



Questionnaire Video Game Addiction Scale for Children (VASC)



Pour chaque affirmation, entourez le chiffre qui correspond le mieux à la fréquence avec laquelle cela vous arrive. Calculer votre total à la fin

	Jamais	Rarement	Parfois	Souvent	Très souvent
1. Je ne peux pas résister à jouer aux jeux vidéo, même si ces jeux peuvent me faire du mal.	1	2	3	4	5
2. Même si je contrôle le temps que je passe à jouer aux jeux vidéo, au bout d'un moment, je recommence à jouer de manière incontrôlable.	1	2	3	4	5
3. Je crois que, quoi que je fasse, je ne parviens pas à contrôler le temps que je passe à jouer aux jeux vidéo.	1	2	3	4	5
4. Je ne peux pas arrêter de jouer aux jeux vidéo, même si je pense y avoir déjà consacré beaucoup de temps.	1	2	3	4	5
5. Je ne suis intéressé(e) par rien d'autre lorsque je joue aux jeux vidéo.	1	2	3	4	5
6. Bien que je veuille réduire le temps que je passe à jouer aux jeux vidéo, j'échoue à chaque fois.	1	2	3	4	5
7. J'oublie mes problèmes lorsque je joue aux jeux vidéo	1	2	3	4	5
8. Dans les jeux vidéo, je suis content(e) lorsque je vaincs mes ennemis ou que je passe un niveau.	1	2	3	4	5
9. Dans les jeux vidéo, je me sens plus fort(e) que mes ennemis lorsque je les vaincs ou que je passe un niveau.	1	2	3	4	5
10. Je pense que jouer aux jeux vidéo est une activité très amusante.	1	2	3	4	5
11. Dans les jeux vidéo, mon estime de moi augmente lorsque je vaincs mes ennemis ou que je passe un niveau.	1	2	3	4	5
12. Je ne ressens pas d'ennui lorsque je joue aux jeux vidéo.	1	2	3	4	5
13. Je me sens heureux(se) lorsque je joue aux jeux vidéo.	1	2	3	4	5
14. Jouer aux jeux vidéo m'empêche d'accomplir mes tâches.	1	2	3	4	5
15. Jouer aux jeux vidéo m'empêche de manger à des heures régulières.	1	2	3	4	5
16. Jouer aux jeux vidéo m'empêche de passer du temps avec ma famille.	1	2	3	4	5
17. J'ai des problèmes de sommeil à cause des jeux vidéo.	1	2	3	4	5
18. Je parle toujours de jeux vidéo avec mes amis.	1	2	3	4	5
19. Je me fais des amis grâce aux jeux vidéo en ligne.	1	2	3	4	5
20. Je vois les personnages de mes jeux vidéo dans mes rêves.	1	2	3	4	5
21. J'imité les personnages des jeux vidéo dans mes activités quotidiennes.	1	2	3	4	5

Total général

Additionnez les scores de chaque réponse pour obtenir un score global.

Total : _____

Interprétation des résultats

- De 21 à 52 : Usage modéré ou peu problématique
- De 53 à 62 : Usage préoccupant à surveiller
- ≥ 63 : Usage problématique probable (à approfondir)

👉 Des seuils supérieurs à 50 % du score maximal sont choisis pour repérer plus précisément des comportements vraiment problématiques ainsi des réponses « Souvent » ou « Très souvent » à plus de la moitié des items peut-être une alerte.

