

Ireps Haute-Normandie.  
115 boulevard de l'Europe  
76000 Rouen  
Tel : 02.32.18.07.60

# Addictions sans produit

## Bibliographie indicative

Octobre 2013



# SOMMAIRE

GENERALITES.....	p.4
CYBERDEPENDANCE .....	p.11
JEU PATHOLOGIQUE .....	p.16
ACHATS COMPULSIFS.....	p.25
DEPENDANCE AFFECTIVE .....	p.26
SEXUALITE ADDICTIVE.....	p.29
ADDICTION AU SPORT.....	p.29
ADDICTION AU TRAVAIL .....	p.30
SELECTION DE SITES INTERNET .....	p.31

## BIBLIOGRAPHIE DES INTERVENANTS

**Serge Tisseron**

<http://www.sergetisseron.com/ouvrages/>

**Céline Bonnaire**

<http://recherche.parisdescartes.fr/LPPS/Membres/Membres-titulaires/Celine-Bonnaire>

### ARTICLES & REVUES

Décamps G., Idier L., Koleck M. **Conduites addictives avec ou sans substance : étude de leurs déterminants psychologiques.** in : *Alcoologie & Addictologie*, n° 32, vol 4, 2010, pp 269-278

L'utilisation de critères communs aux consommations de substances et aux addictions comportementales permet d'envisager les addictions dans une perspective globale dans laquelle personnalité, stress et coping ont pu être identifiés comme associés aux conduites addictives. Dans ce contexte, cette étude vise à approfondir les relations entre ces caractéristiques psychologiques et diverses formes d'addiction auprès d'une population de jeunes adultes. Méthode : l'intensité de huit conduites addictives a été évaluée à l'aide d'auto-questionnaires spécifiques auprès d'un échantillon de 341 jeunes adultes effectuant des études à l'université. Trois questionnaires d'auto-évaluation ont été administrés afin d'évaluer la personnalité, le stress perçu et les stratégies de coping. Résultats : les données montrent un lien négatif entre le trait de personnalité consciencieux et toutes les formes d'addiction à des substances. Le stress perçu et les stratégies de coping ne sont associés qu'à certaines addictions spécifiques, avec ou sans substance. Ces deux caractéristiques permettent cependant de prédire significativement plusieurs addictions. La personnalité, bien que liée aux addictions, n'a pas de caractère véritablement prédictif. Discussion : la nature des liens entre stress perçu et addictions est questionnée. Certaines conduites addictives pourraient avoir une fonction adaptative permettant d'affronter les difficultés rencontrées et de réguler certaines émotions. [Résumé d'auteur]

De Postis P., Flahault F., Romo L. **Addictions : avec ou sans substances : Journée thématique de la société d'addictologie francophone, jeudi 14 mai 2009.** in : *Le courrier des addictions*, 2009, volume 11, n°3, pp 11-24.

Des substances qui cachent bien leur... jeu. Des joueurs pris aux pièges du hasard et de l'argent, des jeux en réseau sur internet qui "accrochent" mais facilitent les communications sociales, des achats compulsifs... Existe-t-il plus que les points communs de l'excès et souvent des comorbidités ou co-occurrences psychiatriques et addictives, entre tous ces comportements et conduites ? Ce dossier propose plusieurs d'articles qui tentent de répondre à cette question : "la démesure dans le désir d'argent" (pp. 12-13), "la dépendance aux achats, diagnostic et traitement" (pp. 14-16), "jeux pathologique : des parcours évolutifs et discontinus" (pp. 17-18), "jeux de hasard et d'argent, contextes et addictions" (pp. 19-20), "Internet, passion ou addiction" (pp. 21-22).

Fédération Addictions., Valleur M., Venisse JL (et al.). **Addiction même sans produit !.** in : *ACTAL*, n°9, mars 2011, 34 p.

La Fédération Addiction propose dans ce numéro un développement des connaissances et des réflexions sur les addictions sans produit.

<http://www.federationaddiction.fr/actal-n9-mars-2011-federation-addiction-meme-sans-produit/?aid=1436&sa=0>

Valleur M., Velea D. **Addictions sans drogue(s).** in : *Toxibase*, n° 6, 2002, pp 1-15

La définition du concept d'addiction apparaît de plus en plus difficile à cerner. Des toxicomanies à l'alcoolisme et au tabagisme, en passant par le jeu pathologique, les achats compulsifs, la sexualité et certains troubles du comportement jusqu'à l'addiction, pourtant si peu virtuelle des cyberdépendants, on peut se demander quel est le point commun des addictions sans drogue et tout d'abord s'il existe. Ce questionnement est incontournable pour bâtir des stratégies de prévention et

d'intervention médico-sociale adaptées. Il a également pour conséquence de penser les addictions en termes de conduite des sujets plutôt qu'une approche à partir des produits psychotropes. Ce thème de Toxibase propose d'entamer le débat à partir d'une vision conceptuelle des addictions sans drogue et d'une description nosographique et sociale de chacune d'entre elles.

<http://psydoc-fr.broca.inserm.fr/toxicomanies/textes/addictionssansdrogues.pdf>

## OUVRAGES

Ades J., Lejoyeux M. **Encore plus ! Jeu, sexe, travail, argent.** Paris : Odile Jacob, 2001, 298 p.

Cet ouvrage traite des mécanismes profonds qui expliquent les excès de jeu, de sexe, de travail ou encore de dépenses. Il permet de repérer les souffrances cachées et les dangers réels que peuvent entraîner ces nouvelles dépendances.

Aldrige S, Carter R. **Maîtriser vos dépendances.** Saint Constant (Québec) : Editions du Broquet, 2007, 240 p. Cet ouvrage présente un panorama complet de la dépendance et de ses conséquences. Les auteurs explorent les racines de la dépendance (hérédité, habitudes néfastes et déséquilibres chimiques), ainsi que ses différentes manifestations (tabagisme, toxicomanie ou comportements compulsifs), et brossent un tableau de la situation en matière de traitement (médication et médecines alternatives). Afin de mieux comprendre les pièges qui menacent un « accro » et ceux qui tentent de lui venir en aide, ce guide pratique, s'appuyant sur les plus récentes données scientifiques, décortique le mode fonctionnement d'un cerveau soumis à la dépendance, et examine des pistes de solutions pour en contrecarrer les effets.

Assoun PL, Tinland O, Pharo P, et Al. **Les Nouvelles addictions : addiction sexuelle, cyberdépendance, dépendance affective, addiction aux thérapies, achat compulsif ...** . Paris : 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.

Barman JD. **Dépendances : tous accros ? Drogues, alcool, tabac, jeux et cyberdépendance.** Saint Maurice : Saint-Augustin, 2008, 174 p.

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.

Collard L. **Addictions sans substance.** Paris : Fédération Addiction, 2013, 74 p.

Ce guide donne un premier éclairage sur les réponses à apporter aux personnes concernées par les addictions sans substance. Cette publication a pour objectif d'apporter des repères sur ces prises en charges récentes, dont tout indique la nette progression. Il comprend dans une première partie des contributions d'experts. Dans une seconde partie sont exposés les résultats de la démarche participative menée sur l'année 2012 auprès de 47 centres dans 5 régions. Dans cet ouvrage figure un certain nombre de points de repères concernant la prévention, le rôle de l'entourage, les conséquences socio-économiques, le repérage et l'abord psychothérapeutique de ces problématiques addictives.

<http://www.federationaddiction.fr/addictions-sans-substance-le-guide-reperes-est-paru/>

Cungi C. **Faire face aux dépendances**. Paris : Retz, 2005, 248 p.

Tabac, alcool, drogues, jeu... toutes ces dépendances ont des conséquences désastreuses pour la santé et l'équilibre psychique des personnes qui en sont victimes. Ce qui était au départ une recherche de plaisir ou d'efficacité se transforme en cauchemar. Retrouver sa liberté devient alors un objectif qu'il n'est pas évident d'atteindre. Cet ouvrage est un guide qui aide la personne dépendante et son entourage à prendre conscience de la dépendance, à comprendre les mécanismes physiques et psychologiques, à modifier ses comportements et maintenir le sevrage.

Fernandez L. **Les addictions du sujet âgé**. Paris : In Press, 2009, 230 p.

Cet ouvrage fait le point sur les connaissances actuelles concernant les addictions du sujet âgé : il offre un panorama exhaustif de la diversité des différentes addictions, qu'elles soient avec ou sans produits, mais aussi qu'elles soient nouvelles pour le sujet ou la continuation d'une ou plusieurs dépendances anciennement établies.

Guyon L, April N, Chayer L. **Tabac, alcool, drogues et jeux de hasard et d'argent : à l'heure de l'intégration des pratiques**. Laval : Presses Universitaires de Laval, 2009, 293 p.

La consommation de tabac, d'alcool et de drogues constituent des facteurs de risque de multiples problèmes sociaux et de santé. Ils sont responsables respectivement de 12 %, 9 % et 2 % des maladies dans les pays développés. À ces comportements s'ajoute la pratique des jeux de hasard et d'argent. L'usage et l'abus de ces produits ainsi que la dépendance engendrée sont des préoccupations de santé publique. Cet ouvrage vise à mettre en évidence les similarités entre ces problématiques pour en arriver à intégrer certaines actions de prévention. Il est le produit d'un collectif d'auteurs qui ont mis en commun leurs recherches et leurs connaissances.

Henno J. **Les 90 questions que tous les parents se posent : internet, téléphone mobile, jeux vidéo...**

Paris : Editions Télémaque, 2008, 207 p.

Ce livre traite de la difficulté d'être des parents responsables aujourd'hui dès que l'on aborde le vaste sujet des loisirs et de l'électronique. Une première série de questions traite des technologies de l'information de façon générale, puis de la musique et de la vidéo en ligne. L'auteur répond aussi aux questions sur le téléphone mobile, Internet et l'école, les jeux vidéo et les mondes virtuels.

GRAPE., Mignon P., Santamaria C et al. **Tous addicts. Dossier publié dans La lettre de l'enfance et de l'adolescence. Revue du GRAPE. N° 77, décembre 2009**. Toulouse : Eres, 2009, 83 p.

Addicts, accros, dépendants... A 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. [Résumé d'auteur]

Karila L. **Prise en charge des troubles psychiques et des addictions**. Paris : J.B. Baillière, 2005, 244 p.

Cet ouvrage synthétique, sous la forme de guide pratique, reprend les données actuelles en psychiatrie, en psychologie médicale et en addictologie, afin de permettre au praticien de ville une approche simple et pratique des pathologies psychiatriques et addictives classiquement rencontrées au cabinet médical. Les sujets abordés tentent de répondre aux attentes pratiques et théoriques d'un médecin traitant et en se conformant aux nouvelles directives du programme du DES de médecine générale. L'ensemble des situations cliniques et thérapeutiques sont présentée sous la forme d'un plan à deux entrées : diagnostic et prise en charge thérapeutique. La plupart des conférences de consensus et des bonnes pratiques cliniques en psychiatrie et en addictologie sont abordées. Enfin, le praticien trouvera des réponses aux problèmes médico-légaux de première ligne, aux questions posées par l'entourage du patient ainsi que des adresses utiles.

Lejoyeux M. **Addictologie : alcool, tabac, cannabis, opiacés, cocaïne, jeu pathologique.** Paris : Masson, 2008, 319 p.

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.

Lentin JP. **Drogues et cerveau : LSD, cocaïne, héroïne, cannabis, opium, morphine, ecstasy, tranquillisants, alcool, tabac, antidépresseurs, boulimie, sexe, jeu.** Paris : Editions du Panama, 2005, 205 p.

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.

Lowenstein W. **Ces dépendances qui nous gouvernent : comment s'en libérer ?** Paris : Calmann-Levy, 2005, 317 p.

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 dépendances". 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.

Mate G. **Les Dépendances, ces fantômes insatiables.** Montréal : Editions de l'homme, 2009, 408 p.

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.

Memmi A. **L'Individu face à ses dépendances.** Paris : Vuibert, 2005, 208 p.

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.

Observatoire français des drogues et des toxicomanies (OFDT). **Drogues et addictions, données essentielles : édition 2013.** Saint-Denis la Plaine : Observatoire français des drogues et des toxicomanies (OFDT), 2013, 399 p.

Drogues et addictions, données essentielles, publié par l'Observatoire français des drogues et des toxicomanies, aborde l'ensemble des domaines relatifs aux drogues licites et illicites : le cadre légal, les consommations, leurs conséquences sanitaires et sociales, les aspects relatifs à l'économie et au

marché de ces produits, ainsi que les réponses publiques aux problèmes soulevés par l'usage de ces substances (prévention, soins et application de la loi, ressources publiques et collectives mobilisées). Le rapport est structuré en trois parties, précédées d'une synthèse, et comporte plusieurs annexes (lexique, chronologie, repères législatifs, bibliographie, etc.). La première partie traite l'ensemble des questions permettant de décrire le phénomène des addictions en France : les consommations de drogues dans la population française, les perceptions et opinions des Français en la matière, les usagers et les contextes d'usages des drogues illicites, les problèmes sanitaires et sociaux, la prévention, la réponse pénale, les dépenses publiques et enfin, les marchés des drogues licites et illicites. L'approche est transversale dans cette partie : les données relatives aux différents produits sont confrontées dans chaque thème. La deuxième partie présente les principales dispositions législatives et réglementaires adoptées en France dans le domaine des drogues licites et illicites ainsi que pour les jeux de hasard et d'argent. Enfin, la troisième partie fournit l'état des connaissances produit par produit (classés par ordre alphabétique) : alcool, cannabis, cocaïne et crack, hallucinogènes, héroïne et autres opiacés, MDMA et amphétamine, médicaments psychotropes, nouveaux produits de synthèse, poppers et solvants, tabac. Elle se conclut avec un chapitre sur une addiction sans produit : les jeux de hasard et d'argent. En fonction de la disponibilité des données et de leur comparabilité, la situation française a été mise en parallèle autant que possible avec celle des autres pays européens.

<http://www.ofdt.fr/BDD/publications/docs/dd05comp.pdf>

Pedinielli J.L. **Psychopathologie des addictions**. Paris : PUF, 1997, 128 p.

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'alcool-dépendance, 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.

Pirlot G. **Psychanalyse des addictions**. Paris : Armand Colin, 2013, 256 p.

Le terme d'addiction recouvre les conduites de toxicomanie, d'alcoolisme, de tabagisme et toutes celles qui entraînent une dépendance avec ou sans toxiques (troubles du comportement alimentaire, addictions sexuelles, au travail, au sport, aux jeux, etc.). Cette notion permet de fournir ainsi un modèle d'interprétation de pathologies dissemblables, par l'individuation de dimensions psychopathologiques communes. L'ouvrage montre combien la question des « passions addictives », qui s'enracine dans l'œuvre de Freud, légitime une approche psychanalytique et psychosomatique en phase avec l'approche neurobiologique actuelle. Elle permet de mieux saisir les conflits, souffrances et drames cachés sous-jacents à ces conduites de dépendance, et de mettre à jour les enjeux psychiques et psychosomatiques à l'œuvre dans leurs prises en charge thérapeutiques. Cette deuxième édition, notablement augmentée, introduit de nouveaux thèmes psychopathologiques, comme ceux sur l'adolescence, et développe les travaux psychanalytiques fondateurs ainsi que d'autres plus récents sur le sujet, tant dans le domaine de la métapsychologie que celui de la neurobiologie.

Reynaud M. (Dir) **Traité d'addictologie**. Paris : Flammarion Médecine-Sciences, 2006, 800 p.

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.

Samitier MP., Benyamina A. **Promis, demain j'arrête ! - Sexe, alcool, jeux et autres dépendances... Quand l'addiction prend les commandes.** Paris : Michel Lafond, 2013, 283 p.

Alcool, cigarette, drogue, sexe, médicaments, jeux vidéo... À quel moment le plaisir devient-il un besoin, puis une dépendance ? Pourquoi certaines personnes sont-elles plus vulnérables que d'autres ? Y a-t-il un addict qui sommeille en chacun de nous ? À travers des histoires vraies et bouleversantes d'humanité, le docteur Amine Benyamina, grand spécialiste de la question, et la journaliste Marie-Pierre Samitier nous éclairent sur les dangers des diverses aliénations qui nous guettent, sur ce qui les provoque et sur les moyens de les soigner. Sans exclure les nouvelles addictions comme le téléphone portable, les achats compulsifs, les jeux vidéo ou en ligne, encore méconnues aujourd'hui. Et sans oublier les paramètres non négligeables (télévision, lobbyings du tabac et de l'alcool), qui favorisent ces excès. Car l'addiction n'est pas seulement une rencontre entre un individu et une substance ; la fragilité psychologique, la génétique et l'environnement dans lequel nous vivons sont inextricablement liés à cette pathologie, et font de cette « maladie du siècle » un phénomène de société à surveiller de près.

Toubiana EP. **Addictologie clinique.** Paris : PUF, 2011, 672 p.

Ce manuel très riche réunit des addictologues, des psychiatres, des psychanalystes, des sociologues et des anthropologues pour répondre à la question de ce qu'est une addiction. Ils abordent aussi bien les addictions avec toxiques (alcoolisme, tabagisme, médicaments...) que celles sans prise de toxiques comme les jeux d'argent, les jeux en ligne, les cyberaddictions, l'addiction au sexe ou au travail.

Valleur M, Matysiak J.C. **Les addictions : panorama clinique, modèles explicatifs, débat social et prise en charge.** Paris : Armand Colin, 2006, 384 p.

Le présent ouvrage commence ainsi par cerner en quoi l'addiction se distingue de l'engagement passionnel ou de l'habitude invétérée : cette pathologie du lien pose les questions du choix et de la liberté. Puis il dégage les éléments structuraux des formes addictives les moins discutées pour conduire à une vision globale et montre combien une optique multiaxiale et transdisciplinaire rend caduques les traditionnelles querelles d'écoles. La prise en compte des dimensions psychologiques, sociologiques, biologiques conduit enfin à des propositions thérapeutiques et préventives propres à hisser la prise en charge des addictions au rang de modèle en psychiatrie et en psychopathologie. [D'après le résumé d'éditeur]

Valleur M, Matysiak J.C. **Les Pathologies de l'excès : sexe, alcool, drogue, jeux... Les dérives de nos passions.** Paris : Lattès, 2006, 263 p.

Ce livre écrit par deux professionnels de la prise en charge médico-psychologique des dépendances avec drogues, quelles soient licites (tabac et alcool), illicites (héroïne, cocaïne, cannabis...) ou parfois même prescrites (médicaments psychotropes ou produits de substitution..) traite également les dépendances dites sans drogues, comme certaines conduites boulimiques, les jeux d'argent, les jeux vidéo, les achats compulsifs, les dépendances amoureuses ou au sexe... A travers de nombreux cas d'addictions et d'histoires vécues, ils nous expliquent le mécanisme de nos dépendances, leurs origines, les logiques de la répétition et de la reproduction.

Valleur M, Matysiak J.C. **Les Nouvelles formes d'addiction : l'amour, le sexe, les jeux vidéos.** Paris : 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.

Valleur M, Matysiak JC. **Sexe, passion et jeux vidéo : les nouvelles formes d'addiction**. Paris : Flammarion, 2003, 282 p.

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.

Varescon I. (Dir.) **Les addictions comportementales : aspects cliniques et psychopathologiques**. Wavre: Mardaga, 2009, 311 p.

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.

Velea D. **Toxicomanie et conduites addictives**. Paris : Heures de France, 2005, 380 p.

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.)

Venisse JL., Grall-Bronnec M. **Prévenir et traiter les addictions sans drogue. Un défi sociétal**. Paris : Elsevier Masson, 2012, 340 p.

Les addictions sans produit sont étudiées depuis une vingtaine d'années. Le risque addictif chez des individus aux facultés d'auto-régulation limitées est amplement augmenté dans la société contemporaine qui propose des offres et des incitations à consommer illimitées. Les addictions dites comportementales concernent tous les domaines : la dépendance affective, sexuelle, sectaire, le jeu problématique (de hasard, d'argent, vidéo, Internet), les excès alimentaires et sportifs. Les dommages et les conséquences sur l'individu et son entourage sont parfois très graves. Cet ouvrage étudie chaque addiction comportementale sur le plan du concept, des définitions, de la prévention, de la clinique et des traitements.

Observatoire régional en santé publique (ORSP) de Franche-Comté. **Addiction sans produit: synthèse bibliographique**. Besançon : Observatoire régional en santé publique (ORSP) de Franche-Comté, 2012, 78 p.

Ce dossier documentaire en ligne réalisé par l'observatoire régional de la santé (ORS) de Franche-Comté s'appuie sur un dossier réalisé à la demande de l'Agence Régionale de Santé Franche-Comté dans le cadre du plan stratégique régional de santé. Il propose une sélection de documents disponibles en ligne et/ou au Centre régional de documentation en santé publique de Franche-Comté. Les deux premières parties s'attachent à définir les concepts de dépendance, d'addiction, et d'addiction sans produit. Les troisième et quatrième parties présentent les différentes formes d'addictions sans produit et les données épidémiologiques :

- multimédia (Internet, jeux vidéo, écrans),
- jeu pathologique,
- addictions comportementales (travail, alimentation, dépendance sexuelle, achats compulsifs).

Le dossier documentaire recense dans une cinquième partie les outils d'évaluations diagnostiques existant avant d'aborder la prise en charge médico-sociale dans une sixième partie. La dernière partie s'interroge sur l'existence d'une prévention des addictions sans produit.

[http://www.orsp-franche-comte.org/fileadmin/user\\_upload/Documents\\_PDF/Publications\\_Etudes/2012/2012-ORSP-Addiction\\_Sans\\_produit\\_synthese\\_biblio.pdf](http://www.orsp-franche-comte.org/fileadmin/user_upload/Documents_PDF/Publications_Etudes/2012/2012-ORSP-Addiction_Sans_produit_synthese_biblio.pdf)

Pôle Prévention des Addictions (ÉPICÉA) . **Bibliographie « Addictions sans produit »**. Lille : Pôle Prévention des Addictions (ÉPICÉA), 2011, 25 p.

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

<http://www.cdripd.cg59.fr/pdf/pdfproduction/Biblio%20Addiction%20Sans%20Produit.pdf>

## CYBERDEPENDANCE

### ARTICLES

Arnold-Richez F. **Usage problématique des jeux vidéo**. in :Le Courrier des addictions, mars 2012, pp 26-27

Le réseau clinique "La Guilde", mis en place par l'association SERT-Marmottan, a réuni le 25 novembre dernier des professionnels du champ de l'addictologie et de l'adolescence pour une journée consacrée aux "usages problématiques des jeux vidéo, figures cliniques et arsenal thérapeutique". Compte-rendu de la journée dans cet article.

<http://www.grea.ch/publications/dependances-28-les-jeux-vidéo-un-phenomene-qui-nous-interroge>  
<http://www.inpes.sante.fr/slh/articles/396/03.htm>

Association nationale de prévention en alcoologie et addictologie (ANPAA)., Tisseron S. **Technologies numériques, mode d'emploi**. in : Addictions n°37, 2012, pp. 12-15

Les technologies numériques tiennent une place grandissante dans nos vies, leurs performances ne cessent de s'accroître. L'addiction nous guette-t-elle au tournant ? Cet article, à travers un entretien avec Serge Tisseron, fournit réflexions et conseils pour petits et grands.

Bonnaire C. **Jeux de hasard et d'argent**. in : Addict'O Normand, n° 1, mars 2013, 4 p.

L'approche de Céline Bonnaire, psychologue clinicienne, Centre Pierre Nicole, 75005 Paris et Maître de Conférence, Université Paris Descartes nous apporte des éléments de repères cliniques du jeu pathologique, notamment le rôle et la fonction qu'il revêt chez le sujet. Enfin le témoignage de Guillaume Lefèvre travailleur social au sein d'un CSAPA, nous éclaire à travers son expérience sur l'accompagnement social.

<http://www.riahn.fr/site/wp-content/uploads/2009/11/bulletin-addcito-1.pdf>

Bellevergue S. **Les espaces virtuels.** in : En rianhn, n° 15, mars 2011, 4 p.

Le 21 siècle, avant d'être spirituel, est technologique. En effet, peu d'adultes accepteraient de renoncer à ces nouvelles technologies, mais ces mêmes adultes sont démunis devant cet envahissement. Ils croyaient avoir circonscrit la question des conduites addictives aux produits, alcool, tabac, cannabis et autres substances psychoactives et il en est rien ... A travers les écrits de deux psychologues cliniciens qui décrivent comment ces espaces virtuels « offrent de belles opportunités au sujet pour trouver une solution à sa problématique psychique » Ne seront abordés dans ce bulletin que les enjeux de l'espace virtuel, or la dépendance non liée à des substances psychotropes se rencontre de plus en plus fréquemment.

<http://www.riahn.fr/site/wp-content/uploads/2011/03/bulletin-riahn-modif-15.pdf>

Dangaix D. **Tout objet de plaisir peut devenir une addiction.** in : La santé de l'homme, n° 396, juillet 2008, pp. 4-8

Entretien avec Michel Stora, psychologue, psychanalyste et thérapeute auprès de personnes dépendantes aux jeux. Il refuse de classer l'addiction aux jeux vidéo comme dangereuse. Elle peut, en effet, selon lui être également source de bien-être et antidépresseur. Plutôt que de dresser un tableau négatif des jeux vidéo, il propose plutôt de donner les moyens d'aider les adolescents à s'en sortir en les dissuadant d'avoir une consommation excessive.

<http://www.inpes.sante.fr/slh/articles/396/03.htm>

Dervaux A., Laqueille X. **Internet : passion ou addiction.** in : Le Courrier des addictions, Vol 11, n° 3, juillet 2009, pp 21-22

Bien que controversé, le concept d'addiction à Internet émerge au niveau international. Plusieurs auteurs ont plaidé pour son inclusion dans le futur DSM-V, ce qui signifie la nécessité d'un relativement rapide sur les critères diagnostiques.

Goyette M., Nadeau L. **Utilisation pathologique d'Internet : une intégration des connaissances.** in : Alcoologie & Addictologie, n°30, vol 3, 2008, pp. 275-283

Cet article vise à faire le point sur l'utilisation pathologique d'Internet qui fait de plus en plus l'objet de consultations. Chez ces patients, Internet structure leur vie et on observe les mêmes effets néfastes que pour n'importe quelle autre forme de dépendance. Cet article aborde les spécificités d'Internet, définit l'utilisation pathologique d'Internet ainsi que les caractéristiques associées au phénomène et le traitement adéquat.

Institut suisse de prévention de l'alcoolisme et autres toxicomanies (SFA/IPSA), Savary JF., Davidson C., Tisseron S (et al.). **Les jeux vidéo, un phénomène qui nous interroge.** in : Dépendances, n° 28, avril 2006, 24 p.

Au sommaire de ce numéro, plusieurs articles - Les addictions sans substances ; - Les enjeux d'une passion ; - Accro au jeu : témoignage ; - La prévention de l'usage nocif des jeux vidéos ; - Addiction aux jeux vidéo versus addiction aux jeux d'argent ; - Une approche anthropologique de l'addiction aux jeux vidéo

<http://www.grea.ch/publications/dependances-28-les-jeux-video-un-phenomene-qui-nous-interroge>

## OUVRAGES

Copper-Royer B., Firmin-Didot C. **Lâche un peu ton ordinateur ! : Comment mettre les limites ?**. Paris : Albin Michel, 2006, 132 p.

L'ordinateur est devenu le premier loisir des 10-15 ans, devant la télévision. Ils y consacrent de nombreuses heures pour "chatter", faire des recherches pour leurs exposés ... Mais, profiter pleinement de cet outil formidable, il faut savoir gérer son temps. Cet ouvrage donne des précieux conseils aux parents, encadrants ... pour gérer ce nouvel outil : comment mettre en garde par rapport aux sites violents ? ...

Crouzet T. **J'ai débranché. Comment revivre sans internet après une overdose**. Paris : Fayard, 2012, 306 p.

Cet ouvrage relate le témoignage d'un journaliste spécialiste des nouvelles technologies qui a fait le pari de vivre un an sans connexion Internet et raconte son expérience

Deschryver B, Rifaut F. **Internet rend-t-il accro ?**. Bruxelles : Labor, 2005, 183 p.

Ce livre écrit par des travailleurs sociaux belges, aborde trois concepts encore méconnus en Belgique : la cyber-addiction, la cyber-sexualité et les jeux sur Internet. Les auteurs définissent d'abord le concept d'addiction et décrivent de manière simple les addictions à Internet; aux jeux en ligne et à la "cybersexualité".

Hautefeuille M. **Les Addictions à Internet : de l'ennui à la dépendance**. Paris : 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.

[http://www.yapaka.be/files/publication/TA\\_cyberdependance\\_WEB.pdf](http://www.yapaka.be/files/publication/TA_cyberdependance_WEB.pdf)

Matysiak J.C. **Accros à l'écran ? Du Tamagotchi au cybersexe, et pourquoi pas !**. Paris : Editions 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]

Minotte P. **Cyberdépendance et autres croquemitaines**. Paris : Fabert, 2010, 57 p. P.

Minotte, psychothérapeute et chercheur à l'Institut wallon pour la santé mentale en Belgique, expose les usages problématiques des TIC. Il rappelle que l'addiction au virtuel n'est pas répertoriée comme une pathologie dans la classification des troubles mentaux mais que certaines pratiques d'Internet sont problématiques et génèrent des maux qu'il est important de prévenir.

Minotte P. **Qui a peur du grand méchant web ?**. Bruxelles : Yapaka, 2012, 57 p. Ce livre prend le contre-pied d'une culture la peur et de l'addiction trop souvent associée à internet et aux réseaux sociaux. Il analyse en quoi les interrogations et problématiques suscitées par les technologies de l'information et de la communication dépassent largement le cadre technologique dans lequel elles s'inscrivent, pour rejoindre des préoccupations plus vastes d'éducation de l'enfant et de l'adolescent aux "risques", voire à l'apprentissage de la vie. [Résumé d'auteur] [http://www.yapaka.be/sites/yapaka.be/files/56\\_internet-web-1.pdf](http://www.yapaka.be/sites/yapaka.be/files/56_internet-web-1.pdf)

Nadeau L., Acier D., Kern L (et al.). **La cyberdépendance : état des connaissances, manifestations et pistes d'intervention**. Montréal : Centre Dollard-Cormier, 2012, 76 p.

Cet ouvrage s'adresse aux professionnels qui travaillent dans le champ des addictions. Il fait le point sur les connaissances actuelles en matière de cyberdépendance et aide à en repérer les signes cliniques. Il donne des pistes d'intervention basées sur les pratiques reconnues dans le traitement des dépendances aux substances ou aux jeux de hasard. Un exemple d'entretien d'évaluation pour les professionnels et de fiche d'auto-observation pour les personnes cyberdépendantes sont proposés en annexe.

<http://dependancemontreal.ca/wp-content/uploads/2013/06/cybercomplet1.pdf>

Nayebi J C. **Enfants et adolescents face au numérique : comment les protéger et les éduquer**. Paris : 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.

Nayebi J. C **La Cyberdépendance en 60 questions**. Paris : Retz, 2007, 128 p.

L'auteur, spécialiste reconnu des troubles liés à la modernité, évoque toutes les interrogations relatives à la cyberdépendance. Le jeu, le sexe et la communication sur le réseau sont mises en perspective dans une visée informative, et des conseils sont dispensés quant à l'établissement d'une discipline de la consommation du Net, pour les jeunes et pour leurs aînés. Les intervenants des secteurs de l'enfance et de la santé y trouveront les informations capitales quant au diagnostic de cette conduite addictive moderne. Le jeu des questions-réponses permet de reproduire fidèlement les associations d'idées les plus fréquemment évoquées par les proches des cyberdépendants ou les parents inquiets.

Oliveri N. **Cyberdépendances : une étude comparative France-Japon** Paris : L'Harmattan, 2011, 265 p.

L'otakisme japonais, phénomène de relation fusionnelle aux nouvelles technologies, inquiète les observateurs de la société nipponne depuis le début des années 1980. Le jeune public français fan de mangas, de jeux vidéo et de mondes virtuels, témoigne de la présence d'un "otakisme hexagonal" et d'une possible tendance à la cyberdépendance.

Oullion J M. **Mes enfants sont accros aux jeux vidéo : guide des premiers secours à l'intention des parents déboussolés**. Paris : 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.

Rochon J P. **Les Accros d'Internet**. Montréal : 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.

Stora M. **Les Ecrans, ça rend accro ...** . Paris : 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.

Tisseron S., Hygen S., Brodeur J (et al.). **Les écrans. Grandeur et dépendance**. Montargis : Non-Violence actualité, 2009, 112 p.

Cet ouvrage reprend des articles publiés dans la revue "Non Violence Actualité" autour du développement des écrans dans la communication, l'information, la culture et le mode de vie en général. Différentes expériences d'usage limité et éclairé de cet outil média sont relatées.

Vaas S. **L'enfer du virtuel. La consommation naturelle pour sortir de l'isolement technologique**. Lausanne : L'Age d'Homme, 2009, 187 p.

Cet ouvrage traite de la dépendance à internet et à l'isolement social qu'elle peut entraîner. Ayant assisté aux différentes étapes du développement d'Internet, l'auteur prend conscience en 2005 des dangers que cet outil représente et décide de délaisser la communauté virtuelle qu'il gérait jusqu'alors.

## COLLOQUES / RAPPORTS / TEXTES DIVERS

Fréquence écoles. **Comprendre le comportement des enfants et adolescents sur internet pour les protéger des dangers**. Le Kremlin-Bicêtre: Fondation pour l'enfance, 2010, 125 p. Ce rapport présente les résultats d'une enquête sociologique sur le comportement des enfants et des adolescents sur internet. La première partie du document s'intéresse aux représentations d'Internet des adolescents et des parents et met en avant un réel décalage entre les usages adoptés et les représentations façonnées. La seconde partie explore les fondations et les bases de la pratique d'Internet chez les enfants et les adolescents en cherchant à savoir dans quels contextes ils se rendent sur Internet et comment ils s'approprient l'outil. La troisième partie du rapport propose une approche thématique des usages d'Internet chez les enfants et les adolescents et montre comment les jeunes font d'Internet un outil tour à tour ludique et créatif, informatif et instructif, et communicationnel. Enfin, la dernière partie s'interroge sur les risques et les préjudices, évalue le degré de sensibilisation des jeunes, et recense les instances de prévention. <http://www.frequence-ecoles.org/ctl/ressources/view/id/37c48d9366cfe18d321ef6e1db77cd38>

Grosskot A, Jeanneteau P. **La Cyberdépendance : état des lieux et propositions**. Paris : Assemblée Nationale, 2008, 11 p.

Ce rapport, rédigé par deux députés, fait le point sur les notions de cyberdépendance, d'addiction sans produit et émet un certain nombre de propositions pour prévenir, informer et encadrer les joueurs.

[www.anitea.fr/download/rapport\\_cyberdependance.pdf](http://www.anitea.fr/download/rapport_cyberdependance.pdf)

Minotte P., Donnay JY. **Les Usages problématiques d'Internet et des jeux vidéo : synthèse, regard critique et recommandations**. Namur : Institut Wallon pour la Santé Mentale, 2009, 113 p.

Le premier chapitre de ce rapport constitue un essai de contextualisation de la question des TIC (Technologies de l'Information et de la Communication) et de leurs usages. Ensuite, les auteurs questionnent le terme de « cyberdépendances » et les enjeux qui peuvent y être associés. Leur réflexion porte sur le choix des mots et des métaphores qui viennent actuellement construire cette problématique sur des repères conceptuels propres aux assuétudes. Les chapitres suivants portent sur les dimensions épidémiologiques puis étiologiques des « passions obsessives » que peuvent susciter Internet et les jeux vidéo. Les auteurs tentent dans ce cadre, de rendre compte d'approches théoriques différentes (cognitivo comportementaliste et psychodynamique).

[http://www.iwsm.be/pdf\\_dir/UPTIC.pdf](http://www.iwsm.be/pdf_dir/UPTIC.pdf)

Observatoire des mondes numériques en sciences humaines., Riviere C. **Le Lien de dépendance addictive à Internet, une nouvelle forme d'addiction ?** Paris : Observatoire des mondes numériques en sciences humaines, octobre 2006, 66 p.

Etude psychanalytique assez technique de la dépendance addictive à Internet, organisée en trois volets :

- la dépendance addictive à Internet dans sa relation à l'expérience de satisfaction "primaire" : une rencontre-restauration de la jouissance narcissique ;
- Internet comme objet-écran entre le dedans et le dehors ou l'impossible séparation avec l'objet ;
- de la dépendance narcissique à l'objet primaire au mode narcissique d'investissement de l'objet : l'investissement narcissique d'Internet comme objet de dépendance.

<http://www.omnsh.org/spip.php?article94>

RESOdoc. **La cyberdépendance**. Louvain-la-Neuve : UCL-IRSS-RESO , 2010, 15 p.

Ce dossier documentaire réunit une série de références bibliographiques et webographiques sur la cyberdépendance, qu'elle soit à caractère relationnel (à savoir le courrier électronique, les chats, les forums de discussion, les blogs...), à caractère sexuel (la visite de sites pornographiques, sites de rencontres), liée aux jeux vidéo, en particulier aux jeux en réseau ; ou encore la dépendance générale qui ne se concentre pas sur un seul type de sites ou sur une activité en particulier. Le document propose également des références bibliographiques liées à la prévention ou à des actions de prévention de la cyberdépendance.

<http://www.uclouvain.be/cps/ucl/doc/reso/documents/20cyberd.pdf>

Vaugeois P. **La Cyberdépendance : fondements et perspectives**. Montréal : Centre québécois de lutte aux dépendances, novembre 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.

<http://www.toxico.info/documentation/cyberdependance.pdf>



### ARTICLES & REVUES

Benoit E., Facy F. **Prévalence du jeu excessif observée dans un centre de médecine préventive en France.** in : Alcoologie & Addictologie, Tome 32, n° 2, juin 2010, pp 101-109

Compte-rendu de la première étude de prévalence réalisée en France sur le jeu excessif. 2 976 personnes fréquentant un centre de médecine préventive ont été interrogées sur leurs pratiques en matière de jeu de hasard et d'argent avec l'Indice canadien du jeu excessif. Cette étude présente plusieurs tableaux sur :

- les pratiques de jeux (typologie)
- les difficultés liées au jeu et avec les aux de fréquence de jeux
- les sommes mises en moyenne par semaine
- les risques faible, modéré et problématique

L'accent est mis, à la fin de l'article, sur une prévention qui peut s'avérer intéressante en fonction des lieux d'activité de jeux.

Bondolfi G., Osiek C., Davidson C (et al). **Impair et gagne ... le jeu pathologique pose-t-il problème ?** in : Dépendances, n°13, avril 2001 [ en ligne]

1. Le jeu pathologique en Suisse : quelques données épidémiologiques
2. Dépendances au jeu : problème médicaux
3. Psychologie du joueur et thérapie cognitive du jeu pathologique
4. Impair et manque ! ... en manque ? Prévention ou service après-vente des casinos ?
5. Jouer pour vivre ou vivre pour jouer ?
6. Créer un problème de dépendance et le prévenir : une logique nouvelle ...
7. Alco-line: un service complémentaire du réseau alcoologique

<http://www.grea.ch/publications/dependances-13-impair-et-gagne-le-jeu-pathologique-pose-t-il-probleme>

Costes JM., Pousset M., Eroukmanoff V et al. **Les niveaux et pratiques des jeux de hasard et d'argent en 2010.** in : Tendances, n° 77, septembre 2011, 8 p.

Ce numéro de Tendances présente les premières données nationales sur la pratique des jeux de hasard et d'argent, issues du Baromètre santé 2010 de l'INPES (Exploitation OFDT/INPES).  
<http://www.ofdt.fr/BDD/publications/docs/eftxjcr9.pdf>

Grall-Bronnec M., Wainstein L., Venisse JL (et al.). **Et si le jeu pathologique affectait aussi les seniors ?** in : Alcoologie & Addictologie, Tome 31, N°1, mars 2009, pp 51-56

Les seniors jouent de plus en plus aux jeux de hasard et d'argent et la proportion de joueurs pathologiques dans la tranche d'âge des 55 ans à + de 70 ans augmente. Cet article pose la question de la fiabilité des outils spécifiques de prévalence pour cette tranche d'âge. Les résultats d'enquêtes menées essentiellement aux Etats-Unis mais dans des contextes pas toujours neutres confirme la pertinence de travaux sur cette population spécifique

Hautefeuille M., Singer A., Valleur M (et al.). **Jeu, addiction et société.** in : Psychotropes, Vol. 13 n° 3-4, 2007, pp 5-205

Ce numéro consacré au jeu pathologique est constitué de 8 articles qui abordent le phénomène de dépendance, la dépendance au jeu, les orientations de l'Etat, usages et mésusages du jeu via Internet par les jeunes, le jeu pathologique dans une perspective psychanalytique.

<http://www.cairn.info/revue-psychotropes-2007-3.htm>

Hautefeuille M., Trepos JY., Valleur M (et al.). **Le Jeu pathologique : quand jouer n'est plus jouer.** in : Psychotropes, Vol 11, n° 2, 2005, 140 p.

Ce numéro consacré au jeu pathologique est composé d'un éditorial de M. Valleur et de M. Hautefeuille (PP. 5-8), d'un dossier (PP. 9-30) et d'une bibliographie (PP. 129-134). Le dossier est constitué de 5 articles qui abordent l'approche psychosociale de la thématique.

<http://www.cairn.info/revue-psychotropes-2005-2.htm>

Institut national de prévention et d'éducation pour la santé (INPES)., Dangaix D. **Le jeu pathologique : une addiction sans drogue.** in : La santé de l'homme, n°396, juillet-août 2008, pp. 8-9.

Au moins six cent mille personnes sont accros au jeu pathologique (jeux d'argent, jeux de hasard, Internet, jeux vidéos). Pourtant, ces addictions sont depuis très peu de temps considérées comme un réel problème de santé publique. La question du jeu pathologique n'a ainsi été incluse qu'en 2006 au plan Prise en charge et prévention des addictions. Le manque important de données épidémiologiques entraîne une demande d'études et de recherches cliniques. Par ailleurs, un dispositif thérapeutique doit être constitué (avec un centre de référence par interrégion offrant écoute et orientation) tel que le préconise le rapport Vénisse sur les addictions sans drogue

<http://www.inpes.sante.fr/SLH/pdf/sante-homme-396.pdf>

Lucas C., Romo L., Legauffre C. **Distorsions cognitives dans le jeu récréatif et problématique : état de la question.** in : Alcoologie & Addictologie, Tome 33, n°4, décembre 2011, pp 325-331

Cet article met en évidence l'intérêt de l'étude des distorsions cognitives (traitement incorrect des informations) dans la prise en charge du joueur et plus particulièrement dans les thérapies comportementales et cognitives.

Observatoire français des drogues et des toxicomanies (OFDT)., Tovar ML., Costes JM., Eroukmanoff V. **Les jeux d'argent et de hasard sur Internet en France en 2012.** in : Tendances, n° 85, juin 2013, 6 p.

Face à l'offre illégale grandissante sur Internet et en réponse à une forte demande européenne d'une ouverture de l'offre de jeux à la concurrence, la France a, par la loi du 12 mai 2010, organisé une « ouverture maîtrisée à la concurrence » du marché des jeux d'argent et de hasard (JAH) en ligne dans trois domaines : les paris sportifs, les paris hippiques et le poker.

<http://www.ofdt.fr/BDD/publications/docs/eftxmtt6.pdf>

Poenaru L., Simon O., Stucki S (et al.). **Dépistage du jeu excessif par les professionnels de santé.** in : Alcoologie & Addictologie, Tome 29, n°2, juin 2007, pp 155-160

L'objectif est de préciser certains facteurs de risques liés au jeu excessif et d'élaborer des critères de dépistage pour les acteurs de la santé favorisant le repérage précoce des joueurs excessifs.

Romo L., Carton ML., Cerbeland E (et al.). **Jeu pathologique et estime de soi : étude sur une population à risque.** in : Alcoologie & Addictologie, Tome 26, n° 4, décembre 2004, pp 307-310

Compte-rendu d'une recherche visant à étudier l'estime de soi dans le cas d'addictions comportementales (essentiellement jeu pathologique mais aussi achats compulsifs) et de la consommation d'alcool.

Valleur M. **Jeu, recherche de sens, et addiction.** in : Psychotropes, Vol.13, n° 3-4, 2007, pp 13-25

Le jeu pathologique fait désormais partie du champ des addictions. Cet article a pour but de poser quelques questions comme celle de la notion de "jeu responsable". Que recouvre-t-elle ? Y a-t-il partage des responsabilités dans le cas du jeu pathologique ? La notion de jeu n'implique-t-elle pas l'abandon de l'idée même de responsabilité ?

[http://www.hopital-marmottan.fr/spip/IMG/pdf/PSYT\\_133\\_0013.pdf](http://www.hopital-marmottan.fr/spip/IMG/pdf/PSYT_133_0013.pdf)

Valleur M., Costes JM., Bouju G (et al.). **Numéro spécial Jeux.** in :SWAPS, n° 65, 4e trim 2011, 27 p.

Au sommaire de ce numéro spécial : une analyse de Marc Valleur sur la question controversée du classement du jeu pathologique au rang des « vraies » addictions ; le point sur l'addiction aux jeux de hasard et d'argent en France en 2010 ; des données actuelles sur le jeu problématique ; quelques aspects cliniques du jeu pathologique ; exemples de réponses étrangères concernant la prévention du jeu excessif ; un observatoire sur les jeux : pourquoi et pour quoi faire ? ; le point de vue de François Trucy, sénateur et auteur du rapport d'information sur l'évolution des jeux de hasard et d'argent.

<http://www.pistes.fr/swaps/pdf/swaps65.pdf>

Valleur M. **Jeu pathologique et conduites ordaliques**. in : Psychotropes, vol 11, 2005, pp 9-30

L'auteur propose de considérer dans les conduites addictives 2 versants apparemment opposés : la dépendance et la conduite ordalique. Cette perspective permet de situer le jeu pathologique dans une classification des addictions basée sur la relation subjective à la prise de risque. Elle conduit aussi à distinguer du classique jeu pathologique d'argent et de hasard les nouvelles formes de dépendance aux jeux en réseau sur internet.

<http://www.cairn.info/revue-psychotropes-2005-2-page-9.htm>

Venisse J.L., Bouju G., Bronnec M (et al). **Jeu pathologique : des parcours évolutifs et discontinus**. in : Le Courrier des addictions, Vol. 11 n°3, 2009, pp 17-18

Cet article évoque la progression dans la connaissance des parcours de joueurs que l'on pensait linéaires alors que plusieurs études depuis 2002 viennent corroborer de multiples "allers-retours" dans la pratique de jeu entre le problématique et le pathologique. L'intérêt des thérapies brèves et des approches motivationnelles est souligné à la fin de l'article ainsi que les thérapies cognitivo-comportementales et psychodynamiques. L'accent est mis sur la difficulté pour le joueur à accéder aux soins. Deux encadrés l'un sur la prévalence et l'autre sur le coût social du jeu complètent cet article.

## OUVRAGES

Belkacem A, Reynaud M, Venisse J.L. **Du plaisir du jeu au jeu pathologique : 100 questions pour mieux gérer la maladie**. Paris : Maxima ; Laurent du Mesnil Editeur, 2011

En 100 questions, ce livre fait un point complet sur le jeu pathologique sous toutes ses formes (jeux d'argent, jeux de hasard, jeux vidéos, jeux en ligne, jeux de rôles), et ses traitements. Les questions traitées sont celles des patients ou de leur entourage ... et les réponses données s'efforcent d'être compréhensible par tous.

Boulangier M. **Jeux de hasard, jeux d'argent : comprendre, prévenir, soigner**. Paris : L'Harmattan, 2011, 136 p.

Dans cet ouvrage sont notamment abordés la place du jeu dans la société, les profils des joueurs, les niveaux d'usage des jeux entre risque, abus et dépendance, les conséquences sociales de la dépendance, les réponses soignantes et préventives à cette dépendance.

Boutin C. **Le Jeu : chance ou stratégie ? : choisir librement la place du jeu dans votre vie**. Montréal : Editions de l'homme, 2010, 255 p.

Écrit en collaboration avec des spécialistes du poker et des casinos, ce livre est le premier à traiter d'une manière simple de l'adresse dans certains jeux de hasard. Il s'intéresse au contrôle réel que peut développer tout joueur sur son jeu préféré. Il traite des jeux en vogue en distinguant le contrôle sur le jeu du contrôle sur le gain. En outre, l'auteur y aborde d'une façon inédite les rouages du poker Texas Hold'em (par exemple le principe de Peter adapté au jeu, l'effet Anne Boleyn, etc.). Il révèle enfin jusqu'où vont les casinos pour s'assurer un avantage théorique. Les intervenants et les proches

des joueurs trouveront dans cet ouvrage des informations nécessaires pour aider les personnes aux prises avec un problème de jeu excessif.

Bouting, Ladouceur R. **Y a-t-il un joueur dans votre entourage ? : Tout ce que les proches doivent savoir**. Montréal : Editions 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.

Chambler-Dubosson M. **Comprendre l'impact des jeux vidéo. Potentiels + dangers = Responsabilités nécessaires**. Lyon : Chronique sociale, 2009, 115 p.

Cet ouvrage traitant de la dépendance aux jeux vidéo décrit les impacts personnels et sociaux d'un usage trop important, en présente les évolutions potentielles et définit un code de conduite à l'usage des utilisateurs et de leur entourage.

Deun E. **C'est mon jour de chance ! Addiction au jeu et fausses croyances**. Paris : In press, 2013, 126 p.

L'auteur de cet ouvrage traitant de la dépendance aux jeux s'attache à réfléchir à de nouvelles pratiques cliniques réconciliant approche cognitiviste et psychanalytique à travers plusieurs cas cliniques des patients drogués aux jeux.

Dunand C, Rihs-Middel M, Simon O. **Prévenir le jeu excessif dans une société addictives ? D'une approche bio-psycho-sociale à la définition d'une politique de santé publique**. Genève (Suisse) : Médecine et Hygiène, 2010, 315 p.

Après avoir défini le jeu excessif, pathologie emblématique de la modernité, cet ouvrage collectif traite de tous les domaines pertinents de la problématique du jeu excessif et regroupe les principaux acteurs du domaine au niveau européen, ainsi que des contributions de nombreux auteurs internationaux.

Fevre, M, Durand, F, Degoffe, M. **Jeux de hasard et société : actes du colloque pluridisciplinaire organisé à l'Université de Reims-Champagne-Ardennes**. Paris : 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.

Fortin T., Mora P., Tremel L (et al.). **Les jeux vidéo : pratiques, contenus et enjeux sociaux**. Paris : L'Harmattan, 2005, 240 p.

Cet ouvrage se propose d'étudier le phénomène des jeux vidéo sous deux angles majeurs: la pratique des jeux en réseaux et les contenus des jeux de "civilisation". Les auteurs mettent à jour toute la complexité de ces ensembles qui ne se trouvent pas sans lien avec la situation sociale de leurs différents acteurs ou utilisateurs.

Grall-Bronne M. **Le jeu pathologique : comprendre, prévenir, traiter**. Paris : Armand Colin, 2013, 158 p.

Depuis l'automne 2011, on sait précisément quelle est la prévalence globale des troubles liés à la pratique des jeux de hasard et d'argent en France (1,3%). Il aura fallu attendre 2010 pour que soit enfin menée la première enquête épidémiologique sur le sujet, précédant de peu la promulgation de la loi autorisant l'ouverture à la concurrence et à la régulation du marché des jeux de hasard et d'argent en ligne. Le projet de reconduire à moyen terme cette enquête permettra de mesurer l'impact de cette nouvelle offre de jeu, voulue par le Politique. Il est en effet établi qu'Internet est un facteur de risque majeur d'une dérive addictive de la pratique des jeux de hasard et d'argent. L'évaluation globale de l'ensemble des facteurs de risque et de vulnérabilité intervenant dans la genèse et la poursuite de la conduite addictive est essentielle pour le clinicien prenant en charge des joueurs pathologiques.

INSERM. **Jeux de hasard et d'argent : contexte et addictions**. Paris : 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.

<http://www.ladocumentationfrancaise.fr/var/storage/rapports-publics//084000697/0000.pdf>

Ladouceur R, Sylvain C, Boutin G, Doucet C. **Le Jeu excessif : comprendre et vaincre le gambling**. Montréal : 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.

Minet S, Brabandere L. (de) **Ne dites pas à mon fils que je joue : une logique de la dépendance**. Lanoo : Racine, 2011, 195 p.

Fort d'une longue pratique clinique des phénomènes d'addiction et de dépendance psychologiques, l'auteur raconte divers cas rencontrés en tant que thérapeute. Passion des jeux de hasard et d'argent, ou des jeux de rôles sur Internet, il montre la démesure de certaines dépendances et l'accompagnement psychologique nécessaire pour s'en sortir.

Minet S. **Le Plaisir du jeu : entre passion et souffrance - La joueuse**. Paris : 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.

Oulion JM. **Mes enfants sont accros aux jeux vidéos ! Guide de premiers secours à l'intention des parents déboussolés**. Paris : Les Carnets de l'Info, 2007, 191 p.

Cet ouvrage vise à faire le point sur les pratiques des enfants et des adolescents en matière de jeux vidéo dont la popularité est telle qu'elle peut entraîner des comportements excessifs. Il s'adresse aux

parents de jeunes joueurs qui se sentent démunis vis-à-vis de cet engouement et qui souhaitent mieux évaluer et gérer une situation qu'ils jugent préoccupante. L'auteur apporte des informations sur l'addiction aux jeux vidéo (Peut-on parler de drogue pour les jeux vidéo ? Quand et pourquoi devient-on accro aux jeux vidéos ? Quels sont les symptômes ? Tous les enfants peuvent-ils être concernés ?) et cherche à montrer également que cette pratique peut être ludique et présenter des aspects positifs. [d'après résumé d'auteur]

Romo L. **La dépendance aux jeux vidéo et à internet**. Paris : Dunod, 2012, 207 p.

Cet ouvrage sur la cyberdépendance traite des motivations que certaines personnes ont à jouer aux jeux vidéo et des risques encourus en cas d'excès. Il propose également d'évaluer son degré de dépendance et présente un programme de prise en charge.

Roustan M., Clais JB., Stora M (et al.). **La pratique du jeu vidéo : réalité ou virtualité ?**. Paris : L'Harmattan, 2003, 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 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.

Suissa A. J. **Le Jeu compulsif : vérités et mensonges**. Anjou (Québec) : 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.

Taillefer PA. **Les Jeux sont faits : comment jouer à la roulette sans se ruiner**. Boucherville (Québec) : Editions de Mortagne, 2010, 166 p.

L'auteur s'est inspiré de méthodes déjà existantes pour effectuer ses propres recherches et mettre au point six techniques qui ont fait leurs preuves pendant trente ans pour ne pas laisser la chance au hasard...

Tremel L., Fortin T. **Mythologie des jeux vidéo**. Paris : Le Cavalier bleu, 2009, 95 p.  
Ce document traite de l'impact des jeux vidéo dans notre société. Il décrit les origines de leurs stéréotypes, l'anthropologie des jeux et des jouets, la genèse des jeux vidéo, les mythologies des jeux vidéo en France au début du XXI<sup>e</sup> siècle

Valleur M., Bucher C. **Le Jeu pathologique**. Paris : 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.

Autorité de régulation des jeux en ligne (ARJEL). **Lutter contre le jeu excessif ou pathologique. Recommandations trois ans après l'adoption de la loi d'ouverture du marché des jeux en ligne.**

Paris : Autorité de régulation des jeux en ligne (ARJEL), 2013, 52 p.

La question de l'addiction aux jeux d'argent fait intervenir différentes notions telles que l'addiction en elle-même, mais aussi le « jeu excessif ou pathologique » ou le « jeu problématique », qui méritent d'être précisément définies afin d'en mesurer les nuances, et ainsi de mieux appréhender les véritables enjeux de la lutte contre l'addiction.

<http://www.arjel.fr/IMG/pdf/20130426-addiction.pdf>

Centre d'analyse stratégique (CAS). **Jeux vidéo : Addiction ? Induction ? Régulation. Actes de séminaire - Centre d'analyse stratégique - 23 novembre 2010.** Paris : Centre d'analyse stratégique (CAS), 2011, 49 p.

Tour à tour présentés comme des vecteurs de divertissement, des innovations technologiques, des médias audiovisuels, voire des biens culturels, les jeux vidéo font l'objet d'un enthousiasme croissant mais suscitent également des inquiétudes. Ces actes rendent compte d'une journée où des experts ont apporté leurs contributions autour des problèmes et dangers autour des jeux vidéos qui permettent de tirer un certain nombre d'enseignements.

[http://www.strategie.gouv.fr/system/files/2011-02-24\\_-\\_jeux\\_video\\_actes\\_valides\\_0.pdf](http://www.strategie.gouv.fr/system/files/2011-02-24_-_jeux_video_actes_valides_0.pdf)

Centre de Toxicomanie et de Santé Mentale. **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.** Toronto : 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.

<http://publications.msss.gouv.qc.ca/acrobat/f/documentation/2001/01-837-1.pdf>

Faulkner R, Duguay L. **La Prévention du jeu pathologique : document de référence.** Québec : Ministère de la Santé et des Services sociaux (Québec), 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.

<http://publications.msss.gouv.qc.ca/acrobat/f/documentation/2001/01-837-1.pdf>

Rocher B. **Addiction aux jeux vidéo : mythe ou réalité ?** Nantes : Université de Nantes, 2007, 170 p.

Du fait d'une expansion considérable, les jeux vidéo tiennent désormais une place importante dans la société. Cet avènement rapide, couplé aux révolutions de l'Internet et des nouvelles technologies engendre un cortège de peurs et de questionnements quant à leur innocuité sur la santé de leurs utilisateurs. L'addiction à ces pratiques est l'une des conséquences néfastes les plus souvent citées sans être toujours argumentée. L'intérêt de ce travail réside dans la mise en perspective de ce que l'on appelle les nouvelles addictions et la pratique vidéoludique. Il s'appuie sur une réflexion

théorique sur la virtualité et les nouveaux modes de socialisation permis par les avancées technologiques, ainsi que sur une étude clinique à la fois psychométrique et psychopathologique mettant en avant d'importantes comorbidités anxiodépressives. Si addiction et jeux vidéo semblent parfois pouvoir être associés, cela ne doit pas diaboliser des pratiques le plus souvent ludiques, enrichissantes et sociales.

<http://archive.bu.univ-nantes.fr/pollux/get.action;jsessionid=BCBB5F7B14202A77A44C0208F68A46B5?id=690bf1d1-89e5-49c4-8d45-20acc1eda5cc>

Savard C. **Les adolescents à risque de développer un problème aux jeux de hasard et d'argent**. Montréal : Université de Laval, 2012, 103 p.

Cette thèse a pour but «de proposer un nouveau modèle explicatif sur le développement et le maintien des problèmes de jeu à l'adolescence, et d'étudier les habitudes de jeu des adolescents en centre jeunesse (CJ), un sous-groupe réputé pour présenter plusieurs facteurs associés au jeu. »

[http://www.fgrsc.gouv.qc.ca/upload/editeur/3%20these\\_C\\_Savard%2026\\_06\\_2012%281%29.pdf](http://www.fgrsc.gouv.qc.ca/upload/editeur/3%20these_C_Savard%2026_06_2012%281%29.pdf)

Sénat. **La Lutte contre la dépendance aux jeux : législation comparée**. Paris : Sénat, septembre 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.

[http://www.senat.fr/lc/lc175/lc175\\_mono.html](http://www.senat.fr/lc/lc175/lc175_mono.html)

Sénat. **L'Organisation des jeux d'argent**. Paris : Sénat, avril 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.

[http://www.senat.fr/lc/lc171/lc171\\_mono.html](http://www.senat.fr/lc/lc171/lc171_mono.html)

Stora M. **Addiction au virtuel : le jeu vidéo**. Paris : Observatoire des mondes numériques en sciences humaines, mars 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)

<http://www.omnsh.org/spip.php?article14>

Venisse JL. **Rapport pour la MILDT concernant le problème des addictions aux jeux**. Paris : MILDT, 2006, 141 p.

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.

[http://www.drogues.gouv.fr/fileadmin/user\\_upload/site-pro/06\\_Etudes\\_Rapports/01\\_principaux\\_rapports/niv\\_4/pdf/Venisse-mildt-jeu.pdf](http://www.drogues.gouv.fr/fileadmin/user_upload/site-pro/06_Etudes_Rapports/01_principaux_rapports/niv_4/pdf/Venisse-mildt-jeu.pdf)

## ACHATS COMPULSIFS (ONIOMANIE)

### OUVRAGES

Ades J, Lejoyeux M. **La Fièvre des achats**. Paris : Les Empêcheurs de penser en rond, 2002, 188 p.

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, interdictions 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.

Boutin G. **J'achète (trop) et j'aime ça ! : êtes-vous une acheteuse intense, sensuelle ou raffinée ?**. Montréal : Ed. de l'homme, 2005, 134 p.

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.

Clouas C. **Ces marques qui nous gouvernent... : comment se servent-elles de notre psychologie pour nous faire céder ?**. Paris : Ellipses, 2010, 203 p.

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.

Davier E. **L'Argent à tout prix : comprendre et améliorer sa relation à l'argent**. Paris : Flammarion, 2005, 341 p.

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.

Erner G. **Victimes de la mode ? : Comment on la crée, pourquoi on la suit.** Paris : La Découverte, 2006, 242 p.

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.

Gallois T. **Psychologie de l'argent : qui sommes-nous face à l'argent.** Paris : 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.

Gueguen N. **Psychologie du consommateur pour mieux comprendre comment on vous influence.** Paris : Dunod, 2011, 268 p.

Comptes-rendus d'expériences de psychologie scientifique pour comprendre les techniques d'influence du comportement du consommateur, incluant également l'essentiel des travaux anglo-saxons sur le thème. Ils sont répartis en trois parties : perception de l'information et comportement d'achat, sens et comportement du consommateur, relations sociales client-vendeur.

Ricadat E, Taieb L. **Rien à me mettre ! : Le vêtement, plaisir et supplice.** Paris : Albin Michel, 2012, 220 p.

S'habiller, acheter des vêtements, définir son style... les femmes et le vêtement, c'est toute une histoire. Futilité ? Pas forcément. La plupart des femmes connaissent des moments d'achat compensatoire, venant combler l'angoisse. Ce ne sont que des moments. Pour certaines d'entre elles cela tourne à l'achat compulsif et véritablement à l'addiction, ce qui fait la fortune des fabricants de prêt-à-porter. Elise Ricadat et Lydia Taïeb ont écouté ces patientes, celles qui ont toujours un besoin quasiment irréprensible d'acheter un vêtement qui leur irait mieux que ceux qu'elles ont déjà, et les autres pour qui s'habiller est source d'angoisse.

## DÉPENDANCE AFFECTIVE

### ARTICLES & REVUES

Boiron M., Pierre N., Bacherot E (et al.). **Vaincre les addictions sexuelles.** in : Sexualités Humaines, n°18, juillet/ août/ septembre 2013.

Peut-on devenir drogué au sexe ? A partir de quel comportement, de quel degré de dépendance peut-on parler d'addiction sexuelle ? D'ailleurs, existe-t-il une norme pour la sexualité ? Ce dossier nous éclaire sur cette dépendance sans produit. A travers les témoignages des patients et de la souffrance qu'ils décrivent, nous pénétrons dans un univers qui touche au sexe, mais dans lequel le plaisir et la jouissance deviennent source de douleur. Les fragilités, les histoires personnelles, les trajectoires houleuses, les pathologies associées, sont autant de facteurs qui favorisent l'addiction.

Les auteurs montrent comment vaincre les addictions sexuelles et retrouver une bonne « santé sexuelle ».

## OUVRAGES

Angel F. **Psychopathologie de la vie quotidienne...sur le net. Impacts des Nouvelles Technologies sur la Sexualité.** Paris : L'Harmattan, 2002, 108 p.

Cet ouvrage traite de l'interaction de la pornographie et d'Internet, avec trois aspects : technologique, commercial et psychosociologique. L'individu reste au centre de ce document dans son rapport au corps, au sexe et à l'informatique.

Audibert C. **L'Incapacité d'être seul : essai sur l'amour, la solitude et les addictions.** Paris : 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.

Berger V. **Les Dépendances affectives : aimer et être soi.** Paris : 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.

Biton D, Abgrall J-M. **Sectes, gourous, etc. : éviter aux ados de se laisser piéger.** Paris : Albin Michel, 2003, 208 p.

Les adolescents connaissent des troubles identitaires importants et c'est pour cette raison qu'ils sont une cible privilégiée pour les sectes. Démontre qu'entre la bande, le groupe à dérive sectaire ou la secte réellement organisée la frontière est parfois assez mince et que l'adolescent peut facilement s'y méprendre. Se divise en cinq parties : les victimes, description et définition d'une secte, les dangers, les méthodes d'embrigadement et des solutions pour en sortir. Ce guide pratique s'adresse aux jeunes comme à leurs parents pour repérer et éviter les pièges des sectes.

Delahaie P. **Ces amours qui nous font mal : les amours toxiques : les repérer et comment s'en sortir.** Paris : Marabout, 2005, 256 p.

L'amour est une chose qui rend plus fort, plus heureux et plus vivant. D'habitude, oui. Mais quelques fois cela semble différent... Certaines amours sont toxiques voire dangereuses. Partir pour «sauver sa peau» ou rester parce que, parfois, les choses peuvent changer : il faut trouver la meilleure solution. Cet ouvrage peut aider à faire le point et guérir - ensemble ou séparément - d'une relation toxique. Pour l'écrire, l'auteur a interviewé des psychologues, des sociologues, mais elle a surtout recueilli les témoignages de nombreux anonymes.

Demitro D. **Accros à l'amour : sommes-nous tous des dépendants affectifs ?** Montréal : 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.

Maes J.C. **Emprise et manipulation : peut-on guérir des sectes ?**. Bruxelles : De Boeck, 2010, 283 p. Cet ouvrage propose une vision innovante de la dépendance et de la co-dépendance d'une part, et du syndrome de Stockholm, d'autre part. Il est important, pour l'intervenant confronté à une situation de type sectaire, de comprendre comment fonctionnent le gourou, l'adepte et leur relation, ainsi que les co-adeptes, les proches participants sans le vouloir à cette mécanique.

Poncet-Bonnissol Y. **Emprises toxiques et dépendances affectives**. Toulouse : Editions Dangles, 2011, 112 p.

L'auteur de cet ouvrage s'interroge sur la dépendance affective, ses origines et ses éventuelles prédispositions. Ce guide évoque dans un premier temps la relation toxique entre personnes, puis aborde la dépendance comportementale : les achats compulsifs, le jeu, le virtuel, la sexualité, l'alimentation, l'alcool ou le travail.

Poudat. **La Dépendance amoureuse : quand le sexe et l'amour deviennent des drogues**. Paris : 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.

Prevot-Gigant G. **50 exercices pour sortir de la dépendance affective Ces amours qui nous font mal : les amours toxiques**. Paris : Eyrolles, 2011, 115 p.

50 exercices répartis en 5 sections pour apprendre à aimer sans dépendance.

Reynaud M. **L'Amour est une drogue douce ... en général**. Paris : 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.

Reynaud M., Karila L. **On ne pense qu'à ça : sensations, émotions, passions : l'amour dévoilé ou presque**. Paris : Flammarion, 2009, 329 p.

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.

Tenenbaum S. **Vaincre la dépendance affective : pour ne plus vivre uniquement par le regard des autres**. Paris : Albin Michel, 2010, 336 p.

La dépendance affective empêche ceux qui en sont atteints de mener une existence épanouie : elle les emprisonne dans des relations malsaines voire dangereuses. L'auteur explique comment se libérer de cette "prison" affective, à être authentique dans ses relations sans être soumis à ses parents, famille ou amis. L'objectif final de la thérapie étant de s'aimer soi-même et de ne plus dépendre du regard des autres.

Tisseron S. **Virtuel, mon amour : penser, aimer, souffrir à l'ère des nouvelles technologies**. Paris : 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. 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 ». 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, dépenser, d'aimer, de souffrir et d'être heureux.

## SEXUALITE ADDICTIVE

### OUVRAGES

Chatelain Y. **De l'addiction au Net à l'addiction au sexe en ligne**. In *"In bed with the web : Internet et le nouvel adulte"*. NL : Chiron, 2005, 158 p.

Ce chapitre est extrait d'un ouvrage qui se propose de "décrypter les mécanismes qui ont conduit et conduiront une multitude d'hommes et de femmes à tromper leur conjoint sur Internet, et de donner aux victimes de cette forme d'infidélité les connaissances indispensables pour en mesurer le degré de gravité". Le chapitre aborde la problématique de l'addiction au sexe qui, comme l'atteste différentes études, ne cesse de progresser (les accros au cybersexe seraient plus de 200 000 aux Etats-Unis). Cette évolution a favorisé : d'une part, la création de nombreux gadgets pour rendre plus érotique l'ordinateur ; d'autre part, l'émergence de service d'assistance pour le cyberdépendant sexuel (ex : "computer addiction. com", "netaddiction.com", "sexhelp.com", ..).

Debray Q., De Sutter P., Louville P (et al.). **L'addiction sexuelle. Idées reçues sur une souffrance méconnue**. Paris : Le Cavalier bleu, 2013, 228 p.

Commentaire Cet ouvrage propose une étude qui revient sur les différentes facettes, cliniques, psychologiques, scientifiques et sociales de l'addiction au sexe. En décortiquant les fausses croyances sur le sujet, les auteurs éclairent les conséquences de cette pathologie pour les malades et leur entourage et présentent les thérapies disponibles.

Reynaud M, Karila L. **On ne pense qu'à ça : sensations, émotions, passions : l'amour dévoilé ou presque**. Paris : Flammarion, 2009, 329 p.

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.

## ADDICTION AU SPORT (BIGOREXIE, SPORTAHOLISME)

### ARTICLES & REVUES

Allegre B., Therme P. **Dépendance à l'activité physique : relations entre critères diagnostiques et composantes comportementales.** in : Alcoologie & Addictologie, Tome 29, n° 3, septembre 2007, pp 243-248

Actuellement, deux définitions de la dépendance à l'activité physique semblent s'imposer. La première applique les critères diagnostiques de dépendance aux substances du DSM-IV à l'activité physique. La seconde définition utilise les composantes comportementales des addictions pour définir ce type de dépendance. L'objectif de cette étude est, d'une part, de décrire la dépendance à l'activité physique à l'aide de ces deux définitions et, d'autre part, d'examiner les relations existantes entre elles.

Avril M., Nivoli F., Lejoyeux M. **La Dépendance à l'exercice physique.** in : Alcoologie & Addictologie, Tome 29, n° 2, juin 2006, pp. 143-153

La dépendance à l'exercice physique est une nouvelle forme de dépendance comportementale. Elle a donné lieu à de nombreuses études récentes dont les principaux résultats sont passés en revue dans cet article.

Kern L. **Dépendance à l'exercice physique et personnalité.** in : Alcoologie & Addictologie, Tome 31, n° 1, 2007, pp. 41-49

Cet article a pour objet de faire un point sur les relations qui existent entre la dépendance à l'exercice physique et la personnalité. À l'examen de la littérature actuelle, la dépendance à l'exercice apparaît comme un concept difficile à définir. On peut en effet constater que, faute d'une définition consensuelle, son étude repose sur différents corpus scientifiques. Afin d'étudier ce phénomène, de nombreux chercheurs ont analysé les relations entre personnalité et dépendance à l'exercice physique. On peut remarquer le manque de consensus quant aux résultats. La question de l'existence même de types de personnalité addictive plutôt qu'une personnalité type se pose.

Velea D. **L'addiction à l'exercice physique.** in : Psychotropes , Vol. 8 n° 3-4, pp 39-46

Les addictions positives (jeu, sexe, sport...) sont souvent valorisées quand elles sont comparées aux dépendances aux produits. Pourtant, on rencontre une véritable souffrance physique et psychique parmi les addicts positifs. Chez les sportifs de haut niveau ou les amateurs pratiquant de manière intensive les exercices physiques, la pratique excessive met en évidence une conduite addictive (bigorexie) liée à des troubles dysmorphophobiques, qui se manifestent dans le cadre d'un véritable syndrome d'Adonis, avec tout le cortège des signes de manque et de souffrance psychique.

[http://www.hopital-marmottan.fr/publications/Article\\_de\\_dan.pdf](http://www.hopital-marmottan.fr/publications/Article_de_dan.pdf)

## ADDICTION AU TRAVAIL (WORKAHOLISM)

### ARTICLES & REVUES

Association nationale de prévention en alcoologie et addictologie (ANPAA). **Accros au boulot : gare aux dérives.** in : Addictions, n° 30, juin 2010, pp 18-19

Travailler tard, emporter des dossiers chez soi : une pratique courante pour bon nombre de salariés. Mais chez certains ce surcroît d'activité ne s'arrête jamais et empiète sur la vie privée. Plus qu'un mode de vie, le workaholism devient alors une véritable addiction, dont il est difficile de s'affranchir.

Fournier B. **Boulomanie : sortir du cercle vicieux** – EPFL (Lausanne), mars 2002

Le 27 mars 2002, la Commission de santé et sécurité au travail, créée par l'APC-EPFL, organisait sa première conférence débat sur le thème de la «boulomanie», l'addiction au travail, ce que l'on appelle aussi, dans le jargon scientifique, «l'ergomanie». Grâce aux présentations des quatre orateurs conviés pour l'occasion, le public aura pu mieux cerner les contours d'une dépendance qui, comme toutes les autres, commence de manière insidieuse...

<http://up-epf.epfl.ch/page-61361-fr.html>

## SELECTION DE SITES INTERNET

**Veille documentaire sur les addictions**

réalisée par l'IREPS Haute-Normandie

<http://resodochn.typepad.fr/addictions/>

### **ACTION INNOCENCE**

Action innocence est une ONG à but non lucratif ayant pour objectifs d'informer et sensibiliser le public, les parents et les enfants des dangers liés à Internet ; de promouvoir une pratique sécurisée et responsable d'Internet ; de lutter contre la pédocriminalité sur Internet.

<http://www.actioninnocence.org>

### **AIDE INFO JEU**

Site Internet d'information et d'assistance en ligne qui s'adresse directement aux joueurs de jeux de hasard et d'argent et à leur entourage.

[www.aide-info-jeu.fr](http://www.aide-info-jeu.fr)

### **CENTRE QUEBECOIS D'EXCELLENCE POUR LA PREVENTION ET LE TRAITEMENT DU JEU (CQEPTJ)**

Le Centre québécois d'excellence pour la prévention et le traitement du jeu (CQEPTJ) de l'Université Laval réalise des recherches fondamentales et cliniques depuis plus de 15 ans. Expliquer les mécanismes psychologiques impliqués dans le développement et le maintien des problèmes de jeu, sensibiliser la population, bonifier les traitements, comprendre les conditions sociales et culturelles du jeu et contribuer à la prévention

<http://gambling.psy.ulaval.ca/>

### **CENTRE QUEBECOIS DE DOCUMENTATION EN TOXICOMANIES**

Avec ses 7 500 titres de monographies, ses 60 titres de périodiques et les quelques 600 documents audiovisuels et ensembles multi-supports qu'il rend disponibles, le fonds documentaire du CQDT est le plus important sur les dépendances au Québec.

<http://cqdt.dependancemontreal.ca/>

### **CENTRE DE REFERENCEMENT SUR LE JEU EXCESSIF (CRJE)**

Le CRJE est une initiative du Pôle universitaire d'addictologie et psychiatrie du CHU de Nantes, qui reçoit régulièrement en consultation des joueurs pour lesquels les conduites de jeux de hasard et d'argent ou encore de jeux vidéo sont devenues problématiques, voire pathologiques.

Le Centre répertorie au sein de la rubrique « Espace Grand Public : Documentation-Soin » un ensemble de ressources liées et commentées : rapports gouvernementaux, livres destinés au grand public sur le jeu, articles scientifiques, outils pédagogiques ainsi qu'une sitographie sur les jeux...

<http://www.crje.fr>

### **CENTRE DU JEU EXCESSIF (CJE)**

Le Centre du jeu excessif (CJE) est un centre universitaire spécialisé dans le domaine de la dépendance aux jeux de hasard et d'argent. Le CJE est rattaché au Service de psychiatrie communautaire du Département de psychiatrie du Centre hospitalier universitaire vaudois (CHUV). Il répond aux besoins de santé publique en matière de prévention et de traitement du jeu excessif, pour le canton de Vaud, ainsi qu'aux niveaux romand et suisse. Le CJE développe ses missions autour de quatre axes: la prévention, le traitement, la formation-enseignement et la recherche. Dans le contexte de l'accueil, de l'investigation et du traitement, le Centre accueille toute personne, patients ou proches, concernée par des comportements excessifs de jeu.

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

### **COMMISSION DES JEUX DE HASARD**

Ce site vous informe sur le contexte légal des jeux de hasard en Belgique, les compétences de la Commission des jeux de hasard et les opérateurs légaux.

[http://www.gamingcommission.be/opencms/opencms/jhksweb\\_fr/home/](http://www.gamingcommission.be/opencms/opencms/jhksweb_fr/home/)

### **E-ENFANCE**

Site de l'association E-enfance, dont l'objectif est de permettre aux enfants et adolescents de se servir des nouvelles technologies de communication (Internet, téléphone mobile, jeux en réseau) avec un maximum de sécurité.

<http://www.e-enfance.org>

### **FREQUENCE ECOLES (recherche sur les jeunes et les TIC)**

Fréquence Écoles est une association d'éducation aux médias. Elle accompagne petits et grands dans la compréhension et le décryptage de la société de l'information.

<http://frequence-ecoles.net/accueil/>

### **GAME ADDICT**

Plate-forme d'information sur l'addiction au jeu animée par un groupement de joueurs.

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

### **GROUPE DE RECHERCHE SUR LA RELATION ENFANTS-MEDIAS (GRREM)**

Le Grrem est une association née en 1993 de la nécessité de promouvoir et de diffuser la recherche fondamentale sur les sujets concernant les enfants et les médias. Il associe chercheurs, professionnels des médias, enseignants et acteurs du champ social, éducatif et culturel de l'enfance et de la jeunesse.

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

### **HOPITAL MARMOTTAN**

Le Centre Médical Marmottan, créé par le Professeur Claude Olievenstein en 1971 et dirigé par le Dr Marc Valleur depuis avril 2000, est une structure publique de soins pour toxicomanes. Il est ouvert à toute personne concernée par des problèmes d'usage de produits licites ou illicites ou d'autres



formes de dépendance. Types d'addictions prises en charge : Substances illicites ; Jeu pathologique ; Jeux vidéo ; Internet ; cyber-dépendances sexuelles ; Addiction au sport ; Addiction au travail.

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

### **INFO FAMILLES NET ECOUTE**

L'objectif de ce portail est de mieux aider les parents et adultes à remplir leur mission éducative en ayant des repères d'informations et conseils sur des thèmes adossés aux pratiques numériques avec des réponses concrètes : internet, téléphonie mobile, jeux vidéo, comprendre les nouveaux médias, protéger les plus jeunes, comment réagir en cas de problème.

Un ensemble de fiches pratiques permet d'appréhender ces sujets en discussion avec l'enfant et l'adolescent : connaître les risques pour mieux réagir, 10 conseils pour protéger vos enfants, le contrôle parental, internet en quelques mots.

Net Écoute est aussi une ligne de contact multi-canal que ce soit par téléphone au 0800 200 000 (ligne gratuite ouverte du lundi au vendredi de 9h à 19h) avec fonction de rappel, que par chat, courrier électronique ou via Skype.

<http://www.info-familles.netecoute.fr/>

### **INSTITUT DU JEU EXCESSIF**

L'Institut du Jeu Excessif forme le personnel des casinos français à la prévention de des abus de jeux et anime des lignes d'assistance téléphonique pour apporter un soutien aux joueurs et à leur entourage.

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

### **INSTITUT FEDERATIF DES ADDICTIONS COMPORTEMENTALES (IFAC)**

Cet institut a pour but de développer la recherche sur ces nouvelles conduites problématiques afin de mieux comprendre les mécanismes impliqués dans les conduites addictives et d'orienter les programmes de prévention et de soins. En plus des classiques addictions aux substances (alcool, tabac, drogues, médicaments...), on insiste aujourd'hui de plus en plus sur la réalité des addictions sans drogue, appelées aussi addictions comportementales.

<http://www.ifac-addictions.fr/>

### **INTERNET SANS CRAINTE**

Ce programme national s'inscrit dans le projet européen Safer Internet Plus qui regroupe 27 pays de l'Union européenne. Il a pour vocation de : sensibiliser les jeunes aux risques et usages d'Internet, leur apprendre à se poser les bonnes questions et développer les bons réflexes ; sensibiliser et informer leurs parents et enseignants afin qu'ils puissent les accompagner ; donner aux animateurs et enseignants des outils pratiques pour créer facilement des ateliers de sensibilisation auprès des jeunes dont ils ont la charge

<http://www.internetsanscrainte.fr>

### **JEUNES CNIL**

Avec la multiplication des blogs et des réseaux sociaux on laisse aujourd'hui beaucoup d'informations sur soi sans vraiment y prêter attention ou même sans le savoir. Des fiches pédagogiques, des simulations et des conseils sont proposés par la CNIL afin de promouvoir les bons réflexes chez les jeunes et d'informer parents et enseignants.

<http://www.jeunes.cnil.fr/>

### **MEDIAPTE**

MEDIAPTE est spécialisé dans l'éducation à l'image, l'éducation aux médias, la formation aux usages de l'Internet, la visualisation de l'information

<http://www.mediapte.fr/sp/>

### **MISSION INTERMINISTÉRIELLE DE LUTTE CONTRE LA DROGUE ET LA TOXICOMANIE (MILDT)**

La Mission interministérielle de lutte contre la drogue et la toxicomanie, placée sous l'autorité du Premier ministre, anime et coordonne les actions de l'Etat en matière de lutte contre les drogues et les toxicomanies, en particulier dans les domaines de l'observation et de la prévention de la toxicomanie, de l'accueil, des soins et de la réinsertion des toxicomanes, de la formation des personnes intervenant dans la lutte contre la drogue et la toxicomanie, de la recherche, de l'information, et de la lutte contre le trafic. La mission prépare les délibérations du comité interministériel et veille à leur exécution.

<http://www.drogues.gouv.fr/>

### **OBSERVATOIRE FRANÇAIS DES DROGUES ET DES TOXICOMANIES (OFDT)**

Organisme public chargé du recueil, de l'analyse et de la synthèse des données relatives aux drogues illicites, à l'alcool, au tabac et aux jeux de hasard et d'argent en France

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

### **OBSERVATOIRE DES JEUX**

A travers son site internet l'Observatoire des jeux veut à la fois rendre compte de son action et diffuser les résultats de ses observations sur l'évolution des jeux d'argent et de hasard. Il a été conçu au service d'un large public de spécialistes mais aussi de citoyens intéressés par ces sujets.

<http://www.economie.gouv.fr/observatoire-des-jeux>

### **OBSERVATOIRE DES MONDES NUMÉRIQUES EN SCIENCES HUMAINES (OMNSH)**

L'Observatoire des Mondes Numériques en Sciences Humaines est un collectif de chercheurs qui étudient les technologies numériques et leurs enjeux humains et sociétaux en impliquant un large éventail de disciplines telles que l'anthropologie, la psychologie, la sociologie, la philosophie, l'esthétique, les sciences de l'information et de la communication (liste non exhaustive).

<http://www.omnsh.org>

### **PEDAGOJEUX**

Site d'information et de sensibilisation sur le jeu vidéo destiné à : sensibiliser le grand public sur les enjeux de la protection de l'enfance et sur le bon usage des jeux vidéo ; fournir aux parents et aux éducateurs une approche pédagogique autour des problématiques soulevées par le jeu vidéo.

Le site est organisé en six rubriques : " Sujets sensibles ", " Jeu et rapports sociaux ", " Bien choisir son jeu ", " Les équipements ", " Aspects financiers " et " Droits et devoirs ".

<http://www.pedagojeux.fr>

### **PROSPECTIVE-JEUNESSE**

Prospective Jeunesse est un centre d'étude et de formation actif dans le domaine de la prévention des risques liés aux usages de drogues, dans une optique de promotion de la santé.

<http://www.prospective-jeunesse.be/-Addictions-comportementales,485->

### **RÉSEAU EDUCATION MÉDIAS**

Site du Réseau Education-Médias, organisme canadien de ressources en éducation aux médias et à Internet, dont l'objectif principal est de fournir aux adultes les informations et outils nécessaires pour éclairer les jeunes sur la manière dont les médias fonctionnent et affectent leur façon de vivre. Le site offre des documents pour l'éducation aux différents médias que sont Internet, la télévision, les films, les jeux vidéo, les journaux, les publicités et la musique populaire.

[www.education-medias.ca](http://www.education-medias.ca)

### **SOS JOUEURS**

Centre de traitement et de prévention du jeu pathologique. Association d'aide au joueur et à sa famille.

<http://www.sos-joueurs.eu/>