

Extrait du Internet : Culture et Communication

<http://filipe.f.ferreira.free.fr/dlst>

# **L'avis du docteur Catherine Desmoulins, psychologue**

- DLST Mag' - Les Univers Virtuels -

Date de mise en ligne : mardi 8 avril 2008

---

**Internet : Culture et Communication**

---

« Les jeux vidéos ne sont heureusement pas forcément dangereux et tous les jeunes ne risquent pas de devenir cyberdépendants. Comme toujours, tout est une question de dose et d'interférence avec la « vraie » vie : la famille, les amis, le lycée. [»]

Passer une heure à jouer sur une console, ça va, jouer la nuit entière à combattre des adversaires sur Internet, c'est autre chose ! D'ailleurs il existe aujourd'hui des jeux vidéos à visée éducative très intéressants. Les jeux de stratégie en réseaux, qui rassemblent des joueurs du monde entier, sont connus pour être très « addictifs » car on craint, en quittant la partie, de perdre quelque chose. Les jeux violents ont une certaine utilité dans la mesure où ils permettent de se défouler en cas de trop-plein d'énergie & à condition de ne pas confondre virtualité et réalité. Le cyber-héros doit continuer de vivre normalement ! Et le manque de sommeil, quand on passe sa nuit à jouer en ligne, est lui bien réel. Dans une pleine période de développement physique et psychique, ça n'est certainement pas l'idéal pour l'équilibre et l'épanouissement. »

[Retour à l'article : "Univers virtuels : une drogue à part entière ?"](#)