



# La dépendance à Internet : de la détection à l'intervention

**UQÀM**

D<sup>re</sup> Magali Dufour, Ph.D., psychologue  
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

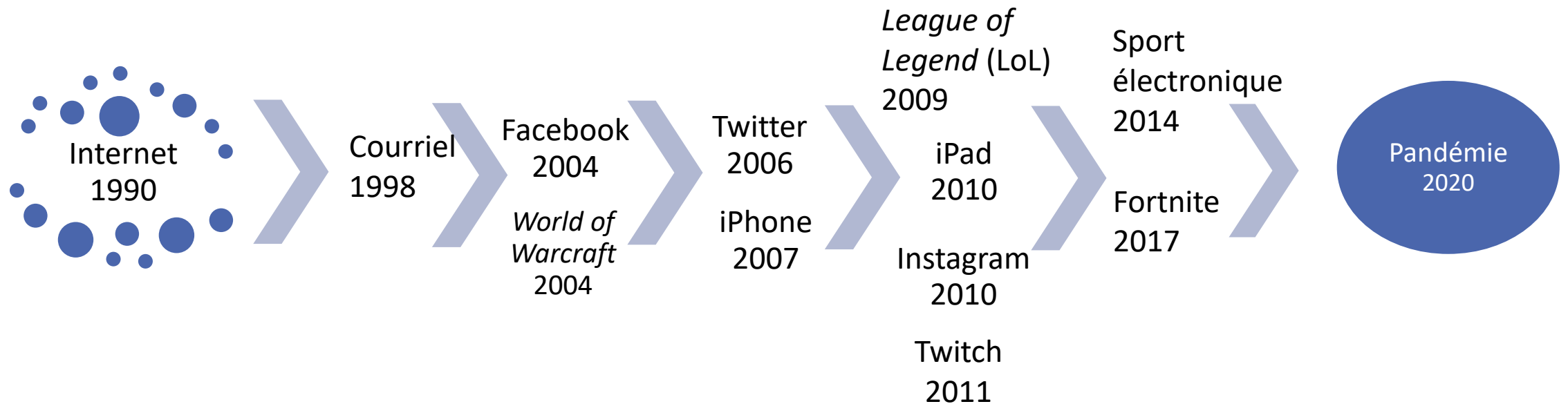
# CONFLITS D'INTÉRÊT

- Aucun conflit d'intérêt avec les compagnies pharmaceutiques
- Recherches subventionnées par :
  - Ministère de la Santé et des Services sociaux (MSSS)
  - Fonds de recherche du Québec – Société et culture (FQRSC)
  - Centre de réadaptation en dépendance du centre intégré de santé et de services sociaux (CISSS) de Lanaudière
  - Centre de réadaptation en dépendance de Montréal - Institut universitaire (CRDM-IU)
  - Capsana (Partage d'une banque de données)

Le monde a  
changé.



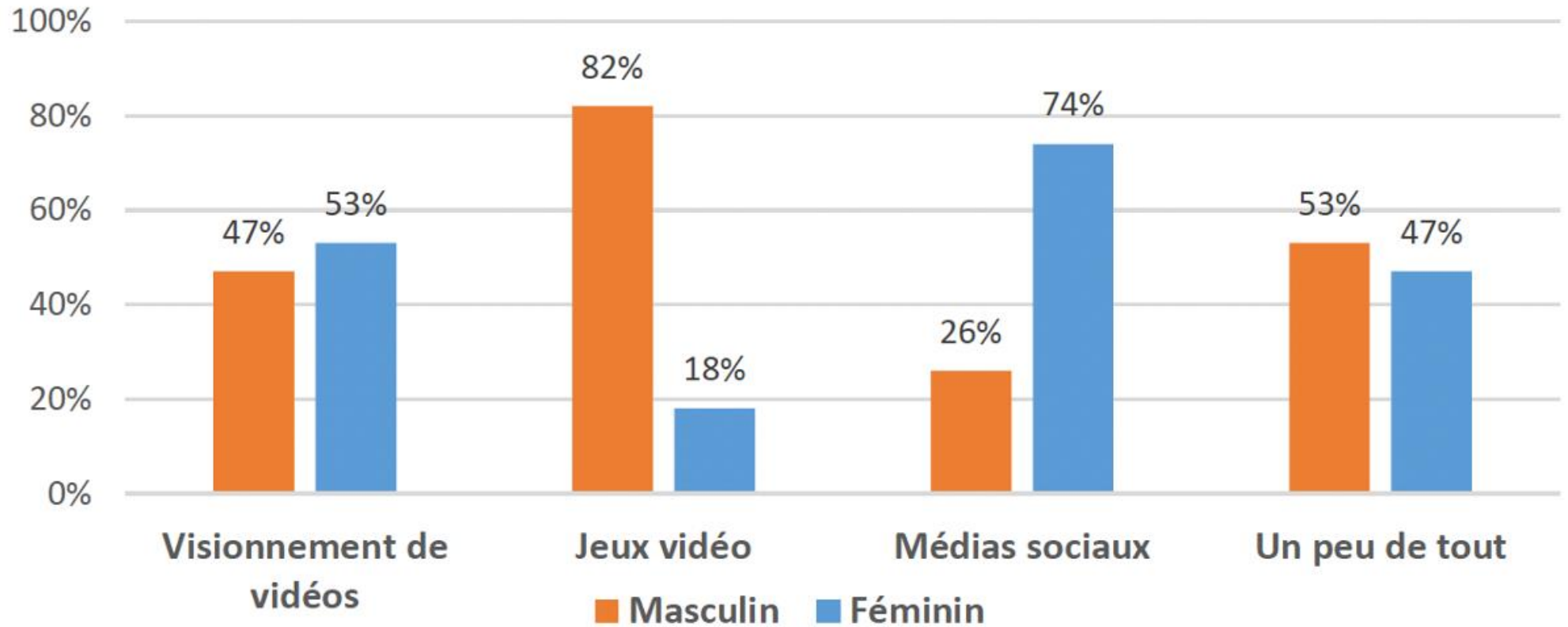
# TOUJOURS EN MOUVEMENT... À LA VITESSE DE...



- 1) Phénomène récent
- 2) Impact de la pandémie?
- 3) Lenteur de la science

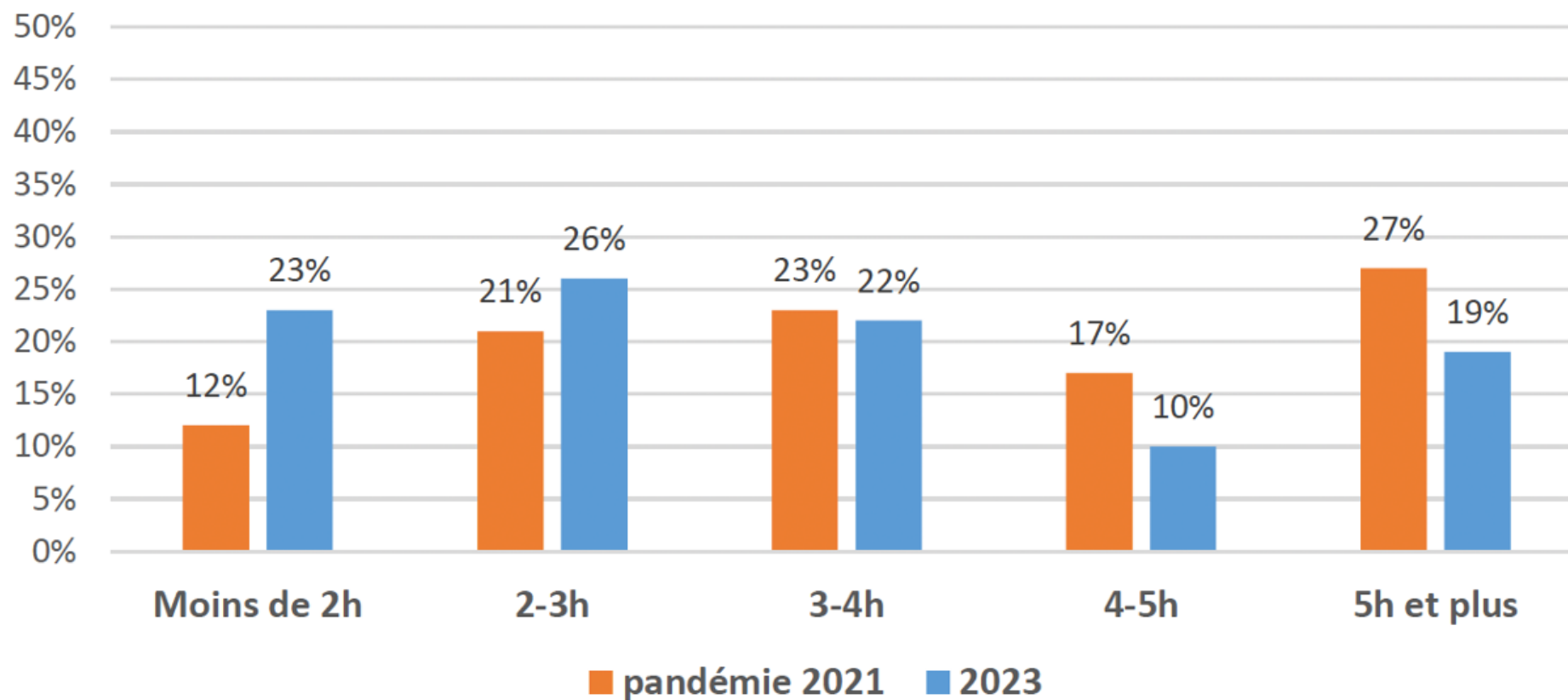


**Figure 7. Genre des répondants selon l'activité principale déclarée**  
(adolescents montréalais)



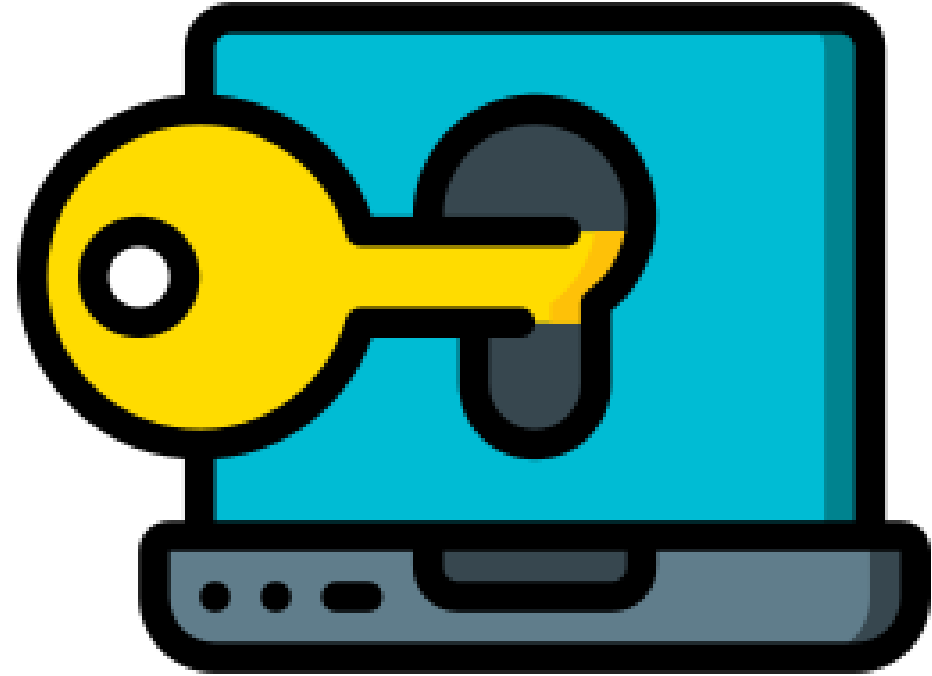
Source : Direction régionale de santé publique de Montréal  
Étude adolescents et écrans 2023

**Figure 2. Temps-écran par jour en semaine  
chez les adolescents montréalais**  
(excluant le temps pour l'école et les travaux scolaires)



Source : Direction régionale de santé publique de Montréal

Temps et  
conséquences



## Continuum de méfaits

- Inactivité physique et faible risque d'adhérer au norme minimal d'activité physique
- Problème de sommeil (Mireku et al., 2019; Twenge, Hisler et Krizan, 2018)
- Bien-être psychologique (résultats mixtes) (Przbylski et Weinstein, 2019; Twedge, Martin and Campbell, 2019)



Trop = combien?

- Humeur dépressive
- Problèmes à l'école
- Problèmes de poids

Hyperconnectivité = ???, 4+?, 2+?



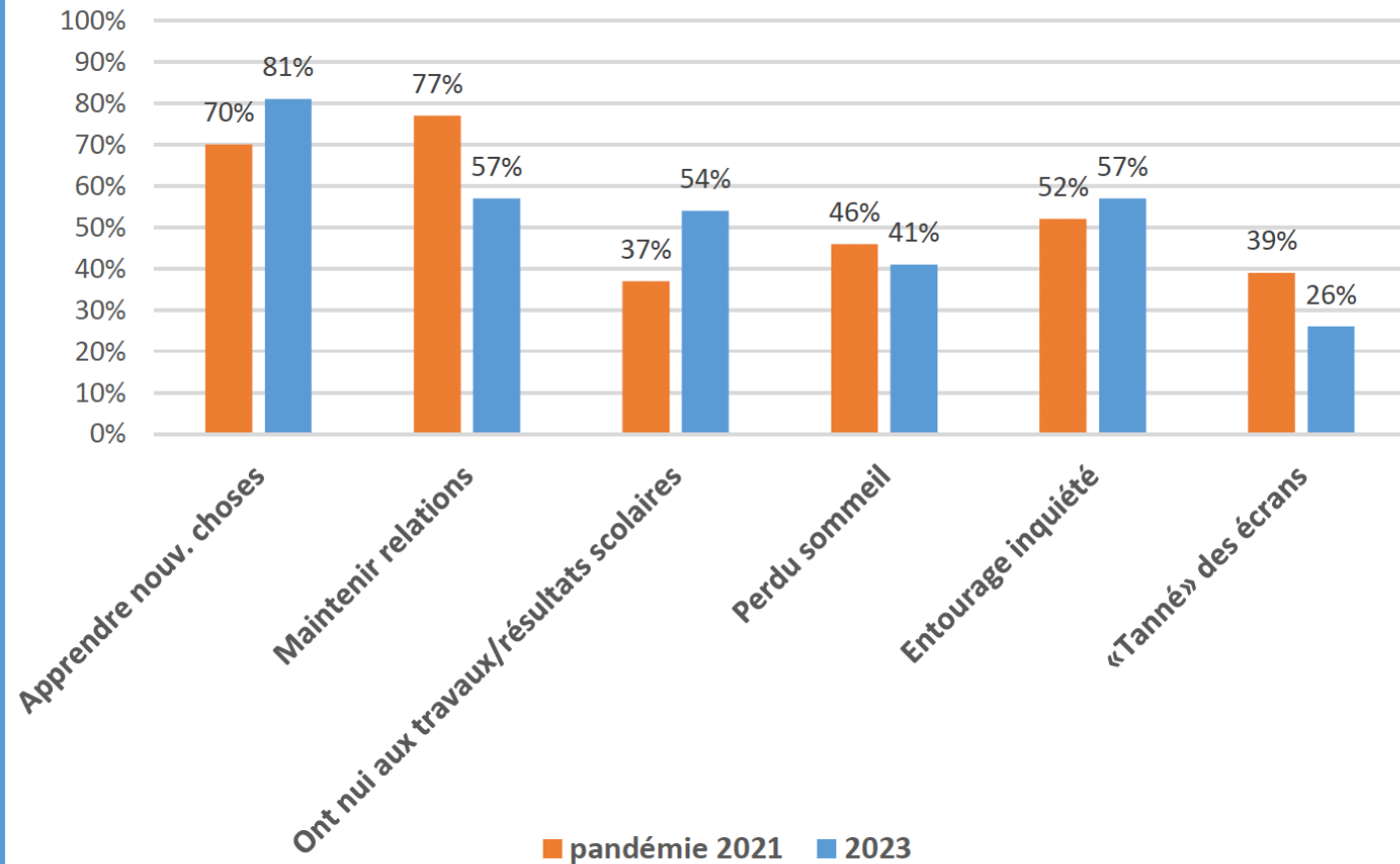
# LE TEMPS... ET LES CONSÉQUENCES SUR LES JEUNES

Tableau 1 - Associations entre le temps-écran de loisirs chez les élèves de 6<sup>e</sup> année à Montréal et différents indicateurs de santé et de qualité de vie

Indicateurs de santé et de qualité de vie	Temps-écran de loisirs par jour		
	Moins de 2 heures	2 à 4 heures	Plus de 4 heures
Sommeil insuffisant (moins de 9 h par nuit)	18,0 % <sup>a</sup>	29,6 % <sup>a</sup>	40,9 % <sup>a</sup>
Mauvaise santé générale perçue	3,0 % <sup>a</sup>	5,9 % <sup>a</sup>	9,2 % <sup>a</sup>
Insatisfaction de sa vie	12,0 % <sup>a</sup>	17,3 % <sup>a</sup>	24,0 % <sup>a</sup>
Faible estime de soi	20,6 % <sup>a</sup>	26,2 % <sup>a</sup>	35,5 % <sup>a</sup>
Troubles de l'attention	8,1 % <sup>a</sup>	8,6 % <sup>b</sup>	11,5 % <sup>ab</sup>
Troubles anxieux	4,7 %	6,0 %	5,8 %
Trouble envahissant du développement	1,5 %	1,2 %	1,8 %

Source : Direction régionale de santé publique de Montréal  
Enquête TOPO 2017

**Figure 4. Impacts attribués aux écrans par les adolescents montréalais  
(parfois ou souvent)**



Source : Direction régionale de santé publique de Montréal  
Étude adolescents et écrans 2021 et 2023

## AUTRES CONSÉQUENCES PHYSIQUES

- Sédentarité
- Problème de myopie
- Lien avec l'estime de soi et trouble alimentaire (P. Conrod)
- Lien avec problème du développement du langage (T. Tremblay)
- Effet sur l'hippocampe (V. Bohbot)
- Technoférence
- Compétences préscolaires (C. Fitzpatrick)

# Oui, mais...

- Attention aux N des études
- Quelles sont les autres variables étudiées?
- Quels sont les écrans pris en compte?
- Temps de loisir ou tout le temps?
- Force de ce lien
- Abstinance vs réduction des méfaits





La dépendance aux écrans

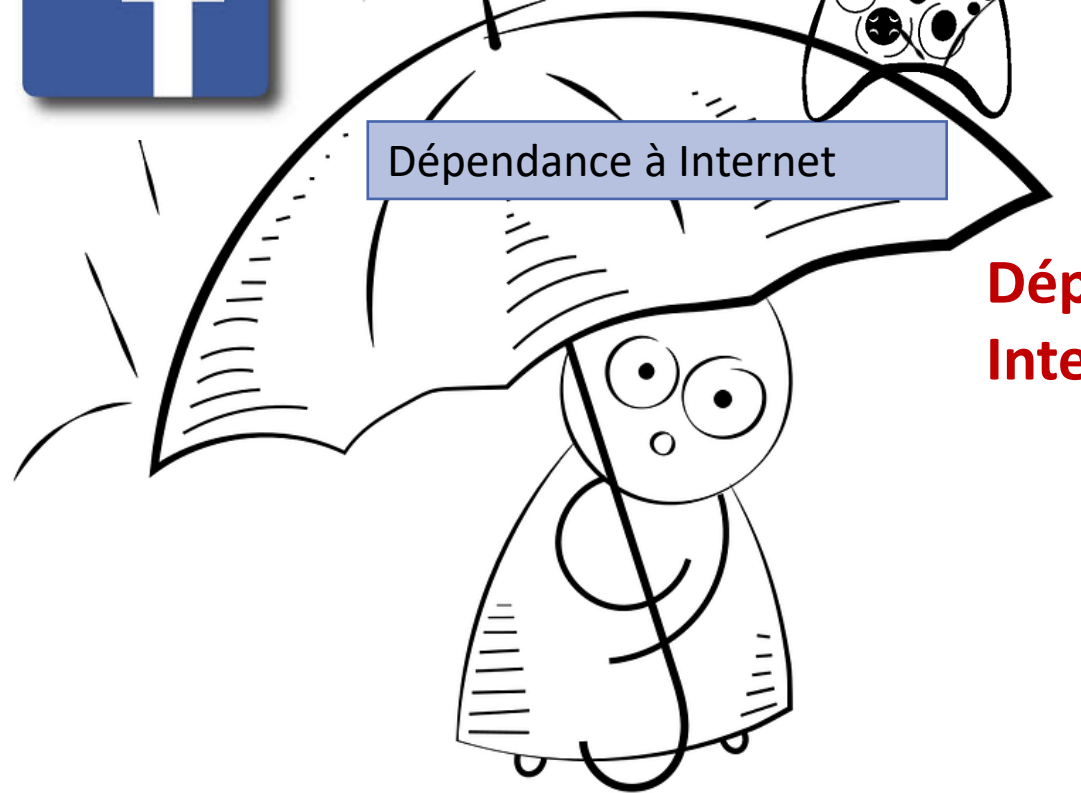


## ENCORE UNE CONTROVERSE?



Dépendance à Internet

**Dépendance à Internet**





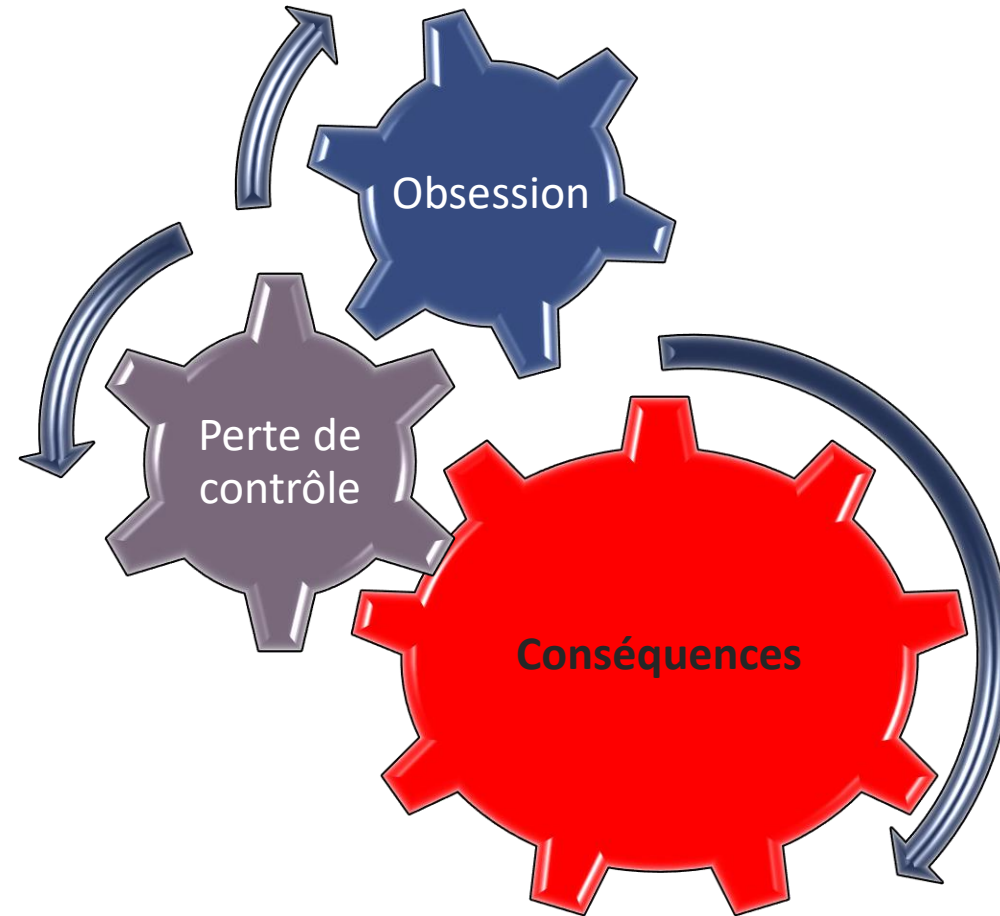
# TROUBLE DU JEU VIDÉO : CIM-11

- 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 les activités quotidiennes
- La poursuite ou l'escalade du jeu malgré des conséquences négatives



**JOUER  
N'EST PAS  
UN CRIME.**

# LA DÉPENDANCE



# PRÉVALENCE AU QUÉBEC : une augmentation en pandémie

## Conduite à risque :

- 2016-2017 : 18 % (Dufour et al., 2019)
- 2019 : 34 % (17,6% RS et 13,8 % JV) (Lavoie et al, 2021)

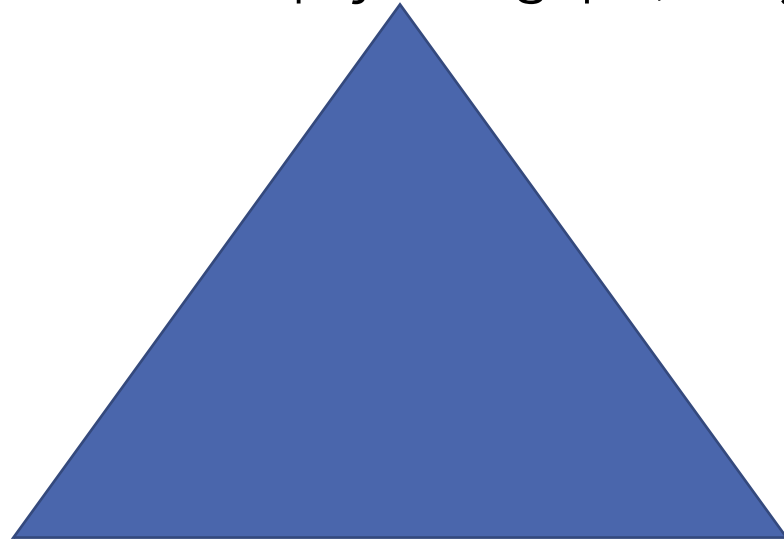
## Problèmes atteignant le seuil clinique (IAT) :

- 2016-2017 : 1,3 % (Dufour et al., 2019)
- 2019 : 3 % (Lavoie et al., 2021)

Dans le monde : entre 1 et 3 %

# FACTEURS DE RISQUE

**Individu** (estime de soi, vulnérabilité  
psychologique, etc.)








**Environnement**

**Substance**

# Portrait des usagers en traitement

## Sociodémographie

	Participants (n = 37) (Dufour et al., 2024)	Participant VirtuAdo (n = 80) (Dufour et al., 2019)
		
Âge	M = 19,24 ans	M = 15,59 ans
		
Genre	78 % d'hommes (29/37)	93,8 % d'hommes (75/80)
		
Niveau scolarité	78 % secondaire 5 (niveau + élevé)	70 % fréquentent le secondaire
		
Statut civil	86 % célibataire	78 % célibataire
		
Lieu d'habitation	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 89 % avec membre de la famille</li> <li>• 5,4 % avec le/la conjoint.e</li> <li>• 2,7 % centre d'hébergement/ jeunesse</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 86,3 % avec leurs parents</li> <li>• 10 % centre d'hébergement/ jeunesse</li> </ul>



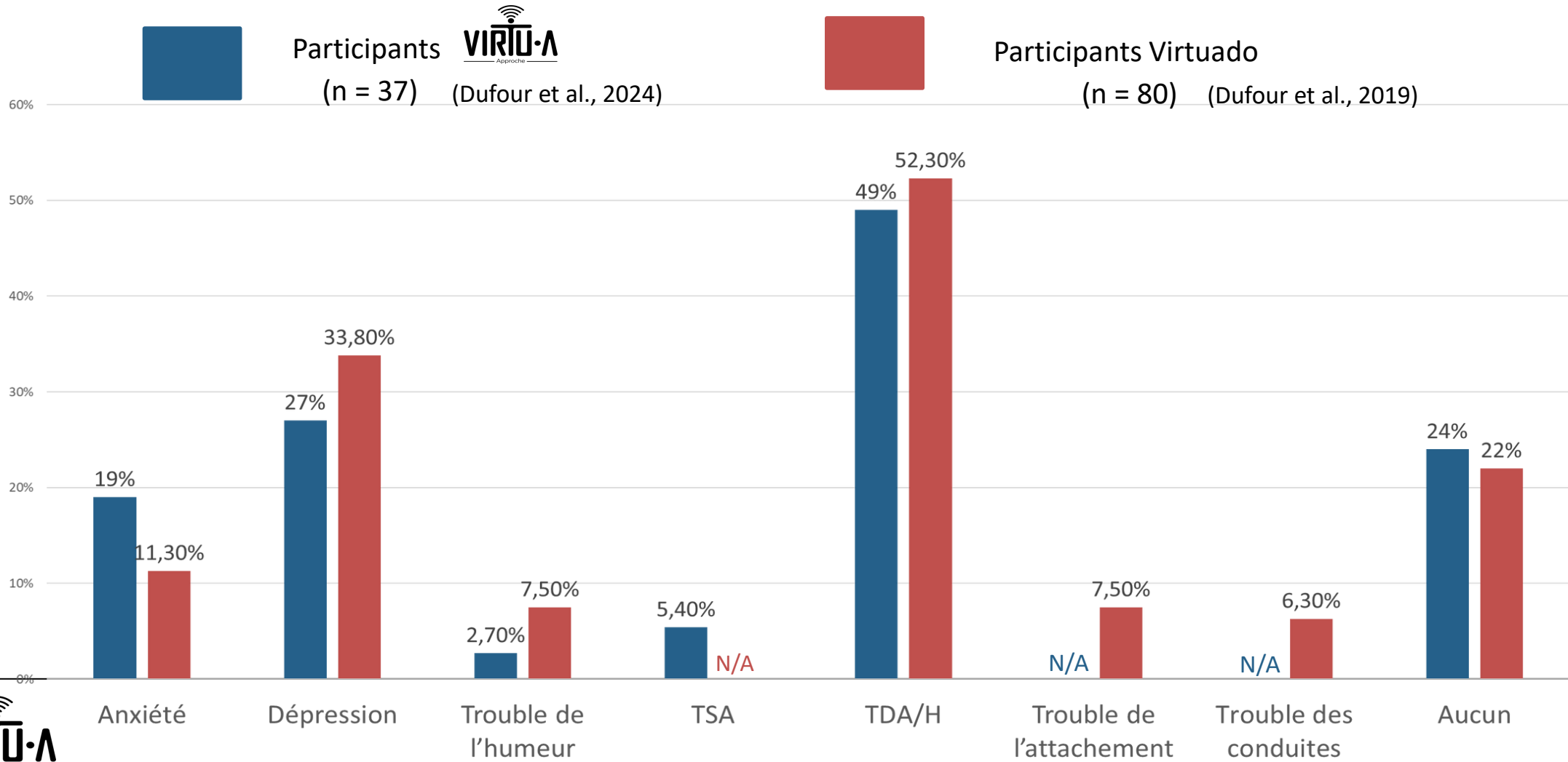
# UTILISATION PROBLÉMATIQUE D'INTERNET (UPI) EN TRAITEMENT

- **Virtuado :**
  - 93 % des garçons, 15 ans, 67 % étudient au régulier
  - Nombre moyen d'heures : **55,5 heures (ET. : 27,4)**
- **Population générale : 19,7 heures**
  
- **Cyberadulte :**
- **Chez les adultes UPI en traitement : 66 heures/semaine**




# Portrait des usagers en traitement

## Santé mentale et troubles concomitants



# Portrait des usagers en traitement

## Santé mentale et troubles concomitants

	Participants  (n = 37) (Dufour et al., 2024)	Participant Virtuado (n = 80) (Dufour et al., 2019)
Idéations suicidaires	16 % (30 derniers jours)	16,7 % (12 derniers mois)
Tentative de suicide	2,7 % (30 derniers jours)	10,4 % (12 derniers mois)
Services en santé mentale reçus dans les 12 derniers mois	38 %	68,8 %
Médication pour difficultés psychologiques ou émotionnelles	46 %	44,3 %

# QUOI FAIRE



[https://sobocanj.files.wordpress.com/2015/03/internet\\_addicts.gif](https://sobocanj.files.wordpress.com/2015/03/internet_addicts.gif)

# CHANGEMENTS : PLAN INTERMINISTÉRIEL

PLAN D'ACTION INTERMINISTÉRIEL EN DÉPENDANCE 2018-2028

## PRÉVENIR, RÉDUIRE ET TRAITER

les conséquences associées à la consommation de substances psychoactives,  
à la pratique des jeux de hasard et d'argent et à l'utilisation d'Internet

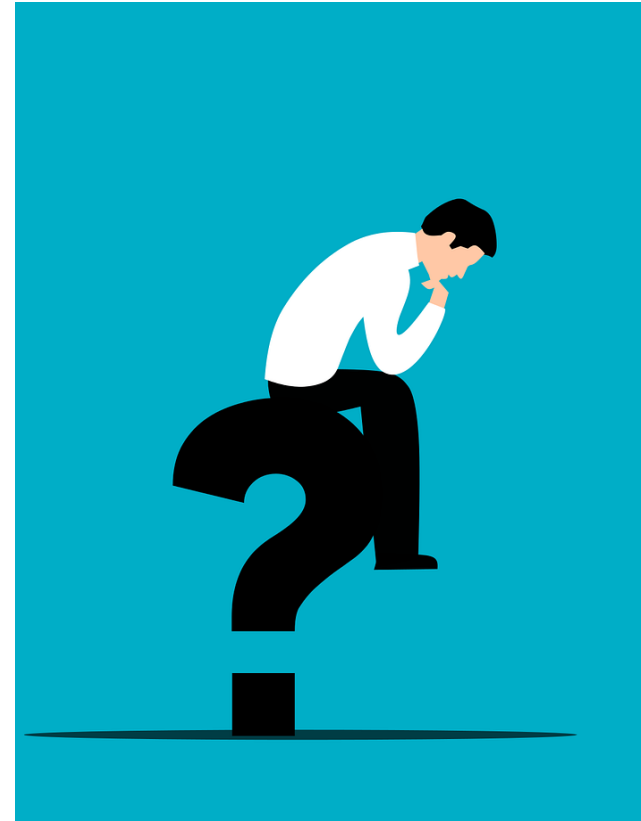
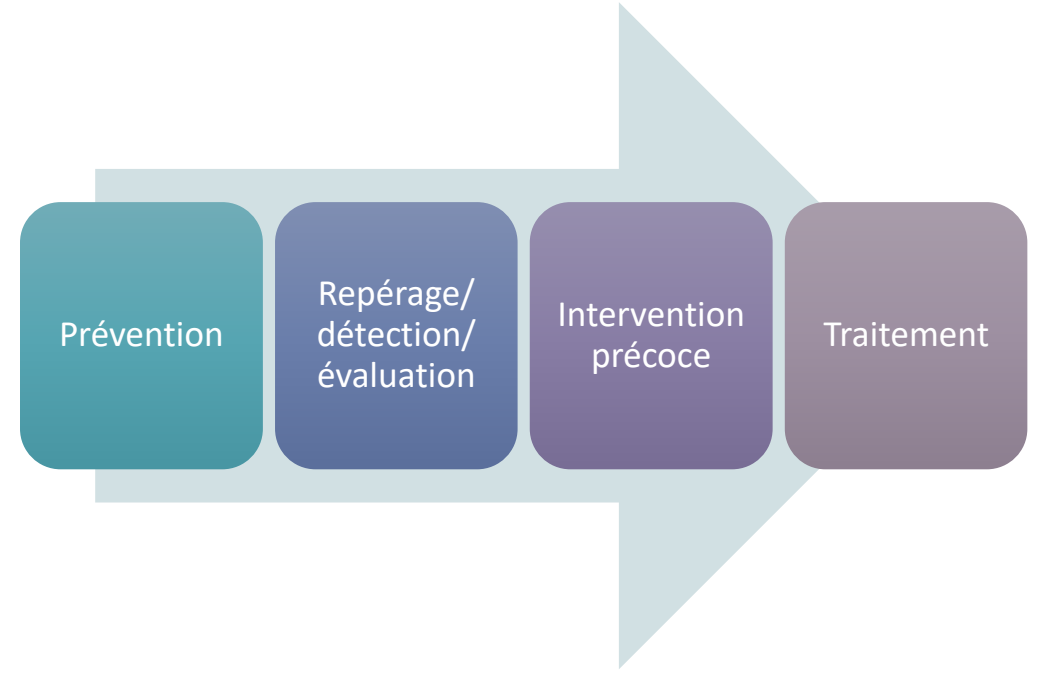


PAUSE

Pause ton écran.  
Profites-en.



# CONTINUUM DE SERVICE



**P  
A  
U  
S  
E**

[Pausetonecran.com](https://pausetonecran.com)



# CAMPAGNE DE PRÉVENTION : PAUSE TON ÉCRAN

## PAUSETONECRAN.COM




Pas obligé de jouer  
à te rendre malade.

PAUSE



Une campagne de  Avec le soutien de 


[Pausetonécran.com](http://Pausetonécran.com)  

Le truc pour  
moins voir un  
écran:  
le mettre  
de côté.



PAUSE

Une campagne de  Avec le soutien de 

[Pausetonécran.com](http://Pausetonécran.com)  

## OBJECTIFS GLOBAUX DE PAUSE (Capsana, 2019)

- **Aider les jeunes à prendre des décisions éclairées** en matière d'utilisation d'Internet et des écrans.
- **Sensibiliser les enfants, les ados et les jeunes adultes à l'importance de l'autocontrôle** de l'utilisation d'Internet ainsi qu'aux symptômes et conséquences d'un usage problématique.
- **Soutenir les parents et les milieux de vie dans la mise en place d'environnements favorables** à une saine gestion des écrans, avec une approche personnalisable en fonction de leurs besoins, moyens et réalité.
- **Outiller les intervenants et professionnels du réseau** de la santé afin de promouvoir une utilisation équilibrée d'Internet et de repérer les cas à risque.

**VISER LES INDIVIDUS ET LES MILIEUX**

# Dépistage



# DÉBA-Internet

## Questionnaire : Section 1

### 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	Quelle est la durée générale des séances?
a) gamer / jouer, inscrire tes jeux préférés : _____ _____	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="radio"/> min. <input type="radio"/> hrs
b) entretenir / participer / développer ton réseau social (Facebook, Instagram, habouki, Snapchat, Twitter, etc.)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="radio"/> min. <input type="radio"/> hrs
c) discuter (messagerie instantanée, texto, chat room)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="radio"/> min. <input type="radio"/> hrs
d) visionner des vidéos de divertissement, de youtubeurs ou d'influenceurs	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="radio"/> min. <input type="radio"/> hrs
e) visionner des jeux vidéos ou du sport électronique (eSports, Twitch, etc.)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="radio"/> min. <input type="radio"/> hrs
f) t'informer (blogues, forums, médias, Wikipédia, etc.)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="radio"/> min. <input type="radio"/> hrs
g) créer du contenu à diffuser sur Internet	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="radio"/> min. <input type="radio"/> hrs
h) faire des rencontres (Bumble, Grindr, Tinder, Zoosk, etc.)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="radio"/> min. <input type="radio"/> hrs
i) visionner des séries, films et la télévision (Netflix, Apple TV+, etc.)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="radio"/> min. <input type="radio"/> hrs

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	Toujours			

Poursuivre le questionnaire pour les groupes d'activités qui préoccupent la personne, son entourage ou les intervenants.

## 5. ÉCo-I / Conséquences

Depuis 12 mois, les activités suivantes....

- a. ont nui à vos responsabilités ou à vos engagements ?.....
- b. ont nui à votre humeur (déprimé, stressé, fâché, autres) .....
- c. ont nui à vos activités sociales, sportives ou de loisir ?.....
- d. vous ont amené à vous isoler ?.....
- e. vous ont amené à perdre de la motivation ou de l'intérêt? .....
- f. vous ont amené de l'épuisement ou une grande fatigue? .....

	Gaming	Réseaux sociaux	Autres activités	Réseaux sociaux
a.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
b.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
c.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
d.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
e.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
f.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Sous-total Q. 5 a-f</b>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

## 6. ÉDép-I / Dépendance

Depuis 12 mois, vous avez

## 7. ÉMo-I / Motifs

**Depuis 12 mois, vous avez fait cette activité...**

- a. pour relaxer, réduire votre stress ou votre anxiété ?.....
- b. quand vous vous sentiez seul·e ou triste?.....
- c. pour oublier vos problèmes ou pour ne plus ressentir vos émotions?.....
- d. quand vous vous sentiez frustré·e ou en colère?.....

<b>Sous-total Q. 6 a-h</b>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
<b>Sous-total Q. 7 a-d</b>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
<b>Score total Q. 5-7</b>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>

Gaming		Réseaux sociaux (Ado et Adultes)	Autres activités / Séries, films, télé (Ado et Adultes)	Interprétation des scores
Ado	Adultes			
0 - 21	0 - 21	0 - 21	0 - 32	Feu vert: Prévention
22 - 36	22 - 41	22 - 49	33 - 49	Feu jaune: Intervention précoce
37 +	41 +	50 +	50 +	Feu rouge: Services spécialisés en dépendance

J'autorise la transmission de cette évaluation et le partage d'informations me concernant, pour fin d'orientation de service, à tout organisme public, privé et communautaire. Date: \_\_\_\_\_

Signature : \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
Signature de l'intervenant·e



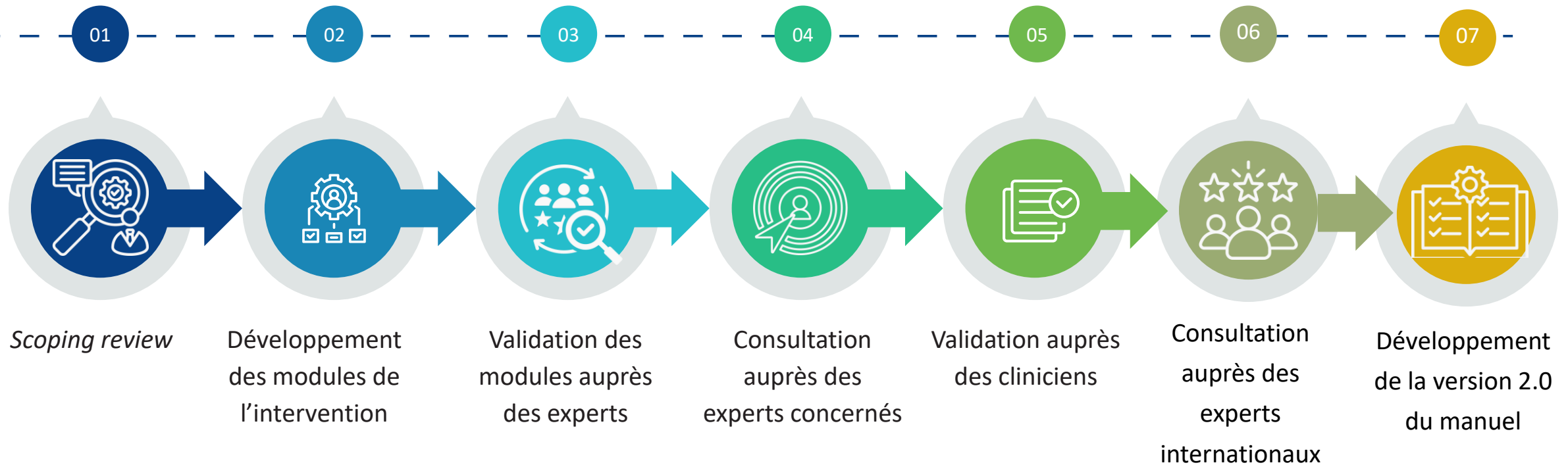
NOUVEAU TRAITEMENT : 2021-2024 VIRTU-A

  
VIRTU-A

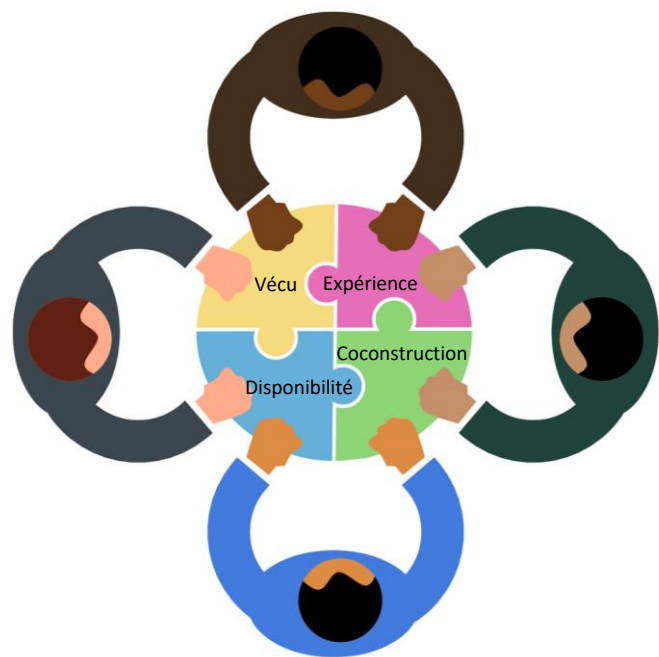
Québec 

IUD INSTITUT  
UNIVERSITAIRE SUR LES  
DÉPENDANCES

# Étapes du projet







Coconstruction



Flexibilité



Équilibre

# Modules **VIRTU·A**

Approche

Préparation à la  
réadaptation



Compréhension  
des habitudes  
d'utilisation des  
écrans



Motivation au  
changement



Développement  
de l'auto-contrôle



Gestion de  
l'émotion



Résolution de  
problèmes




Habiletés  
sociales



Bilan et  
maintien des  
acquis



# À RETENIR

- EXPLOSION DES CONNAISSANCES
  - DÉFINITION DES CONCEPTS À AMÉLIORER
  - NOUVEAUX OUTILS DE DÉTECTION :  
DEBA-INTERNET
  - JEUNES UPI PRÉSENTENT UN PORTRAIT  
CLINIQUE COMPLEXE
  - PRÉSENCE DE COMPORTEMENTS SUICIDAIRES
  - PLUSIEURS CENTRES OFFRES DES SERVICES  
POUR UPI
  - IMPORTANCE D'EN PARLER POUR DÉTECTER LA  
PROBLÉMATIQUE
- 

# Références

- ATN (2021). NETendances 2020, Vol 11 (3), Université Laval. [atn.ulaval.ca/netendances](https://atn.ulaval.ca/netendances). <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., Chamarro Lúsar, 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., Trembaly, P.H. et Nguyen, 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. (20218). 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-Bouthiller, I., Cousineau, M-M. (2018). Projet cybrJEUnes 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.
- Cao, 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.-I. (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 Therapeutical 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://omicsonline.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. *Psychiatria 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., & Bilieux, 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/wjp.v6.i1.143
- 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: 10.1556/2006.5.2016.062
- 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., Kääriäinen, M., Romo, L., Morvan, Y., Kern, L., Graziani, P., Rousseau, A., Hormes, J., Schiementi, A., Passanisi, A., Demetrovics, Z., Kiraly, O., Lelonek-Kuleta, B., Chwaszcz, J., **Dufour, M.**, Terashima, J.P., Choliz, M., Zacarés, 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). Evaluations 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.** Légarée, 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. <http://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., & Brunsten, 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., Dörsing, 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.