

Jeux vidéo

et
vous



Jeux vidéo

Test de dépendance Ricardo Tejiro salguero et Rosa Bersabe Moran

Oui Non

- 1- Lorsque je ne joue pas aux jeux vidéo, je continue à y penser (à me remémorer des parties, à planifier la prochaine partie...).
- 2- Je passe de plus en plus de temps à jouer aux jeux vidéo.
- 3- J'ai essayé de contrôler, de diminuer ou d'arrêter de jouer, ou généralement je joue plus longtemps que je ne l'avais planifié.
- 4- Lorsque je ne peux pas jouer aux jeux vidéo, je deviens de mauvaise humeur, irritable.
- 5- Lorsque je ne me sens pas bien (nerveux, triste ou en colère), ou lorsque j'ai des problèmes, j'utilise plus souvent les jeux vidéo.
- 6- Lorsque je perds une partie, ou lorsque je n'atteins pas les résultats escomptés, j'ai besoin de jouer plus pour atteindre mon but.
- 7- Parfois, je cache aux autres, tels mes parents, mes ami(e)s, mes professeurs, que je joue aux jeux vidéo.
- 8- Afin de jouer aux jeux vidéo, je me suis absenté(e) de l'école ou du travail, ou j'ai menti, ou j'ai volé, ou je me suis querellé(e) ou battu(e) avec quelqu'un.
- 9- A cause des jeux vidéo, j'ai négligé mes obligations professionnelles ou scolaires, ou j'ai sauté un repas, ou je me suis couché(e) tard, ou j'ai passé moins de temps avec mes ami(e)s et ma famille.

Les joueurs problématiques sont ceux qui ont répondu positivement à au moins 4 questions. Parlez-en à un professionnel de santé.