

Test du Dr Mark GRIFFITHS

Le Dr Mark Griffiths de l'université de Nottingham Trent est spécialisé dans l'addiction aux jeux vidéo.

- Tu joues presque tous les jours ?
- Tu joues souvent pendant de longues périodes : 3-4 heures ?
- Tu joues pour l'excitation que tu en retires ?
- Tu es de mauvaise humeur quand tu ne peux pas jouer ?
- Tu délaisses les activités sociales et sportives ?
- Tu joues au lieu de faire tes devoirs ?
- Les tentatives de diminuer ton temps de jeu sont des échecs ?

En cas de réponse positive à plus de quatre de ces questions, tu joues probablement trop, n'hésites pas à prendre contact avec un professionnel.