

## **Cyberaddiction : rapport du Groupe d'Experts 2018-2020 Un guide pour soutenir le travail avec les jeunes**

**Le GREA et le Fachverband Sucht publient les résultats du dernier rapport du Groupe d'Experts (2018-2020) mandaté par l'Office fédéral de la santé publique pour sonder le besoin d'intervention dans le domaine des écrans. Basé sur les chiffres à disposition, il émet des recommandations notamment en lien avec la prévention et la formation des professionnels. Dans ce sens, un guide pour soutenir le travail de prévention et d'intervention précoce auprès des jeunes a été réalisé. Son approche non normative abordant les situations dans les contextes familial, social et culturel, en fait sa force.**

Les professionnels des addictions sont de plus en plus confrontés à des parents qui cherchent des informations ou de l'aide sur la consommation des écrans de leurs jeunes. Bien que la consommation ne soit la plupart du temps pas problématique, elle peut quand même représenter une source de conflit. Le « Guide pour les professionnels sur les usages des écrans » a été réalisé dans le cadre du Groupe d'Experts 2018-2020 pour leur apporter un soutien. Le cœur du guide est un schéma en quatre temps (avant, pendant, après, narration – APAN) qui questionne la dynamique de consommation des écrans.

Le Guide APAN répond ainsi à une recommandation du Groupe d'Experts qui va dans le sens de renforcer la formation et les compétences médiatiques des professionnels, qu'il s'agisse des professionnels des addictions, des enseignants, des travailleurs sociaux notamment.

Une autre recommandation importante qui surgit du rapport touche au genre. Il a été constaté que les filles et les femmes apparaissent peu dans le système de soins et, alors que leur prévalence de consommation problématique est presque identique à celle des hommes, elles sont moins ou pas prises en charge. Le Groupe d'Experts recommande par conséquent d'intégrer les questions de genre dans la recherche et la prévention.

L'utilisation des médias numériques est perçue comme l'un des plus grands défis éducatifs et sociaux. Il convient dès lors de renforcer les compétences personnelles et sociales (estime de soi, stratégies d'adaptation, etc.) comme c'est déjà le cas pour l'alcool et sa consommation.

### **Lien sur le rapport du Groupe d'Experts :**

<https://www.grea.ch/publications/cyberaddiction-en-suisse-2018-2020-rapport-et-litterature>

**Lien sur le Guide APAN :** [https://www.grea.ch/sites/default/files/grea\\_echans\\_fr\\_web\\_0.pdf](https://www.grea.ch/sites/default/files/grea_echans_fr_web_0.pdf) et lien sur une interview de Niels Weber, psychologue-psychothérapeute spécialisé en hyperconnectivité, co-collaborateur au guide. <https://www.youtube.com/watch?v=E2rH30F3ldg&feature=youtu.be>

### **Contacts :**

F: Célestine Perissinotto, responsable de projet GREA, 078 756 96 67

D: Cédric Stortz, Projektleiter Fachverband Sucht, 044 266 60 68 / 078 880 18 93