
L'addiction au virtuel à l'adolescence : Reconstruction ou autodestruction?

* Dr Dehane Amel

Résumé: Les adolescents connaissent d'importants bouleversements dans leur corps et leur esprit, et ils doivent gérer des situations difficiles de séparation et d'excitation. Ils tentent d'utiliser les nouvelles technologies pour diminuer leur souffrance. Parfois, ils y parviennent et parfois ils échouent. Mais toujours, ils essaient de créer les repères et les rituels que les adultes ne leur proposent plus.

Ce papier a pour objectif de préciser les angles de vue autour de l'addiction au virtuel. Nous avons conçu cette nouvelle forme de dépendance en lien avec le processus adolescent et la problématique de séparation qu'il implique. Le virtuel devient chez l'adolescent dépendant un objet transitoire (McDougall) se manifestant à travers une socialisation non socialisante, une relation sans risque et une lutte antidépressive. Au final, l'addiction au virtuel vient empêcher le second processus de séparation-individuation (P. Blos) que constitue l'adolescence. Nous pouvons analyser cette addiction comme le fruit de la conservation des attaches morbides du sujet avec ses objets infantiles, entravant ainsi le processus adolescent et hypothéquant l'avenir de l'individu.

Mots-clés : Adolescence, Addiction au virtuel, Corps, objet virtuel, relation virtuelle, Dépendance, Internet.

Introduction

Comme s'accorde à le penser un certain nombre d'auteurs, l'addiction s'inscrit dans une problématique de dépendance amorcée pendant l'enfance. Cette problématique va créer une vulnérabilité à l'investissement de l'objet et à la perte, le sujet n'ayant pas les ressources internes pour supporter son absence. À l'adolescence, ces vulnérabilités vont se faire jour par la rupture de l'équilibre narcissico-objectal et par la remise en jeu du processus de séparation et de la position dépressive. La poussée du pubertaire va renvoyer le sujet au manque de ses objets internes et à la faille de ses assises narcissiques.

Ainsi, ce papier a pour objectifs de présenter les principales connaissances actuelles sur un phénomène relativement récent appelé «cyberdépendance », nous voulons savoir de quelle dépendance parle-t-on, lorsqu'il s'agit du virtuel ? Dépendant au virtuel, je risquerai volontiers l'hypothèse que nous le sommes tous, ou le serons tous très vite. D'une part, et comprendre ce qui pousse de nombreuses personnes, notamment les adolescents, à aller chercher dans l'espace virtuel un objet d'addiction et à investir ces espaces désincarnés au détriment de la vie réelle ? Car si pour la plupart des personnes, la culture de l'image et des nouvelles technologies ne les conduit pas à s'aliéner, pour d'autres, le recours au virtuel présente un refuge idéal. Se pose alors la question de la frontière entre la normalité et la pathologie, lorsque l'on s'intéresse au champ complexe des conduites addictives.

Définition et classification

Avant toute chose, il s'agit de bien délimiter la cyberdépendance. D'emblée, il faut distinguer les utilisations d'Internet dans le cadre d'usages professionnels ou scolaires, qui à certains moments peuvent être intenses mais nécessaires, des usages non essentiels, récréatifs

* HDR en psychologie clinique et psychopathologie de l'enfant et de l'adolescent
Chef du département du tronc commun des sciences humaines et sciences sociales
Université Badji Mokhtar Annaba Algérie

mais qui, dans certains cas, peuvent devenir excessifs jusqu'à engendrer des méfaits qui relèveraient de la cyberdépendance. La cyberdépendance peut se définir comme une dépendance au virtuel par le biais d'Internet qui se traduit par un besoin de connexion qui ne correspond pas aux besoins réels d'une personne. Cette nécessité de se connecter vient satisfaire un besoin et procure un soulagement.

Ce terme, issu du latin *ad-dicere*, a été utilisé en ancien français pour désigner la dette à payer par des travaux d'intérêt général. Sa sonorité anglo-saxonne témoigne d'un voyage du français vers l'anglais et d'un retour aux sources, mais pas sans avoir subi quelques modifications au passage.

Plusieurs termes sont utilisés pour faire référence à la cyberdépendance dont la plupart sont issus de la littérature anglophone. Certains soulignent la dépendance et l'addiction: *Internet Addiction*, *Net addiction*, *Cyberspace Addiction* ou *Internet Dependency*, d'autres font davantage référence à ce qui pose problème comme *Pathological Internet Use*, *Problematic Internet Use* ou encore *Internet Addiction Disorder* (Chou, Condronet Belland, 2005). Il faut souligner que l'usage problématique d'Internet se distingue de la dépendance à Internet.

Aviel Goodman (1990) définit l'addiction comme « un processus dans lequel est réalisé un comportement qui peut avoir pour fonction de procurer du plaisir et de soulager un malaise intérieur et qui se caractérise par l'échec répété de son contrôle et sa persistance en dépit des conséquences négatives » (p. 1403).

Types de cyberdépendance

Une cyberdépendance aux jeux; une cyberdépendance à caractère relationnelle (chat, forum, etc.) ; une cyberdépendance à caractère sexuelle; une cyberdépendance dite «générale» où la nécessité de connexion est telle que le contenu n'est pas particulièrement privilégié; le cyber amassage ou « cyberhoarding » qui concerne le comportement d'amassage des contenus et des informations sur le réseau; la cyberdépendance dépensière qui correspond aux dépenses liées aux jeux d'argent, aux sites d'achat et de boursicotage compulsif (Nayebi, 2007). On retrouve également, le cyberépistémophile, qui passe beaucoup de temps à faire des recherches sur le Web et à télécharger des fichiers; le hacker, surnommé «le pirate du Web» dont les activités sont multiples, comme pénétrer des systèmes informatiques bien protégés et difficiles d'accès, mais reposent sur la prouesse technologique qui est ici recherchée ; le cybertalk-addict qui présente une dépendance à la communication virtuelle (e-mail, chat), une dépendance aux contacts *on-line*; le cybergame-addict qui utilise Internet pour jouer en ligne où la compétition entre les joueurs et l'incarnation dans un personnage virtuel sont au premier plan.

Eléments de diagnostic d'un cyberdépendant

La durée avancée pour considérer un internaute comme cyberdépendant correspondrait à une utilisation d'environ 40 heures hebdomadaires. On ne compte pas, dans ces 40 heures, les heures passées sur le Net pour le travail. Young, en 1996, notait déjà que le temps moyen par semaine passé sur Internet par des sujets cyberdépendants est de 38,5 heures contre 4,5 heures pour les utilisateurs ne présentant pas de dépendance. En plus du temps de connexion, Young retient le critère du type de connexion. Elle en arrive à la conclusion suivante: les dépendants font plutôt usage d'application impliquant une réciprocité dans la communication (jeu en réseau, email, chats...) alors que les personnes ne présentant pas de dépendance utilisent prioritairement Internet pour rechercher des informations.

Symptômes

Ainsi, pour les symptômes physiologiques, on trouve: le syndrome du canal carpien, la sécheresse des yeux, des maux de tête et migraines chroniques, des maux de dos, une alimentation irrégulière et rapide, des insomnies ou des modifications du cycle de sommeil. Concernant, les symptômes psychologiques, on constate: un sentiment de bien-être, de soulagement et d'euphorie pendant l'utilisation d'Internet; des pensées obsédantes et anticipatoires concernant son usage; un sentiment de vide ou d'irritabilité si la connexion est impossible; de la culpabilité ou de la honte en rapport avec son utilisation; le besoin d'augmenter le temps de connexion et des difficultés pour cesser ou diminuer l'usage; diminution de l'intérêt et du temps consacré à d'autres activités; des difficultés relationnelles, sociales et professionnelles, des mensonges à propos de l'usage d'Internet (Nayebi, 2007; Young, 2007).

Se construire avec Ou sans

La génération actuelle a grandi avec les caméscopes familiaux qui permettent de voir sa propre image « dans le poste », et Internet qui permet d'envoyer des photographies familiales à des parents inconnus vivant à l'autre bout du monde. C'est pourquoi elle ne se contente plus, comme la précédente, de faire valider son intimité par son cercle proche, familial ou amical. Elle élargit cette démarche à l'ensemble des interlocuteurs potentiels qu'Internet lui permet de toucher.

Ainsi, avec cette technologie, les adolescents ont aujourd'hui pris l'habitude de se voir sur l'écran du téléviseur ou de l'ordinateur familial, à tel point que les technologies du numérique risquent bientôt de substituer au traditionnel « stade du miroir » — où l'enfant découvre son image dans un miroir d'argent qui lui fait face — un « stade de l'écran ». Or, cette situation modifie radicalement le rapport des jeunes d'aujourd'hui à leur propre image. En effet, quand les représentations de soi se multiplient, l'identité ne s'attache plus à aucune. Rares, les images emprisonnaient l'apparence, nombreuses, elles libèrent au contraire l'image de chacun de la référence au reflet visuel. Sous l'effet de la généralisation de la photographie familiale et des nouvelles technologies, les jeunes rattachent donc beaucoup moins leur intimité et leur identité à la représentation visuelle d'eux-mêmes. Ils n'ont plus une image d'eux-mêmes, mais plusieurs, et ils apprennent à en jouer.

La relation avec les mondes virtuels renoue donc avec le premier dialogue interactif mère-enfant, ravissant celui-ci de voir un adulte si bien accordé à lui.

La « navigation » sur le Net ou l'immersion dans la réalité virtuelle donnent aux internautes le sentiment d'être rivés à un corps encombrant et inutile, qu'il faut nourrir, soigner, entretenir, etc., alors que la vie serait si heureuse sans ces tracasseries. La communication sans corps et sans visage du réseau favorise les identités multiples, la fragmentation d'un individu à modulations variables engagé dans une série de rencontres virtuelles pour lesquelles il endosse à chaque fois un nom différent, voire même un âge, un sexe, une profession choisis selon les circonstances. Le corps devient une donnée facultative.

Comment se faire un corps sans visage ?

Parfois, les adolescents se trouvent dans une souffrance contre laquelle ils cherchent des solutions. Nous pouvons alors penser que les impasses du processus adolescent amènent certains jeunes à se réfugier dans l'univers virtuel offert par les supports numériques. Pour Michel Wawrzyniak (1998), « le virtuel nous fait accéder à un monde possible, à une possibilité du monde que l'on se construit. L'adolescence constitue, du fait de certaines spécificités de ses remaniements psychiques, une porte d'entrée dans ce monde de la virtualité

» (p. 19). Placer la question du corps au cœur de la réflexion sur la passion pour le virtuel peut s'avérer fertile, notamment quand ce recours se présente à la puberté où le jeune doit s'adapter aux exigences pulsionnelles pressantes.

Parmi les premiers articles parus sur la question du *virtuel* des Techniques d'Information et de Communication TIC et de l'adolescence, nous retrouvons celui de François Marty (1998) proposant, au travers d'un cas clinique, que « son investissement du virtuel s'inscrit dans une quête de sens pour une corporéité nouvelle, mais insensée ». Face aux changements corporels, la maîtrise qu'offre l'outil informatique marque le contraste avec le manque de maîtrise de son propre corps, « il maîtrise les images virtuelles à défaut de pouvoir le faire avec l'image de son corps » (p. 32).

Ce lien entre la virtualité des Techniques d'Information et de Communication TIC et de l'adolescence est également souligné par Philippe Gutton (2004), qui propose l'idée que la virtualité ferait que l'adolescent délaisserait pour un moment son travail de subjectivation. Le virtuel pourrait, alors, contenir les angoisses, la violence interne venant du processus adolescent et faisant écho à la problématique propre à chaque sujet. Il s'interroge sur le virtuel et donne une piste de réflexion intéressante concernant les pathologies « au plus près du corps » comme les addictions : « L'adolescent imagine les convenances de la fabrication du corps, leurs causes et leurs effets assurément interprétés comme externes. Ainsi, en incarnant des avatars, le cyberdépendant peut ressentir, comme nous dit Michael Stora (2004), « une impression soit de légèreté corporelle soit de puissance » (p. 73).

Selon Brice Courty (2008), « le jeune inscrit et délègue l'image et la pulsionnalité de son corps sur un avatar qu'il dirige, dépassant ainsi la passivation pulsionnelle *pubertaire* pour parvenir (au mieux) à l'activité de créateur de (son) destin » (p. 249). Il oriente son questionnement sur les articulations entre le jeune, l'avatar qui le représente en termes de « corps réel » et « corps virtuel ».

Le virtuel expose à une expérience qui place à la fois en deçà et au-delà du corps, qui n'est ici au fond que passif, même s'il résonne des innombrables effets de sensations et d'émotions provoquées par l'image. Avec le corps virtuel idéal mis en acte, l'absence du corps réel favorise les contacts avec des nombreux interlocuteurs.

Cet absent si présent.

Toujours dans cette optique, Rémy Potier (2009), propose l'idée que « Le virtuel est un monde où les frontières se brouillent et où les corps s'effacent, où l'Autre existe dans l'interface de la communication, mais sans corps et sans visage, sans autre toucher que celui du clavier de l'ordinateur, sans autre regard que celui de l'écran. Le reflet y est dès lors singulier et mortifère. *Le regard y est également écrit par avance* dans ses possibilités et limites, pour celui qui s'engouffre dans l'espace virtuel afin de le parcourir. Le corps y est absent, mais néanmoins surreprésenté par son absence, puisqu'il y est figuré et l'enjeu de tous les échanges. Plongé dans cet environnement, le sujet y est capté comme dans un miroir, mais la jubilation est ici relative à la possibilité d'influer sur le reflet. » (p. 152).

Le double, c'est la représentation du Moi pouvant prendre diverses formes, comme celles de l'ombre, du reflet, du portrait, du sosie ou du jumeau, issues du narcissisme originaire. Le motif du double est repris également par Freud dans « L'inquiétante étrangeté », « cette variété particulière de l'effrayant, qui remonte au depuis longtemps connu, depuis longtemps familier ».

Ainsi l'addiction peut être comprise comme « procédé d'auto-guérison » (McDougall, 1982), comme lutte antidépressive. À l'adolescence cette dépression est d'une nature

particulière et a un lien avec le processus de développement visant à la séparation d'avec l'objet primaire.

Ainsi, Pourquoi l'engouement des adolescents pour l'internet ?

Étant donné la nouveauté de ce concept et le peu de données concernant la cyberdépendance, il est difficile de présenter un paragraphe sur les différentes approches explicatives de cette dépendance.

Néanmoins, certains auteurs ont contribué et contribuent à la compréhension de cette conduite, à partir notamment de l'étude des jeux vidéo en ligne chez les adolescents et de la comparaison avec la dépendance aux jeux d'argent. Précisons qu'internet est devenu pour les adolescents le premier loisir devant la télévision. Y passant de plus en plus de temps, les jeunes s'y constituent des tribus, qui participent à leurs identifications. Les adolescents ont désormais un *blog*, sur lequel ils expriment leurs sentiments et font vivre leurs relations amicales en réseau (R. Potier, P. Bialès, 2007). Déjà à propos d'Internet, il s'agit de s'interroger sur les effets psychiques de l'implication des nouvelles technologies dans la construction des repères et des identités.

Pour nous, cette addiction est en lien étroit avec le processus adolescent et la problématique de séparation qu'il implique. L'adolescence constitue le deuxième processus de séparation-individuation (P. Blos) : le sujet doit faire le deuil de ses *imago*s parentaux pour pouvoir investir un nouvel objet (extra familial, anti narcissique, non incestueux). Néanmoins la précarité des assises narcissiques, du fait d'une problématique d'empiètement posée pendant l'enfance, va opposer l'axe narcissique et l'axe objectal et va rendre ce deuil impossible, deuil qui sera repoussé par l'addiction, gelant ainsi le processus adolescent.

Bergeret (1981) pointe la présence d'une carence identificatoire et narcissique chez les personnes aux prises avec l'addiction. Il remarque un défaut de représentation de l'objet chez ces sujets, qui ont du mal à tolérer la frustration et qui, pour cela, utilisent le comportement addictif comme solution immédiate, en vue d'atteindre le plaisir et surtout pour éviter la souffrance de la frustration. Pour cet auteur, ces personnes vont avoir une relation à l'objet spécifique, caractéristique de ce défaut d'intériorisation de l'objet. Dans ces conduites, la dimension narcissique prédomine avec la dépendance narcissique à l'égard des objets. La relation ne peut pas s'intérioriser malgré les mécanismes de maîtrise rencontrés dans les addictions. L'objet d'addiction est alors indispensable à la fois pour créer l'excitation mais aussi comme pare-excitation.

L'impossibilité d'introjection transforme cette solution en une contrainte à la répétition. Pour Jeammet (2000), « l'objet d'addiction, en lui-même peu spécifique, apporte un double colmatage à ces "déficiences structurelles" ou failles "occasionnelles" de l'appareil psychique, sources de souffrance et de déséquilibre pour le moi » (p. 101). Il met l'accent sur le lien entre les troubles de la séparation et la recherche paradoxale d'une dépendance à un objet externe. Le sujet opère un déplacement sur un objet externe, car il va avoir l'impression de le contrôler.

Ainsi, le virtuel et l'image, d'une manière générale, offrent la possibilité d'une perception continue de l'objet. Perception qui va déterminer sa permanence car sa non perception signifierait sa perte dans le cas d'un défaut d'introjection prenant sa source dans les premiers temps de l'enfance : c'est d'abord l'impossibilité du nourrisson à comprendre ou à expliquer l'absence de la mère qui va créer le traumatisme et le surgissement de l'angoisse, angoisse déterminée par la perte de la perception de l'objet vécue comme perte réelle de l'objet (Chabert, 1987). L'espace virtuel par les images qu'il propose, comporte une figuration de l'objet, figuration qui toutefois n'est pas une représentation (au sens de symboliser l'objet, de

l'intérioriser) car elle provient de l'extérieur. Dans l'addiction, l'image ne vient pas représenter l'absence mais vient au contraire la nier. Nous ne sommes plus dans « la présence de l'absent » (Missonnier, Lisandre, 2003) mais bien dans la présence pour éviter d'être confrontés à l'absence. Il va s'agir d'un agrippement scopique, comme si le sujet ne voulait (ou ne pouvait) pas perdre de vue l'objet.

L'objet virtuel va donc servir à restaurer transitoirement une permanence de l'objet, c'est-à-dire une présence sans absence. Présence qui sera maintenue le temps d'une partie. Et, on le sait, dans le virtuel les images sont infinies.

À travers les relations d'objet partiel, l'autre pourrait renvoyer une image bonne à in
trojecter. Il pourrait s'agir de relation en miroir où l'autre n'est pas reconnu dans sa spécificité de personne, mais à travers la fonction qu'il remplit. McDougall, dans *Théâtres du Je*, parle de « théâtre transitionnel ou de la quête des personnages. (...) J'appelle cet autre le tenant lieu d'un objet transitionnel, objet à mi-chemin entre la perception de l'autre comme totalement créé par le sujet et l'autre reconnu comme ayant une existence indépendante, des attributs et des désirs propres. L'objet est hors du contrôle magique, mais peut être manipulé » (McDougall, 1982, p. 63). L'Internet permettrait la manifestation de ce que toute relation objectale a de plus narcissique.

À l'adolescence, l'objet est recherché mais est aussi vécu comme menaçant. Le sujet va être bien en peine de trouver une bonne distance à l'objet, ni trop près (angoisse d'intrusion), ni trop loin (angoisse de séparation).

Les bases de l'antagonisme narcissico-objectal développées lors des relations précoces sont très fortement réactivées à l'adolescence ce qui fait de cette période un « révélateur de la problématique de dépendance » à l'égard des objets externes (Jeammet, 1990). Du fait d'une problématique d'empiétement posée pendant l'enfance, les limites soi-objet n'ont pas pu s'établir fermement, créant des zones de confusion et d'intrusion réciproques.

Ainsi la problématique de dépendance va se révéler dans la sphère relationnelle. Le sujet va tenter de substituer à ses liens affectifs relationnels des liens de maîtrise et d'emprise. Le comportement addictif va être une tentative de contrôler la distance relationnelle.

En effet, il s'agira d'ordonner et de maîtriser ses excitations sans en comprendre encore le sens. Ce type de relation renverrait à des angoisses archaïques s'adressant à des objets partiels mais avec l'illusion d'une relation à un objet total.

Au sein du numérique ainsi, l'autre n'existera que pour soutenir le narcissisme, Internet devenant un vaste réseau de quête identitaire. Le « réseau social » se transforme petit à petit en un « réseau de présentation de soi », où existe un déni de l'autre, de sa différenciation, de sa subjectivation et de sa virtualisation.

La spécificité de la passion virtuelle résidera cependant ailleurs, dans un aspect inattendu. La contrainte par corps caractérisant les addictions semble antilogique pour penser l'investissement excessif des mondes virtuels ; cependant, il s'avère que dans ces espaces non tangibles l'engagement corporel est surreprésenté, par son absence. Cet engagement du corps viendrait alors contribuer au choix du sujet de son objet d'addiction, ce que nous confirmera la clinique du virtuel.

À l'adolescence, c'est à une dépendance initiale que le sujet souhaite échapper. Une dépendance qui est à la fois angoisse d'intrusion (impossibilité d'une relation à l'objet libidinal) et de séparation (impossibilité de la perte de l'objet primaire).

J. McDougall (1982) rappelle que la constitution de l'aire transitionnelle est la condition nécessaire pour développer « la capacité d'être seul ». Ainsi l'auteur constate que les comportements addictifs sont ressentis comme obligatoires au moment où le sujet se trouve seul, être seul étant l'équivalent d'une blessure narcissique qui requiert la solution addictive chez le sujet (McDougall, 2001). Supporter l'absence va donc prendre valeur de lutte pour le sujet dépendant.

Au final, la cyberdépendance vient empêcher le second processus de séparation-individuation (Blos, 1985) que constitue l'adolescence » (p. 41). Elle prend donc valeur de lutte contre une perte d'objet qui n'est pas représentable, et renvoie à un sentiment de sécurité interne trop fragile pour pouvoir supporter la séparation. L'adolescence en tant que deuxième processus d'individuation-séparation exige pourtant un deuil des premiers objets d'amour pour permettre une substitution objectale vers un nouvel objet.

Selon Stora (2007), la cyberdépendance vient toujours révéler un problème, notamment celui en lien avec une image idéale. Les adolescents dépendants sont en quête d'une construction identitaire: «leur image de soi défaillante va tenter de se "réparer" dans l'incarnation d'une figure héroïque: leur avatar. Ils tournent, observent, regardent ce double virtuel d'eux-mêmes» (p. 95). Selon cet auteur (Michael Stora (2004) la cyberdépendance fait partie des pathologies qui touchent l'estime de soi et le narcissisme : « Certains jeunes dépendants sont tyrannisés par un idéal du moi parental implacable, sans souplesse, et ils ont besoin de retrouver un objet qu'ils peuvent maîtriser, contrôler pour échapper à cet idéal » (p. 75).

L'espace virtuel représenterait ainsi l'interface entre l'équilibre narcissique et la maîtrise de l'objet. Par conséquent, cette relation d'objet est celle à un objet addictif, avec pour but d'esquiver le sentiment de perte et d'éviter un effondrement narcissique. Selon Stora (2007), la dépendance met en lumière la souffrance d'une image de soi défaillante. L'addiction va alors jouer le rôle d'antidépresseur.

Système familial des cyberdépendants

À l'origine de cette image de soi défaillante, que les sujets cyberdépendants essaient de restaurer, on retrouve deux types de systèmes familiaux. D'une part, ceux qui **sur-stimulent très tôt le potentiel de leur enfant**, ce qui le place trop tôt dans une position de maîtrise objectale sans en avoir les moyens psychiques. Ainsi, on donne à l'enfant une toute-puissance qui s'exerce aussi bien sur les objets qui l'entourent que sur ses parents. Par conséquent, l'enfant se trouve dans une position paradoxale de toute-puissance et d'obligation de ne pas décevoir ses parents. D'autre part, et à l'inverse, on trouve des familles dans **lesquelles l'enfant est livré à lui-même**, devant se débrouiller tout seul sans être protégé par ses parents. **Le point commun entre ces deux systèmes familiaux est que l'enfant est mis trop tôt dans une position d'adulte responsable et autonome**: « Cette surestimation du soi du tout-petit est à l'origine de profondes blessures narcissiques » (Stora, 2007, p. 110) dont la marque est indélébile.

Configuration familiale des cyberdépendants

Toujours selon cet auteur, on retrouve dans l'histoire infantile des cyberdépendants, deux grands types de configurations familiales: **la mère dépressive et la mère narcissique**, avec un **père plutôt absent**. Dans le premier cas, il s'agit d'une mère dépressive, qui ne regarde pas son enfant mais la télévision et c'est grâce aux images qui défilent sur l'écran qu'elle se sent mieux, moins seule. Le tiers, censé être le père, est remplacé par la télévision. Le bébé va alors surinvestir les images comme seul remède à la dépression maternelle. Dans le deuxième cas, la mère narcissique est dans la maîtrise objectale de ses enfants. Le risque encouru pour

l'enfant est d'être écrasé sous le poids de projections idéales de plus en plus élevées. Ces enfants sont alors en souffrance car ils sont incapables de répondre à de telles exigences maternelles. L'impuissance et la culpabilité font d'eux des « dépressifs en sursis » (Stora, 2007, p. 104). La dépendance future au virtuel prend la forme d'enjeux narcissiques en lien avec l'idéal du moi.

Ce qu'il faut retenir

Selon Tisseron (2008), il existerait cinq types de préoccupations pouvant expliquer l'engouement des adolescents pour le virtuel: **Ceux qui luttent contre l'anxiété permanente d'être abandonnés** d'où la nécessité d'avoir un écran toujours allumé qui les regarde ou un avatar qu'ils ne quittent jamais; **Ceux qui recherchent des sensations fortes** et aiment les jeux de tir et de simulation; **Ceux qui aiment construire et manipuler les avatars**, *Les Sims* correspondant ainsi parfaitement à leur désir (de manipuler et d'expérimenter); **Ceux qui cherchent à soigner une estime de soi défaillante**. Pour y pallier, ils cherchent alors à être les meilleurs et tentent d'atteindre le plus haut niveau; **Ceux qui jouent pour nouer des liens** et ce, en tout anonymat (la recherche de compagnie). Les adolescents des deux premières catégories seraient plus à même d'être confrontés au risque de développer une dépendance. En effet, si l'adolescent compare le plaisir né des excitations du jeu à celui qu'il retire dans sa vie quotidienne, celle-ci pourra paraître bien terne. Cet élément est d'autant plus inquiétant qu'il peut s'accompagner de consommation de substances psychoactives dont l'objectif sera d'augmenter l'excitation ressentie. Les adolescents de la cinquième catégorie peuvent également développer une forte dépendance. Néanmoins, ça n'est pas tant du jeu qu'ils sont dépendants mais de la plateforme d'échanges qu'il inclut. Il existe une particularité dans ces jeux que l'on ne retrouve nul part ailleurs. En effet, on peut parler de sa vie intime tout en combattant ensemble contre des ennemis, et finalement demander l'aide d'un joueur plus expérimenté qui jouera, à ce moment-là, le rôle du père. D'où le constat que certains adolescents trouvent dans les jeux vidéo un substitut familial. Ainsi, Internet se présente comme le principal concurrent du cercle familial (Tisseron, 2004).

Le virtuel est donc un espace de projection et de régression qui peut s'avérer très bénéfique par l'évasion et la créativité qu'il propose. Pourtant il peut être aussi source d'addiction.

Conclusion

Cet article montre que la cyberaddiction est en lien étroit avec le processus adolescent. Cette cyberaddiction peut être ainsi comprise comme la conservation des liens morbides du sujet avec ses objets d'attachements infantiles, empêchant ainsi le processus adolescent et le développement psychique de l'individu.

Nous voyons que si les adolescents se perdent parfois dans les nouvelles technologies, cela ne doit pas nous cacher ce que la plupart d'entre eux y cherchent. Qu'il s'agisse de gérer les excitations et les conflits psychiques, d'envisager les images, de négocier le passage à l'âge adulte ou de définir son intimité, les nouvelles technologies posent autant de nouveaux jalons et repères que les thérapeutes doivent connaître, afin de ne pas se méprendre sur les désirs qui guident leur utilisation.

Notre réflexion n'est pas sans conséquence sur le plan thérapeutique. En effet, ce travail montre que la voie de sortie de la dépendance se trouve dans la capacité à se déprimer. Il s'agira d'accompagner le sujet dans un travail de deuil qui va lui permettre de se séparer de ses objets infantiles en intériorisant ces liens. Ainsi la séparation n'aura plus valeur de rupture du lien et permettra au sujet d'accepter l'interdépendance de ses relations à autrui. Au moment où on se pose des questions sur les addictions au virtuel et sur leur prise en charge, il nous semble important de mettre l'accent sur la problématique de dépendance qui est sous-

jacente, c'est-à-dire l'impossibilité de se détacher des premiers objets d'amour. Ces liens entravant n'ont pas pu être transformés au moment de l'adolescence et ce sera à la psychothérapie ou à l'analyse de reprendre ce travail de deuil laissé en suspens.

الادمان على العالم الافتراضي في مرحلة المراهقة "بناء أو تدمير ذاتي"

المستخلص: تعتبر التغيرات الجسمية و النفسية التي يعيشها المراهق من اهم الوضعيات التي يجب علي المراهق ادارتها، حيث يجب ان يجد حلوًا بديلة تنقص من حدة العذاب النفسي الذي يشعر به.

ومن بين هذه الحلول يمكن ان يلجأ المراهق لاستعمال التكنولوجيات الحديثة، فاحيانا ينجحون و احيانا اخرى يفشلون.

تهدف هذه الورقة لتوضيح وجهات النظر حول هذا النوع الجديد من الإدمان الذي له علاقة بسيرورة المراهقة واشكالية الانفصال.

فالتخيال عند المراهق التابع يعتبر كموضوع انتقالي حسب Mc Dougall، و يتجلى من خلال الجماعة الغير مجتمعة، فهي علاقة خالية من الاخطار و تعتبر كمقاومة ضد اكتنايبه.

و اخيرا فالإدمان على الانترنت لا يسمح بالسيرورة الثانية للانفصال و الفردنة المميزة للمراهقة. Blos يمكننا اعتبار هذا النوع من الادمان علي انه نتاج للاتصالات المرضية للعميل مع مواضيعه الطفلية، و بذلك تتعرقل سيرورة المراهقة.

الكلمات المفتاحية

المراهقة، الادمان على الخيال، الجسم، الموضوع الخيالي، العلاقة الخيالية، الادمان، الانترنت.

Bibliographie

1. J. Bergeret, M. Fain et M. Bandelier, (1981), Le psychanalyste à l'écoute du toxicomane, Paris, Dunod.
2. J. Bergeret., (1981), Introduction à une étude sur la personnalité du toxicomane. In: Bulletin de la Société française du Rorschach et des méthodes projectives, n°32, 1981. Les toxicomanies. pp. 9-16; doi : <https://doi.org/10.3406/clin.1981.1400>
https://www.persee.fr/doc/clin_0373-6261_1981_num_32_1_1400
3. P. Blos Jr, M.D. Intergenerational Separation-Individuation. *Treating the Mother-Infant Pair*. The Psychoanalytic Study of the Child, Volume 40, 1985 – Issue 1. Pp 41-56
<https://doi.org/10.1080/00797308.1985.11823023>
4. C. Chabert, (1987). La psychopathologie à l'épreuve du Rorschach, Paris, Dunod.
5. B. Courty, Esquisse 3 : Du virtuel, L'Esprit du temps « Adolescence », 2008/ 1 n 63, pp 249 à 254. Mis en ligne sur Cairn.info le 27/08/2008. <https://doi.org/10.3917/ado.063.0249>
6. A. Goodman., (1990). Addiction: definition and implications. Br. J. Addict. 85, 1403–1408.
7. Ph. Gutton (2004), *LE VIRTUEL ET SES CONDUITES*, VIRTUEL 2004 T. 22 N°1
8. Ph. Jeammet, Les destins de l'auto-érotisme à l'adolescence, In Devenir « adulte » ? (ouvr. Coll.), Paris, PUF, 1990, pp.53-79.
9. Ph. Jeammet, Les conduites à risques des adolescents /. in Le Courrier des Addictions Vol. 2, N°2 (2000). - pp. 52-55

10. F Marty, Dir., Gutton PH., Jeammet PH., RICHARD F., Gori R., (2000), L'illégitime violence : la violence et son dépassement à l'adolescence, Ramonville Saint- Ange : Erès.
11. Marty F., (1998), Addiction adolescente au virtuel, *Le Carnet Psy*.
12. J. Mcdougall, (2001), Sexualité, identité et créativité, 2001, p. 195-212, *Adolescence* n 37- 1 vol 19
13. J. Mcdougall, *Théâtres du Je*, (1982), Collection Folio essais n 440, Gallimard
14. S. Missonnier, H. Lisandre, 2003 *Le virtuel : la présence de l'absent*. Paris : E. D. K., 263 p
15. J-C, Nayebi., (2007), Cyberdépendance: Quand la révolution Internet mange ses enfants, article inaugural, cyberdependance.fr.
16. J-C, Nayebi., (2007), Cyberdépendance en 60 questions, RETZ.
17. R. Potier., P. Bialès, « De l'amitié en virtuel », *Adolescence* 2007/ 3 n 61 pp 581-591
18. R. Potier, AU RISQUE DU VIRTUEL ? L'Esprit du temps | « Topique » 2009/2 n° 107, pp 149 à 162
19. M. Stora., ADDICTION AU VIRTUEL. LE JEU VIDÉO, *VIRTUEL* 2004 T. 22 N°1
20. M. Stora, Guérir avec les jeux vidéo, *Le carnet PSY*, 2007/ 8 n 121, pages 38 à 39
21. M. Stora, (2007), *Les écrans, ça rend accro...*, Hachette.
22. S. Tisseron, (2008), *Virtuel, mon amour. Penser, aimer, souffrir, à l'ère des nouvelles technologies*, Paris, A. Michel.
23. S. Tisseron, S. Missonnier, M. Stora, (2006), *L'Enfant au risque du Virtuel*, Paris, Dunod.
24. S. Tisseron, (2004), *Manuel à l'usage des parents dont les enfants regardent trop la télévision*, Paris, Bayard.
25. M. Wawrzyniak., (1998), La virtualité à l'adolescence : de la virtualité à la déréalité, *L'information psychiatrique*, p. 19-26.
26. Young, K. S. (2007). Cognitive-behavioral therapy with internet addicts: Treatment outcomes and implications. *Cyberpsychology & Behavior*, 10, 671–679. Doi : [10.1089/cpb.2007.9971](https://doi.org/10.1089/cpb.2007.9971). [CrossRefGoogle Scholar](https://scholar.google.com/crossref?doi=10.1089/cpb.2007.9971)
27. K. S. Young, (1996). Internet Addiction: The Emergence of a New Clinical Disorder. *CyberPsychology & Behavior*, 1, 237-244. <http://www.netaddiction.com/articles/newdisorder.pdf>
<http://dx.doi.org/10.1089/cpb.1998.1.237>