Informations

OBSERVATOIRE RÉGIONAL DE LA SANTÉ LA RÉUNION

Usages et mésusages des jeux et d'Internet chez les étudiants à La Réunion

Novembre 2011

Une enquête a été réalisée auprès des étudiants inscrits à l'Université de La Réunion en octobre 2010 pour mieux connaître les habitudes des jeunes vis-à-vis des jeux, d'Internet, et des problèmes de santé qui y sont liés. Les résultats de cette enquête permettront d'améliorer la prévention en matière de santé et de mieux répondre aux attentes des jeunes concernant ces problématiques.
Merci à l'ensemble des étudiants qui ont participé à l'enquête.

- **1 200 étudiants environ ont participé à l'enquête en octobre 2010**
- **700 étudiants pour le campus de St-Denis, 500 pour le campus du Tampon**
- **60% de femmes, 20 ans en moyenne**

Internet

Usage d'Internet

- **98%** des étudiants enquêtés jouent : autant les femmes que les hommes
- **4 étudiants sur 10** se connectent sur leur GSM
- **9 étudiants sur 10** se connectent toutes les semaines
- **1 étudiant sur 4** reste connecté sur Internet plus de 20h/semaine

Mésusages d'Internet

- **2 usagers sur 3** restent connectés plus longtemps que prévu
- **1 usager sur 3** utilise Internet pour s'évader ou pour échapper aux problèmes
- **Plus d'1 usager sur 10** a un usage à risque* ou problématique** d'Internet : **6%** des usagers ont un usage problématique et **7%** ont un usage à risque
- **Près d'1 usager sur 4** qui passe plus de 20h/semaine sur Internet en a un usage à risque ou problématique

Décalages entre usages et perceptions

- Les étudiants n'ont pas conscience ou ne savent pas repérer leur mésusage
- **Dans 6 cas sur 10,** les usages problématiques sont considérés comme normaux par les étudiants
- **Dans près de 2 cas sur 10,** les étudiants qui ont un usage problématique ne savent pas juger leur pratique d'Internet

Besoin d'Informations

- Les étudiants sont demandeurs d'informations, en particulier ceux pour lesquels des mésusages d'internet ont été repérés
- **La moitié** des étudiants ayant un usage problématique souhaite avoir davantage d'informations
- **4 étudiants sur 10** ayant un usage à risque souhaitent être davantage informés

** **Usage à risque** : Votre comportement face à votre usage d'Internet peut comporter des risques. Il prend beaucoup de place dans votre vie et il peut devenir plus qu'une pratique de divertissement, de loisir ou de travail. Vous devriez réfléchir à vos comportements face à Internet. Votre liberté de surfer sur le net est parfois remise en question. Pensez-y !*

*** **Usage problématique** : Attention ! Vous avez du mal à vous fixer des limites et vous avez tendance à perdre le contrôle de votre usage. Votre usage (d'Internet ou des jeux vidéo) prend trop de place dans votre vie, et il est devenu davantage qu'un simple divertissement. Ne restez pas seul face à ce problème, parlez-en et demandez de l'aide.*

Association Nationale de PRÉVENTION en ALCOOLOGIE et ADDICTOLOGIE A.N.P.A.A. 97 — CHR Centre Hospitalier Régional La Réunion — Préfet de la Région Réunion, Direction de la jeunesse, des sports et de la cohésion sociale — MILDT — Université de La Réunion, S'ouvrir aux mondes — La Médecine Préventive

Jeux vidéo

Usage des jeux vidéo

- **La moitié** des étudiants enquêtés joue aux jeux vidéo
- **2 joueurs sur 3** sont des hommes
- **Près de 6 joueurs sur 10** jouent au moins une fois par semaine
- **Moins de 1 joueur sur 10** joue plus de 20 heures par semaine

Mésusages des jeux vidéo

- **La moitié** des joueurs a besoin de jouer plus pour atteindre son but en cas d'échec
- **Près de 4 joueurs sur 10** ont déjà négligé leurs activités scolaires ou professionnelles ou leurs relations personnelles à cause des jeux
- **2 joueurs sur 10** ont une pratique problématique
- Les hommes : **2 fois plus concernés** par l'usage problématique
- **Près d'1 joueur sur 4** qui joue plus de 20h/semaine a un usage problématique

Décalages entre usages et perceptions

- **Dans près de 2 cas sur 3,** les usages problématiques sont considérés comme normaux par les joueurs
- **Près de 2 joueurs sur 10** qui ont un usage problématique ne savent pas juger leur pratique de jeux vidéo

Besoin d'Informations

- **Près d'1 joueur sur 3** souhaite être davantage informé

Votre usage d'Internet ou des jeux vidéo peut entraîner des problèmes pour votre santé.

Si les résultats de l'enquête ou ce document ont soulevé des questions, si vous vous sentez concerné par un problème de jeu ou d'Internet ou si vous connaissez un ami ou un proche qui rencontre ce type de difficulté, vous pouvez trouver de l'aide ou des informations supplémentaires.

N'hésitez pas à en parler et à demander de l'aide.

Comment repérer les usages problématiques ?

POUR INTERNET

Au-delà de 4 réponses « OUI » aux questions posées ci-dessous, votre usage devient problématique.

Vous sentez-vous préoccupé(e) par Internet (en pensant à votre dernière activité sur l'ordinateur et à votre prochaine session en ligne) ?
Eprouvez-vous le besoin de naviguer sur le Net de plus en plus longtemps afin d'être satisfait ?
Avez-vous tenté à plusieurs reprises, et sans succès de limiter, contrôler ou arrêter votre utilisation de l'Internet ?
Vous sentez-vous fatigué, épuisé, déprimé ou irritable lorsque vous tentez de limiter ou arrêter votre utilisation de l'Internet ?
Restez-vous sur le Net plus longtemps que ce que vous aviez prévu au départ ?
Avez-vous mis en danger ou risquez-vous de perdre une relation affective importante, un emploi ou des possibilités d'étude ou de carrière à cause d'Internet ?
Avez-vous menti à votre famille, à votre thérapeute, ou à d'autres personnes afin d'avoir plus de temps pour utiliser l'Internet ?
Utilisez-vous Internet pour vous évader et échapper à vos problèmes ou à des émotions négatives (abandon, culpabilité, anxiété, déprime, ...) ?

POUR LES JEUX VIDEO

Au-delà de 3 réponses « OUI » aux questions posées ci-dessous, votre usage devient problématique.

Lorsque je ne joue pas aux jeux vidéo, je continue à y penser (se souvenir des anciennes parties, prévoir la prochaine partie, …).
Je passe de plus en plus de temps à jouer aux jeux vidéo.
J'ai essayé de contrôler, de diminuer ou d'arrêter de jouer, ou généralement je joue plus longtemps que prévu.
Lorsque je ne peux pas jouer aux jeux vidéo, je suis de mauvaise humeur, irritable.
Lorsque je ne me sens pas bien (nerveux, triste, stressé, ou en colère), ou lorsque j'ai des problèmes, je joue plus souvent aux jeux vidéo.
Lorsque je perds une partie, ou que je n'arrive pas au résultat que je veux, j'ai besoin de jouer plus pour atteindre mon but.
Parfois, je cache aux autres (parents, amis ou professeurs) que je joue aux jeux vidéo.
Pour pouvoir jouer aux jeux vidéo, j'ai été absent à l'école ou au travail, j'ai menti ou j'ai volé, ou je me suis disputé ou battu avec quelqu'un.
A cause des jeux vidéo, j'ai négligé mes activités scolaires ou professionnelles, ou j'ai sauté un repas, ou je me suis couché tard, ou j'ai passé moins de temps avec mes amis et ma famille ?

Porteur Projet
Commission Addiction Sans Produit

Réalisation
ORS Observatoire Régional de la Santé La Réunion

Financements
MILDT, DJSCS

Partenaires