



# Psychiatrie et Gaming

Une équipe australienne  propose aux psychiatres un cadre pour comprendre la culture des jeux vidéo et son impact sur la santé mentale. Elle présente ainsi les bénéfices et risques :

Bénéfices	Risques
Réduction de l'isolement social, mais aussi de l'anxiété et du stress (dépression, maladie de Parkinson, PTSD, handicaps physiques, maladies chroniques...)	Trouble de l'usage du jeu vidéo (CIM-11), qui se caractériserait par un comportement addictif pouvant avoir des impacts négatifs au quotidien (prévalence de 2 à 3 %)*
Renforcement de la cognition (visuospatial, flexibilité...) et de la plasticité cérébrale	Discrimination et harcèlement, phénomènes touchant surtout les femmes et les jeunes
Plus forte efficacité perso. et qualité de vie	Perturbation des rythmes de sommeil
Mise à disposition d'un espace sûr pour les personnes transgenres, qui peuvent explorer leur identité à travers des avatars	Microtransactions (achats intégrés) et présence de loot boxes (coffres à butin), pouvant encourager les jeux d'argent (paris)

\* Certains éléments à ce sujet sont encore débattus.

**Source :**

Looi, J. C., Wilkes, F. A., Bastiampillai, T., & Allison, S. (2024). Practical psychiatry: Taking gaming seriously—a primer for psychiatrists on gamers and gaming culture. *Australasian Psychiatry*, 32(1), 59-62.