

RENSEIGNEMENTS

La Clinique des troubles liés à internet et au jeu se situe route 241.

Tél.: 02 764 21 60.

Pour prendre rendez-vous:
ctij.rdv-saintluc@uclouvain.be

Quand internet REND ACCRO



L'ESSOR DES NOUVELLES TECHNOLOGIES A FAIT APPARAÎTRE DES PATHOLOGIES INÉDITES. EN 2015, UNE CLINIQUE DES TROUBLES LIÉS À INTERNET ET AU JEU A DONC VU LE JOUR À SAINT-LUC. OBJECTIF: AIDER LES PATIENTS À SORTIR D'UNE ADDICTION SANS PRODUIT, QUI PEUT SACCRAGER LEUR EXISTENCE.

Candice Leblanc

BON À SAVOIR

La Clinique des troubles liés à internet et au jeu accueille chaque année environ 80 nouveaux patients. Elle compte deux psychiatres (dont un médecin assistant en cours de spécialisation) et un psychologue. Ils travaillent en étroite collaboration avec d'autres psychologues de Saint-Luc. Une assistante sociale peut aussi intervenir, en cas de décrochage scolaire ou de problèmes financiers liés à l'addiction (endettement). L'équipe des soignants se réunit régulièrement pour discuter des situations spécifiques et deux fois par mois en réunion multidisciplinaire.

Le Pr Philippe de Timary et le Pr Joël Billieux (Faculté de psychologie) sont coresponsables de la nouvelle Clinique des troubles liés à internet et au jeu.



Johan, 23 ans, a toujours aimé les jeux vidéo. Surtout les jeux en ligne où il peut se mesurer à d'autres joueurs. Le problème est que depuis deux ans, il ne fait plus que ça! Lui qui adorait la natation a cessé de nager. Il ne sort plus. Il a arrêté ses études et perdu presque tous ses amis, lassés de sa «passion» dévorante... «C'est toute la différence entre un usage excessif et un usage pathologique», commente le Pr Philippe de Timary, coresponsable de la nouvelle Clinique des troubles liés à internet et au jeu (CTIJ). «On peut surfer plusieurs heures par jour sur internet tout en s'adonnant avec plaisir à d'autres activités. Dans l'addiction, par contre, il y a toujours une perte de contrôle: la personne ne peut plus s'arrêter! Internet

prend toute la place. Ce n'est plus un simple passe-temps; c'est un moyen de fuir la réalité. L'isolement (social, familial, amical...) qui en résulte est caractéristique de l'addiction.»

Des troubles multiples

Si les addictions aux jeux d'argent ne sont pas neuves, les troubles liés à internet sont assez récents et peuvent emprunter différents canaux: jeux vidéo, paris en ligne, chats et réseaux sociaux (Facebook, Twitter, etc.), cybersexualité (pornographie, rencontres en ligne), etc.

Ces addictions sans produit ont certaines spécificités. «Ce n'est pas comme l'alcool ou l'héroïne, par exemple, qui provoquent des symptômes physiques de sevrage quand on les arrête brusquement», explique le Pr de Timary. «Par contre, les troubles liés à internet et au jeu partagent

RECHERCHES ET ÉTUDES

Au Japon et en Corée du Sud, berceaux de nombreuses nouvelles technologies et de jeux vidéo, les troubles liés à internet sont devenus de véritables problèmes de société et sont reconnus et étudiés comme tels. En Europe, par contre, ils commencent à peine à émerger dans le champ universitaire. Or, mieux comprendre ces troubles permet de mieux les prendre en charge. La CTIJ se veut donc aussi un lieu de recherches et d'études pour les psychiatres et les psychologues qui y travaillent, pour mieux comprendre les enjeux de ces nouvelles pathologies et la manière dont elles éclairent la

compréhension de ce qu'est une addiction.

les mêmes mécanismes que l'assuétude aux drogues: le circuit cérébral de la récompense, le côté échappatoire, l'impulsivité de l'addiction, des symptômes psychiques de sevrage (nervosité, irritabilité, obsessions, etc.) quand la personne est privée de sa "drogue" virtuelle, etc.» Ces troubles peuvent aussi avoir de graves conséquences sur la vie personnelle, professionnelle, scolaire, sociale, familiale ou encore amoureuse de la personne... et de son entourage! Dans une addiction aux jeux d'argent, par exemple, la spirale de l'endettement peut plonger toute une famille dans de grandes difficultés matérielles.

Soigner les troubles liés à internet

Pour soigner ce genre d'addiction, il faut d'abord comprendre ce qu'il y a derrière afin de déterminer la meilleure prise en charge. Raison pour laquelle les patients de la CTIJ sont vus à la fois par un psychiatre et par un psychologue. «Le médecin psychiatre a pour mission de détecter une éventuelle maladie mentale sous-jacente: dépression, trouble anxieux, pathologie (pré)psychotique ou encore addiction à un produit (alcool, joint, etc.)», explique le Pr de Timary. «Quant au psychologue, il aide le patient à comprendre l'origine et les causes du trouble.»

Les approches proposées sont différentes selon les cas. Par exemple, une thérapie de type cognitivo-comportemental permet de repérer certaines fausses croyances à l'origine du recours répété à internet ou au jeu. Parfois, c'est plus le parcours et l'histoire de la personne qui expliquent l'addiction. Et comme l'entourage (parents, conjoint(e)...) est souvent à l'origine de la demande de soins, un travail avec la famille peut aussi s'avérer nécessaire. ●

