

La Presse

Actuel, samedi 3 juin 2006, p. ACTUEL2

## **Internet, un moyen redoutable d'assouvir sa dépendance**

Nicoud, Anabelle

Collaboration spéciale

C'est anonyme, libre d'accès 24 heures sur 24 et sept jours sur sept, et on n'a jamais fini d'en faire le tour. Ces quelques avantages de la Toile en font un refuge pour les dépendants, notamment sexuels, soit 10 % des utilisateurs d'Internet, estime Jean-Pierre **Rochon**, psychologue et auteur du livre *Les accros de l'Internet*.

Comme les autres formes de dépendance, la cyberdépendance à la pornographie naît d'une carence affective, d'un sentiment d'anxiété qui disparaît quand on l'assouvit. " L'activité sexuelle nous plonge dans un état qui permet de ne pas être en contact avec ce qui fait souffrir ", décrit la sexologue Elain Grégoire.

En conséquence, les cyberdépendants développent un " réflexe " et vont sur Internet de plus en plus souvent. Avec l'avantage qu'Internet, " c'est moins gênant que d'aller louer plusieurs cassettes chaque soirs dans un vidéoclub ", dit-elle.

La facilité d'accès à la pornographie que permet Internet inquiète la sexologue. " Si on compare le sexe avec le jeu, on constate que la dépendance au jeu a augmenté avec l'accessibilité, prévient-elle, et plus la facilité d'accès augmente, plus c'est difficile à combattre. "

La jeune génération, habituée à utiliser le Net, est selon elle la plus à même à développer une dépendance à la cyberpornographie. " Le phénomène semble prendre de l'ampleur ", juge-t-elle.

D'après Jean-Pierre **Rochon**, 400 000 Québécois sont dépendants à l'Internet, et notamment à la pornographie. Le psychologue raconte que certains de ses patients peuvent passer jusqu'à 15 heures par jour à regarder du porno depuis leur ordinateur. Toutefois, le thérapeute estime que " c'est la relation que l'on a avec le produit qui fait la dépendance, pas la quantité ou le nombre d'heures que l'on y consacre ".

Faut-il se méfier de son ordinateur? Pour Jean-Pierre **Rochon**, " on n'est pas accro à l'ordinateur, mais à l'expérience qu'il nous fait vivre: fétichisme, SM, vidéos pornos, zoophilie, etc. ".

Le psychologue juge le problème important bien que peu connu, mais il tient à relativiser le phénomène. Tous les utilisateurs ne sont pas exposés au même risque: " La pornographie sur Internet est un incitatif, mais la dépendance était déjà là ", dit-il.

Pierre et Bernard, tous deux dépendants au sexe, se disent soulagés de ne pas avoir connu Internet dans leur jeunesse. " Internet, c'est un fléau chez les sexoliques ", estime Bernard, qui aujourd'hui encore " ne s'approche pas de cela ".

**Sources: Jean-Pierre Rochon, *Les accrocs de l'Internet*, Libre Expression, 2004.  
www.psynternaute.com**

**Encadré(s) :**

## **QUELQUES DÉFINITIONS**

La compulsion : c'est ce qui nous pousse à accomplir une pulsion intérieure, même si on la désapprouve. Chez les dépendants sexuels, cela peut signifier aller se masturber pendant ses heures de travail ; télécharger de la pornographie ou aller chez une prostituée : des actions que le dépendant ne souhaite pas accomplir mais qu'il ne peut s'empêcher de faire.

Les symptômes de la dépendance : pour les dépendants, la vie s'organise autour du sexe et de la recherche de l'orgasme. La dépendance peut se manifester par le besoin de se masturber plus de six fois par jour, de regarder des films pornographiques tous les jours, de multiplier les partenaires sexuels, jusqu'à 50 par année, et de se rendre le plus souvent possible dans des peep-shows.

Les femmes : elles sont moins présentes dans les groupes que nous avons pu rencontrer. Dans un sondage interne des Sexoliques Anonymes, sur 30 répondants, 29 étaient des hommes.

Santé : certains sexoliques prennent conscience de leur dépendance parce qu'elle a des conséquences sur leur santé physique. Notamment des problèmes érectiles ou éjaculatoires.

**Illustration(s) :**

Accessible sept jours sur sept, Internet est un véritable refuge pour les dépendants sexuels.

**Catégorie :** Société et tendances

**Sujet(s) uniforme(s) :** Internet, technologies de l'information et multimédia; Psychologie et comportement humain

**Taille :** Moyen, 443 mots

© 2006 La Presse. Tous droits réservés.

Doc. : news-20060603-LA-0064