

# QUESTIONNAIRE GAS

Game Addiction Scale (GAS), dite échelle de Lemmens

Répondez le plus sincèrement possible à toutes les questions ci-dessous en indiquant la réponse qui correspond le plus à votre situation ou à ce que vous ressentez.

Les réponses que vous pouvez donner vont de « jamais » à « très souvent ».

**1. Avez-vous pensé toute la journée à jouer à un jeu vidéo ?**

Jamais    Presque Jamais    Parfois    Souvent    Très Souvent

**2. Avez-vous passé un temps de plus en plus important sur les jeux vidéo ?**

Jamais    Presque Jamais    Parfois    Souvent    Très Souvent

**3. Avez-vous joué à un jeu vidéo dans l'optique d'oublier la vie réelle ?**

Jamais    Presque Jamais    Parfois    Souvent    Très Souvent

**4. Est-ce que d'autres personnes ont tenté sans succès de réduire votre temps de jeu ?**

Jamais    Presque Jamais    Parfois    Souvent    Très Souvent

**5. Vous êtes-vous senti(e) mal lorsque vous étiez dans l'incapacité de jouer ?**

Jamais    Presque Jamais    Parfois    Souvent    Très Souvent

**6. Vous êtes-vous disputé(e) avec d'autres (famille, amis) à propos de votre temps passé à jouer aux jeux vidéo ?**

Jamais    Presque Jamais    Parfois    Souvent    Très Souvent

**7. Avez-vous négligé d'autres activités importantes (école, travail, sport) pour jouer aux jeux vidéo ?**

Jamais    Presque Jamais    Parfois    Souvent    Très Souvent

# QUESTIONNAIRE GAS

Game Addiction Scale (GAS), dite échelle de Lemmens

## Note d'interprétation à l'usage des professionnels :

Les modalités de réponses possibles aux 7 questions de l'échelle sont : jamais, presque jamais, parfois, souvent, très souvent, cotées de 0 (jamais) à 5 (très souvent).

L'objectif est d'identifier les caractéristiques de « l'addiction », la saillance (survalorisation du besoin), la modification de l'humeur, la tolérance, les symptômes du manque, le conflit (avec les proches et soi-même) et la rechute. A partir de quatre questions auxquelles les joueurs répondent « parfois », « souvent » ou « très souvent », il existe une présomption d'addiction aux jeux vidéo (ou un usage problématique).

Les critères d'addiction, le plus souvent rencontrés sont d' « échouer à réduire le temps de jeu malgré les injonctions de l'entourage » et de « passer de plus en plus de temps à jouer » : la quasi-totalité des joueurs problématiques déclarent en effet avoir rencontré ces situations (voir graphique 3). « Penser toute la journée aux jeux vidéo », « négliger d'autres activités pour jouer » ou « se disputer avec l'entourage à propos du temps passé à jouer » sont également très fréquemment rapportés et concernent sept à huit joueurs problématiques sur dix.

En revanche, il est plus rare de « se sentir mal lorsqu'on ne peut pas jouer » ou de « jouer pour oublier la vraie vie », conduites de fuite du réel qui témoignent d'un usage du jeu vidéo comme béquille psychique.

Les résultats ne doivent être utilisés uniquement pour apporter une indication de la prévalence de l'addiction aux jeux vidéo.