

La démocratisation d'Internet et l'extrême facilité de son usage en font un outil très populaire aux yeux des usagers et posent, parallèlement, la question d'une menace potentielle pour l'équilibre psychique des plus prédisposés, à travers le constat des praticiens de la santé mentale, de ce qu'il est convenu d'appeler les cyberdésordres. L'utilisation d'Internet est fortement encouragée par les gouvernements et par les industriels aussi bien sur le plan personnel que sur le plan professionnel, mais les conséquences négatives de cette utilisation de masse, sur le plan familial et sur le plan social, semblent sous-estimées.

En France, alors que les psychologues cliniciens et les psychiatres reçoivent une demande accrue de consultation pour les cyberdésordres, les recherches sur la question de la cyberdépendance, la formation des thérapeutes, la constitution de groupes et de centres de thérapie frôlent le degré zéro, tout comme le niveau d'information dispensée à la jeunesse sur les dangers de l'usage abusif de ce média. Constamment sollicités, publicités et promotions à l'appui, pour augmenter la consommation du réseau à travers les jeux, le « chat » et la messagerie, nos jeunes ont très peu de chance de percevoir un discours de modération. Si nous ne voulons pas que la révolution Internet « mange ses enfants », nous pensons, sans être alarmistes, qu'il faut, tout comme pour le tabac, l'alcool et d'autres biens de consommation de masse, proposer et enseigner une hygiène de consommation d'Internet afin de prévenir les dangers d'abus ou d'addiction à ce média.

Partant du principe que l'information constitue la meilleure des protections, le choix de la rhétorique questions-réponses répond à la fois à une demande croissante d'information « grand public » crédible et indépendante sur tout ce qui touche à la cyberdépendance, et à une volonté d'organiser cette information afin qu'elle soit facilement accessible.

En annexe, des ressources bibliographiques et des adresses électroniques citées offrent la possibilité de poursuivre la réflexion sur le sujet.