

Ipjmag - le magazine réalisé
par les étudiants de l'IPJ

-- Mode de vie --

Mode de vie

Internet dans les veines

Sabrina Dourlens
samedi 24 décembre 2005



Avec internet, certaines personnes dépassent les limites d'une « connexion normale » et adoptent un comportement addictif. Cette nouvelle toxicomanie sans drogue s'appelle la cyberdépendance. Le docteur Dan Véléa reçoit dans son cabinet ces drogués du web.

Jeune homme de 28 ans. Seul loisir : internet. Pratique 24h/24, 7j/7. Ce patient de l'hôpital Marmottan dans le XVIIème arrondissement de Paris est ce qu'on appelle un cyberdépendant. Il ne dort que 10 minutes par jour pour satisfaire son obsession malade. Jeux de rôle en réseau, chat (outil de discussion en temps réel) : il varie les plaisirs. Il vit dans un monde virtuel depuis cinq ans maintenant. Ses seules connaissances sont des inconnus rencontrés au détour d'un forum ou d'un jeu. Auparavant plutôt svelte, ce drogué du web a pris 30 kilos à force de rester assis en permanence et de se nourrir de paquets de gâteaux devant son ordinateur. Son addiction a pris tellement de place dans sa vie qu'il n'a aucune activité sociale ni professionnelle. Ses parents, se sentant impuissants, ont tenté de trouver un compromis. La seule condition pour qu'il puisse garder son ordinateur, c'est de se faire soigner.

Son psychiatre, le docteur Dan Véléa, est le spécialiste français de l'addiction à internet. « Ce jeune homme est en totale rupture sociale. Il ne communique plus que par le biais de l'outil informatique », constate-t-il. Sur internet, son patient change d'identité. Sur un même forum, il apparaît sous deux identités différentes : celui d'un garçon et d'une fille. Il a dû refuser une rencontre réelle avec des joueurs car il était censé être une blonde aux yeux bleus. « Le problème de la cyberdépendance résulte d'une faible estime de soi et de la recherche de la reconnaissance sans le jugement des autres », souligne le psychiatre. Pour ce patient comme pour beaucoup, ce mode de communication virtuel permet de se dépersonnaliser pour devenir quelqu'un d'autre.

72 heures d'affilée sur un chat

Même si ce cas est le plus extrême, Dan Véléa reçoit chaque semaine dans son cabinet une quinzaine de cyberaddicts. Accros aux sites pornos, aux achats en ligne, aux chats et forums. Ces nouvelles addictions existent depuis 4 ou 5 ans. Le centre Marmottan est avant tout destiné à soigner la toxicomanie, mais désormais, environ 10% des patients viennent pour la cyberdépendance. « Cela concerne énormément de monde, mais peu de personnes s'en rendent compte. Soit parce qu'ils n'ont pas connaissance de ce genre de troubles, soit parce qu'ils ne veulent pas se reconnaître accros, tout comme pour les alcooliques », précise l'addictologue.

Comme pour la toxicomanie classique, il y a tout d'abord une période de « lune de miel », pendant laquelle on se sent bien. Puis, la galère commence. Mais comment s'apercevoir que l'on est devenu un cyberdépendant ? « Lorsque l'on s'est désinvesti socialement et professionnellement. L'utilisation d'internet devient malade quand il remplace la parole habituelle, quand il devient la seule manière de communiquer et de rencontrer », explique le psychiatre. L'un de ses patients pouvait parfois

rester 72 heures d'affilée sur un chat. Il est arrivé à s'imposer de ne chatter que le week-end. « On ne peut pas guérir mais mieux gérer sa dépendance au quotidien, insiste Dan Véléa. Il s'agit de discuter, calmer les ardeurs, trouver des substituts et poser des limites. »

Profil type des cyberaddicts : les jeunes. Ils ont un attrait pour une nouvelle technologie qu'ils maîtrisent en général mieux que leurs parents. Mais il y a aussi des adultes qui consultent au centre Marmottan. L'un d'eux est Monsieur tout le monde : la cinquantaine, marié, des enfants. Il ne dort plus la nuit, il ne peut s'empêcher d'aller sur des sites homosexuels. Plus minoritaires, les filles sujettes à la cyber-dépendance. Certaines sont accros aux chats, d'autres aux achats en ligne. Comme cette patiente qui croule sous un million de dettes après avoir commandé sur des catalogues en ligne. Qu'ils soient acheteurs compulsifs, dépressifs ou simplement mal dans leur peau, la guérison d'un drogué du web peut parfois prendre beaucoup de temps. Car bien souvent, l'addiction à internet n'est que le symptôme d'un vrai trouble psychologique.