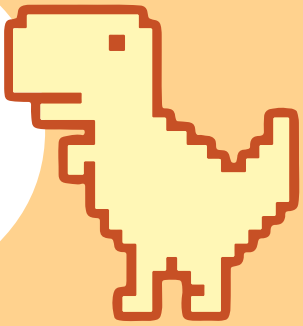
TDAH et jeux vidéo

Avec Mathieu CERBAI, Neuropsychologue

Le Trouble du Déficit de l'Attention avec ou sans Hyperactivité (TDAH) se caractérise par de nombreux éléments : difficultés cognitives (attention, planification, mémoire de travail, gestion du temps...), dysrégulation émotionnelle, stress, irritabilité... avec des impacts au niveau scolaire, social, professionnel, etc.



... et donc ?

De nombreux outils peuvent être utilisés pour accompagner les personnes avec TDAH : **qu'en est-il des jeux vidéo ?**

Quels bénéfices potentiels ?*

Améliorations des capacités d'attention (Sonne et al., 2016 ; Chen et al., 2017)

Meilleures capacités à réguler ses émotions (Rodrigo-Yanguas et al., 2023 ; Strahler Rivero et al., 2016)

Moindre coût et outils complémentaires à l'offre de soins (Rodrigo-Yanguas et al., 2022)

Plus forte adhésion aux soins (Rodrigo-Yanguas et al., 2022)

Renforcement de la motivation et du sentiment d'agentivité (i.e. se voir comme étant acteur/actrice des événements qui surviennent) (Granic et al., 2014)

Perspectives

Il est nécessaire de poursuivre les études, avec des **lignes directrices** proposées pour construire des jeux sérieux **adaptés** aux personnes avec TDAH et à leur quotidien (Sújar et al., 2022).

Utiliser les jeux vidéo en contexte thérapeutique est **prometteur**, tout en gardant en tête des points de vigilance.

En effet, dans le TDAH, le processus de **dépendance** peut être favorisé (moindre contrôle, impulsivité, besoin de récompense immédiate...) (Makris et al., 2009 ; Yen et al., 2017 ; Rodrigo-Yanguas et al., 2022).

* Face aux nécessités de répliquer les études et de poursuivre les travaux de recherche, je nous encourage tout de même à rester prudent.e.s !

RAPTOR NEUROPSY

Contenu proposé par le Raptor Neuropsy ©