

À la rescousse des jeunes
accros à leurs écrans :
création d'un manuel de
traitement de la
cyberdépendance.



 UNIVERSITÉ DE
SHERBROOKE

Magali Dufour, Ph.D.
Dufour.magali@uqam.ca
Université du Québec à Montréal



Centre de santé et de services sociaux
Champlain—Charles-Le Moyne

Centre affilié universitaire et régional de la Montérégie

UNIVERSITÉ DE SHERBROOKE
CENTRE DE RECHERCHE - HÔPITAL CHARLES-LE MOYNE

Il était une fois... CyberJeunes

2012: Chez les adolescents
(n=4000)

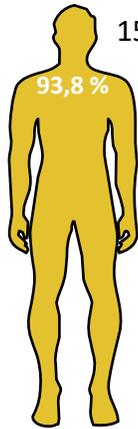
- En dehors des heures scolaires:
- Garçons: 19,68 heures
- Filles: 16,67 heures
($p < .0001$).

Le même sondage a indiqué que 48 % des répondants possédaient un téléphone intelligent, et que 24 % avaient une tablette sur laquelle ils pouvaient consulter une vidéo. Mais le coût demeure toutefois un obstacle au visionnement en ligne sur les téléphones cellulaires. En contrepartie, des cafés, des chaînes de restauration rapide et des aéroports ont commencé à offrir Internet sans fil permettant de capter une émission de télé ou des clips sur YouTube pour tuer le temps.

Il était une fois... Virtuado

Virtuado

Dufour et al. 2017



15,6 ans

80% gamers

55,5 heures par semaine

Portrait clinique complexe
avec comorbidité

21% risque suicidaire

Utilisation.....ET LA COVID

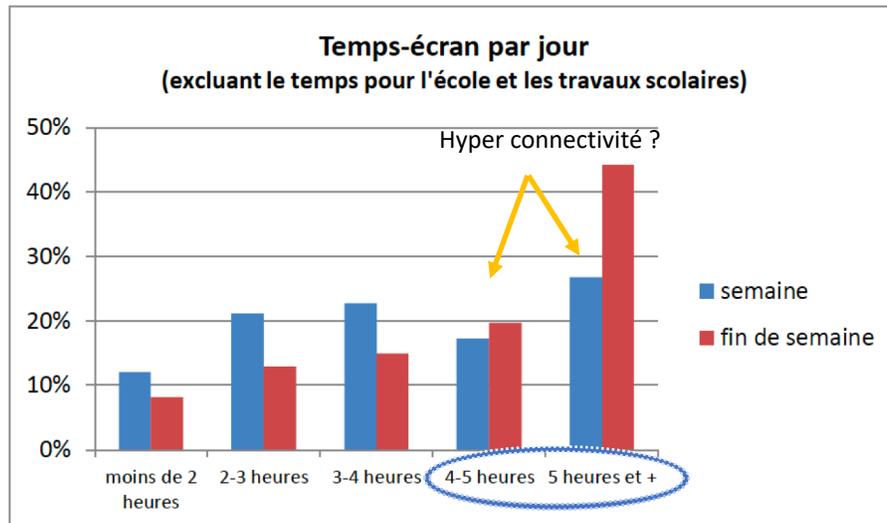
▪Net Tendence 2020 et Biron 2021:

▪Augmentation du temps d'écran

- 70% utilisation des médias sociaux (Snapchat, Instagram, Tiktok, Facebook, etc.)
- 60% jeux vidéo (sur ordinateur, console de jeu, cellulaire, etc.)
- 25% utilisation 5 hrs et +

▪Diminution des règles familiales

Hyperconnectivité..... Biron et al., 2021



Trouble du jeu vidéo: CIM-11

- Un contrôle réduit sur le comportement de jeu (son début, sa fréquence, son intensité, sa durée, sa fin, le contexte)
- Une priorité accrue accordée au jeu dans la mesure où celui-ci l'emporte sur les autres intérêts dans la vie et activités quotidiennes ;
- La poursuite ou l'escalade du jeu malgré des conséquences négatives.

PRÉVALENCE AU QUÉBEC: une augmentation dans les dernières années

Conduite à risque:

2016-2017: 18 % (Dufour et al., 2019)

2019: 34% (17,6% RS et 13,8% JV) (Lavoie et al, 2021)

Problèmes atteignant le seuil clinique (IAT):

- 2016-2017: 1,3% (Dufour et al., 2019)

- 2019: 3% (Lavoie et al., 2021)

- Dans le monde: entre 1 et 3%

PRÉVALENCE PANDÉMIE: PROJET HARDIS N= 2800

- Nombre d'heures: augmentation d'environ 2hrs

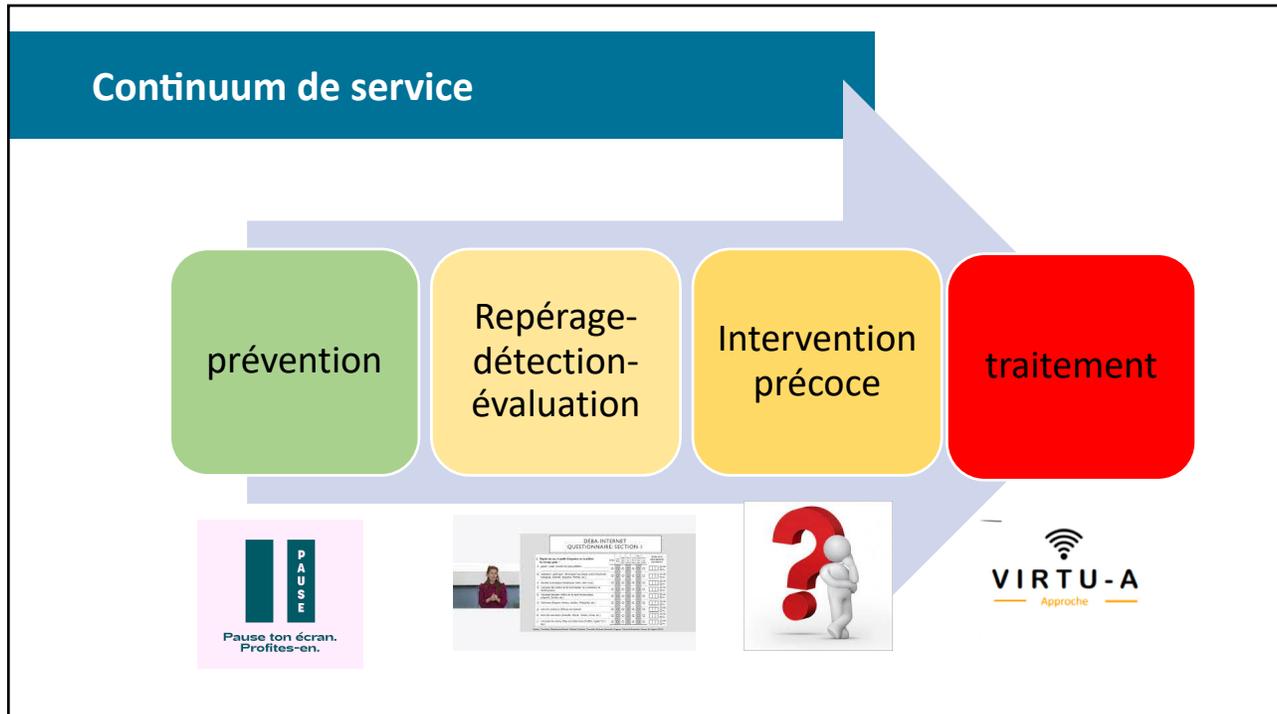
- 2019: 21,03

- 2020: 22,91

- Prévalence CIUS (18+):

- 2019: 15%

- 2020: 18,6%



Outil de Détection: DEBA-I

1. Depuis un an, à quelle fréquence as-tu utilisé les écrans pour :

	Jamais	Une fois	Quel que fois	Tous les mois	1 à 3 fois sem.	Plusieurs fois sem.	Tous les jours	
a) gamer / jouer, inscrire tes jeux préférés : _____	<input type="radio"/>	<div style="display: flex; align-items: center;"> <div style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 20px; margin-right: 5px;"></div> <div style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 20px; margin-right: 5px;"></div> <div style="margin-right: 5px;">min.</div> <div style="margin-right: 5px;"><input type="radio"/></div> <div style="margin-right: 5px;">hrs</div> </div>						
b) entretenir / participer / développer ton réseau social (Facebook, Instagram, habouki, Snapchat, Twitter, etc.)	<input type="radio"/>	<div style="display: flex; align-items: center;"> <div style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 20px; margin-right: 5px;"></div> <div style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 20px; margin-right: 5px;"></div> <div style="margin-right: 5px;">min.</div> <div style="margin-right: 5px;"><input type="radio"/></div> <div style="margin-right: 5px;">hrs</div> </div>						
c) discuter (messenger instantanée, texto, chat room)	<input type="radio"/>	<div style="display: flex; align-items: center;"> <div style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 20px; margin-right: 5px;"></div> <div style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 20px; margin-right: 5px;"></div> <div style="margin-right: 5px;">min.</div> <div style="margin-right: 5px;"><input type="radio"/></div> <div style="margin-right: 5px;">hrs</div> </div>						
d) visionner des vidéos de divertissement, de youtubeurs ou d'influenceurs	<input type="radio"/>	<div style="display: flex; align-items: center;"> <div style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 20px; margin-right: 5px;"></div> <div style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 20px; margin-right: 5px;"></div> <div style="margin-right: 5px;">min.</div> <div style="margin-right: 5px;"><input type="radio"/></div> <div style="margin-right: 5px;">hrs</div> </div>						
e) visionner des jeux vidéos ou du sport électronique (eSports, Twitch, etc.)	<input type="radio"/>	<div style="display: flex; align-items: center;"> <div style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 20px; margin-right: 5px;"></div> <div style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 20px; margin-right: 5px;"></div> <div style="margin-right: 5px;">min.</div> <div style="margin-right: 5px;"><input type="radio"/></div> <div style="margin-right: 5px;">hrs</div> </div>						
f) t'informer (blogues, forums, médias, Wikipédia, etc.)	<input type="radio"/>	<div style="display: flex; align-items: center;"> <div style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 20px; margin-right: 5px;"></div> <div style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 20px; margin-right: 5px;"></div> <div style="margin-right: 5px;">min.</div> <div style="margin-right: 5px;"><input type="radio"/></div> <div style="margin-right: 5px;">hrs</div> </div>						
g) créer du contenu à diffuser sur Internet	<input type="radio"/>	<div style="display: flex; align-items: center;"> <div style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 20px; margin-right: 5px;"></div> <div style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 20px; margin-right: 5px;"></div> <div style="margin-right: 5px;">min.</div> <div style="margin-right: 5px;"><input type="radio"/></div> <div style="margin-right: 5px;">hrs</div> </div>						
h) faire des rencontres (Bumble, Grindr, Tinder, Zoosk, etc.)	<input type="radio"/>	<div style="display: flex; align-items: center;"> <div style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 20px; margin-right: 5px;"></div> <div style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 20px; margin-right: 5px;"></div> <div style="margin-right: 5px;">min.</div> <div style="margin-right: 5px;"><input type="radio"/></div> <div style="margin-right: 5px;">hrs</div> </div>						
i) visionner des séries, films et la télévision (Netflix, Apple TV+, etc.)	<input type="radio"/>	<div style="display: flex; align-items: center;"> <div style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 20px; margin-right: 5px;"></div> <div style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 20px; margin-right: 5px;"></div> <div style="margin-right: 5px;">min.</div> <div style="margin-right: 5px;"><input type="radio"/></div> <div style="margin-right: 5px;">hrs</div> </div>						

Dufour, Tremblay, Blanchette-Martin, Ferland, Goyette, Turcotte, Khazaal, Brunelle, Gagnon, Tétrault-Beaudoin, Genois, & Légaré (2020)

DÉBA-INTERNET QUESTIONNAIRE: SECTION 2

2. Depuis un an, en excluant le temps passé pour tes travaux scolaires, ton travail ou tes obligations, combien d'heures en moyenne par semaine passes-tu devant les écrans ?

Noircir la réponse.

- de 1 heure (0) 21 à 30 heures (12) 51 à 60 heures (24) 81 à 90 heures (36)
 1 à 10 heures (4) 31 à 40 heures (16) 61 à 70 heures (28) 91 et plus (40)
 11 à 20 heures (8) 41 à 50 heures (20) 71 à 80 heures (32)

Depuis un an...

Encercler la réponse.

Pas du tout	Un peu	Moyennement	Beaucoup	Extrêmement
0	1 2 3	4 5 6	7 8 9	10
Jamais	1 fois	Quelques fois	Plusieurs fois	Souvent

3. à quelle fréquence as-tu poursuivi tes activités devant les écrans lorsque tu ressentais des signes de fatigue et d'épuisement ? 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
4. à quelle fréquence tes activités devant les écrans t'ont-elles permis de gérer ton stress ou ton anxiété ? 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
5. à quelle fréquence tes activités devant les écrans t'ont-elles permis de gérer ton ennui ou ta tristesse ? 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
6. à quelle fréquence as-tu eu l'impression de ne pas avoir eu le contrôle sur tes activités devant les écrans (temps passé, activités que tu y fais, etc.) ? 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
7. dans quelle mesure ton amoureux.se ou tes amis croient que tes activités devant les écrans sont un problème ? 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Résultat
(à l'usage de l'intervenant)

Il faut être attentif à la pondération de chacune des questions avant d'inscrire le résultat dans la case

 x 2

Dufour, Tremblay, Blanchette-Martin, Ferland, Goyette, Turcotte, Khazaal, Brunelle, Gagnon, Tétrault-Beaudoin, Genois, & Légaré (2020)

Nouveau TRAITEMENT: 2021-2024 VIRTU-A



Santé
et Services sociaux
Québec 

IUD INSTITUT
UNIVERSITAIRE SUR LES
DÉPENDANCES

Centre intégré
de santé
et de services sociaux
de Lanaudière
Québec 

Équipe VIRTU-A



- Équipe de recherche: Sylvie R. Gagnon, Valérie Van Mourik, Christine Lavoie, Lucie Barubé, Catherine Gatineau, Nadine Blanchette-Martin, Francine Ferland, Magali Dufour, Stéphane Cyr-Desjardins
- Comité d'experts: Lucia Romo, Guylaine Sarrasin, Miguel Therriault, Yasser Khazaal, Andrée-Anne Légaré
- Comités de validation du traitement
 - Experts Internationaux: Joël Billieux, Sophia Achad
 - Experts concernés: 3 Jeunes ayant eu UPI
 - Experts cliniques: Rencontre avec les cliniciens



- Objectifs:
 - Développer un traitement manualisé pour les jeunes de 15-25 ans se présentant pour un problème UPI.
 - Développer des outils d'intervention afin de prendre en compte les autres problématiques de santé mentale.
 - Comparer l'efficacité de ce traitement à celui offert dans certains centres de traitement
 - Documenter l'évolution temporelle des symptômes (utilisation d'Internet, consommation, problème de santé mentale) à la fin du traitement et 3 mois après la fin du traitement.



Étapes

- 1) Développement d'un traitement manualisé pour les 15-25 ans
- 2) Consultation auprès des experts concernés et internationaux
- 3) Validation du traitement auprès de 30 jeunes
- 5) Consultation des cliniciens et des experts
- 6) Finalisation du manuel de traitement



Principes guides et philosophie

- 1) Mettre en valeur les outils déjà développés dans le réseau
- 2) Aborder la question « en ligne » et « hors ligne »
- 3) Équilibre et réduction des méfaits
- 4) Traitement flexible, nombre de séances, ordre, exercices à faire
- 5) Thèmes transversaux à toutes les rencontres: (motivation, croyances, estime de soi, implication des proches)
- 6) Suggestions de lecture, podcast, film, etc. pour le thérapeute et le client
- 7) Recommandations des usagers
- 8) Utilisation d'outils numériques... avec parcimonie



Début des travaux Mai 2021

- 1) Recension des traitements existants
- 2) Constitution et rencontres avec Comité Experts
- 3) Philosophie guidant le développement du programme
- 4) Choix d'un modèle théorique
- 5) Développement de chacune des séances de traitement



Séances

- 1) Préparation à la réadaptation
- 2) Analyse fonctionnelle
- 3) Motivation et changement
- 4) Développement de l'auto-contrôle
- 5) Gestion de l'émotion
- 6) Résolution de problèmes
- 7) Habiletés sociales



Prochaines étapes 2021-2022

1. Demande éthique
2. Contact avec tous les centres souhaitant participer
3. Recrutement du groupe contrôle N= 30 (JANV 2022)
4. Rédaction du manuel de traitement (janv-mai 2022)
5. Présentation manuel traitement expert internationaux (juillet 2022)
6. Formation des cliniciens (octobre 2022)
7. Implantation du traitement (novembre 2022)



Soutien clinique

- 1. Aide au recrutement pour le groupe contrôle et le groupe en traitement
- 2. Formation d'une journée pour le traitement (2022)
- 3. Supervision clinique 1 fois par mois: Sylvie R. Gagnon, Valérie Van Mourik et Magali Dufour
- 4. Soutien en tout temps
- 5. Communauté TEAM avec Foire aux questions
- 6. Journée d'analyse des données (2022)

Et maintenant....



stephanecyrdesjardins@gmail.com

Références

- ATN (2021). NETendances 2020, Vol 11 (3), Université Laval. <https://transformation-numerique.ulaval.ca/enquetes-et-mesures/netendances/netendances-2020-portrait-numerique-des-foyers-quebecois/>
- Billieux, J., Schimmenti, A., Khazaal, Y., Maurage, P. & Heeren, A. (2015). Are we overpathologizing everyday life? A tenable blueprint for behavioral addiction research. *Journal of Behavioral Addictions*, 4(3), 119-123.
- Billieux, J., King, D.L., Higuchi, S., Achab, S., Bowden-Jones, H., Hao, W., ... Poznyak, V. (2017). Functional impairment matters in the screening and diagnosis of gaming disorder. *Journal of Behavioral Addictions*, 6(3), 285-289. Doi: 10.1556/2006.6.2017.036
- Beard, K. W. (2011). Working with Adolescents Addicted to the Internet. Dans K. S. Young et C. N. de Abreu (dir.), *Internet Addiction: A Handbook and Guide to Evaluation and Treatment* (p. 173-222). New Jersey: John Wiley & Sons, Inc.
- Beranuy Fargues, M., Chamorro Lusaar, A., Graner Jordania, C., Carbonell Sánchez, X., (2009). Validation of two brief scales for Internet addiction and mobile phone problem use. *Psicothema* 21, 480-485.
- Beranuy, M., Carbonell, X. & Griffiths, M. D. (2013). A qualitative analysis of online gaming addicts in treatment. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 11(2), 149-161. Doi: <https://doi.org/10.1007/s11469-012-9405-2>
- Biron, J-F, Fournier, M., Tremblay, P.H. et Neuyen, C.T. (2019). *Les écrans et la santé de la population à Montréal*. Direction Régionale de Santé publique du CIUSSS du Centre-Sud-de-l'Île-de-Montréal. 12 pages.
- Brisson-Boivin, K. (2018). Le bien-être numérique des familles canadiennes, HabiloMédias. Ottawa. <https://habilomedias.ca/sites/default/files/publication-report/full/numerique-familles-canadiennes.pdf>
- Brunelle, N., Dufour, M., Dussault, F., Rousseau, M., Leclerc, D., Tremblay, J., Bourgault-Bouthillier, I., Cousineau, M-M. (2018). Projet cybrIEunes 2 : trajectoires de jeux de hasard et d'argent chez les jeunes : rôles du jeu Internet et des problématiques associées. Rapport de recherche remis au Fonds de recherche société et culture – Québec, 55 pages.
- Brunelle, N., Leclerc, D., Tremblay, J., Dufour, M., Rousseau, M., Cousineau, M-M (2015). *Influence des habitudes de jeu par Internet et de problématiques associées sur l'évolution de la sévérité des habitudes de jeux de hasard et d'argent en cours d'adolescence (Projet CyberJeunes 1)*. Rapport de recherche remis au FQRSC.
- Can, H., Sun, Y., Wan, Y., Hao, J. et Tao, F. (2011). Problematic Internet use in Chinese adolescents and its relation to psychosomatic symptoms and life satisfaction. *BMC Public Health*, 11, 802.
- Chen, Y-L. et Gau, S. S-F. (2016). Sleep problems and Internet addiction among children and adolescents: A longitudinal study. *Journal of Sleep Research*, 25, 458-465. Doi: 10.1111/jsr.12388
- Cheng, C. et Li, A. Y-J. (2014). Internet Addiction Prevalence and Quality of (Real) Life: A Meta-Analysis of 31 Nations Across Seven World Regions. *CyberPsychology, Behavior, and Social Networking*, 17(12), 755-760. DOI: 10.1089/cyber.2014.0317
- Cho, E. (2015). *Therapeutic Interventions for Treatment of Adolescent Internet Addiction – Experiences from South Korea*. Dans C. Montag et M. Reuter (dir.), *Internet Addiction: Neuroscientific Approaches and Therapeutic Interventions* (pp. 167-181). Springer.
- Dufour, M., Gagnon, S.R., Nadeau, L., Légaré, A-A, Laverdière, E. (2019). Portrait clinique des adolescents en traitement pour une utilisation problématique d'Internet *Canadian Journal of psychiatry*, 64(2), 136-144.
- Dufour, M., Brunelle, N., Khazaal, Y., Tremblay, J., Leclerc, D., Cousineau, M-M, Rousseau, M., Légaré, A-A et Berbiche, D. (2017a). Gender difference in online activities that determine problematic Internet use category. *Journal of behavioral and cognitive Therapy*. <https://doi.org/10.1016/j.jtcc.2017.05.002>
- Dufour, M., Brunelle, N., Leclerc, D., Tremblay, J., Cousineau, M-M, Khazaal, Y., Legaré, A-A., Rousseau, M et Berbiche, D. (2016). Gender difference in Internet use and Internet problems among Quebec high school students. *The Canadian Journal of psychiatry*, 61(10), 663-668.
- Dufour, M., Nadeau, L. et Gagnon, S. R. (2014a). Tableau clinique des personnes cyberdépendantes demandant des services dans les centres publics de réadaptation en dépendance du Québec. *Santé mentale au Québec* 39 (2), 149-168.
- Dufour, M., Gendron, A., Brunelle, N., Leclerc, D. et Cousineau, M-M. (2014). Adolescent technology use: Profiles of distinct groups and associated risky behaviors. *Revue Journal of Addiction Research & Therapy* S10 (010). http://omiconline.org/open-access/adolescent-technology-use-profiles-of-distinct-groups-and-associated-risky-behaviors-2155-6105_S10-010.pdf

- Dufour, M., Gagnon, S.R., Nadeau, L., Légaré, Andrée-Anne (2017b). Chapitre 14 : L'évaluation de la cyberdépendance chez les adolescents. Dans : Laventure, M., Brunelle, N., Bertrand, K. et Garneau, M. *Adolescents dépendants ou à risque de le devenir. Pratiques d'intervention prometteuses*. Presse de l'Université Laval.
- Dufour, M., Goyette, M., Tremblay, J., Khazaal, Y., Brunelle, N., Légaré, A-A, Cousineau, M-M, St-Arnaud, G., Pellerin, A., Richard, A. (2018). Internet au carrefour du divertissement des jeunes : interrelations entre la cyberdépendance et les jeux de hasard et d'argent (projet WebAdo). Rapport de recherche remis au Fonds de recherche société et culture – Québec, 84 pages.
- Dufour, M., Nadeau, L., Gagnon, S.R., Trudeau-Guévin, L., Légaré, A-A, Laverdière, E. (2017c). *L'évaluation des adolescents cyberdépendants dans les Centres de réadaptation en dépendance au Québec : VIRTUADO*. Rapport de recherche remis au Ministère de la Santé et des Services Sociaux, 64 pages.
- Dufour, M., St-Arnaud, G., Légaré, A-A., Tremblay, J., Bertrand, K., Khazaal, Y., Brunelle, N. et Goyette, M. (2019). La prévention de l'utilisation problématique d'internet : exploration du point de vue des jeunes. *Revue québécoise de psychologie*, 40(2), 115-134. <https://doi.org/10.7202/1065906ar>
- Durkee, T., Kaess, M., Carli, V., Parzer, P., Wasserman, C., Floderus, B., ... Wasserman, D. (2012). Prevalence of pathological internet use among adolescents in Europe: Demographic and social factors. *Addiction*, 107(12), 2210-2222. <http://doi.org/10.1111/j.1360-0443.2012.03946.x>
- Goyette, M. & Nadeau, L. (2008). Utilisation pathologique d'Internet : une intégration des connaissances. *Alcoologie et Addictologie*, 30(3), 275-283
- Hinić, D. (2011). Problems with "internet addiction" diagnosis and classification. *Psychiatra Danubina*, 23(2), 145-151.
- Jelenchick, L.A., Hawk, S.T., Moreno, M.A., (2016). Problematic internet use and social networking site use among Dutch adolescents. *Int. J. Adolesc. Med. Health* 28, 119–121. <https://doi.org/10.1515/ijamh-2014-0068>
- Ke, G. N. et Wong, S. F. (2018). Outcome of the Psychological Intervention Program: Internet Use for Youth. *Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavioral Therapy*, 36, 187-200. Doi: 10.1007/s10942-017-0281-3
- Kim, Y., Park, J. Y., Kim, S. B., Jung, I.-K., Lim, Y. S. et Kim J.-H. (2010). The effects of Internet addiction on the lifestyle and dietary behavior of Korean adolescents. *Nutrition Research and practice*, 4(1), 51-57. DOI: 10.4162/nrp.2010.4.1.51
- Kuss, D. J., & Griffiths, M. D. (2012). Online gaming addiction in children and adolescents: A review of empirical research. *Journal of Behavioral Addictions*, 1(1), 3-22. <http://doi.org/10.1556/JBA.1.2012.1.1>
- Kuss, D., Griffiths, M., Karila, L., & Billieux, J. (2014). Internet addiction : a systematic review of epidemiological research for the last decade. *Current Pharmaceutical Design*, 20(25), 4026-4052.
- Kuss, D.J. & Lopez-Fernandez, O. (2016). Internet addiction and problematic Internet use: A systematic review of clinical research. *World Journal of Psychiatry*, 6(1), 143-176. Doi: 10.5498/wjpv.6.1.143
- Kuss, D.J., Griffiths, M.D. & Pontes, H.M. (2016). Chaos and confusion in DSM-5 diagnosis of Internet Gaming Disorder: issues, concerns, and recommendations for clarity in the field. *Journal of Behavioral Addictions*, 6(2), 103-109. Doi: 10.1556/2008.5.2016.062
- Kuss, D.J., Griffiths, M.D., & Pontes, H.M. (2017). DSM-5 diagnosis of Internet Gaming Disorder: Some ways forward in overcoming issues and concerns in the gaming studies field. *Journal of Behavioral Addictions*, 6(2), 133-141. Doi : 10.1556/2006.6.2017.032
- Lopez-Fernandez, O., Griffiths, M.D., Kuss, D.J., Pontes, Halley, M., Dawes, C., Justice, L., Rumof, H-J, Bischof, A., Gässler, A-K, Suryani, E., Männikkö, M., Käriäinen, M., Romo, L., Morvan, Y., Kern, L., Graziani, P., Rousseau, A., Hormes, J., Schiementi, A., Passanisi, A., Demetrovics, Z., Kiraly, O., Lelonek-Kuleta, B., Chwascz, J., Dufour, M., Terashima, J.P., Cholz, M., Zaccarés, J.J., Serra, E., Rochat, L., Zullino, D., Achad, S., Landro, N., Billieux, J. (2019). Cross-cultural validation of the Compulsive Internet Use Scale in four forms and eight languages. *Cyberpsychology, behavior and Social Networking*. DOI: 10.1089/cyber.2018.0731 .

- Ministère de la Santé et des Services Sociaux (2018). Plan d'action Interministériel en dépendance 2018-2028. 128 pages. <https://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/document-002078/>
- Müller, K. W., Beutel, M. E. et Wölfling, K. (2014). A contribution to the clinical characterization of Internet addiction in a sample of treatment seekers: Validity of assessment, severity of psychopathology and type of co-morbidity. *Comprehensive Psychiatry*, 55, 770-777. DOI: 10.1016/j.comppsy.2014.01.010
- O'Brien, J.E., Li, W., Snyder, S.M., et Howard, M.O. (2016). Problem Internet Overuse Behaviors in College Students: Readiness-to-Change and Receptivity to Treatment. *Journal of Evidence-Informed Social Work*, 13(4), 373-385. <https://doi.org/10.1080/23761407.2015.1086713>
- Organisation Mondiale de la Santé [OMS]. (2018). Trouble du jeu vidéo. Repéré à : <http://www.who.int/features/qa/gaming-disorder/fr/>
- Pan, Y-C, Chiu, Y-C, Lin, Y-H. (2020). Systematic review and meta-analysis of epidemiology of Internet addiction. *Neuroscience & Behavioral Reviews*, 612-622.
- Schimmele, C., Fondberg, J. et Schellenberg G. (2021). Évaluations que font les Canadiens des médias sociaux dans leur vie. *Rapports économiques et sociaux*, vol 1, no 3. Statistiques Canada. <https://doi.org/10.25318/36280001202100300004-fra>
- Starcevic, V. (2017). Internet gaming disorder: inadequate diagnostic criteria wrapped in a constraining conceptual model. *Journal of Addictive Behaviors*, 6(2), 110-113. Doi: 10.1556/2006.6.2017.012
- St-Arnaud, G., Dufour, M., Légaré, A-A, Tremblay, J., Bertrand, K., Khazaal, Y., Brunelle, N., Goyette, M. (2019). La prévention de l'utilisation problématique d'Internet : le point de vue des jeunes. *Revue Québécoise de Psychologie*, 40(2), 115-134.
- Tsitsika, A., Critselis, E., Louizou, A., Janikian, M., Freskou, A., Marangou, E., ... Kafetzis, D. A. (2011). Determinants of Internet Addiction among Adolescents: A Case-Control Study. *The Scientific World Journal*, 11, 866-874. DOI : 10.1100/tsw.2011.85
- Tsitsika, A., Janikian, M., Schoenmakers, T. M., Tzavela, E. C., Ólafsson, K., Wójcik, S., ... Richardson, C. (2014). Internet Addictive Behavior in Adolescence : A Cross-Sectional Study in Seven European Countries. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 17(8), 528-535. <https://doi.org/10.1089/cyber.2013.0382>
- Weinstein, A. et Lejoyeux, M. (2010). Internet Addiction or Excessive Internet Use. *The American Journal of Drug and Alcohol Abuse*, 36, 277-283. DOI: 10.3109/00952990.2010.491880
- Widyanto, L., Griffiths, M. D., & Brunsden, V. (2011). A psychometric comparison of the Internet Addiction Test, the Internet-Related Problem Scale, and self-diagnosis. *Cyberpsychology, Behavior and Social Networking*, 14(3), 141-149. <https://doi.org/10.1089/cyber.2010.0151>
- Winkler, A., Döring, B., Rief, W., Shen, Y., & Glombiewski, J. A. (2013). Treatment of internet addiction: a meta-analysis. *Clinical psychology review*, 33(2), 317-329.
- Young, K. S. (1998). Internet addiction : The emergence of a new clinical disorder. *Cyberpsychology and behavior*, 1(3), 237-244.
- Zajac, K., Ginley, M. K., Chang, R., & Petry, N. M. (2017). Treatments for Internet gaming disorder and Internet addiction: A systematic review. *Psychology of Addictive Behaviors*, 31(8), 979.