Comment appelle-t-on les personnes accros aux séries ?

Bibliothèque publique d'information – notre réponse *actualisée* **le 14/09/2023.**



Image par Holger Langmaier de Pixabay

L'addiction aux séries, aussi appelée « ***binge-watching*** » ou « ***hyperphagie télévisuelle*** », fait référence à un comportement compulsif et excessif de visionnage de séries télévisées.
On trouve également les mots suivants pour définir les personnes ayant cette dépendance : ***series addict*** ou de ***sériephile*** en français (passionné de séries). Bien que le terme « ***addiction aux séries*** » ne soit pas encore officiellement reconnu comme un trouble mental par des manuels de diagnostic tels que le Manuel diagnostique et statistique

des troubles mentaux (DSM-5) ou la Classification internationale des maladies (CIM-10) , la notion d'addiction comportementale liée aux médias et à la technologie est de plus en plus étudiée par les chercheurs et les professionnels de la santé mentale.
Le binge-watching peut-il devenir problématique ou créer une dépendance ?
Sélection d'articles pour analyser ce phénomène de société.

Sélection d'articles scientifiques concernant l'addiction aux séries

Pourquoi aime-t-on tant les séries, parfois jusqu'à l'excès ? Une scientifique nous répond par Juliette Brossault, *ouest-france.fr*, le 24/02/2023.
Extrait :

> *Les plateformes de streaming servent des milliers d'heures de visionnages potentielles aux aficionados de séries. Même si leur consommation excessive n'est pas encore formellement entrée dans le champ de l'addiction, le mécanisme neurobiologique, lui présente des similitudes avec celui-ci. Explications.*

Le binge watching de séries TV peut être une addiction selon ces 6 critères par Marcus Dupont-Besnard, *numerama.com*, le 07/12/2021.
Extrait :

> *Mark Griffiths estime que « toute personne qui remplit ces six conditions est véritablement dépendante du binge watching ». En revanche, « une personne qui ne remplit que certains de ces critères peut présenter un binge-watching problématique, mais ne serait pas classée comme dépendante »*

selon cette grille-là.

Dans son analyse, **Mark Griffiths** rassemble 6 critères de l'addiction, mais en les appliquant plus spécifiquement au binge watching :

- **L'importance** : le binge watching est « *la plus importante dans la vie de la personne* » ;
- **Le changement de l'humeur** : la personne concernée s'adonne au binge watching pour changer son humeur afin de « *se sentir mieux à court terme ou pour échapper temporairement à quelque chose de négatif dans sa vie* » ;
- **Conflit** : « *Le binge watching en vient à compromettre des aspects clés de la vie de la personne, comme ses relations, ses études, son travail* » ;
- **Tolérance** : « *Le nombre d'heures que la personne passe au binge watching chaque jour augmente significativement avec le temps* » ;
- **Manque et sevrage** : « *La personne éprouve des symptômes de manque psychologique et/ou physiologique si elle ne peut pas s'adonner au binge watching* » ;
- **Rechute** : « *Si la personne parvient à arrêter temporairement le binge watching, alors lorsqu'elle reprend cette activité, elle retombe directement dans le cycle dans lequel elle se trouvait auparavant* ».

Fans de séries : addiction ou prise de contrôle ? par Dina Rasolofoarison et Stéphanie Feiereisen, *lejournal.cnrs.fr*, le 12/01/2021.
Extrait :

L'ensemble de nos observations montre que la numérisation des médias couplée à l'accessibilité d'une multitude d'épisodes offre aux fans de séries TV la possibilité de contrôler leur propre rythme de consommation, de façon similaire aux livres. Les spectateurs ne sont plus soumis ni aux lois d'une chaîne

de télévision pour la diffusion de la série ni aux désirs du producteur ou du scénariste pour le déroulement de l'histoire.

Pour aller plus loin…

La sériephilie : sociologie d'un attachement culturel et place de la fiction dans la vie des jeunes adultes par Hervé Glevarec, Editions Ellipses, 2012.

Résumé :

Cette enquête sociologique porte sur les habitudes et les représentations sociales des spectateurs de séries télévisées, en particulier ceux des séries américaines, qui suscitent un engouement exponentiel depuis les années 1990. L'auteur montre que des catégories sociales a priori peu disposées à consommer ce genre de produits culturels se sont prises de passion pour les séries.
