser des limites

claires et éviter les excès, tout en partageant des moments complices de jeu. Bref, des réponses pratiques aux questions des parents, adaptées à chaque tranche d'âge : 1-3 ans, 3-6 ans et 6-10 ans.

#### **Cote JEU.14 DEN**

**Virtual killer** / MATYSIAK J.C. - Ed. Pascal, 2009, 252 p.

L'auteur, psychiatre et psychothérapeute, met en relief dans l'ouvrage *Virtual Killer* les addictions et le mécanisme de ces dépendances au travers d'une galerie de personnages. Il met notamment l'accent sur les jeux vidéo, nouvelle addiction des jeunes et des moins jeunes. Détails sur cette addiction « nouvelle génération ».

7<sup>e</sup> titre de la collection Polar santé -de la Mutualité française et des éditions Pascal-, cet ouvrage explique le développement des dépendances (alcool, drogues, jeux vidéo).

L'auteur est chef de service d'une unité spécialisée dans le traitement des maladies addictives. L'ouvrage met en scène le mécanisme de diverses dépendances, mais il met l'accent sur l'univers du jeu vidéo, d'où le titre.

#### **Cote ASP.14.F MAT**

## **COLLOQUES / RAPPORTS / TEXTES DIVERS**

---

**Addiction au virtuel : le jeu vidéo** / STORA M. - OMNSH, 03/2004, 8 p.

Etude de cas avérés de dépendance aux jeux vidéo d'un point de vue psychanalytique. L'auteur suppose que ce genre d'addiction est dû à des traumatismes subis par les sujets observés remontant à la petite enfance notamment au niveau de la perception de soi :

- le moi dans tous ses états : complétude narcissique face à l'incomplétude du Moi ;
- Le soi interactif ;
- l'image ne nous rend pas l'amour qu'on lui porte (mère dépressive - bébé - écran de télévision et mère narcissique - bébé - représentation de soi)

**La Cyberdépendance : fondements et perspectives** / VAUGEOIS P. - CENTRE QUEBECOIS DE LUTTE AUX DEPENDANCES, 11/2006, 32 p.

Quel devrait être le champ d'études de la cyberdépendance ? Quels sont les résultats des études sur l'usage de l'Internet ? Est-ce que la cyberdépendance est un nouveau trouble mental ? Quelles sont les conséquences négatives de la cyberdépendance pour le cybernaute ? Comment fait-on le diagnostic de la cyberdépendance ? Existe-t-il des tests de cyberdépendance ? Existe-t-il un ou des traitements ? Telles sont quelques-unes des questions auxquelles la présente étude tente d'apporter des réponses.

#### **Cote ASP.14 VAU**

**Recommandation "Jeux vidéo en ligne : quelle gouvernance ?"** / Forum des droits sur Internet - LE FORUM DES DROITS SUR INTERNET, 09/11/2007, 83 p.

Organisme de référence en matière de règles et d'usages du monde numérique, le Forum des droits sur l'internet publie sa Recommandation « Jeux vidéo en ligne : quelle gouvernance ? ». Cette 25<sup>e</sup> Recommandation constitue le premier rapport français qui étudie le phénomène du jeu vidéo en ligne dans ses diverses composantes : sociologique, économique et juridique. Il traite de toutes les formes de jeux qui existent en ligne (jeux en ligne massivement multi-joueurs, jeux occasionnels et consoles de jeu connectées à internet), à l'exception des jeux d'argent.

#### **Cote ASP.14 FOR**

## **LIVRES JEUNESSE**

---

**Cybéra, la sorcière du Net** / MOLLA J. ; DELVAUX C. - Ed. Lito, 2003, 77 p.

Depuis quelques mois, une bonne dizaine d'adolescents ont été enlevés dans toute la France. Le plus déroutant, c'est que ces disparitions ont eu lieu chez eux. On retrouve leur chaise vide, renversée devant l'ordinateur allumé, comme s'ils s'étaient purement et simplement volatilisés. Juliette est en 6<sup>e</sup>. Elle est amoureuse de Noé, un petit génie de l'informatique. C'est elle la prochaine sur la liste...

#### **Cote ASP.14.F MOL**

**Génésis alpha** / MICHAELS R. - Editions Milan, 2008, 253 p.

Dans ce roman évoluent des personnages pris dans l'univers des jeux vidéo en réseau. On est en plein dans le quotidien des jeunes passant le plus clair de leur temps devant un écran d'ordinateur. Mais c'est surtout un roman policier où l'on assiste au naufrage d'une famille, en apparence unie et sans problème. Josh et Max sont deux frères partageant tout. C'est en tout cas le sentiment de Josh, le plus jeune des deux,

qui reste en contact avec son aîné par le biais de Genesis Alpha, un jeu vidéo. Un jour, Max est arrêté pour le meurtre d'une jeune fille. Impossible à croire, pour Josh. Et puis le doute s'installe, entretenu par la sœur de la victime qui va bousculer les certitudes de Josh. Dans sa tête, les questions vont se succéder. Un autre élément va compliquer encore un peu plus le sujet. Josh a joué le rôle de bébé-médicament pour son frère. Ils ont des cellules en commun... Mais qu'ont-ils encore de semblable ?

**Cote ASP.14.F MIC**

**Interface** / ANDERSON M.T. - Gallimard-Jeunesse, 2004, 274 p.

Imaginez un monde où on ne vivrait que pour consommer. Un monde pas si différent du nôtre, où les gens auraient, implanté dès leur plus jeune âge, une Interface. Un émetteur qui permettrait de se connecter en permanence sur un réseau proche de notre Internet actuel. Plus besoin de clavier, ni d'écran, ni même d'ordinateur. Ce serait au cœur de notre cerveau que résiderait l'Interface. Cet accès direct au monde pourrait nous permettre de suivre les informations en direct, de discuter en permanence avec nos amis les plus lointains... Mais il aurait aussi ses revers... Car l'Interface, c'est avant tout le règne de la société de consommation. A tout moment, une hôtesse virtuelle étudie notre comportement et nous propose des produits adaptés à notre profil. Elle sait ce que nous aimons, ce que nous sommes susceptible d'acheter. Elle devance chacun de nos désirs. Ce paradis des achats serait un monde idéal pour certains. Mais pas pour tout le monde... La société de consommation, c'est l'Enfer.

**Cote ASP.14.F AND**

**J'arrête quand je veux !** / ANCION, N. - JOURDAN JEUNESSE, 2010, 223 p.

Théo est fan de jeux vidéo et passerait bien son temps devant son écran qu'il n'y avait pas l'école et les parents. Un jour, il découvre un jeu vidéo en ligne encore plus passionnant au point de tout oublier...

**Cote ASP.14 F ANC**

**Le copain de Fred, accro aux jeux vidéo !** / JOLY F. ; FRANEK C. - Hachette-Jeunesse, 2008, 43 p.

Fred a 8 ans. Un week-end, alors qu'il propose à son meilleur copain Mouloud de faire une partie de pique-nique-foot, celui-ci refuse. Mouloud est fasciné par un jeu vidéo vraiment génial et néglige Fred.

**Cote ASP.14.F JOL**

**Lili se fait piéger sur Internet** / SAINT MARS D. de ; BLOCH S. - CALLIGRAM, 2006, 45 p.

Il y a un nouvel ordi chez Max et Lili et les parents n'ont pas encore installé le "contrôle parental"... Le temps de tomber dans des pièges et de faire quelques cyber-bêtises ! Ce livre de Max et Lili parle d'Internet, de cette toile qui fait entrer dans sa maison une bibliothèque infinie, des magasins, des jeux, des films, des copains..., mais aussi la violence, les images choquantes, l'arnaque, les pédophiles.

**Cote JEU.14.F SAI**

**Ludo adore les jeux vidéo** / VALENTIN, S. ; HOUSSIN, L. - Jouvence, 2010, T. 6, 46 p.

Ludo vient de recevoir une console de jeux vidéo. Le bonheur ! Pour ses parents en revanche, c'est le cauchemar qui commence : Ludo passe son temps à jouer au point d'en oublier de manger...

**Cote ASP.14.F VAL**

**Max est fou de jeux vidéo** / SAINT MARS D. de ; BLOCH S. - CALLIGRAM, 1992, p. 44

Ce livre parle des jeux vidéo avec humour et vérité. Il peut inciter l'enfant à en parler, à comprendre qu'il ne faut pas en abuser, à chercher des solutions pour mieux gérer son temps.

**Cote ASP.14.F SAI**

**No pasaran, le jeu** / LEHMANN C. - ECOLE DES LOISIRS, 1996, 233 p.

Durant un voyage scolaire à Londres, trois adolescents s'arrangent pour échapper aux visites prévues à Westminster Abbey. En effet, ils préfèrent satisfaire leur passion commune et décident d'aller acheter des jeux informatiques dernier cri dans une boutique spécialisée.

Véritable caverne d'Ali Baba, ce magasin atypique assouvit largement la curiosité ludique des trois compères, mais le vieux vendeur vivement troublé par l'insigne militaire d'Andréas leur fait don d'un jeu extraordinaire qui va bouleverser la vie des trois garçons... Quel sera l'impact de ce jeu sur les trois héros ?

**Cote ASP.14.F LEH**

**Plus vrai que nature** / DAVID François - SYROS JEUNESSE, 2006, 74 p.

Alice s'occupe d'un animal virtuel (selon le principe du Tamagotchi) en le cachant à ses parents. Tout va bien jusqu'au jour où la famille doit partir en vacances à un endroit où il n'y a pas d'ordinateur...

Ce roman fonctionne sur le principe de l'identification d'autant plus aisément que l'héroïne est une adolescente ordinaire qui n'est pas accro et utilise Internet avec méfiance. L'histoire est racontée du point de vue des parents qui ne comprennent pas la dépendance affective de leur fille. Le dialogue ne servant à rien, le père prendra des mesures radicales.

## **Cote ASP.14.F DAV**

**Vertige virtuel** / ATANGANA L. - RAGEOT, 2009, 152 p.

Lycéen sans histoire, Julien s'ennuie et recourt avec son ami Florian aux jeux vidéo pour pimenter son quotidien. Un jour, ils découvrent sur Internet le « happy slapping ». Ils décident de passer à l'acte pour s'amuser...

**Cote ASP.14.F ATA**

## **BANDES DESSINEES**

---

**@ccros de MSN : Tome 1** / LOL ; MDR - SOLEIL PRODUCTIONS, 2006, 38 p.

Fréquenté en majorité par des ados à la pratique intensive, MSN s'est imposé, en quelques années, comme un nouveau moyen de communication très en phase avec l'esprit communautaire du Net.

Parmi ces ados, Ludo, l'intello, Norbert, le petit génie de l'informatique, Kévin, le loser, Sophie, la fashion victime et Djamila, la rebelle ! Ils se retrouvent, tous les soirs, après les cours et le week-end, sur MSN pour discuter des mecs, des filles, des devoirs et surtout... pour déconner !

**Cote ASP.14.F LOL**

**@ccros de MSN : Tome 2** / LOL ; MDR - SOLEIL PRODUCTIONS, 2006, 40 p.

Fréquenté en majorité par des ados à la pratique intensive, MSN s'est imposé, en quelques années, comme un nouveau moyen de communication très en phase avec l'esprit communautaire du Net.

Parmi ces ados, Ludo, l'intello, Norbert, le petit génie de l'informatique, Kévin, le loser, Sophie, la fashion victime et Djamila, la rebelle ! Ils se retrouvent, tous les soirs, après les cours et le week-end, sur MSN pour discuter des mecs, des filles, des devoirs et surtout... pour déconner !

**Cote ASP.14.F LOL**

**Les Fondus du portable** / RICHEZ ; CAZENOVE ; SAIVE O. - BAMBOO, 2007, 46 p.

"Le portable, une drogue néfaste ? Attendez de goûter aux ondes positives dégagées par Les Fondus du portable ! Thierry, Karine et leurs amis, tous membres de l'association des Fondus, vous proposent des aventures sans fil et des conversations comiques dont vous n'êtes pas près de décrocher."

Une caricature sympa des hommes et des femmes plus ou moins accros des téléphones portables.

**Cote ASP.14.F RIC**

**Les Geeks : Volume 1, Un clavier azerty en vaut deux** / LABOUROT T. ; GANG - SOLEIL PRODUCTIONS, 2008, 37 p.

L'intérêt du scénario repose non pas sur la caricature, mais bien sur le fait qu'il n'est pas besoin de forcer la dose pour aboutir à des situations complètement décalées pour la majorité des humains... En plus cette BD ne fait pas que taper sur les Geeks, mais les présente souvent comme des victimes d'autres personnes ne comprenant rien à leur univers alors que eux, comprennent très bien le votre (c'est juste qu'ils ne veulent pas le montrer !). Coté dessin, le style moderne du trait est plaisant et change des autres séries à thèmes.

**Cote ASP.14.F LAB**

**Nävis Vol. 5. Princesse Nävis** / MORVAN ; BUCHET ; MUNUERA ; LEROLLE - Delcourt, 2009, 48 p.

Nävis en a assez de s'adonner inlassablement aux mêmes divertissements. Voilà que, faisant du rangement, elle découvre un jeu virtuel : Mediaworld©, dont le principe consiste à gérer une ville et à la faire évoluer au mieux. Nävis se prend bien sûr au jeu, préférant le virtuel où elle possède un grand pouvoir de décision, à la réalité matérialisée par son obéissance à Nsob.

**Cote ASP.14.F MOR**

**Les Portables : ça nous rend fous !** / EXLEY H. ; STOTT B. - Excley, 2006, 60 p.

Petit livre autour du thème du téléphone portable. Ce livre traite avec humour les usages parfois absurdes que l'on fait du portable et contient plein de situations de la vie quotidienne. Le livre est traduit de l'anglais mais il convient à n'importe quel utilisateur ; les usages du portable sont universels.

**Cote ASP.14.F STO**

**La Tribu des Insu portables - Tome 1** / ARE - VENTS D'OUEST, 2007, 48 p.

Ils sont 5 et totalement accros au téléphone portable ! Olivia, la mère, prend des cours du soir en cachette pour apprendre à bien taper ses textos. Stéphane, le père, passe tout son temps libre chez un de ses copains qui tient une boutique Easy Phone ! Leurs 3 enfants Jenny, Matt, Léo et leur chat Mobile raffolent des appareils sans fil dernier cri.

Le premier tome des aventures humoristiques des membres de cette sympathique tribu totalement insu'portable

**Cote ASP.14.F ARE**

**La Tribu des Insu portables - Vol. 2 / ARE - VENTS D'OUEST, 2008, 48 p.**

La suite des aventures de Matt, Léo, Jenny et de leurs parents qui ne peuvent pas se passer de leur téléphone portable.

**Cote ASP.14.F ARE**

**Les Zappeurs - Vol. 1, Complètement accros ! / ERNST - Dupuis, 1994, 48 p.**

Êtes-vous plutôt «Club Dorlotée», «Cuisine des moustiquaires», «Très bête Show», «Fort Braillard» ou «Patrick Poivrot d'Accord» ? De toute façon, quels que soient vos goûts en matière de TV, vous ne pourrez que vous esclaffer devant les mésaventures de cette petite famille scotchée à son écran et vivant au seul rythme de la grille des programmes.

**Cote ASP.14.F ERN**

**Zapping génération. Tome 2 : Trop accro ! / ERNST ; JANSSENS - Dupuis, 2007, 48 p.**

Ils vivent avec Internet, la télé, jonglent avec les mobiles, testent les hi-tech, bricolent en informatique, connaissent tout du plasma ou du palm, sont accros aux blogs, pc, psp, ipod, dvd, webcams et ne zappent jamais une occasion de se planter, autant de gags qui font la Zapping Generation.

**Cote ASP.14.F ERN**

## **EXPOSITIONS**

---

**Livret + expo "T'es où ? : Internet, téléphonie, jeu vidéo" / BRESSAN P. ; MONROZIER P. - MINISTERE DE LA JEUNESSE, DES SPORTS ET DE LA VIE ASSOCIATIVE, 2008, 200 p. illustrées de photos**

Ce recueil de témoignages a été conçu à l'initiative du Ministère de la jeunesse, des sports et de la vie associative, en partenariat avec le Centre d'éducation populaire et de sport d'Île-de-France, le Centre d'information et de documentation jeunesse, le Fil santé jeunes – école des parents et des éducateurs d'Île-de-France, l'Institut national de la jeunesse et de l'éducation populaire.

Il s'adresse aux parents, aux éducateurs, aux enseignants, aux jeunes et moins jeunes pour les inviter à porter un autre regard sur les usages d'Internet, du jeu vidéo et de la téléphonie mobile. Ni moralisateur, ni normalisateur ni jeuniste, il se contente de donner la parole et l'image afin de comprendre et de s'interroger.

A ce titre, ce simple livret est un outil original d'éducation de tous au multimédia et à l'information.

NB : Document téléchargeable.

**Cote ASP.14 BRE**

## **PROGRAMMES / KITS PEDAGOGIQUES**

---

**Décode le monde : de l'influence des médias sur la santé / ROEHRIG C. ; BERT D. - CREDIT ; CODES 06, 2006, 53 p.**

Ce programme, articulé autour de 4 modules (la critique de l'image, la critique du débat, la critique de l'écrit, la création d'une affiche de prévention santé), est destiné à un public de jeunes âgés de 12 à 16 ans principalement dans le cadre scolaire. L'objectif est d'aider les adolescents à développer une pensée critique par rapport aux médias afin d'adopter des comportements favorables à leur santé. Plusieurs supports sont proposés : un guide d'animation (composé d'une partie théorique, de fiches d'animation et d'une bibliographie); un DVD qui présente l'analyse d'une publicité et d'un débat; un CD-Rom qui offre des fiches d'animation des séances.

**Cote CPS.14.05 ROE**

**Educaunet : programme d'éducation critique aux risques liés à l'usage d'Internet / MEDIA ANIMATION ; CLEMI ; GREMS - MEDIA ANIMATION, 2002**

Educaunet est un programme d'éducation aux médias centré sur Internet, et sur les risques liés à son usage. Il propose une vingtaine d'activités pour apprendre aux jeunes de 8 à 18 ans à naviguer en toute responsabilité sur les réseaux. Il fait le pari de rendre les jeunes autonomes, critiques et responsables, capables d'apprécier les richesses de ce média, tout en percevant avec justesse ces écueils.

Le coffret comprend :

- le Guide du formateur présentant 10 activités réparties en 4 chapitres, selon le type de risques abordés
- le Cybercarnet destiné aux enfants de 8 à 12 ans

- un cédérom regroupant toutes les activités et les fichiers pdf permettant d'imprimer soi-même les supports nécessaires.

**Cote ASP.14 MED**

**Kit "Vinz et Lou sur Internet" / TRALALERE - INTERNET SANS CRAINTE, 2007**

Le programme "Vinz et Lou sur Internet" a pour objectif de contribuer à l'éducation critique des 7-12 ans aux nouveaux médias. Sans langue de bois ni discours moralisateur, le programme emprunte un ton humoristique pour amener les jeunes à se poser les bonnes questions et à acquérir les bons réflexes dans leur usage d'Internet. Quels usages ? Pourquoi ? Comment ? Qu'est-ce qui est privé, qu'est-ce qui est public ? Internet dit-il toujours la vérité ? Que peut-on publier en ligne ? ... Les aventures de Vinz (12 ans) et de sa petite sœur Lou (6 ans) viennent illustrer les situations auxquelles sont confrontés les jeunes Internaute.

Le programme propose un ensemble d'outils disponibles sur Internet ou sous forme de kit, pour mettre en place facilement des ateliers interactifs de sensibilisation.

Le kit comprend :

Pour les enfants

- des cartes postales
- 1 mini Bande Dessinée

Pour les enseignants et les éducateurs

- 1 affiche
- 2 dépliants Vinz et Lou
- 1 dépliant CNIL
- 1 cd rom de Vinz et Lou avec tous les épisodes des dessins animés, les fiches pédagogiques et les "Défis" (petits jeux interactifs)

**Cote ASP.14.04 TRA**

## VIDEO

---

**Cyberdépendance chez l'adolescent : un entretien avec Michael Stora / BOUVAREL A. ; MARTIN R. ; TREMBLAY P.H. – CNASM (Centre National de Documentation Audiovisuelle en Santé Mentale), 2009**

Cette vidéo propose un entretien avec Michael Stora, psychanalyste et fondateur de l'Observatoire des Mondes Numériques en Sciences Humaines. Le psychanalyste revient sur les grandes questions liées à la cyberdépendance : Pourquoi a-t-on peur des jeux vidéo ? Pourquoi les adolescents sont-ils fascinés par le virtuel ? Quelle est la différence entre jeu excessif et cyberdépendance ? Que peuvent faire les parents lorsqu'ils sont inquiets ? Comment utiliser le virtuel à des fins thérapeutiques ? A partir du célèbre jeu World of Warcraft, Michael Stora répond ainsi aux nombreuses interrogations que se posent parents et professionnels face à l'émergence des jeux vidéo dans la vie des adolescents.

**Cote ASP.14.05 BOU**

**Enfants, ados, l'Internet sans danger : protéger ses enfants sur le net tout en s'amusant / Association E-Enfance ; Calysto - ASSOCIATION E-ENFANCE, 2007**

Pour protéger les enfants et adolescents qui naviguent sur Internet, l'association E-Enfance a créé ce DVD destiné aux parents. D'une durée de 45 mn, il est construit comme une émission de télévision au cours de laquelle Valérie Payet lance des reportages qui répondent aux multiples questions que se posent les parents :

- que font mes enfants avec leur blog ?
- pourquoi sont-ils collés à l'ordinateur en rentrant de l'école ?
- à quoi jouent-ils sur leur mobile ?
- y a-t-il des risques ?

Le tout illustré par des témoignages de parents et d'adolescents qui montrent combien les premiers ignorent tout des pratiques des seconds.

Des professionnels donnent également toute une série de conseils, comme installer le contrôle parental sur l'ordinateur mais aussi sur le téléphone mobile.

A la fin, les parents peuvent vérifier au cours d'un quiz avec Yannick Noah et Hélène Ségara qu'ils sont devenus des "cyber-parents" avertis.

**Cote ASP.14.05 EEN**

# JEU PATHOLOGIQUE

## LIVRES

---

**Le Jeu compulsif : vérités et mensonges** / SUISSA A. J. - FIDES, 2006, 303 p.

Il a souvent été dit que les joueurs compulsifs avaient un problème psychologique. L'auteur, professeur au Département de travail social et des sciences sociales de l'Université du Québec, parle plutôt d'un problème familial et social. Critique à l'égard de l'industrie du jeu, des gouvernements et même des programmes de réhabilitation, il dresse un portrait de l'univers du jeu compulsif. Les personnes que le sujet préoccupe y trouveront de nombreuses informations susceptibles d'alimenter leur réflexion.

**Cote ASP.21 SUI**

**Le Jeu excessif : comprendre et vaincre le gambling** / LADOUCEUR R. ; SYLVAIN C. ; BOUTIN G. ; DOUCET C. - LES EDITIONS DE L'HOMME, 2000, 255 p.

Jouer est une activité de détente sans conséquences mais pour certaines personnes cela peut être un comportement pathologique : jouer devient alors une maladie voire une dépendance qui se manifeste par l'impulsion irrésistible de miser de l'argent. Cet ouvrage donne un historique et décrit la psychologie du joueur. Il donne des pistes pour gérer une éventuelle rechute et pointe les difficultés liées au traitement.

**Cote ASP.21 LAD**

**Le Jeu pathologique** / VALLEUR Marc ; BUCHER Christian - ARMAND COLIN, 2006, 127 p.

Entre 300 000 et 500 000 personnes en France sont dépendantes aux jeux d'argent. Les psychiatres, qui tirent la sonnette d'alarme depuis plusieurs années, estiment que le jeu est devenu un vecteur de paupérisation. Les jeux d'argent et de hasard, entraînant dépendance et pathologie, sont à la fois décriés et encouragés par la société. Ce livre d'introduction au jeu pathologique évoque les aspects sociologiques, économiques et cliniques du jeu.

**Cote ASP.21 VAL**

**Jeux de hasard et d'argent : contexte et addictions** / INSERM - INSERM, 2008, 479 p.

D'après l'Insee, en 2006 près de 30 millions de personnes ont tenté leur chance au moins une fois dans l'année à un jeu de hasard et d'argent en France. Depuis 30 ans le montant des enjeux a doublé et le chiffre d'affaires des jeux autorisés est passé de 98 millions d'euros en 1960 à 37 milliards en 2006. Parallèlement, les jeux vidéo et les jeux sur Internet se sont fortement développés au cours des dernières années. Cet ouvrage présente les travaux de groupe d'experts réunis par l'Inserm dans le cadre d'expertise collective pour répondre aux demandes sur la problématique de santé.

**Cote ASP.21 INS**

**Jeux de hasard et société : actes du colloque pluridisciplinaire organisé à l'Université de Reims-Champagne-Ardennes** / FEVRE, M. ; DURAND, F. ; DEGOFFE, M. - L'HARMATTAN, 2008, 203 p.

Le développement des jeux de hasard a rendu nécessaire une réflexion pluridisciplinaire sur les conséquences multiples et parfois préoccupantes de ce phénomène.

Les actes de ce colloque permettent de rendre compte de cette réflexion engagée autour des enjeux liés aux jeux de hasard. L'augmentation de la dépendance ou les enjeux financiers sont autant de facteurs qui nécessiteraient une intervention des pouvoirs publics selon les participants à ce colloque.

**Cote ASP.21 FEV**

**Le Plaisir du jeu : entre passion et souffrance - La joueuse** / MINET S. - L'HARMATTAN, 2001, 159 p.

Comparable à d'autres dépendances, comme l'alcoolisme ou la toxicomanie, le jeu pathologique peut devenir incontrôlable, compulsif. Ce problème provoque de graves difficultés sociales, financières, familiales et de santé mentale. Cet essai invite le lecteur préoccupé par les jeux de hasard et d'argent, les proches des joueurs dépendants, à mieux comprendre de l'intérieur la solitude du joueur de "fonds". Ce livre propose aussi aux thérapeutes, médecins, juristes, assistants sociaux, une réflexion et une approche thérapeutique particulière pour un accompagnement des joueurs dépendants.

**Cote ASP.21 MIN**

**Y a-t-il un joueur dans votre entourage ? : tout ce que les proches doivent savoir** / BOUTIN G. ; LADOUCEUR R. - Ed. de l'homme, 2006, 166 p.

Les auteurs, deux psychologues spécialistes du jeu excessifs, exposent de façon simple la double vie du joueur et suggèrent aux proches des solutions immédiatement applicables. L'ouvrage est divisé en trois

parties vues comme trois étapes : la première est celle de la dynamique du proche c'est à dire qu'on y recense toutes les phases de stress, d'épuisement, de doute voire de colère dû au comportement du joueur excessif ; la seconde permet de comprendre la double-vie du joueur avec ces phase de gains, de pertes et de désespoir ; la dernière partie est consacrée aux solutions et donne des pistes pour établir une stratégie. Le livre contient en annexe des grilles d'évaluation et d'aide à l'analyse.

**Cote ASP.21 BOU**

## **ROMANS / TEMOIGNAGES**

---

**Brulures d'un flambeur : long combat dans l'enfer du jeu** / AZOULAY A. - AZOULAY, 2005, 213 p.

L'auteur (qui a auto-édité ce livre), bien qu'en apparence socialement intégré voire élevé raconte dans un récit autobiographique, son parcours chaotique et sa longue descente aux enfers (du jeu) qui aura duré en tout quarante ans. Dans son propos il insiste particulièrement sur les souffrances occasionnées chez un addict aux jeux de hasard. Il souhaite entraîner le lecteur dans l'univers des joueurs qu'à son sens on glorifie insidieusement et de manière trop romanesque à travers les médias. Le jeu est selon lui une drogue, et une maladie, dont on ne se sort que marqué de brûlures inguérissables et qui peut conduire jusqu'à la mort.

**Cote ASP.21.T AZO**

**Flambeur** / CRIFO T. - PHASE 5, 2006, 113 p.

Ce roman noir est une plongée romanesque dans le monde du jeu. L'auteur le décrit et révèle ses rites et habitudes, le système sophistiqué mis en place sans pitié pour piéger le flambeur, par ceux qui ne prennent jamais de risques. Jamais l'auteur ne le juge. Il montre simplement l'inaptitude de son "héros malgré lui" à vivre comme tout le monde, à persister quand n'importe qui renoncerait, à s'accrocher à des rêves auxquels il ne croit pas et à s'enfermer dans son malheur.

**Cote ASP.21.F CRI**

**Le Joueur** / DOSTOIEVSKI F. M. - ACTES SUD, 2001, 233 p.

Ecrit dans l'urgence en trois semaines en 1866, contemporain de Crime et Châtiment, est néanmoins une œuvre marquante. L'auteur fut comme son personnage principal un joueur maladif, qui perdit des sommes considérables à la roulette. Pendant des années, le romancier ne parvint pas à se défaire de ce que lui-même nommait une maladie.

Le roman constitue donc une analyse redoutable, implacable de l'addiction au jeu, à un moment où l'auteur était lui-même en pleine crise.

**Cote ASP.21.F DOS**

**Vingt-quatre heures de la vie d'une femme** / ZWEIG S. - LGF, 2007

Au début du siècle, une petite pension sur la Côte d'Azur, ou plutôt sur la Riviera, comme on disait alors. Grand émoi chez les clients de l'établissement : la femme d'un des pensionnaires, Mme Henriette, est partie avec un jeune homme qui pourtant n'avait passé là qu'une journée. Seul le narrateur prend la défense de cette créature sans moralité. Et il ne trouvera comme alliée qu'une vieille dame anglaise sèche et distinguée. C'est elle qui, au cours d'une longue conversation, lui expliquera quels feux mal éteints cette aventure a ranimés chez elle.

**Cote ASP.21.F ZWE**

## **COLLOQUES / RAPPORTS / TEXTES DIVERS**

---

**Consommation de psychotropes et jeux de hasard chez les jeunes : prévalence, coexistence et conséquences** / LADOUCEUR R. ; VITARO F. ; ARSENAULT L. - COMITE PERMANENT DE LUTTE A LA TOXICOMANIE, 1998, p. 34

Ce document veut examiner la coexistence du jeu pathologique et de la toxicomanie à partir des travaux de recherche récents. Dans un premier temps, la nature et l'étendue de la relation entre toxicomanie et jeu pathologique dans la population en général et auprès d'adultes en traitement seront abordées. Il apparaît pour les auteurs nécessaires d'approfondir la coexistence des deux problématiques à l'adolescence. Aussi, quelques recommandations pour l'amélioration des connaissances sur le sujet, pour mieux orienter les efforts de prévention ou d'intervention auprès des jeunes, sont formulées.

**Cote ASP.21 LAD**



## **Evaluation du programme expérimental sur le jeu pathologique - INSTITUT NATIONAL DE SANTE PUBLIQUE DU QUEBEC, 2007**

Evaluation d'un programme de prévention qui portait sur 4 grands volets principaux :

- le dépistage et l'orientation des joueurs pathologiques, la consolidation de la ligne téléphonique "Jeu" (aide et référence) et la formation des intervenants de première ligne et du personnel des bars ;
- l'intervention de crise, la consolidation ou le développement de services type 24/24/7j/7j, incluant la possibilité d'intervenir pour des clients en crise dans les casinos ;
- le traitement, la mise en place d'un réseau de services externes et internes (avec hébergement) de traitement des joueurs pathologiques ;
- la prise de conscience et l'éducation au jeu responsable, la réalisation de campagnes de sensibilisation auprès des jeunes et des adultes, d'activités de formation dans le milieu scolaire, d'activités de prévention du jeu pathologique dans certaines communautés ethniques.

**Cote ASP.21.03 ALL**

**"Faites vos jeux" ; le jeu excessif : un nouveau défi en matière d'addiction ? / MANDALLAZ C. - ARGOS, 2006, 44 p.**

Actes du 13<sup>ème</sup> forum addictions du vendredi 19 mai 2006 à la Maison des addictions de Genève qui portait plus spécialement sur le jeu pathologique. L'offre de jeu de hasard s'est considérablement accrue ces dernières années en Suisse et les lois ce sont assouplies ; ce forum en a mesuré les conséquences. Ce document dresse un état des lieux à Genève plus particulièrement où 4000 personnes seraient concernées directement par le jeu excessif et 5 fois plus indirectement (l'entourage). Le jeu excessif devient depuis peu un problème de santé publique majeur.

**Cote ASP.21.03 MAN**

**La lutte contre la dépendance aux jeux : législation comparée / SENAT - SENAT, 09/2007, 34 p.**

La faiblesse du dispositif français en matière de lutte contre la dépendance aux jeux amène à s'intéresser aux mesures prises dans d'autres pays européens. Ce document propose donc une comparaison des législations entre la France, l'Allemagne, la Belgique, le Danemark, la Grande-Bretagne, l'Italie et les Pays-Bas. Pour chacun des pays, ces mesures sont classées selon 3 catégories :

- la protection des joueurs ;
- la limitation et le contrôle de l'offre de jeu ;
- le traitement des joueurs dépendants et l'information du grand public.

**L'Organisation des jeux d'argent / SENAT - SENAT, 04/2007, 50 p.**

Etude de législation comparée sur l'organisation des jeux d'argent publiée par le service des études juridiques du Sénat. Ce document porte sur les pays suivants : l'Allemagne, la Belgique, le Danemark, la Grande-Bretagne, l'Italie et les Pays-Bas. Il analyse le régime juridique des jeux d'argent en opérant une distinction entre :

- les jeux de hasard, eux-mêmes subdivisés en jeux de loterie, jeux proposés dans les casinos et jeux exploités en dehors des casinos ;
- les paris sur les courses hippiques ;
- les paris portant sur des événements sportifs autres que les courses hippiques ;
- les paris autres que sportifs.

L'étude montre que dans tous les pays retenus, y compris dans ceux où la législation est la plus restrictive, les jeux organisés licitement sont plus nombreux qu'en France. Elle montre aussi que l'ouverture à la concurrence varie non seulement d'un pays à l'autre, mais aussi d'un secteur du marché à l'autre.

**Cote ASP.21 SEN**

**La Prévention du jeu pathologique : document de référence / FAULKNER R. ; DUGUAY L. - MINISTERE DE LA SANTE ET DES SERVICES SOCIAUX (QUEBEC), 2001, 98 p.**

Ce document comprend trois parties :

- la première, CONNAÎTRE ET COMPRENDRE : la problématique, tente de définir le jeu pathologique, de cerner ses impacts et de mesurer la prévalence du phénomène.
- la deuxième partie, CONNAÎTRE ET COMPRENDRE : les interventions, dresse un bilan de la situation concernant l'intervention de l'État québécois en matière de jeux de hasard et d'argent, et donne un aperçu des mesures et des politiques en vigueur dans les autres provinces canadiennes.
- la troisième partie, AGIR EN CONCERTATION : des pistes d'action, porte sur les approches dont l'État québécois et ses partenaires peuvent s'inspirer pour renforcer leur rôle en matière de prévention et de traitement du jeu pathologique.

**Cote ASP.21 FAU**

**Quelle approche adopter envers les personnes âgées confrontées à des problèmes de toxicomanie, de santé mentale et de jeu : guide à l'intention des intervenants et des bénévoles / CENTRE DE TOXICOMANIE ET DE SANTE MENTALE - EDITEUR : CAMH, 2006, 45 p.**

Ce guide est destiné à aider les intervenants et bénévoles qui travaillent auprès des personnes âgées à reconnaître et à comprendre les problèmes de toxicomanie, de santé mentale et de jeu. Il décrit les problèmes d'alcool, d'anxiété, de démence, de dépression, de jeu et de médicaments et la façon dont ils se manifestent chez les personnes âgées. Il fournit également des conseils sur la façon d'aborder ces questions avec ces personnes ainsi que sur les moyens d'obtenir de l'aide.

**Cote CAD.03.08 CEN**

**Rapport pour la MILDT concernant le problème des addictions aux jeux - MILDT, 2006**

Ce rapport explore les questions et perspectives des addictions aux jeux de hasard et d'argent dans les champs épidémiologique, clinique, thérapeutique et de la prévention, et formule des propositions et recommandations. Un certain nombre de questions relatives à la pratique des jeux vidéo, notamment sur internet, sont également envisagées.

**Cote ASP.21 VEN**

---

## **BANDES DESSINEES**

---

**Les Schtroumpfs joueurs / PEYO ; PARTHOENS L. - EDITIONS DU LOMBARD, 2005, 46 p.**

Trois Schtroumpfs assistent à un tournoi organisé par un comte passionné par le jeu. Ils remarquent alors que des hommes se livrent à des paris. De retour chez eux, ils communiquent ce loisir à tous leurs amis. L'engouement est tel que bientôt, toutes sortes de compétitions s'organisent au village. Mais, il ne faut pas longtemps pour que des Schtroumpfs soient possédés par le démon du jeu, au point de miser leurs biens matériels les plus précieux. Or, voici qu'un imprévu est annonciateur d'un réel danger. Le comte projette de construire un immense complexe voué aux jeux à l'emplacement du village des Schtroumpfs et de la cabane de Gargamel !

**Cote ASP.21.F PEY**

---

## **PROGRAMMES / KITS PEDAGOGIQUES**

---

**Bluff ! - Commission des jeux de hasard (Belgique), 2010**

Kit pédagogique destiné aux jeunes de 14 à 18 ans pour les prévenir des dangers que comporte une pratique excessive des jeux de hasard et d'argent. Les différents supports rassemblés (film, jeux, fiches-débats, ...) fournissent aux jeunes les éléments qui leur permettront de comprendre les règles auxquelles sont soumis les jeux d'argent. La problématique de la dépendance aux jeux est analysée dans son ensemble: une large place est accordée aux motivations qui poussent à jouer, aux croyances erronées et aux stratégies développées par les joueurs.

**Cote ASP.21 COM**

**Mise pas ta vie ! : programme de prévention du jeu excessif auprès des personnes toxicomanes en traitement / CENTRE OPTION-PREVENTION TVDS - CENTRE OPTION-PREVENTION T.V.D.S., 100 p.**

Ce programme se divise en six parties d'égale importance :

- 1) Je me sensibilise ;
- 2) Je me questionne;
- 3) Je me prends en main;
- 4) Je change ;
- 5) Je me contrôle ;
- 6) Je me libère.

Chaque partie comprend une rencontre de trois heures avec la clientèle. Les rencontres sont réparties en plusieurs ateliers interactifs de manière à atteindre tous les objectifs. Le but ultime du programme est fort simple : prévenir la dépendance aux jeux de hasard et d'argent auprès d'une clientèle toxicomane.

**Cote ASP.21.10 LAC**

# ACHATS COMPULSIFS

## LIVRES

---

**L'argent à tout prix : comprendre et améliorer sa relation à l'argent /** DAVIER E. - FLAMMARION, 2005  
Un guide pour réfléchir à son rapport à l'argent, agrémenté de cas concrets et de témoignages commentés et analysés. Les auteurs montrent, par ces exemples concrets, par ces témoignages vivants, comment l'argent dicte nos conduites au quotidien. Par leurs conseils pratiques et des tests ludiques, ils aident à comprendre quels sont les mécanismes que l'on met en œuvre lorsqu'on parle ou traite d'argent. Le but général du livre est de fait réfléchir et d'aider à changer des mauvaises habitudes.

**Cote ASP.04 DAV**

**Ces marques qui nous gouvernent... : comment se servent-elles de notre psychologie pour nous faire céder ? /** CLOULAS C. - ELLIPSES, 2010

La psychologie, l'étude de la personnalité et l'analyse transactionnelle sont utilisées pour observer et analyser les comportements des consommateurs. L'auteur étudie ainsi les relations du consommateur avec les marques et les facteurs qui influencent son comportement pour le pousser à l'acte d'achat. Avec des tests pour établir son profil psychologique.

**Cote ASP.04 CLO**

**La Fièvre des achats /** ADES J., LEJOYEUX M. - Les empêcheurs de penser en rond, 2002

Le syndrome des achats compulsifs n'est pas un simple accident de parcours : chacun de nous a au moins une fois dans sa vie acheté un objet sur un coup de tête pour le regretter aussitôt. L'acheteur compulsif décrit par les psychiatres, lui, recommence encore et encore, même s'il est au courant des conséquences nuisibles, voire catastrophiques, de sa conduite, pour lui comme pour les autres : surendettement, interdits bancaires, colère de ses proches, etc. Car l'acheteur compulsif est conscient : les auteurs prennent bien soin de distinguer son cas de celui des frénésies d'achat qui accompagnent certaines psychoses.

S'appuyant sur une enquête et des réponses sur questionnaires, Jean Adès et Michel Lejoyeux décrivent en détail les manifestations de la fièvre des achats, des circonstances qui le déclenchent et dressent des portraits de malades : quatre femmes et un homme, âgés de 20 à 40 ans, souvent de niveau universitaire. Ils passent en revue les explications proposées et terminent sur les traitements proposés.

**Cote ASP.04 ADE**

**J'achète (trop) et j'aime ça ! : êtes-vous une acheteuse intense, sensuelle ou raffinée ? /** BOUTIN G. - Ed. de l'homme, 2005

Ce livre explore les facettes du "magasinage". "Magasiner", est une activité principalement féminine et qui peut en dire long sur le rapport avec l'argent, la consommation, les émotions et les rapports avec les autres. Sur un ton humoristique et sur un fond de psychologie, les femmes pourront découvrir ce qui se cache derrière certains achats impulsifs.

**Cote ASP.04 BOU**

**Psychologie de l'argent : qui sommes-nous face à l'argent ? /** GALLOIS T. - J'AI LU, 2006, 189 p.

Objet de désir ou de répulsion, l'argent est omniprésent et révèle certain type de comportements, de représentations et d'attitudes. L'ouvrage explique les mécanismes psychologiques qui engendrent l'ensemble des comportements déviants face à l'argent, que ce soit l'avarice, la dépendance, les dépenses compulsives ou le surendettement.

**Cote ASP.04 GAL**

**Shoe addicts : la prochaine paire est toujours la meilleure ! /** HARBISON B. - FLEUVE NOIR, 2008

Avis à toutes les accros aux chaussures, accessoire essentiel et indispensable. Avec son livre, l'auteur nous fait partager la passion dévorante de quatre femmes pour les chaussures de luxe, une passion limite gargantuesque, leur pointure commune, et tous les moyens qu'elles mettent en œuvre pour l'assouvir de manière compulsive. On retrouve ainsi l'acheteuse sur eBay endettée, la femme de sénateur, l'hôtesse de téléphone rose agoraphobe et la jeune baby-sitter harcelée par sa patronne. Ces dernières, de pointure identique, finissent par former le club des Shoe Addicts, se réunissant chaque semaine pour s'échanger toutes leurs irrésistibles paires de chaussures. Mais au-delà de leur addiction commune, les quatre amies vont rapidement partager de nouveaux secrets...

**Cote ASP.04.F HAR**

**Victimes de la mode ? : comment on la crée, pourquoi on la suit / ERNER G. - LA DECOUVERTE, 2006**

L'empire de la mode s'étend, tout le monde, à son niveau, se soucie d'elle, et peu de lieux ou d'objets échappent à ses diktats. Elle suscite la demande, crée la pénurie, laisse sur sa faim et suscite l'intérêt de la démonstration. Même si tout le monde semble en apparence rechercher l'originalité, (presque) personne - ne serait-ce que par peur du ridicule - n'échappe pas à cette forme d'uniformisation. Ce livre offre un décryptage de l'univers de la mode en mêlant anecdotes, petites histoires du milieu et analyse sociologique.

**Cote ASP.04 ERN**

## **LIVRES JEUNESSE**

---

**Max et Lili sont fans de marques / SAINT MARS D. de - CALLIGRAM, 2008**

Max et Lili en ont marre de porter toujours les mêmes habits ! Ils se trouvent ringards ! Ils exigent des habits de marque pour être à la mode.

Ce livre de Max et Lili parle des marques et de l'importance que les enfants attachent à l'apparence. Pourquoi afficher fièrement le nom ou le logo d'une marque ? Pour se trouver plus beau, plus riche ? Pour se donner une nouvelle identité, appartenir à un groupe ? Ou parce qu'on est victime de la pub ? On oublie que, même beau et de grande qualité, l'habit ne fait pas le moine ! On peut plaire par les habits, mais on n'est vraiment aimé que pour ce qu'on est !

**Cote ASP.04.F SAI**

# DÉPENDANCE AFFECTIVE

## LIVRES

---

**Accros à l'amour : sommes-nous tous des dépendants affectifs ?** / DEMITRO D. - Ed. de l'homme, 2008, 148 p.

L'auteur fait référence à toutes les dépendances de la vie d'aujourd'hui (travail, cyberdépendance, alimentation, drogues...) en indiquant qu'à l'origine de celles-ci se trouvent souvent une blessure originelle remontant à l'enfance. Un livre qui souhaite nous aider à découvrir cette souffrance originelle pour mieux vivre au quotidien. Nombreux témoignages et exercices.

**Cote ASP.25 DEM**

**L'amour est une drogue douce ... en général** / REYNAUD M. - LAFFONT, 2005, 297 p.

L'auteur, psychiatre, y décrit avec précision et clarté les circuits biologiques du désir et du plaisir amoureux. Ce spécialiste des addictions démontre comment l'amour peut devenir une drogue comparable à l'héroïne. Les recherches neurobiologiques ont en effet permis d'établir que l'amour, celui qu'on fait, mais aussi celui qu'on éprouve, modifie biologiquement nos organismes : quand on aime, on produit des substances euphorisantes qui activent le circuit naturel du plaisir et nous donnent envie d'aimer encore et de ressentir encore plus de plaisir. Or, c'est précisément ce dopage de la mécanique naturelle du plaisir qui, dans l'état amoureux comme dans la toxicomanie, peut rendre " accro " : le manque est alors vécu comme insupportable et la passion se transforme en addiction.

Au fil d'une analyse scientifique rigoureuse illustrée de nombreux exemples tirés de l'expérience clinique, de l'expérimentation animale ou même de la littérature, Michel Reynaud examine chaque phase de l'état amoureux sous ses aspects biologique et psychologique : du désir à la dépendance en passant par le plaisir, l'attachement et la passion, il explique comment l'amour peut nous doper, mais aussi comment le vivre sans qu'il devienne, au même titre qu'une substance toxique, un facteur de souffrance, voire de dépression.

**Cote ASP.25 REY**

**La dépendance affective : ses causes et ses effets** / Pietro D. - QUEBECOR, 2000, 151 p.

A partir de sa propre expérience et de nombreux cas rencontrés au cours de ses consultations professionnelles, l'auteur, psychothérapeute, trace le portrait du dépendant affectif et donne des pistes de solutions pour s'en sortir. A l'aide de nombreux exemples éloquentes et concrets, il explique comment se libérer des pièges de la dépendance, cette problématique aux manifestations multiples comme la dépression, la toxicomanie ou la compulsion alimentaire mais dont les causes sont communes : des carences affectives qui prennent leur source dans l'enfance.

**Cote ASP.25 PIE**

**La dépendance amoureuse : quand le sexe et l'amour deviennent des drogues** / POU DAT - ODILE JACOB, 2005, 193 p.

L'auteur, psychiatre, analyse les multiples formes et mécanismes de la dépendance amoureuse en s'inspirant de sa pratique clinique. Il part du postulat que la dépendance amoureuse est avant tout une dépendance avant d'être de l'amour. Il passe en revue les différentes formes de dépendances (ainsi que les difficultés réelles de ces personnes à vivre) et explique que l'une des solutions les plus efficaces pour en sortir et pour "grandir", semble être l'individuation.

**Cote ASP.25 POU**

**Les dépendances affectives : aimer et être soi** / BERGER V. - Eyrolles, 2007, 303 p.

Angoisse d'abandon, mécanismes d'isolement, désir de fusion... tous ces phénomènes parlent des carences affectives et sont diverses manifestations de dépendance. A travers des témoignages, ce livre aide à reconnaître ces formes de dépendance "toxiques", à définir leurs origines et surtout il invite à mobiliser les ressources dont nous disposons pour accéder à la liberté d'être soi et comment se libérer de ces asservissements qui influencent la relation aux autres. A travers des témoignages, l'auteur explore les divers visages et origines (notamment familiales et généalogiques) de ces dépendances.

**Cote ASP.25 BER**

**Encore de l'espoir pour les mal-aimés : dépendants affectifs et sexuels, joueurs compulsifs, enfants d'adultes alcooliques, parents dysfonctionnels, outre-mangeurs, dépressifs, couples en difficulté** / VIGEANT Y. - EDIMAG, 2003, 145 p.

Ceci est une méthode pour les gens qui ont eu dans l'enfance des déficiences affectives au sein de leur famille, soit à cause d'alcoolisme ou de toute autre dépendance, soit pour dépression etc. Dans ce livre, on

apprend à accepter et "exorciser" ce passé douloureux et à mettre le doigt sur des événements survenus à cet époque et qui ont été enfuis la plupart du temps. Ces événements souvent traumatisants sont parfois la clé des difficultés rencontrées dans la vie d'adulte de ces personnes qui doivent réapprendre à s'estimer et se reconstruire.

**Cote CAD.T VIG**

**L'incapacité d'être seul : essai sur l'amour, la solitude et les addictions / AUDIBERT C. - PAYOT, 2008, 250 p.**

Certaines personnes sont extrêmement angoissées à l'idée d'être seules. D'autres peuvent voir se manifester des symptômes (vertiges, phobies, insomnies) quand la solitude devient synonyme de détresse. Pour compenser cette solitude insupportable elles développent parfois même inconsciemment, diverses stratégies psychiques addictives. Dans une relation de couple, par exemple, elles vont attendre de l'autre une exclusivité totale. Ou bien, en cas de séparation, elles vont se mettre à boire ou à consommer des drogues. En fait ces addictions leur permettent de moins souffrir de la solitude sans faire appel à l'autre. Tout, dans ces conditions, peut fonctionner comme une drogue : les substances, mais aussi l'activité physique, l'amour, le sexe... Cet essai écrit par une psychologue/psychanalyste bouscule les certitudes et éclaire, avec l'addiction et la solitude, deux des principaux maux dont souffrent ces personnes. Il révèle aussi pourquoi une "bonne" solitude, une solitude sereine, est absolument nécessaire à notre équilibre psychique.

**Cote ASP.25 AUD**

**On ne pense qu'à ça : sensations, émotions, passions : l'amour dévoilé ou presque / REYNAUD M., KARILA L. - FLAMMARION, 2009**

Les psychiatres-addictologues font la synthèse de recherches récentes en éthologie animale, génétique, imagerie médicale, sociologie, addictologie, neurobiologie et psychanalyse, sur les stratégies de séduction, le désir et l'appétit sexuel, l'orgasme, la passion, l'addiction amoureuse et sexuelle.

**Cote ASP.25 REY**

**Vaincre la codépendance / BEATTIE Mélody - POCKET, 1993, 302 p.**

C'est à la fin des années 1970 que le mot "codépendance" a fait son apparition dans le langage thérapeutique bien que le mal désigné lui soit antérieur. Il s'agit d'un état physique, mental, affectif et spirituel comparable à l'alcoolisme chez beaucoup de gens ne dépendant ni de l'alcool ni d'une quelconque drogue, mais qui se trouvaient en contact étroit avec un alcoolique. On les nomma tour à tour "coalcooliques", non-alcooliques, para-alcooliques". Mais les personnes fréquentant des irresponsables étaient également touchées. Même les alcooliques et toxicomanes en voie de guérison reconnaissent désormais leur codépendance et découvraient qu'elle était déjà en eux bien avant qu'ils ne deviennent chimio-dépendants. "Il existe un point commun à toutes les illustrations de la codépendance. Elle englobe nos réactions à notre entourage, nos rapports aux autres, que ceux-ci soient alcooliques, obsédés du jeu, du sexe ou de la nourriture, ou bien normaux". L'auteur tente de dresser la liste des comportements typiques de la codépendance afin que tout un chacun s'y reconnaisse et veuille en sortir par le biais d'un traitement du genre alcooliques anonymes en 12 étapes. De nombreux professionnels estiment que la première étape sur la voie du changement est la prise de conscience. La deuxième est alors l'acceptation.

**Cote CPS.05.09 BEA**

**Virtuel, mon amour : penser, aimer, souffrir à l'ère des nouvelles technologies / TISSERON S. - ALBIN MICHEL, 2008, 226 p.**

Avec les nouvelles technologies - Internet mais aussi les téléphones portables - nous sommes en lien sans être là, nous pouvons être absents en étant présents. Nous pouvons toujours être synchrones, être contactés et répondre sur le champ, sans décalage dans le temps. Peu à peu, et sans même que nous nous en rendions compte, les nouvelles technologies nous incitent à penser différemment la présence et l'absence, le rapport à soi et à ses proches, à l'autre, et finalement l'ensemble des façons « d'être ensemble ».

Mais le bouleversement des liens n'est que la partie la plus visible de cette gigantesque révolution. Car d'autres façons d'aimer, de penser et de souffrir se dessinent peu à peu, où le corps, le désir et le réel ne sont plus les mêmes. Beaucoup de nos contemporains se séduisent, se séparent ou se mentent déjà autrement dans des mondes qui ont pour nom Meetic, eBay, World of Warcraft ou Second life. A tel point que certains, franchissant un pas de plus, décident de faire de leur ordinateur leur principal interlocuteur...

Serge Tisseron, explique en quoi le fonctionnement psychique de nos contemporains diffère de celui des générations précédentes. Loin de jeter l'anathème sur cette évolution, il en prend acte pour en relever tous les aspects constructifs. Il permet aussi de comprendre comment cela influe sur nos façons de sentir, de penser, d'aimer, de souffrir et d'être heureux. (Résumé d'éditeur)

**Cote ASP.14 TIS**

## AUTRES ADDICTIONS SANS PRODUITS

### LIVRES

---

#### **La dépendance à l'égard de l'automobile / DUPUY G - DOCUMENTATION FRANCAISE, 2006**

Depuis plusieurs années, la recherche s'efforce d'analyser les raisons de la dépendance à l'égard de l'automobile et d'évaluer les moyens d'action et les politiques au regard de ces analyses. L'auteur, professeur d'aménagement à l'université Paris 1 Panthéon- Sorbonne et à l'école nationale des Ponts et chaussées, fait le point sur les travaux engagés, notamment dans le cadre du Predit (programme de recherche et d'innovation dans les transports terrestres), et sur leurs résultats.

**Cote ASP.22 DUP**

#### **Les drogués du pouvoir / BAGUENARD J. - ECONOMICA, 2006**

Est-ce le pouvoir qui rend fou ou est-ce l'inverse ? Autrement dit ne serait-ce pas la quête du pouvoir qui révélerait une pathologie ou une inaptitude à vivre comme tout le monde ? D'un point de vue philosophique les hommes qui exerce le pouvoir seraient les moins aptes à le faire. En bref, il n'est pas naturel de rechercher le pouvoir. D'un point de vue psychologique, un manque d'affection ou un trop plein de maternage dégénéralant en dépendance identifierait les drogués du pouvoir. Ces hommes, et parfois ces femmes, seraient, comme les autres malades de l'émotion, gouvernés par leur addiction. Il modifierait le comportement des personnes, les ferait agir de manière insane, ce qui expliquerait aussi de nombreuses dérives. Le pouvoir serait-il une drogue dure ?

**Cote ASP.22 BAG**

## QUELQUES SITES INTERNET

### **Adictel**

<http://www.adictel.com>

### **Aide info jeu**

<http://www.aide-info-jeu.fr/>

### **APTE (Education aux médias, à l'image et formation aux usages de l'Internet)**

<http://apte.asso.fr/sp>

### **Action Innocence**

<http://www.actioninnocence.ch>

### **Association SOS Joueurs**

<http://www.sosjoueurs.org>

### **Centre du jeu excessif – CJE (Suisse)**

<http://www.jeu-excessif.ch>

### **CRJE (Centre de référence sur le jeu excessif)**

<http://www.crje.fr/index.html>

### **Famille médias, protégeons nos enfants (site institutionnel du Ministère du travail, des relations sociales et de la famille)**

<http://www.media.famille.gouv.fr>

### **Fréquence Ecoles (recherche sur les jeunes et les TIC)**

<http://frequence-ecoles.net/la-recherche.html>

### **Game Addict (Plate-forme de l'addiction au jeu)**

<http://www.game-addict.org/accueil.html>

### **GRREM Groupe de recherche sur la relation enfants-médias**

<http://www.grrem.org/web10106/website/default.htm>

### **Hôpital Marmottan**

<http://www.hopital-marmottan.fr>

### **OMNSH Observatoire des mondes numériques en sciences humaines**

<http://www.omnsh.org>

### **Pédagojeux (Site d'information et de sensibilisation sur le jeu vidéo)**

<http://www.pedagojeux.fr/>

### **Vos questions de parents pour aider les enfants à grandir**

<http://www.vosquestionsdeparents.fr/rubrique/5/internet>



# LE CENTRE DE RESSOURCES

Le Pôle Prévention des Addictions (EPICéA) du Département du Nord, a pour missions principales la diffusion de l'information et la mise à disposition de ressources documentaires sur les conduites addictives. Le centre de ressources documentaires dispose d'un fonds documentaire spécialisé composé d'ouvrages, de rapports, d'études, de revues et de matériels pédagogiques (vidéo, DVD, jeux, Cd-rom,...).



Il propose également l'emprunt de malles thématiques constituées d'un large éventail de documents (ouvrages, supports multimédia, jeux, kits, brochures, ...) destinés aussi bien à un public d'adultes qu'à des jeunes. Ces malles peuvent constituer un soutien pour la mise en place d'une sensibilisation, d'une animation, ou d'un travail approfondi sur la thématique. Cinq malles ont d'ores et déjà été élaborées :



- « Prévention des conduites addictives » (enfants/ados)
- « Prévention des conduites addictives » (jeunes/adultes)
- « Prévention du tabagisme »
- « Usages du multimédia »
- « Développement des compétences psycho-sociales »

Nous distribuons aussi des brochures et des affiches concernant la prévention des addictions, la quantité variant selon les stocks disponibles.

**Pour découvrir nos activités :**

Site Internet : [www.epicea.cg59.fr](http://www.epicea.cg59.fr)

**Pour vous accueillir :**

(du lundi au vendredi de 14 h à 17h30 et le matin sur rendez-vous)

EPICéA - Les Caryatides (1<sup>er</sup> étage)

24, Boulevard Carnot - LILLE

**Pour nous contacter :**

Accueil Documentation : 03 59 73 81 97 ou 98 ou 99

Fax : 03 59 73 82 02

E-mail : [epicea@cg59.fr](mailto:epicea@cg59.fr)