

Ministère de l'enseignement supérieur et de la recherche scientifique  
Université de Bejaia  
Faculté des Sciences Humaines et Sociales  
Département de Psychologie et d'Orthophonie



# Mémoire de fin de cycle En vue d'obtention du diplôme de master En psychologie clinique

**Le thème :**  
**La surexposition aux écrans et l'apprentissage scolaire :**  
**Étude descriptive mixte de 210 élèves dans trois lycées de Béjaïa**

**Réalisé par :**

- M<sup>me</sup> : BOUCHEFA Djahida
- M<sup>elle</sup> : GHILAS Faïda

**Encadré par : P<sup>r</sup> : IKARDOUCHENE. Z**

- Présidente : P<sup>r</sup> Hatem. W
- Examineur : D<sup>r</sup> Mebarek. F

**Promotion 2023/2024**

## ***Remerciements***

*La réalisation de ce travail a été rendue possible, en premier lieu, grâce à « Allah le Miséricordieux ».*

*Nous tenons à le remercier avant tout pour nous avoir donné le courage et la santé nécessaires pour  
en arriver là.*

*Nous adressons toute notre reconnaissance à Madame IKARDOUCHENE Zahia, directrice de ce  
mémoire, pour avoir accepté de nous encadrer. Nos remerciements les plus sincères vont également  
au Dr Abdelkader YAHIAOUI et à tous nos professeurs, en particulier ceux qui nous ont marqués.*

*Nous remercions également le corps professionnel et administratif du lycée « CHOUHADA  
MOKRANE » à Béjaïa, qui nous a facilité la tâche, notamment M. Fermas S., Md. Bakour N., M.  
Bakour et Md. Abou. Nos remerciements s'étendent également à Dr Amour M., Dr Laoudi F., Dr  
Aoudia N., et M. Brahim.*

*Un grand merci à tous les élèves ayant accepté de participer à cette recherche, en nous accordant un  
peu de leur temps et de leur disponibilité, qui sont la base de ce modeste travail de recherche.*

*Enfin, nous exprimons nos sincères remerciements à nos parents pour leur amour, leurs conseils et  
leur soutien inconditionnel, ainsi qu'à tous ceux et celles qui, de près ou de loin, ont contribué à la  
réalisation de ce travail. À tous, nous disons :*

*Merci !*

## *Dédicaces*

*Avec une profonde gratitude et des mots sincères, je dédie ce modeste travail à :*

*Mes chers parents,*

*Mon mari Nassim et mes deux anges Nedjma et Abdelhamid,*

*À mes chères sœurs Zakia et Khadîdja pour leur soutien et leurs  
encouragements,*

*Sans oublier de remercier tous les membres restants de ma famille, mes frères*

*Samir, Nouredine et Farid,*

*À Djamel Chaouche,*

*À mes neveux et nièces Akel, Nazim, Asma, Hichem, Ilyes, Adam, Yanis,  
Mohammed, Houda, Marwa, Amine et Ayoub, À la famille Derguini, à ma  
belle-famille,*

*À la mémoire de mon beau-père que Dieu l'accueille dans son vaste paradis,*

*Derguni Abdelhamid, À mon cher cousin Hakim Boucheffa,*

*À Monsieur Saadi S. et à son fils Mouloud, À Monsieur Tenkhi S.,*

*À Faïda Ghilas,*

*À la mémoire de ma tante Zhira, de mon oncle Hassen et de mon oncle Ahmed.*

*Que Dieu protège leurs proches et qu'ils reposent en paix sous Sa protection.*

*Une pensée de solidarité infinie et un soutien constant à nos frères et sœurs  
palestiniens, qui sont dans nos cœurs en permanence.*

*Djahida*

## *Dédicaces*

*C'est avec une profonde gratitude et sincère mots, que je dédie ce modeste travail*

*À mes chers parents, qui m'ont toujours aidée, soutenue, encouragée et conseillée. Sans leur soutien et leur disponibilité, ce travail n'aurait pas été possible.*

*À mes chères sœurs Sabrina et Sabiha pour leur soutien et leurs encouragements constants.*

*Un sincère remerciement à mon cher frère Mohand pour son soutien et ses encouragements.*

*À mes chères cousines : Sara, Liza, Souad, Saida, Asma et Chahinez, pour leur soutien précieux.*

*À mes amies: Yasmina, Roumaissa, Asma, Lina et Anissa, qui ont été présentes à mes côtés.*

*À mon binôme : M<sup>d</sup> Boucheffa Djahida, pour notre collaboration fructueuse.*

*Et à tous ceux qui ont contribué de près ou de loin à la réalisation de ce modeste travail,*

*Je vous dédie ce travail et vous adresse mes plus sincères remerciements.*

*Faïda*

# Table des matières

|                             |   |
|-----------------------------|---|
| Introduction générale ..... | 1 |
|-----------------------------|---|

## Partie théorique

### Chapitre I : Problématique et Hypothèses

|                                                                              |    |
|------------------------------------------------------------------------------|----|
| 1. Problématique .....                                                       | 5  |
| 2. Hypothèses.....                                                           | 11 |
| 3. Opérationnalisation des concepts.....                                     | 12 |
| 3.1 Définition Opérationnelle du concept de la Surexposition aux écrans..... | 12 |
| 3.2 Définition Opérationnelle du concept d'apprentissage scolaire .....      | 12 |

### Chapitre II : La surexposition aux écrans

|                                                   |    |
|---------------------------------------------------|----|
| <b>Préambule</b> .....                            | 15 |
| I Définition des concepts.....                    | 16 |
| 1. Les écrans :.....                              | 16 |
| 1.1 Les enfants et les écrans :.....              | 17 |
| 2. La surexposition aux écrans :.....             | 18 |
| 3. La définition de l'addiction :.....            | 18 |
| 3.1 Les phases de l'addiction.....                | 20 |
| 3.1.1 La phase de gain (winning phase) .....      | 20 |
| 3.1.2 La phase de perte (loosing phase) .....     | 21 |
| 3.1.3 La phase de désespoir (despair phase) ..... | 21 |
| 3.2 Les facteurs de risque de l'addiction.....    | 22 |
| 3.2.1 Les facteurs biologiques .....              | 22 |
| 3.2.2 Les facteurs familiaux.....                 | 23 |
| 3.2.3 Les facteurs individuels.....               | 23 |
| 3.2.4 Les facteurs environnementaux .....         | 25 |
| 4. Les effets de la surexposition aux écrans..... | 27 |
| 4.1 Les effets sur le côté organique.....         | 27 |

|                      |                                                                           |           |
|----------------------|---------------------------------------------------------------------------|-----------|
| 4.2                  | Les effets sur le côté psychique .....                                    | 30        |
| 4.3                  | Les effets sur l'apprentissage.....                                       | 32        |
| 5.                   | L'impact de la surexposition aux écrans sur l'apprentissage scolaire..... | 33        |
| 6.                   | Prévention.....                                                           | 33        |
| 6.1                  | La prévention primaire .....                                              | 33        |
| 6.2                  | La prévention secondaire.....                                             | 34        |
| 6.3                  | La prévention tertiaire.....                                              | 34        |
| 6.4                  | La règle 3-6-9-12 de serge Tisseron.....                                  | 35        |
| <b>Synthèse.....</b> |                                                                           | <b>38</b> |

## Chapitre III : L'apprentissage scolaire

|                                                                        |           |
|------------------------------------------------------------------------|-----------|
| <b>Préambule.....</b>                                                  | <b>40</b> |
| 1. Définition de l'apprentissage :.....                                | 40        |
| 2. Les principales théories de l'apprentissage .....                   | 41        |
| 2.1 Le behaviorisme de Watson (le conditionnement répondant) .....     | 42        |
| 2.2 Le constructivisme .....                                           | 42        |
| 2.2.1 Les postulats du constructivisme.....                            | 42        |
| 2.2.2 Le processus d'apprentissage constructiviste.....                | 43        |
| 2.3 L'approche développementale de Piaget.....                         | 44        |
| 2.4 Le socioconstructivisme.....                                       | 45        |
| 2.4.1 Les postulats de l'approche socioconstructivisme.....            | 45        |
| 2.4.2 Les principes pédagogiques généraux de socioconstructivisme..... | 45        |
| 3. Les méthodes d'apprentissage.....                                   | 45        |
| 3.1 Méthode transmissive, passive ou magistrale.....                   | 45        |
| 3.2 Apprentissage par imitation.....                                   | 45        |
| 3.3 Apprentissage par indication.....                                  | 45        |
| 3.4 Apprentissage numérique .....                                      | 46        |
| 3.4.1 La définition de l'apprentissage virtuelle.....                  | 46        |
| 3.4.2 L'effet de la pandémie COVID 19 sur l'apprentissage.....         | 48        |
| 4. Trouble d'apprentissage.....                                        | 49        |
| 4.1 Le rendement scolaire.....                                         | 50        |
| 4.2 L'échec scolaire.....                                              | 50        |

|                 |                                                                                                     |           |
|-----------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| 4.2.1           | Les types d'échec scolaire.....                                                                     | 51        |
| 4.2.2           | L'échec scolaire en Algérie.....                                                                    | 51        |
| 4.2.3           | Les difficultés d'apprentissages liés à l'échec scolaire.....                                       | 52        |
| 5.              | Les éléments fondamentaux d'acquisition de la formation dans le cadre d'apprentissage scolaire..... | 53        |
| 5.1             | La mémoire.....                                                                                     | 53        |
| 5.2             | Les systèmes de la mémoire.....                                                                     | 53        |
| 6.              | Prise en charge.....                                                                                | 58        |
| <b>Synthèse</b> | .....                                                                                               | <b>62</b> |

## Chapitre IV : Méthodologie de la recherche

|                                                                 |           |
|-----------------------------------------------------------------|-----------|
| <b>Préambule.....</b>                                           | <b>65</b> |
| I Lieu de recherche et population d'étude .....                 | 65        |
| 1. Présentation de lieu de recherche.....                       | 65        |
| 2. La population d'étude .....                                  | 65        |
| 3. Les critères de sélection de la population de recherche..... | 66        |
| 3.1 Critères de nom homogénéité retenue.....                    | 66        |
| 3.2 Critères d'homogénéité retenue.....                         | 66        |
| 3.3 Critères pertinents à la sélection.....                     | 66        |
| 4. Le déroulement de la recherche.....                          | 67        |
| 4.1 La pré- enquête.....                                        | 67        |
| 4.2 Déroulement de l'enquête.....                               | 69        |
| 5. Méthode de recherche .....                                   | 70        |
| 5.1 La méthode mixte.....                                       | 70        |
| 5.2 La méthode clinique.....                                    | 73        |
| 6. L'étude des cas .....                                        | 73        |
| 7. Les techniques utilisées dans la recherche.....              | 74        |
| 7.1.Le questionnaire .....                                      | 75        |
| 7.1.1 Les différents types de questionnaire .....               | 75        |
| 7.2 L'entretien clinique .....                                  | 77        |
| 7.3 Le guide d'entretien .....                                  | 78        |

|                                                                       |    |
|-----------------------------------------------------------------------|----|
| 8. Échelle psychologiques de la dépendance à internet, M Youcef ..... | 85 |
| 8.1. Définition opérationnelle de l'échelle .....                     | 86 |
| 8.2. Les Symptômes courants évalués par l'échelle .....               | 86 |
| 8.3. La validité et la fiabilité de l'échelle.....                    | 86 |
| 8.4. Les items de l'échelle .....                                     | 87 |
| 8.5. L'interprétation des résultats selon l'échelle .....             | 88 |
| 9. Bulletins scolaires .....                                          | 88 |
| 10. Analyse des données .....                                         | 89 |
| 10.1 Présentation des données croisées .....                          | 89 |
| 10.2 Justification de l'approche.....                                 | 90 |
| 11. L'analyse statistique des données à l'aide du programme SPSS..... | 91 |
| 11.1 Présentation de logiciel SPSS.....                               | 91 |
| <b>Synthèse</b> .....                                                 | 91 |

## Chapitre VI : Présentation, Analyse et Interprétation des résultats

|                                                                                                      |           |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| <b>Préambule.....</b>                                                                                | <b>93</b> |
| 1. Analyse des données qualitatives.....                                                             | 91        |
| 1.1 Le cas Asma .....                                                                                | 94        |
| 1.1.1 Présentation de cas d'Asma .....                                                               | 94        |
| 1.1.2 Présentation et analyse des données de l'échelle psychologiques à Internet par M. Youcef ..... | 94        |
| 1.2 Le cas Said .....                                                                                | 96        |
| 1.2.1 Présentation de cas de Said.....                                                               | 96        |
| 1.2.2 Présentation et analyse des données de l'échelle psychologiques à Internet par M. Youcef ..... | 98        |
| 1.3 Le cas Amine .....                                                                               | 100       |
| 1.3.1 Présentation de cas d'Amine .....                                                              | 100       |
| 1.3.2 Présentation et analyse des données de l'échelle psychologiques à Internet par M. Youcef ..... | 101       |
| 1.4 Le cas Djana .....                                                                               | 103       |
| 1.4.1 Présentation de cas Djana .....                                                                | 103       |



|       |                                                                                                                                                                      |            |
|-------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|
| 1.4.2 | Présentation et analyse des données de l'échelle psychologiques à Internet par M. Youcef .....                                                                       | 104        |
| 1.5   | Le cas Mazigh.....                                                                                                                                                   | 107        |
| 1.5.1 | Présentation de cas Mazigh .....                                                                                                                                     | 107        |
| 1.5.2 | Présentation et analyse des données de l'échelle psychologiques à Internet par M. Youcef .....                                                                       | 108        |
| 2.    | Analyse des données qualitative Selon le logiciel SPSS .....                                                                                                         | 111        |
| 2.1   | Présentation des données de logiciel SPSS .....                                                                                                                      | 111        |
| 2.2   | Analyse des fréquences avec SPSS.....                                                                                                                                | 113        |
| 2.3   | Synthèses de logiciel SPSS.....                                                                                                                                      | 114        |
| 3.    | Analyse des données quantitatives.....                                                                                                                               | 114        |
| 3.1   | Présentation de donnée de tableau de la relation entre la durée d'utilisation des écrans pour le sexe des élèves.....                                                | 114        |
| 3.1.1 | Analyse de tableau N°12.....                                                                                                                                         | 115        |
| 3.2   | Présentation de donnée de tableau du temps de distraction à l'utilisation des écrans au sien de leurs entourages pour les deux sexes.....                            | 116        |
| 3.2.1 | Analyse de tableau N°13.....                                                                                                                                         | 117        |
| 3.3   | Présentation de donnée de tableau de la résistance à tenir une journée sans l'utilisation d'un écran pour les deux sexes des élèves.....                             | 118        |
| 3.3.1 | Analyse de tableau N°14.....                                                                                                                                         | 118        |
|       | <b>Synthèses des tableau N° 12 , 13,14.....</b>                                                                                                                      | <b>118</b> |
| 3.4   | Présentation de donnée de tableau choix d'utilisation principale des écrans pour deux sexes des élèves .....                                                         | 119        |
| 3.4.1 | Analyse de tableau N°15.....                                                                                                                                         | 120        |
| 3.5   | Présentation de donnée de tableau les effets négatifs sur la santé des selon les deux sexes.....                                                                     | 122        |
| 3.5.1 | Analyse de tableau N°16.....                                                                                                                                         | 122        |
|       | <b>Synthèse de tableau N°16.....</b>                                                                                                                                 | <b>123</b> |
| 3.6   | Présentation de donnée de tableau de l'agitation et irritabilité (trouble de comportement) d'utilisation momentanée d'écrans selon différents catégories d'âge ..... | 124        |

|        |                                                                                                                                                                        |            |
|--------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|
| 3.6.1  | Analyse de tableau N°17.....                                                                                                                                           | 124        |
| 3.7    | Présentation de donnée de tableau de la réduction d'utilisation d'écrans selon l'âge d'affectifs .....                                                                 | 124        |
| 3.7.1  | Analyse de tableau N°18.....                                                                                                                                           | 125        |
| 3.8    | Présentation de donnée de tableau de la tendance à perdre la notion du temps devant un écran (Smartphone, Tablette) .....                                              | 126        |
| 3.8.1  | Analyse de tableau N°19.....                                                                                                                                           | 126        |
| 3.9    | Présentation de donnée de tableau de la principale source divertissement (loisirs) selon les catégories d'âges .....                                                   | 128        |
| 3.9.1  | Analyse de tableau N°20.....                                                                                                                                           | 128        |
| 3.10   | Présentation de donnée de tableau du temps de distraction à l'utilisation d'un écran selon la classe d'âge.....                                                        | 130        |
| 3.10.1 | Analyse de tableau N°21.....                                                                                                                                           | 130        |
| 3.11   | Présentation de donnée de tableau de la résistance à une journée selon l'utilisation d'un écran selon le classement dans la fratrie .....                              | 131        |
| 3.11.1 | Analyse de tableau N°22.....                                                                                                                                           | 131        |
|        | <b>Synthèses des tableaux N° 17,18,19,20,21,22 .....</b>                                                                                                               | <b>133</b> |
| 3.12   | Présentation de donnée de tableau du pourcentage de nombre général des élèves répartie selon le classement dans la fratrie .....                                       | 135        |
| 3.12.1 | Analyse de tableau N°23 .....                                                                                                                                          | 135        |
| 3.13   | Présentation de donnée de tableau de l'agitation et irritabilité (trouble de comportement) d'utilisation momentanée d'écrans selon les classements de la fratrie ..... | 136        |
| 3.13.1 | Analyse de tableau N°24.....                                                                                                                                           | 137        |
| 3.14   | Présentation de donnée de tableau des effets négatifs sur la santé selon les classements de la fratrie .....                                                           | 138        |
| 3.14.1 | Analyse de tableau N° 25.....                                                                                                                                          | 139        |
|        | <b>Synthèses des tableaux 23,24 et 25 .....</b>                                                                                                                        | <b>139</b> |

## Chapitre VI : Discussion des hypothèses

|                                |     |
|--------------------------------|-----|
| Discussion des hypothèses..... | 142 |
|--------------------------------|-----|

Conclusion générale.....155

Bibliographie

Annexes

Glossaire

## *Liste des tableaux*

| <b>N° du tableau</b> | <b>Titre</b>                                                                                                             | <b>page</b> |
|----------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|
| <b>Tableau n° 01</b> | Tableau comparatif entre la surexposition aux écrans et l'addiction                                                      | <b>21</b>   |
| <b>Tableau n° 02</b> | La règle 3-6-9-12 de serge Tisseron                                                                                      | <b>37</b>   |
| <b>Tableau n° 03</b> | Tableau récapitulatifs des cas de l'étude                                                                                | <b>67</b>   |
| <b>Tableau n° 04</b> | Tableau représentatif de l'échelle de dépendance à l'internet                                                            | <b>88</b>   |
| <b>Tableau n° 05</b> | Données de l'échelle psychologique de la dépendance à Internet du Cas Asma                                               | <b>95</b>   |
| <b>Tableau n° 06</b> | Données de l'échelle psychologique de la dépendance à Internet du Cas Saïd                                               | <b>98</b>   |
| <b>Tableau n° 07</b> | Données de l'échelle psychologique de la dépendance à Internet du Cas Amine                                              | <b>101</b>  |
| <b>Tableau n° 08</b> | Données de l'échelle psychologique de la dépendance à Internet du Cas Djana                                              | <b>104</b>  |
| <b>Tableau n° 09</b> | Données de l'échelle psychologique de la dépendance à Internet du Cas Mazigh                                             | <b>108</b>  |
| <b>Tableau n° 10</b> | Tableau croisé présentant le taux d'addiction selon le sexe des élèves                                                   | <b>111</b>  |
| <b>Tableau n°11</b>  | Tableau croisé des deux sexes                                                                                            | <b>113</b>  |
| <b>Tableau n° 12</b> | Relation entre la Duré d'Utilisation des Écrans et le Sexe des Élèves                                                    | <b>114</b>  |
| <b>Tableau n° 13</b> | Le temps de distraction à l'utilisation d'un écrans au sien de leurs entourages pour le deux sexes des élèves            | <b>116</b>  |
| <b>Tableau n° 14</b> | La résistance à tenir une journée sans l'utilisation d'un écran pour les deux sexes des élèves                           | <b>118</b>  |
| <b>Tableau n° 15</b> | Choix d'utilisation principale des écrans pour deux sexes des élèves ( après la pandémie covid 19).                      | <b>119</b>  |
| <b>Tableau n° 16</b> | Les effets négatifs sur la santé des élèves selon les deux sexes des élèves                                              | <b>122</b>  |
| <b>Tableau n° 17</b> | Agitation et irritabilité (trouble de comportement) d'utilisation momentanée d'écrans selon différents catégories d'âges | <b>124</b>  |
| <b>Tableau n° 18</b> | La réduction d'utilisation d'écrans selon l'âge d'effectifs                                                              | <b>126</b>  |
| <b>Tableau n° 19</b> | La tendance à perdre la notion du temps devant un écran (Smartphone, tablette, etc.)                                     | <b>128</b>  |
| <b>Tableau n° 20</b> | Principale source divertissement (loisirs) selon la classe d'âges                                                        | <b>128</b>  |

|                      |                                                                                                                              |            |
|----------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|
| <b>Tableau n° 21</b> | Le temps de distraction à l'utilisation d'un écran au sien de la famille selon<br>classe d'âge                               | <b>131</b> |
| <b>Tableau n° 22</b> | La résistance à tenir une journée selon l'utilisation d'un écran selon la<br>classe d'âge                                    | <b>133</b> |
| <b>Tableau n° 23</b> | Le pourcentage de nombre général des élèves reparties selon le classement<br>dans la fratrie                                 | <b>135</b> |
| <b>Tableau n° 24</b> | Agitation et irritabilité (trouble de comportement) d'utilisation<br>momentanée d'écrans selon les classements de la fratrie | <b>136</b> |
| <b>Tableau n° 25</b> | Les effets négatifs sur la santé selon les classements de la fratrie                                                         | <b>138</b> |

## Liste des figures

| <b>N° de la figure</b> | <b>Titre</b>                                                                                                           | <b>Pages</b> |
|------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|
| <b>Figure n° 01</b>    | Influence de la lumière bleu sur la mélatonine                                                                         | <b>29</b>    |
| <b>Figure n° 02</b>    | Effets de la lumière bleu sur le cerveau et le corps                                                                   | <b>30</b>    |
| <b>Figure n° 03</b>    | Effets des écrans sur le sommeil                                                                                       | <b>31</b>    |
| <b>Figure n° 04</b>    | Effets sur le langage                                                                                                  | <b>32</b>    |
| <b>Figure n° 05</b>    | Règle de 3-6-9-12, proposé S. Tisserons 2018                                                                           | <b>36</b>    |
| <b>Figure n° 06</b>    | 3-6-9-12, des écrans adaptés à chaque âge proposé par tisserons.                                                       | <b>37</b>    |
| <b>Figure n° 07</b>    | Le processus d'apprentissage constructiviste                                                                           | <b>43</b>    |
| <b>Figure n° 08</b>    | Schéma explicatif de l'approche développementale de J. Piaget                                                          | <b>44</b>    |
| <b>Figure n° 09</b>    | Comparaison entre le constructivisme de Piaget et le socioconstructivisme de La Vygotsky                               | <b>45</b>    |
| <b>Figure n° 10</b>    | Le triangle pédagogique de Jean Houssay.                                                                               | <b>46</b>    |
| <b>Figure n° 11</b>    | Image sur l'ordinateur qui montre quelques fonctions de l'logiciel SPSS.                                               | <b>72</b>    |
| <b>Figure n° 12</b>    | Diagramme circulaire désigne la durée d'utilisation des écrans pour le sexe                                            | <b>73</b>    |
| <b>Figure n° 13</b>    | Diagramme circulaire le temps de distraction à l'utilisation pour les deux élèves                                      | <b>116</b>   |
| <b>Figure n° 14</b>    | Diagramme circulaire de la résistance à tenir une journée sans l'utilisation d'un écran pour les deux sexes des élèves | <b>118</b>   |
| <b>Figure n° 15</b>    | Diagramme circulaire sur le choix d'utilisation principale des écrans pour les deux sexes des élèves                   | <b>119</b>   |
| <b>Figure n° 16</b>    | Diagramme circulaire sur les effets négatifs sur la santé des élèves                                                   | <b>122</b>   |

|                     |                                                                                                                                                      |            |
|---------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|
| <b>Figure n° 17</b> | Diagramme circulaire agitation et irritabilité (trouble de comportement) d'utilisation momentanée d'écrans selon différents catégories d'âge         | <b>124</b> |
| <b>Figure n° 18</b> | Diagramme circulaire de la réduction d'utilisation des écrans selon la classe d'âge                                                                  | <b>126</b> |
| <b>Figure n° 19</b> | Diagramme circulaire de la tendance à perdre la notion du temps devant un écran (Smartphone, tablette)                                               | <b>128</b> |
| <b>Figure n° 20</b> | Diagramme circulaire sur les principales sources divertissements                                                                                     | <b>129</b> |
| <b>Figure n° 21</b> | Diagramme circulaire du temps de distraction a l'utilisation d'un écran au sien de la famille selon la classe d'âge                                  | <b>131</b> |
| <b>Figure n° 22</b> | Diagramme circulaire dur la résistance à tenir une journée sans l'utilisation d'un écran selon la classe d'âge                                       | <b>133</b> |
| <b>Figure n° 23</b> | Diagramme circulaire de pourcentage de nombre générale des élèves reparties le classement dans la fratrie                                            | <b>135</b> |
| <b>Figure n° 24</b> | Diagramme circulaire sur l'agitation et irritabilité (trouble de comportement) d'utilisation momentanée d'écrans selon le classement dans la fratrie | <b>137</b> |
| <b>Figure n° 25</b> | Digramme circulaire sur les effets négatifs sur la santé selon le classement dans la fratrie                                                         | <b>138</b> |

## Liste des abréviations

| <b>Abréviation</b> | <b>Signification</b>                                                     |
|--------------------|--------------------------------------------------------------------------|
| <b>OMS</b>         | Organisation mondiale de la santé                                        |
| <b>VPN</b>         | Réseau privé virtuel                                                     |
| <b>SANPSY</b>      | Sommeil, addiction, neuropsychiatrie                                     |
| <b>CNRS</b>        | Centre national de la recherche scientifique                             |
| <b>UCLA</b>        | Université de californie à los Angeles                                   |
| <b>MDMA</b>        | Méthylène dioxy –méthamphét amine                                        |
| <b>GHB</b>         | Acide gamma-hydroxybutyrique                                             |
| <b>TCA</b>         | Trouble de conduite Alimentaire                                          |
| <b>TUS</b>         | Troubles liés à l’usage de substances                                    |
| <b>GEPALM</b>      | Groupe d’étude de la psychopathologie des activités logico-mathématique  |
| <b>UNESCO</b>      | Organisation des nations unies pour l’éducation la science et la culture |
| <b>MCT</b>         | Modèle conceptuel des traitements                                        |
| <b>DSM 5</b>       | Diagnostic and statistical Manual, cinq                                  |
| <b>CARS</b>        | Chilhood autisme ratings scale                                           |
| <b>SPSS</b>        | Statistical package for the social sciences                              |
| <b>HCSP</b>        | Haut conseil de santé publique                                           |
| <b>JMMR</b>        | Journal of Mixed Methods Research                                        |
| <b>RMM</b>         | Mixed Methods Research                                                   |



# *Introduction générale*

# Introduction générale

---

## Introduction générale

Aujourd'hui, la vie quotidienne est largement influencée par la présence omniprésente des appareils électroniques tels que la télévision, les tablettes, les Smartphones, les ordinateurs et les consoles de jeu. Ces dispositifs sont utilisés par les adultes pour diverses raisons personnelles et professionnelles, occupant une place centrale dans nos vies ainsi que celles des enfants. Au cours des dernières années, de nouveaux appareils et chaînes de télévision spécifiquement dédiés aux enfants ont vu le jour, diffusant des dessins animés en continu. De plus, l'utilisation des réseaux sociaux est devenue courante, avec une augmentation constante du nombre d'utilisateurs.

Certains parents pensent que l'exposition des enfants aux écrans peut être bénéfique, favorisant l'enrichissement du vocabulaire et stimulant leur développement. Cependant, ces dispositifs ne respectent pas toujours le développement des enfants comme attendu. Certains parents sous-estiment les dangers potentiels associés à cette surexposition, notamment l'accès à des contenus inappropriés.

Cette surconsommation d'écrans a des répercussions sur la santé, le bien-être et la scolarité des enfants, incluant des troubles du sommeil, de l'anxiété, une sédentarité accrue et des performances scolaires en baisse. Des études, telles que celle menée par L. Pagani, ont mis en évidence les effets à long terme de l'exposition précoce aux écrans, soulignant des risques accrus de victimisation, d'isolement social et de comportements antisociaux à l'adolescence.

Les préoccupations concernant les écrans ont été amplifiées après la pandémie de COVID-19, où les mesures de distanciation sociale ont entraîné une augmentation significative de l'utilisation des écrans comme alternative à l'interaction sociale physique. Il est devenu clair que la surexposition aux écrans est désormais un problème de santé publique, nécessitant une régulation et une éducation appropriées.

En milieu scolaire, une trop grande exposition aux écrans peut compromettre sérieusement l'apprentissage, entraînant une baisse des résultats scolaires et potentiellement l'échec scolaire. Notre étude se concentrera sur cette problématique en utilisant une méthode mixte, intégrant à la fois des approches qualitatives et quantitatives pour mieux comprendre l'impact de la surexposition aux écrans sur l'apprentissage scolaire. Nous utiliserons notamment l'Échelle psychologique de la dépendance à Internet de M. Youssef (2011), des entretiens semi-directifs et des questionnaires quantitatifs croisant les variables, en utilisant le modèle convergent ou parallèle avec le logiciel SPSS.

Notre recherche vise à enrichir les connaissances actuelles sur ce sujet important, en

# Introduction générale

---

explorant les implications théoriques et pratiques de la surexposition aux écrans chez les enfants et les adolescents, elle comporte deux parties comme suit:

**La partie Théorique** subdivisées en trois chapitres qui sont comme suit:

**Chapitre 1:** Problématiques et hypothèses

**Chapitre 2:** Surexposition aux écrans

**Chapitre 3:** Apprentissage scolaire

**La partie Pratique** subdivisée en 3 chapitres :

**Chapitre 4 :** Méthodologie de la recherche

**Chapitre 5 :** Présentation, Analyse et Interprétation des résultats

**Chapitre 6 :** Discussion des hypothèses

Enfin, une conclusion générale, dans laquelle, on résume les résultats obtenus lors de la pré-enquête, et de l'enquête puis on posera d'autres questions de perspectives concernant cette catégorie, dans le but d'ouvrir le champ à d'autres recherches, proposer quelques recommandations à l'échelle mondiale et algérienne, la liste bibliographique selon les normes A.P.A dans sa 7ème Edition, les annexes glossaire et le résumé.

*Partie*  
*théorique*

*Chapitre I*

*Problématique et*

*hypothèses*

Le monde virtuel est devenu un monde d'actualité qui ravage toute les sociétés modernes et même les pays au cours de développement comme l'Algérie, Après l'apparition de l'internet notamment l'évolution des réseaux techniques qui ont facilité l'émergence des réseaux sociaux, le monde est devenue un petit village grâce aux moyens de mise en réseau, les choses sont plus congestionner après l'apparition de la pandémie de COVID-19.

Les réseaux sociaux numériques tel que (Facebook, Messenger, Instagram) sont devenus en très peu de temps des liens inévitables pour une large part des internautes qui y discutent chaque jour avec leurs proches, et y échangent leurs quotidiens, leurs goûts, leurs vies.

L'élève occupe une place centrale dans le processus d'apprentissage, recevant diverses informations et connaissances de l'enseignant. Il s'efforce de les comprendre, de les interpréter et de les mémoriser afin de les appliquer dans le futur, en fonction de son niveau intellectuel spécifique. Parallèlement, l'élève joue un rôle d'acteur rationnel en faisant des choix cruciaux concernant son parcours éducatif, tels que le choix des filières, des options et même la décision de poursuivre ou d'arrêter ses études. Ces décisions sont souvent guidées par des considérations coût/bénéfice, où l'élève évalue les avantages futurs par rapport aux sacrifices actuels. Par exemple, un élève peut décider de quitter prématurément le système scolaire s'il estime que cette décision est plus avantageuse sur le plan financier à long terme.

La surexposition des enfants, adolescents et adultes aux écrans et le mode d'addiction sans substance pourrait donc être le mal du siècle. En l'espace de quelques années, la fréquence d'utilisation des écrans a vertigineusement élevée. De ce fait, ils sont maintenant utilisés, notamment dans les pays développés, dans les écoles et dans les crèches. D'autre part, ces nombreuses technologies ont changé la nature des modalités dans l'emploi et dans la façon de communiquer les uns avec les autres, vu que les écrans sont devenus un élément primordial dans la vie des individus. La surexposition, cependant, est devenue néfaste pour l'individu. (Sillamy, 2003).

La diversité des écrans tels que la télévision, la tablette, l'ordinateur, la console de jeux et le téléphone portable, au-delà de leur caractère divertissant, sont les outils d'une nouvelle forme de socialisation, d'échanges et d'accès au savoir indispensables pour les enfants et les adolescents d'aujourd'hui. Cependant, la surexposition aux écrans entraîne de terribles répercussions. Elle s'applique sur les enfants qui finissent par devenir accros. Les écrans sont alors non seulement des loisirs limitatifs à une période cruciale pour le développement, mais aussi et surtout des entraves à l'acquisition du langage et à la mémorisation des savoirs. Ils ont

aussi une influence néfaste sur le sommeil, l'alimentation, ou encore la gestion des émotions, la mauvaise relation parent-enfant, l'altération de la réactivité, la réduction des capacités attentionnelles et de concentration et même une diminution des performances scolaires conduisant à des difficultés d'apprentissage et à l'échec scolaire.

Concernant la prévalence de ce phénomène, les derniers chiffres Médiamétrie (2012) font état, en France, chez les 8-18 ans, d'une consommation journalière de 4 heures 30 minutes, tout écran confondu. Une autre étude Ipsos (2015) menée pour la chaîne Gulli révèle « que 73 % des enfants ont aujourd'hui au moins un écran personnel (60% des enfants de 11 à 14 ans sont équipés d'un Smartphone). Cet équipement personnel croît avec l'âge de l'enfant (13 % des 4-6 ans sont équipés de tablettes à vitesse supérieure. Pourtant, ces derniers gardent leurs habitudes : ils restent fidèles à l'écran de télévision (3 heures de contenus consommés par jour dont 1 heure et 58 minutes sur l'écran de la télévision) » (Dubreu-Béclin, 2018, p. 401).

La surconsommation des écrans a été étudiée sous différents angles, y compris son lien potentiel avec l'accès aux études supérieures et le risque d'abandon scolaire. Les recherches internationales ainsi que les observations cliniques convergent souvent sur le fait que l'usage excessif des écrans peut avoir des impacts négatifs sur le développement cognitif, social et émotionnel des enfants et des adolescents. En effet, passer trop de temps devant un écran peut limiter le temps disponible pour les études et la lecture, ce qui peut affecter les résultats scolaires. Aussi, l'exposition prolongée aux écrans peut diminuer la capacité de concentration et d'attention, ce qui peut nuire à la réussite académique. Par ailleurs l'utilisation excessive des écrans, en particulier le soir, peut perturber le sommeil, ce qui peut entraîner une fatigue diurne et affecter la performance scolaire.

Certaines études suggèrent que l'usage excessif des écrans est associé à une détresse émotionnelle accrue, ce qui peut également avoir des répercussions sur la motivation et l'engagement scolaire. Les cliniciens et les chercheurs mettent en garde contre les effets néfastes potentiels de la surconsommation des écrans, tout en reconnaissant que les écrans peuvent également avoir des aspects positifs. (Stora . 2017) s'ils sont utilisés de manière équilibrée et contrôlée. Cela souligne l'importance pour les parents, les éducateurs et les décideurs de promouvoir une utilisation responsable des technologies numériques chez les jeunes.

Les enfants massivement surexposés, développent des troubles graves du développement, de la relation et du langage, mais si les parents sont informés sur les effets

toxiques de la surexposition, et qu'ils arrivent à limiter fortement le temps d'écran avant l'âge de 3 ans, le développement retrouvé une dynamique qui permet de réduire considérablement les symptômes voire de les normaliser.

Dans une étude récente, les enfants inclus dans l'échantillon ont été évalués à l'aide de la CARS (Childhood Autism Rating Scale) avant et après avoir cessé d'être surexposés aux écrans. Lorsqu'un enfant passe de longues heures devant des écrans, il est souvent exposé à des programmes qui peuvent nuire à ses capacités cognitives, en particulier son attention. Les enfants sont attirés par les couleurs vives, la musique et les mouvements des écrans, ce qui peut compromettre leur développement cognitif. À noter que dans certains cas, les parents placent volontairement leurs enfants devant un écran, pour accomplir tranquillement leurs tâches routinières. L'écran devient alors la « nounours virtuelle ».

En 2010, L. Pagani, a montré que « les enfants qui avaient passé plus d'une heure par jour devant un écran lorsqu'ils étaient en âge de commencer à marcher, présentent plusieurs retards de développement comparés aux enfants qui en avaient passé moins d'une heure » (Tisseron, 2018, p.53).

Concernant les capacités cognitives, C. Boujon et C. Quaireau, (1998) montrent que « le niveau d'attention influe sur la réussite des élèves. Plus les élèves seront attentifs, plus leurs performances seront élevées. L'attention joue donc un rôle important dans le processus d'apprentissage étant donné que l'apprentissage scolaire et les systèmes éducatifs deviennent une préoccupation majeure des parents » (Boot et al, 2008, pp.387- 398).

Des recherches récentes menées en Algérie ont également mis en évidence divers effets néfastes de la dépendance à Internet chez les élèves. Une étude portant sur un groupe d'élèves fréquentant certains collèges et lycées de la ville de Ouargla a révélé qu'une prévalence de la dépendance à Internet atteignait 38,4% parmi les 112 élèves de sexe masculin et féminin étudiés. Cette recherche a également identifié des variations significatives de la prévalence de cette dépendance en fonction du niveau d'études des élèves, notamment au niveau moyen et secondaire (Aïcha & Gadjia, 2022).

D'après une étude récente menée par Hadi en 2021, il existe une relation entre les distorsions cognitives et la dépendance à Internet parmi un groupe de 536 participants au Royaume d'Arabie Saoudite. Les résultats clés de cette recherche indiquent qu'il existe une corrélation statistiquement significative entre les distorsions cognitives et la dépendance à Internet parmi les participants. En d'autres termes, plus les distorsions cognitives sont élevées chez les participants, plus le niveau de dépendance à Internet est élevé, et vice versa. L'étude a également révélé des différences statistiquement significatives dans les distorsions cognitives



en fonction des variables telles que le sexe, l'âge, le niveau d'éducation et la spécialisation professionnelle. Cependant, aucune différence statistiquement significative n'a été observée en ce qui concerne les distorsions cognitives liées à la variable professionnelle (Qasim, 2022).

Ainsi, l'impact croissant de l'utilisation des écrans est devenu un sujet d'étude majeur pour de nombreux chercheurs issus de diverses disciplines telles que la psychologie sociale, la psychologie clinique, la psychopédagogie, et la neuroplasticité, entre autres. Ces spécialités s'appuient sur une variété de théories comme la psychanalyse, la théorie cognitivo-comportementale, et la systémique.

Les troubles et les difficultés liés à l'apprentissage, tels que le manque de concentration, l'inattention, et les problèmes de mémoire de travail, sont souvent attribués à la surexposition aux écrans. Ceci souligne l'importance de recourir à des techniques d'évaluation qui permettent de mesurer de manière standardisée des aspects comme la mémoire de travail chez les adolescents. Ces tests psychométriques fournissent des indications quantitatives normalisées sur l'intelligence humaine et peuvent ainsi aider à évaluer les impacts spécifiques de la surexposition aux écrans sur les capacités cognitives des jeunes.

Dans cette recherche, nous avons choisi d'utiliser un questionnaire pour interroger 210 élèves dans 3 lycées afin de vérifier nos hypothèses de recherche. Notre échantillon se compose de 195 participants pour une étude quantitative, sélectionnés de manière non probabiliste, ainsi que de 15 cas pour une analyse qualitative. Pour évaluer la dépendance à Internet, nous avons employé l'échelle psychologique de la dépendance à Internet développée par M. Youssef (2011).

Dans l'étude quantitative, nous avons utilisé la méthode de croisement entre la variable dépendante et la variable indépendante. Pour l'étude de cas, nous avons mené des entretiens cliniques. Enfin, nous avons comparé les résultats des deux méthodes à l'aide du logiciel SPSS, en utilisant des techniques statistiques descriptives, notamment des méthodes croisées, pour analyser les données.

Cette approche combinée nous permettra d'explorer en profondeur les relations entre la dépendance à Internet, les variables indépendantes étudiées, et leurs impacts sur les élèves dans leur environnement scolaire.

Cependant, les méthodes de recherche mixtes sont de plus en plus documentées, connues et utilisées. Elles s'inscrivent dans un troisième courant ou paradigme de recherche dans lequel on incorpore au sein d'une même étude (dans sa conceptualisation, son devis ou son type de données recueillies et analysées) des composantes des méthodes quantitatives et qualitatives (Creswell & Plano, 2011).

Les méthodes de recherche mixtes découlent de l'idée de la triangulation des résultats de recherche, c'est-à-dire que plusieurs résultats d'expérimentations différentes sont combinés pour mieux cerner un phénomène et assurer la validité des synthèses. Déjà dans les années 1950-1960, certains auteurs parlaient de « multiple opérationnalisme » ou de « between-methods triangulation » pour nommer cette combinaison de méthodes et d'expérimentations, et pour penser autrement la production des nouvelles connaissances (Johnson et al, 2007).

Les méthodes mixtes s'appuient sur une vision pragmatique de la recherche et leur utilisation est justifiée par plusieurs raisons pratiques (Schweizer et al., 2020). Elles permettent de :

1. **Triangulation** : confirmer ou corroborer une explication.
2. **Complémentarité** : enrichir, élaborer ou illustrer une explication.
3. **Développement** : concevoir de nouveaux plans, choisir des outils de mesure ou un échantillon pour une future expérimentation.
4. **Initiation** : adopter une nouvelle manière de penser, découvrir une nouvelle perspective ou mettre en lumière des paradoxes ou des résultats inattendus.
5. **Expansion** : étendre les possibilités, l'ampleur et la portée d'une expérimentation.

Ces méthodes sont particulièrement pertinentes dans le contexte de la surexposition aux écrans chez les lycéens, un phénomène qui présente plusieurs implications négatives. Les lycéens surexposés aux écrans montrent souvent de faibles compétences sociales en raison d'un manque d'interactions, des capacités cognitives réduites (notamment en mémoire à court terme, développement du langage, apprentissage de la lecture et des mathématiques) et des difficultés d'attention, comme l'ont montré les découvertes en médecine psychosomatique.

Selon les études consensuelles menées par Panova et Carbonell (2018), la dépendance aux écrans se caractérise par deux aspects principaux :

1. **Préjudice et détérioration** : un préjudice sévère, une détérioration de l'état de santé, et diverses conséquences négatives.
2. **Processus psychologiques et physiques** : des envies, obsessions, perte de contrôle, accoutumance et manque qui maintiennent le comportement problématique.

L'addiction au smartphone, à Internet ou aux réseaux sociaux n'étant pas officiellement reconnue comme une entité pathologique, la littérature scientifique préfère utiliser le terme « usage problématique ».

Pour traiter l'addiction aux écrans, la théorie polyvagale peut être utile en abordant les

aspects émotionnels et physiologiques de la dépendance. Développée par Stephen Porges, cette théorie met en évidence l'importance du système nerveux autonome dans la régulation des émotions et des comportements. Elle distingue trois états du système nerveux autonome :

1. Le mode de survie.
2. Le mode social.
3. Le mode de repos.

Notre approche méthodologique vise à capturer fidèlement l'expérience des adolescents lors de la passation du test, en notant leurs mimiques, réflexions et silences significatifs révélant des blocages soudains liés à leurs capacités d'attention et de mémorisation.

Notre cadre théorique de recherche intègre plusieurs approches, notamment le constructivisme de J. Piaget et le socioconstructivisme de L. Vygotsky. Piaget postule que l'apprentissage consiste en une modification des connaissances via des structures internes qui se développent avec la maturation. Il explique les mécanismes d'acquisition et d'utilisation des connaissances à partir de la genèse et du développement des opérations intellectuelles.

En parallèle, Vygotsky considère que l'apprentissage est le produit d'activités sociocognitives liées aux échanges entre enseignants et élèves, et entre élèves eux-mêmes. Cela peut se réaliser, par exemple, par des travaux de groupe, des stages sur le terrain, un enseignement réciproque, des collaborations à distance utilisant les technologies et des simulations. Pour surmonter les difficultés d'apprentissage, l'enseignant doit encourager une construction collective de la connaissance, fondée sur la négociation et la coopération entre pairs.

La pré-enquête représente une étape importante, voire indispensable, dans toute recherche. Notre rencontre avec des adolescents scolarisés surexposés aux écrans pendant plus de 4 heures par jour, âgés de 15 à 20 ans, dans les lycées « CHOUHADA MOKRANE », « les Olivier » et « Technicome » de la wilaya de Béjaïa, pendant deux mois (de janvier à mars 2024), nous permettrait d'obtenir plus d'informations sur les caractéristiques de notre population d'étude, d'apporter des modifications à notre guide d'entretien et de préciser notre thème de recherche.

Ainsi, cette recherche vise à comprendre en profondeur les effets de la surexposition aux écrans sur les capacités cognitives et sociales des adolescents, en utilisant des méthodes mixtes pour trianguler et enrichir nos résultats, et en s'appuyant sur des cadres théoriques solides pour interpréter nos observations.

Le but de la réalisation de la pré-enquête est la vérification de nos outils d'investigation

et se perfectionner à les utiliser. Ainsi, l'élaboration des hypothèses de notre recherche. De ce fait, à partir de la revue de la littérature et de notre pré-enquête, nous nous sommes interrogés par la question suivante :

1. Existe –t-il un lien entre la surexposition aux écrans et l'apprentissage scolaire des écoliers ?
2. Les lycéens surexposés aux écrans ont-ils des performances académiques globales inférieures à celles attendues d'eux à l'école : c'est-à-dire plus que la moyenne ?
3. Les lycéens surexposés aux écrans ont-ils des résultats inférieurs en mathématiques par rapport à celles attendues d'eux à l'école ?
4. Les lycéens surexposés aux écrans participeront moins aux activités de classe et aux discussions.
5. Les lycéens surexposés aux écrans auront plus de difficultés à organiser leurs devoirs et à gérer leur temps de manière efficace.
6. La surexposition aux écrans est-elle associée à une baisse de la motivation scolaire chez les lycéens ?
7. Les lycéens surexposés aux écrans auront moins d'interactions qualitatives avec leurs enseignants, et cela affectera leur apprentissage négativement.
8. Les lycéens surexposés aux écrans présentent-il des difficultés de santé tel que le sommeil, la mémorisation moins développées que celle attendues d'eux à l'école ?
9. Existe-t-il des différences significatives entre les sexes dans les effets de la surexposition aux écrans sur les performances académiques des lycéens ?

## 2. Hypothèses

**Hypothèse 1.** Il Existe un lien entre la surexposition aux écrans et l'apprentissage scolaire des écoliers lycéens .

**Hypothèse 2.** Conséquences de la surexposition aux écrans sur la santé mentale et émotionnelle.

Et qui se donnerait à voir à travers ce qui suit des sous hypothèses :

1.1 Existe –t-il un lien entre la surexposition aux écrans et l'apprentissage scolaire des écoliers.

2.2 Les lycéens surexposés aux écrans ont-ils des performances académiques globales inférieures à celles attendues d'eux à l'école : c'est-à-dire plus que la moyenne.

- 3.3 Les lycéens surexposés aux écrans ont-ils des résultats inférieurs en mathématiques par rapport à celles attendues d'eux à l'école.
- 3.4 Les lycéens surexposés aux écrans participeront moins aux activités de classe et aux discussions.
- 3.5 Les lycéens surexposés aux écrans auront plus de difficultés à organiser leurs devoirs et à gérer leur temps de manière efficace.
- 3.6 La surexposition aux écrans est-elle associée à une baisse de la motivation scolaire chez les lycéens.
- 3.7 Les lycéens surexposés aux écrans auront moins d'interactions qualitatives avec leurs enseignants, et cela affectera leur apprentissage négativement.
- 3.8 Les lycéens surexposés aux écrans présentent-ils des difficultés de santé tel que le sommeil, la mémorisation moins développées que celles attendues d'eux à l'école.
- 3.9 Existe-t-il des différences significatives entre les sexes dans les effets de la surexposition aux écrans sur les performances académiques des lycéens.

### 3. Opérationnalisations Des concepts

#### 3.1 Définition Opérationnelle du concept de la Surexposition aux écrans

La surexposition aux écrans peut être définie opérationnellement comme une utilisation des dispositifs électroniques (tels que les smartphones, les ordinateurs, les tablettes et les télévisions) dépassant un certain seuil de temps, associé à des conséquences négatives mesurables sur la santé physique, mentale, et les performances scolaires des individus. Cette définition repose sur plusieurs indicateurs et critères mesurables mais dans notre étude nous considérons un adolescent surexposé aux écrans en tenant principalement la durée d'Utilisation et la dépendance :

1. **Temps Quotidien d'Écran** : à partir de 4 heures passées par jour devant différents Types d'Écrans, nous considérons l'élève surexposé.
2. **Niveau de Dépendance** : Nous avons évalué le niveau de dépendance grâce l'échelle de dépendance à Internet de M. Youcef, 2011. Qui considère l'addiction significative à partir du score de 21 à 30.

#### 3.2 Définition opérationnelle de l'apprentissage scolaire

L'apprentissage scolaire peut être défini opérationnellement comme un processus mesurable et observable par lequel les élèves acquièrent des connaissances, des compétences, des attitudes et des valeurs à travers l'instruction formelle en milieu scolaire. Cette définition repose sur plusieurs indicateurs clés comme suit :

1. **Rendement Académique** : dans notre étude, nous considérons l'apprentissage scolaire selon le rendement académique de l'élève comme suit :

- **Notes et Moyennes** : Scores obtenus aux examens, devoirs, et évaluations standardisées, ce score ne doit pas être au-dessous de la moyenne 10/20.

2. Cependant, nous prenons aussi en considération les évaluations qualitatives des enseignants et des élèves, eux-mêmes, en ce qui concerne :

- **Les compétences Techniques** : Maîtrise des outils et techniques spécifiques à différentes disciplines (par exemple, utilisation de l'informatique pour performer sur le plan académique).

- **Les compétences Cognitives** : Compréhension, raisonnement, selon l'élève et selon les enseignants de l'élève.

- **La progression des Notes** : Évolution des notes au cours de l'année scolaire ou entre les années scolaires, selon les résultats obtenus par l'élève.

- Présence aux cours et participation active en classe.

- Participation aux activités scolaires, contributions aux discussions en classe, et complétion des devoirs et projets.

- Respect des règles, interaction positive avec les enseignants et les pairs.

- Intérêt pour les matières étudiées, persévérance face aux difficultés.

- Feedback positif des enseignants sur les performances, comportements, et attitudes des élèves, (selon leur réponse à l'entretien)

- Auto-évaluations et Réflexions des Élèves : Selon leur perceptions positive/négative des élèves sur leur propre apprentissage et développement.

- Taux de Transition : Passage vers les niveaux d'éducation supérieurs. Nous considérons un apprentissage comme réussi s'il y a absence de redoublement.

### - Objectifs principaux

1. Évaluer la prévalence de la surexposition aux écrans chez les lycéens et identifier les facteurs de risque associés :

- Cet objectif est crucial pour comprendre l'étendue du problème et les facteurs qui peuvent influencer la surexposition aux écrans parmi les lycéens.

2. Examiner les effets de la surexposition aux écrans sur les capacités d'attention, de mémorisation et de concentration des lycéens, qui sont essentielles pour l'apprentissage :

- Il est essentiel d'analyser comment la surexposition aux écrans affecte ces capacités cognitives fondamentales, directement liées à la réussite scolaire.

3. Déterminer si la surexposition aux écrans est liée à de moins bonnes performances scolaires

et un désintérêt pour les études chez les lycéens :

- Cet objectif vise à évaluer l'impact global de la surexposition aux écrans sur le rendement académique et l'engagement des lycéens dans leurs études.

### **Objectifs secondaires :**

1. Comparer les résultats scolaires et les capacités cognitives des lycéens en fonction de leur niveau d'exposition aux écrans :

- Cette comparaison permettra de déterminer si et comment différents niveaux d'exposition aux écrans influencent les performances et les capacités cognitives des lycéens.

2. Identifier les types d'activités sur écran (jeux, réseaux sociaux, vidéos, etc.) qui ont le plus d'impact négatif sur l'apprentissage :

- Cet objectif permettra de cibler les activités sur écran les plus préjudiciables à l'apprentissage, aidant ainsi à orienter les recommandations et les interventions.

3. Évaluer l'effet médiateur potentiel de troubles du sommeil et de l'humeur sur la relation entre surexposition aux écrans et difficultés scolaires :

- Explorer ces facteurs médiateurs est crucial pour comprendre les mécanismes par lesquels la surexposition aux écrans peut influencer négativement le bien-être psychologique et les performances scolaires.

4. Examiner si un encadrement parental de l'utilisation des écrans peut atténuer les effets néfastes sur l'apprentissage :

- Cet objectif exploratoire est important pour identifier les stratégies efficaces de gestion de l'utilisation des écrans par les parents afin de soutenir l'apprentissage académique des lycéens.

En résumé, cette recherche vise à mieux comprendre les mécanismes par lesquels la surexposition aux écrans, phénomène très répandu chez les adolescents, peut nuire à leurs capacités d'apprentissage et à leurs résultats scolaires. Les résultats permettront de formuler des recommandations pour prévenir ces effets néfastes.

## *Chapitre II*

# *La surexposition aux écrans*



### Préambule

La technologie et les écrans font partie intégrante de notre vie quotidienne, et cela est particulièrement vrai pour les jeunes générations. Les lycéens en Algérie et dans le monde sont de plus en plus exposés aux écrans, que ce soit à travers les Smartphones, les tablettes, les ordinateurs ou les téléviseurs. Si les écrans peuvent offrir des avantages en termes d'accès à l'information et de communication, une exposition excessive peut également avoir des conséquences négatives sur la santé physique et mentale des jeunes, ainsi que sur leur apprentissage scolaire.

Dans les pays développés, les études montrent que les lycéens passent en moyenne plus de 7 heures par jour devant un écran, ce qui peut entraîner une baisse de la concentration, une fatigue oculaire, des troubles du sommeil et une dépendance aux écrans. En Algérie, la situation n'est pas différente, et les parents, les enseignants et les décideurs politiques sont de plus en plus préoccupés par les effets négatifs de la surexposition aux écrans sur la santé et les performances scolaires des lycéens. Ce préambule présente le problème de la surexposition aux écrans chez les lycéens en Algérie et dans le monde, ainsi que son impact négatif sur l'apprentissage scolaire. Dans les sections suivantes, nous examinerons en détail les causes et les conséquences de ce phénomène, ainsi que les stratégies pour prévenir et réduire la surexposition aux écrans chez les lycéens.

On peut considérer les écrans comme étant une arme à double tranche. En effet, ils peuvent être bénéfiques, comme ils peuvent représenter une menace surtout si c'est un enfant qui les manipule. Dans ce travail, le terme écran est utilisé dans sa globalité pour indiquer l'ensemble des écrans tels que les Smartphones, les tablettes, la télévision, l'ordinateur, les consoles de jeux.

### I. Définitions des concepts

Lorsque l'on se lance dans une recherche scientifique, il est essentiel de définir avec précision les concepts qui constituent la thématique étudiée. En effet, la définition claire et rigoureuse de ces concepts est fondamentale pour assurer la cohérence et la validité de l'étude menée. Ces définitions permettent d'éviter toute ambiguïté ou confusion dans l'interprétation des résultats obtenus et facilitent la communication et la compréhension entre les chercheurs et les lecteurs.

En établissant des définitions précises des concepts clés, on s'assure également de poser des fondations solides à notre recherche, en délimitant clairement le champ d'étude et en encadrant la problématique de manière plus précise. Cela permet d'orienter nos réflexions, nos

analyses et nos synthèses vers des objectifs bien définis, et donc d'aboutir à des résultats plus pertinents et cohérents.

En somme, la définition rigoureuse des concepts constitue un pilier essentiel de toute recherche scientifique. Elle contribue à la qualité et à la robustesse de l'étude menée, et assure la crédibilité et la validité des synthèses qui en découleront. (Yahiaoui,2023, p.19).

### 1. Les écrans

Le terme "écran" peut être défini de plusieurs manières, selon le contexte dans lequel il est utilisé. Généralement, un écran est une surface plane et opaque, souvent rectangulaire, qui sert à afficher des informations visuelles. Il peut s'agir d'un écran de télévision, d'ordinateur, de Smartphone, de tablette, ou encore d'un projecteur. Dans le domaine du jeu vidéo, un écran peut également faire référence à un niveau ou à une phase spécifique du jeu. (Raciocot,2008, p.104)

Dans le contexte des écrans numériques, il est important de noter que ces derniers sont de plus en plus intégrés dans notre vie quotidienne, au point de remplacer progressivement la culture du livre par une culture de l'écrans. (Frau-Meigs, 2018, p.64).

Les écrans sont utilisés pour diverses activités, telles que la lecture, la communication, le divertissement, l'apprentissage, et même le travail. Cependant, cette omniprésence des écrans peut aussi avoir des effets négatifs, tels que la dépendance aux écrans, la diminution de l'attention et de la concentration, ou encore la violence.

Dans le domaine de l'éducation, les écrans sont souvent utilisés pour enseigner et apprendre des langues étrangères, notamment en ce qui concerne l'apprentissage du lexique.

Cependant, malgré l'importance de la compétence lexicale dans la maîtrise d'une langue, celle-ci est souvent négligée ou complètement omise dans l'évaluation des élèves. Pourtant, la capacité à reconnaître, comprendre et réutiliser des unités lexicales est fondamentale pour la communication dans une langue étrangère. (Chambat, 1988, pp. 107-132).

Enfin, dans le domaine de l'affichage dynamique, les écrans sont utilisés pour diffuser du contenu multimédia sur plusieurs écrans, ce qui permet de communiquer efficacement avec un large public. Les logiciels d'affichage dynamique offrent des fonctionnalités telles que la création de modèles d'images, l'édition de contenu, la publication sur les réseaux sociaux, la gestion de listes de lecture, et la collecte de statistiques d'affichage. (Gillen,1977, p.453).

#### 1.1 Les enfants et les écrans

Les écrans occupent une grande partie du quotidien et surtout celui des enfants. La vie

publique a aussi pénétré les foyers, les enfants sont au fait des actualités nationales et internationales et subissent, comme toute société, l'action convergente des différents médias. Les derniers chiffres Médiamétrie (2012) font état, par exemple une étude faite en France, chez les 8–18 ans, d'une consommation journalière de 4 heures 30minutes, tous écrans confondus. Une autre étude Ipsos (2015) menée pour la chaîne « Gulli » révèle que 73 % des enfants ont aujourd'hui au moins un écran personnel (60 % des enfants de 11 à 14 ans étant même équipés d'un Smartphone). Cet équipement personnel croît avec l'âge de l'enfant (13 % des 4–6 ans sont équipés de tablette à vitesse supérieur. 44 % des 11–14 ans). (Dubreu-Béclin, 2018, p. 399).

Pourtant ces derniers gardent leurs habitudes, ils restent fidèles à l'écran de télévision (3 h de contenus consommés par jour dont 1h58 sur l'écran de TV). Si l'on soustrait, aux temps passés devant les écrans, celui nécessaire aux besoins primordiaux (sommeil, alimentation, hygiène), que reste-t-il aux enfants pour mettre en place leur exploration du monde si nécessaire à la croissance physique et psychique ? Ce temps passé devant les écrans diminuerait voire tendrait à faire disparaître le temps de jeu, vecteur indispensable à la fois de la construction identitaire et de l'ancrage dans le réel.

De nombreux professionnels de la petite enfance s'interrogent sur les effets de la surconsommation des écrans sur le développement des enfants. Beaucoup de parents, aussi, questionnent les impacts réels de l'exposition aux écrans sur leurs enfants ainsi que les mesures de contrôle nécessaires à mettre en place. Le sujet anime de plus en plus le débat public, à l'endroit du net principalement.

Ces études déplorent le manque d'émissions scientifiques à l'adresse du grand public sur cette question. L'enjeu marketing est évident : certains programmes télévisuels sont vendus comme spécialement adaptés aux tous petits, les tablettes tactiles font partie des « jouets » les plus offerts avec des applications de plus en plus pédagogiques mises en avant. (Gillen, 1977, p.453.).

### **2. La surexposition aux écrans**

La surexposition aux écrans est une exposition excessive et prolongée aux écrans de divers appareils tels que la télévision, les ordinateurs, les tablettes et les Smartphones. Cette surexposition peut entraîner des troubles du développement, des difficultés psychiques, des retards langagiers importants voire irréversibles chez les enfants, en particulier chez les tout-petits. (Grawitz, 2000, p.378)

Les professionnels du langage et de la communication, notamment les orthophonistes,

sont de plus en plus confrontés à des problématiques complexes liées à une utilisation abusive des écrans. Les effets néfastes de la surexposition aux écrans peuvent varier selon les classes d'âges concernées et inclure des symptômes tels que des troubles cognitifs et comportementaux, une incapacité à développer des relations humaines et sociales satisfaisantes, ainsi que des retards de langage. (Sutter, 2018, p. 224).

**NB** : À ne pas confondre entre la surexposition aux écrans et l'addiction aux écrans, car l'addiction aux écrans, également appelée cyberdépendance, est un trouble comportemental caractérisé par une utilisation excessive et incontrôlable des écrans, que ce soit à travers de la télévision, des ordinateurs, des tablettes ou des Smartphones. Cette utilisation excessive peut entraîner une négligence de la vie réelle, des difficultés à établir des relations sociales, des problèmes de sommeil, de l'anxiété, de la dépression et une baisse des performances scolaires ou professionnelles. Les écrans peuvent également servir d'interface vers d'autres addictions, telles que les jeux d'argent en ligne, la cyber-sexualité ou la nomophobia, qui est la peur excessive de ne pas avoir accès à son Smartphone. (Sahraoui et al, 2021, p. 9)

Les enfants, les adolescents et les jeunes adultes sont particulièrement vulnérables à l'addiction aux écrans, mais les adultes peuvent également être touchés. Les études montrent que l'addiction aux écrans peut entraîner des comportements allant jusqu'à des formes d'addiction, tels que le repli sur soi, la dépression, des troubles de l'attention, des difficultés de mémorisation, des défauts de coordination et des pensées suicidaires. (Sahraoui et al, 2021, p. 9)

Le concept d'addiction est ancien, mais le terme d'addiction est d'apparition récente. Il a surtout été développé au profit des conduites de dépendance, depuis les années 1970 aux États-Unis et plus particulièrement par M. D. Goodman, (1990). Les comportements addictifs ont été rapportés bien auparavant, comme l'usage addictif de la cocaïne au Pérou et au Chili plus de 3000 ans avant J.-C.

L'addiction aux écrans est un réel problème de santé publique, qui peut être traitée en médecine générale. Les parents peuvent jouer un rôle important dans la prévention de l'addiction aux écrans en établissant des règles simples au domicile, en évitant l'exposition précoce ou l'omniprésence des écrans et en favorisant les activités alternatives. En synthèse, l'addiction aux écrans est un trouble comportemental qui peut avoir des conséquences graves sur la santé psychique et sociale des personnes touchées. Il est important de sensibiliser le public à ce problème et de mettre en place des mesures de prévention et de traitement adaptées. (Sahraoui et al, 2021, pp. 9-23).

### 3. La définition de l'addiction

L'addiction est un phénomène multidimensionnel, qui implique nécessairement plusieurs aspects de la vie du sujet si l'on souhaite en saisir la complexité, il peut référer à une conception morale et religieuse, culturelle et sociale, de droit et légalité, de santé, de vie psychique et de psychologie. Comprendre l'addiction, c'est être capable d'avoir recours à des modèles explicatifs issus de disciplines fort différentes afin de saisir un phénomène complexe. (Didier, 2016, p.17).

Autrement dit l'addiction c'est la dépendance pathologique à un objet ou une situation donnant lieu à des comportements de mise en acte compulsif de cette dépendance, qui provoque du plaisir ou un évitement du déplaisir, exemple (fuir une situation stressante). (Bioy et Fouques, 2016, p.214).

Selon l'organisation mondiale de la santé (OMS) Les addictions, qu'elles soient envers une substance psychoactive naturelle qu'elles soient (p.ex. le tabac, le cannabis, les champignons hallucinogènes, ou le raisin pour la production de vin), ou les substances semi-synthétiques, transformées à partir d'une substance de base naturelle, « p.ex. la cocaïne et l'héroïne », ou les substances synthétiques qui ne contient aucune substance de base naturelle, mais fabriquées en laboratoire (p.ex. les méthamphétamines, l'ecstasy. etc.), ou envers un comportement, correspondent à un phénomène incluant plusieurs éléments tel que : l'impossibilité de résister aux pulsions qui poussent le sujet à se comporter de cette façon, la sensation de tension qui survient de façon intense juste avant la réalisation du comportement, le plaisir ou le soulagement qui survient pendant la réalisation du comportement et la sensation de perte de contrôle qui survient pendant son exécution. (Herry, 2022, p.10).

L'addiction se situe dans la classification psychopathologique avec le diagnostic de dépendance à une substance qu'elle soit naturelle ou synthétique ou semi-synthétique dans le DSM-5 qui est un syndrome central du trouble lié à une substance est un ensemble de symptômes physiologiques, cognitifs et comportementaux indiquant qu'un sujet continue d'utiliser cette substance alors qu'elle entraîne des problèmes significatifs :

- Le sujet peut prendre la substance en quantité importante ou pendant une période plus longue que prévu.
- Il peut exprimer un désir persistant de diminuer ou contrôler la consommation de substance et de multiples efforts infructueux peuvent être faits pour diminuer ou arrêter la consommation.
- L'individu peut mettre beaucoup de temps à obtenir la substance, à l'utiliser ou à

recupérer de ses effets. (Aguerre, 2014, p. 483).

| <b>Critères</b>                      | <b>Surexposition aux écrans</b>                                                                                         | <b>Addiction aux écrans</b>                                                                                                                                       |
|--------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Définitions</b>                   | Utilisation excessive et prolongées des écrans, sans forcément de perte de contrôle ou de conséquences négatives        | Processus procurant du plaisir ou soulagement, un inconfort, avec perte de contrôle pour suite de l'action malgré ses conséquences négatives                      |
| <b>Symptômes</b>                     | Pas de symptômes spécifique, mais risque de développer des problèmes de santé mentale et de sommeil et désocialisation. | Perte de contrôle, poursuite de l'action malgré ses conséquences négatives, incitation forte, émotionnel négative, mises- en difficulté des fonctions exécutives. |
| <b>Population touchée</b>            | Tous les groupes d'âge, mais particulièrement les enfants et les adolescents.                                           | Tous les groupes d'âge, mais particulièrement les jeunes âgés entre 16 et 30 ans.                                                                                 |
| <b>Conséquence</b>                   | Risque de développer des problèmes de santé mentale, trouble de sommeil et de désocialisation.                          | Impact sur la santé mentale et physique, sur le quotidien, épisode d'échec scolaire ou professionnels, isolement social et des difficultés de s'endormir.         |
| <b>Prévention et prise en charge</b> | Campagnes prévention, sensibilisation des professionnels de la petite enfance, intervention des médecins généralistes.  | Thérapies cognitivo-comportementales, rééducation des risques plutôt que l'abstinence totale.                                                                     |

**Tableau N°1** : Tableau comparatif entre la surexposition aux écrans et l'addiction aux écrans. (Yahiaoui,2023, p.168)

### **3.1 Les phases de l'addiction**

#### **3.1.1 La phase de gain (winning phase)**

Elle correspond à l'engagement dans le jeu, avec peut-être la croyance que les gains vont pouvoir résoudre certaines difficultés existentielles, comme ceux qu'on trouve chez les personnes âgées, (la solitude, la perte du conjoint, la perte de l'autorité, les difficultés matérielles, etc.), mais pour d'autres, qui sont plus « chanceux », le pactole éventuellement gagné du début (la chance du débutant), peut être déstabilisant et le plaisir viole le faut ressenti alors demandant à être réprouvé. (Fernandez,2009, p.108).

#### **3.1.2 La phase de perte (loosing phase)**

Elle correspond, en réponse aux échecs successifs inévitables, à une fuite en avant. Le

joueur joue alors pour se refaire, cherchant la solution à ses difficultés dans le problème lui-même. (Fernandez,2009, p.108).

### **3.1.3 La phase de désespoir (despair phase)**

Elle marque l'aboutissement du processus avec une souffrance intense et les complications financières affectives et sociales. Souffrances en partie dues également au fait que l'addict tente d'arrêter sa conduite et s'aperçoit qu'il ne peut y arriver seule et sans l'aide d'un spécialiste. (Fernandez,2009, p.108).

## **3.2 Les facteurs de risque de l'addiction**

### **3.2.1 Les facteurs biologiques**

Les facteurs biologiques peuvent être un risque d'addiction numérique et à d'autres substances, qu'elles soient naturelles, semi-synthétiques ou synthétiques. Les recherches sur l'addiction aux écrans qui ont été réalisées par les scientifiques du laboratoire SANPSY - Sommeil, addiction, neuropsychiatrie (CNRS et université de Bordeaux) réalisée au sein de la population de Martignas-sur-Jalle, commune de Bordeaux Métropole. Ils ont publié les résultats dans le « Journal of Medical Internet Research », montre que même si cette dépendance n'est pas encore officiellement reconnue dans les classifications internationales, elle peut avoir des conséquences négatives sur la santé et les relations sociales. Les facteurs biologiques jouent un rôle important dans la compréhension de l'addiction, car ils affectent les circuits du plaisir et de l'addiction, qui ne relèvent pas des mêmes interactions hormonales. (Herry,2022, p.10).

Les comportements de type addictif en ligne peuvent toucher presque tous les domaines de la vie et peuvent être liés à des activités telles que les jeux de hasard, les jeux vidéo, la pornographie, la communication en ligne et le shopping en ligne. Les mesures de prévention se concentrent avant tout sur les enfants et les adolescents, en promouvant les compétences médiatiques pour mieux les sensibiliser aux risques liés à l'utilisation des écrans. (Herry, 2022, p.10).

Les études réalisées par Nord VPN en juin 2021, réalisée sur 5000 adultes dans quatre pays, montrent que les enfants qui regardent la télévision pendant de longues périodes peuvent développer des troubles du développement cognitif, tels qu'un retard de développement du langage, les troubles du sommeil, la fatigue visuelle, les maux de tête et l'augmentation du risque cardio-vasculaire sont également des risques liés à une utilisation excessive des écrans. La sédentarité, qui est corrélée à un usage important des écrans, peut également nuire à la santé et à l'espérance de vie. (Herry,2022, p.10).

Ces facteurs sont parmi ceux qui nous prédisposent le plus au problème de la

dépendance. Les études montrent par exemple que, les hommes sont généralement plus enclins à devenir dépendants que les femmes (drogue, tabac, alcool, jeux d'argent etc.), quand il s'agit des Smartphones, cette fois, c'est plus les dames qui semblent être les plus vulnérables (certaines d'autres études ne le confirment pas). Mais il faut se rassurer car si l'on évalue spécifiquement la dépendance à Internet, les hommes redeviennent les champions de l'addiction. (Herry,2022 p.10).

### 3.2.2 Les facteurs familiaux

Les facteurs familiaux peuvent renforcer le risque d'addiction chez les individus de différentes manières. L'environnement familial peut jouer un rôle crucial dans le développement de l'addiction. Par exemple, le fait de grandir dans un foyer où l'accès à certaines substances est facilité peut augmenter le risque de dépendance à ces substances, comme le tabac. Plus loin les parents sont eux-mêmes sujets à une dépendance augmentera la probabilité pour les enfants, les adolescents ou les futurs adultes d'être victimes d'addictions. (Herry, 2022 p.11).

Les études publiées dans la revue scientifique intitulée la clinique E-Santé, soulignent que l'addiction au cannabis peut être influencée par le fait d'avoir des amis fumeurs pendant l'adolescence, mettant en lumière l'impact social de l'environnement familial et amical sur les comportements addictifs. En outre, des problèmes familiaux ou les familles dans lesquelles existe une forme de violence, des ruptures sociales, familiales ou scolaires peuvent contribuer à une surconsommation et à l'installation de l'addiction chez les individus, soulignant l'importance des relations familiales et sociales dans la prévention des comportements addictifs. (Herry,2022 p.11).

De ces facteurs familiaux, on peut retenir en synthèse que lorsque les relations entre les parents et les enfants sont compliquées, empêchées ou entravées, le risque de dépendance augmente pour les adultes, mais aussi pour les enfants. Tout se passe donc comme si la fragilité et la pauvreté des relations et des liens familiaux agissaient comme des facteurs de vulnérabilité face aux addictions. (Herry,2022 p.11).

### 3.2.3 Les facteurs individuels

Les facteurs individuels sont, pour leur part, essentiellement caractérisés par l'existence d'un caractère agressif ou impulsif, un manque de contrôle émotionnel, la timidité, une faible estime de soi (qui invite la personne à rechercher fréquemment de la réassurance auprès de ses proches), une immaturité, un faible niveau d'éducation ou encore par la jeunesse (les jeunes et surtout les adolescents sont plus vulnérables). (Herry,2022, p.12).

Selon P. Whybrow, directeur de l'Institut des neurosciences et des comportements



humains à l'UCLA, appelle les ordinateurs et les jeux informatiques la « cocaïne électronique » et décrit ainsi la dépendance à cette recherche de nouveauté : « Nos cerveaux sont configurés pour chercher une gratification immédiate. Avec la technologie, la nouveauté est la récompense. Vous devenez accro à la nouveauté. » En comprend par là qu'il existe trois types d'addictions qui sont liées : (kardaras,2019, p.18).

- a. Aux substances.
- b. Aux comportements.
- c. Aux dépendances quotidiennes.

### a. Qu'est-ce qu'une addiction aux substances ?

L'assure étude, c'est le fait d'être accro à un produit, à une drogue ou à un médicament. Concernant les toxicomanies (dépendance aux substances), on retrouve différentes substances psychoactives possibles: Le tabac et l'alcool, qui sont les plus connus et répandus, leur utilisation normale étant courante et tolérée au quotidien ;Le cannabis, qu'on a tendance à classer dans la catégorie des «drogues douces»; Les drogues dures, comme la cocaïne, qui est un stimulant, mais aussi celles généralement issues de la catégorie des opiacés: morphine, codéine, opium (opiacés naturels), héroïne (opiacé semi-synthétique)ou méthadone(opiacésynthétique);Les dérivés synthétiques comme la MDMA(ou ecstasy en comprimés), l'amphétamine (le speed) ou la méthamphétamine; Les médicaments psycho actifs comme les benzodiazépines (contre l'anxiété et les insomnies), les opioïdes (pour diminuer la douleur) et les anesthésiants ( kétamine, GHB ;gammahydroxybutyrique); Les poppers qui est un liquide entrain une libération de monoxyde d'azote, et le gazhilarant, ouprotoxyde d'azote. Leur consommation n'est pas reconnue comme additive, mais pourtant leur utilisation répétée induit les mêmes conséquences néfastes. (Herry,2022, p.12).

### b. Qu'est-ce qu'une addiction comportementale ?

Les dépendances comportementales correspondent à une activité, une pratique dont une personne ne peut raser passer. Il n'existe plusieurs, on les appelle aussi les addictions sans substance. C'est seulement depuis quelques années qu'on les identifie. Leur mécanique est la même que la toxicomanie : la pratique devient incontrôlable, il est impossible pour la personne de se passer de l'activité. La tension est excessive jusqu'au moment de la pratique, qui apporte alors soulagement et plaisir. L'activité occupe toute la pensée de la personne.

La ludomanie, ou le jeu pathologique, qui est une forme additive aux jeux d'argent, de hasard et aux paris ;

- La cyberdépendance et la dépendance aux jeux vidéo ;

- La bigorexie qui est une dépendance à l'activité physique (être accro au sport) ;
- Le Works à holisme ou ergomanie, c'est-à-dire une dépendance au travail ;
- Les addictions au sexe ou hyper sexualité (être accro au sexe) ;
- La dépendance affective, qui peut être une conséquence du manque affectif ;
- Le comportement addictif à la nourriture, que l'on peut retrouver dans certains troubles du comportement alimentaire(TCA) comme la boulimie et l'hyperphagie boulimique ;
- Les achats compulsifs ou oniomanie. Psycho active pouvant induire un trouble addictif.

On peut être accro au café, ça fait partie des formes addictions du quotidien les plus courantes. (Herry, 2022, p.13).

### **3.2.4 Les Facteurs environnementaux**

Les facteurs environnementaux peuvent correspondre à une consommation banalisée au sein de son environnement, ou à la difficulté de pouvoir trouver du soutien dans la vie réelle. Les résultats de la recherche publiée dans la revue scientifique intitulée (Facteurs environnementaux dans les troubles liés à l'usage de substances dite (TUS), résultant d'une combinaison de facteurs génétiques, familiaux et environnementaux. Bien que les facteurs génétiques jouent un rôle important dans la vulnérabilité aux TUS (trouble liés à l'usage de substance), les facteurs environnementaux peuvent aussi influencer considérablement la probabilité de développer et de maintenir des TUS. Cette étude se concentre sur les facteurs environnementaux qui contribuent aux troubles liés à l'usage de substances, notamment les facteurs environnementaux sociaux, culturels et physiques. (Herry, 2022, p.13).

#### **- Facteurs environnementaux sociaux**

Les facteurs environnementaux sociaux, tels que la pression des pairs, la dynamique familiale et les normes communautaires, peuvent influencer considérablement la probabilité de développer des TUS. Par exemple, les personnes qui grandissent dans des familles où la consommation de substances est normalisée courent un risque plus élevé de développer des TUS. De même, la pression des pairs et les normes communautaires qui soutiennent la consommation de substances peuvent augmenter le risque de TUS. (Herry,2022, p.13).

#### **- Facteurs environnementaux culturels**

Les facteurs environnementaux culturels, tels que les normes, valeurs et croyances culturelles, peuvent également influencer la probabilité de développer des TUS. Par exemple, les normes culturelles qui soutiennent la consommation de substances, comme la consommation d'alcool lors d'événements sociaux, peuvent augmenter le risque de TUS. De plus, les croyances culturelles qui favorisent l'utilisation de substances à des fins médicales

ou spirituelles peuvent également contribuer aux TUS. (Herry,2022, p.14).

### - Facteurs environnementaux physiques

Les facteurs environnementaux physiques, tels que l'accès aux substances, la disponibilité d'un traitement contre la toxicomanie et l'exposition à des toxines environnementales, peuvent influencer considérablement la probabilité de développer des TUS. Par exemple, les personnes qui vivent dans des communautés où les substances sont fortement disponibles courent un risque plus élevé de développer des TUS. De même, l'exposition à des toxines environnementales, comme le plomb, peut augmenter le risque de TUS (Troubles liés à l'usage des substances). (Herry,2022, p.14).

Dont aussi le numérique et en particulier le Smartphone est considéré comme un outil qui permet d'une part de rompre la solitude qui est dans le réel en leur offrant la possibilité de conserver une vie sociale grâce à la communication numérique, et d'autre part d'éviter des échanges en face-à-face qui peuvent être vécus comme dérangeants, perturbants ou traumatisants. Mais dans ce contexte, le Smartphone et le numérique risque d'enfermer l'individu dans un processus d'isolement virtuel et d'usage intensif qui le déracine du vivant et le place dans l'algorithme. (Herry,2022, p.14).

Donc le Smartphone, entant que composant numérique, peut être un facteur d'addiction de par son utilisation généralisée et les diverses fonctionnalités qu'il propose. Le concept de dépendance aux Smartphones est souvent associé à une utilisation excessive des Smartphones, entraînant des conséquences négatives dans la vie quotidienne. Plusieurs facteurs ont été identifiés comme contribuant au risque de dépendance aux Smartphones. Ceux-ci incluent des facteurs personnels tels que la résilience, le stress scolaire, le soutien parental, le soutien des amis et la victimisation. Chez les enfants, les facteurs de risque comprennent la durée d'utilisation quotidienne des Smartphones et des services de réseaux sociaux, la conscience de là sur utilisation des jeux et les objectifs du jeu. Chez les adolescents, la tendance à la dépendance aux Smartphones est associée à l'âge, au sexe, à la dépendance au téléphone portable et à des facteurs démographiques. (Herry,2022, p.14).

## 4. Les effets de la surexposition aux écrans

Les processus internes s'adaptent à ce qui se passait dans le monde extérieur. Les choses ont commencé à changer quand les ampoules électriques se sont mises à éclairer le monde. Les humains n'avaient alors plus besoin d'aller se coucher tôt, car la lumière pouvait

dorer n'avant être créée à volonté. « Les risques d'une surconsommation ont été démontrés par de nombreuses études, mais aucune ne fait autorité mondialement ». (Desmurget,2019, p.170). Toutefois, la lumière émise par une ampoule est différente de celle émise par les écrans numériques qui s'éclaire avec une lumière appelée la lumière bleue dans la qu'elle réside tous les problèmes de santé.

### 4.1 Les effets sur le côté organique

#### ➤ Physique

Les conséquences sur la santé à un usage excessif aussi bien que sur leur santé physique : des repas bio pour les enfants c'est bien, mais si c'est devant « *Sam le pompier* », dessin animé pour enfant appliquent des hypertensions artérielles et obésités s'inviteront peut-être aussi à leur table, la pratique du visionnage de films pendant les repas étant notamment associé à la consommation qui s'appelle en anglais « the junk food » qui vous dire se mal bouffer). La moitié des pubs alimentaires vues par les enfants sont pour des produits mauvais pour la santé. (Haute Conseil de la Santé Publique ; rapport d'analyse d'exposition des enfants aux écrans,2019)

#### ➤ Vision

Il n'existe pas ni de consensus, ni de preuve d'effets de l'exposition aux écrans sur la vision des enfants et des adolescents, ce qui ne signifie pas qu'ils n'existent pas. Plusieurs travaux émettent des recommandations en particulier pour les jeunes enfants en raison d'un développement visuel long des premiers mois de la vie jusqu'à l'âge de 16 ans »

L'utilisation excessive d'écrans peut engendrer des conséquences néfastes sur la vision tel que gêne oculaire, fatigue oculaire, sécheresse oculaire, maux de tête, vision floue et même vision double. L'exposition à la lumière bleue provoque un stress toxique pour la rétine et des lésions du cristallin. L'utilisation prolongée des écrans pourrait conduire à une myopie et, pour certains auteurs, l'épidémie de myopie serait mondiale. Par contre, les effets néfastes de la lumière bleue diffusée. (Haute Conseil de la Santé Publique ; rapport d'analyse d'exposition des enfants aux écrans,2019)

#### ➤ Cerveau

Le principal problème qu'ils posent consiste dans leur aspect chronophage et enfermant. L'écran est en effet une source d'hyperstimulation et possède un puissant effet de capteur d'attention réflexe. Du côté des programmes télévisuels par exemple, les séquences sont de plus en plus rapides, saccadées. Les stimulations visuelles, auditives sont constantes et saturent rapidement le système attentionnel de l'enfant. L'effet hypnotique semble rapide. Il

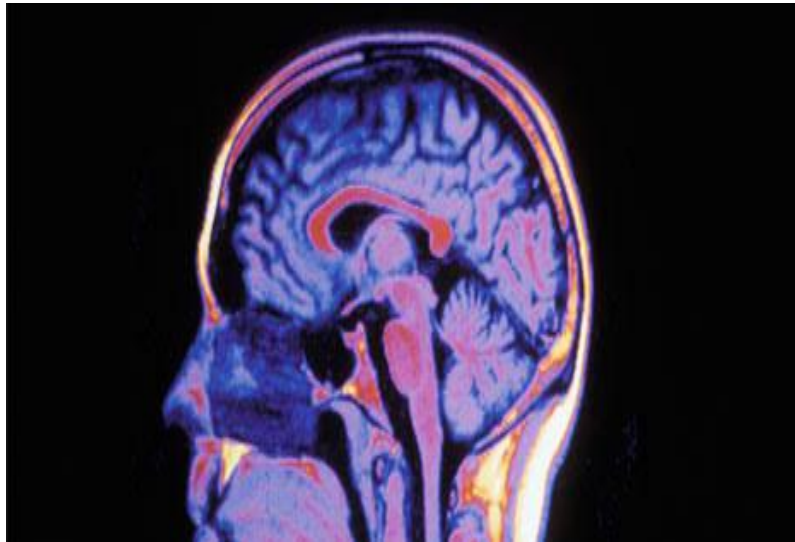
suffit d'observer l'attitude de l'enfant face à l'écran de télévision par exemple pour en captif avec parfois un relâchement hypotonique, coupure par rapport à l'environnement, ne répond plus aux autres stimulations ambiantes. À cette apparente tranquillité correspond une forte agitation interne qui se manifeste parfois dès que l'écran est éteint. Pourtant, à ce niveau, tous les écrans ne sont pas comparables. (Develotte et al, 2021, p. 26-59).

### ➤ La lumière bleue

La lumière bleue est partout, et les idées reçues à son sujet sont nombreuses également. Mais c'est quoi la lumière bleue exactement Revenons un peu dans les détails scientifiques, c'est la lumière émise par l'écran d'un Smartphone est composée de plusieurs couleurs. Chaque couleur est associée à une longueur d'onde. Plus cette longueur d'onde est courte, plus la lumière est agressive pour l'œil. Par exemple, pour que le cerveau attribue la couleur verte à une onde comprise entre 510 et 541 nanomètres. Pour la couleur bleue il faut une onde comprise entre 478 et 483 nanomètres.

Le problème avec la lumière bleue (uniquement lorsqu'elle est artificielle), c'est qu'elle **perturbe la mélanopsine** ; La mélanopsine est un photopigment, retrouvé spécifiquement dans des cellules ganglionnaires de la rétine. Cette molécule est donc sensible à la lumière et par ce biais permet de réguler le réflexe pupillaire et le rythme circadien (activité-sommeil). Lorsque les yeux ne sont pas exposés à une lumière bleue artificielle. Par extension, les cellules ganglionnaires photosensibles qui utilisent la mélanopsine sont aussi perturbées. Autre élément important, **la lumière bleue a également un impact sur la mélatonine, l'hormone du sommeil**. En temps normal, les produits de la mélatonine. (Haute Conseil de la Santé Publique ; rapport d'analyse d'exposition des enfants aux écrans,2019)

Cette figure montre l'influence de la lumière bleue sur la mélatonine :



**Figure1** : Influence de la lumière bleue sur la mélatonine (Meltzer ,1980)

Mais au quotidien, l'exposition aux écrans sans vraiment se rendre en compte : affichages, publicités, Smartphones, ordinateurs, tablettes, TV. Ils sont en permanence face à des écrans et donc à la lumière bleue néfaste pour l'hormone du sommeil. (Haute Conseil de la Santé Publique ; rapport d'analyse d'exposition des enfants aux écrans,2019)

Enfin, il est important de préciser que cette lumière bleue **donne l'impression au cerveau d'assister au lever du jour**. À ce moment de la journée, mettons tous ses sens en éveil. Utiliser son Smartphone avec de la lumière bleue au moment de s'endormir c'est aller complètement à l'opposé de ce que le cerveau distingue. D'où les problèmes de sommeil par la suite. (Ibid, 2019).

Pour faire simple, cette lumière bleue a des conséquences sur la fatigue oculaire et une surexposition peut avoir un impact sur les tissus de l'œil. Et c'est sans compter les effets néfastes sur l'hormone du sommeil. Il n'y a donc pas plusieurs solutions : soit on limite l'exposition à la lumière bleue, soit on utilise des filtres. Comment l'exposition à lumière bleue affecte le cerveau et le corps, la perturbation d'habitudes de sommeil peut distraire et la mémoire, en perturbant la mélatonine, la commère (personne qui sait et colporte toutes les nouvelles) du Smartphone rime les horaires du sommeil cela conduit à toute sorte de problème de santé, selon Sébastien Cette figure qui suit résume les effets de la lumière bleu sur le cerveau. (Haute Conseil de la Santé Publique ; rapport d'analyse d'exposition des enfants aux écrans,2019) .



Figure 2 : Effets de la lumière bleue sur le cerveau et le corps. (<https://www.futura-sciences.com>)

#### 4.2 Les effets sur le côté psychique

La petite enfance est un moment particulièrement important dans le développement des zones du cerveau impliquées dans l'autorégulation de l'intelligence émotionnelle. C'est à cette âge-là que l'enfant apprend à construire le visage de l'autre comme support de construction émotionnelle partagée par S. Tisseron ; L'ancrage relationnel ou la Co-construction de la psyché lorsque l'on évoque le développement de l'enfant, qu'il soit intellectuel ou affectif, la question du lien est absolument centrale. (Tisserons, 2018, pp.1-35).

L'ancrage interactif ou relationnel de la construction psychique souligne la nécessité d'un détour par l'autre, indispensable à l'enfant pour donner progressivement forme et sens à ses sensations destinées à devenir des perceptions. Cet ancrage relationnel ou interactif a été mis en avant par de nombreux auteurs dont W. Winnicott, R. Bion, et André Green qui souligne qu'aucun psychisme ne peut s'instaurer et s'éprouver sans se donner d'abord à penser par un autre psychisme. (Athanasios-Popesco, 2015, pp. 63-64).

##### ➤ Le sommeil

Les effets des écrans sur le sommeil, c'est l'un des sujets qui préoccupent les chercheurs, que ça soit sur le plan psychologique ou physiologique. « L'effet néfaste des écrans sur le sommeil n'est plus à démontrer » (Haute Conseil de la Santé Publique ; rapport d'analyse d'exposition des enfants aux écrans, 2019).

L'usage des écrans, quel que soit l'écran, que ce soit juste avant de dormir mais également une utilisation journalière supérieur à 2h après l'école, engendre significativement une latence

d'endormissement et un déficit de sommeil. « La latence d'endormissement est plus grande et le temps total de sommeil est plus faible chez ceux qui utilisent au moins 4 écrans comparés à ceux qui n'en utilisent qu'un seul » (Haut conseil de santé publique France, 2019). Les effets apparaissent après deux heures d'utilisation et augmentent de plus en plus que les heures d'expositions augmentent (Ibid, 2019).

Les enfants sont aussi devenus une cible marketing des publicités agroalimentaires, intercalées entre deux dessins animés parfois conçus pour susciter d'impulsives envies de sucreries. Envies qu'ils pourraient d'autant plus avoir de difficulté à maîtriser s'ils sont en manque de sommeil. Car oui, les écrans affectent à la fois la qualité et la quantité de sommeil. Et qui dit altération du sommeil dit aussi moins bonne gestion des émotions, souffrance psychique et affectation du fonctionnement de la mémoire. (Homp,2018).

Au retour d'une journée de travail et d'embouteillages, il est évidemment tentant de s'aider de la télévision pour endormir les enfants, mais cette énergie économisée sera de courte durée car les réveils nocturnes et l'irritabilité au réveil en seront le retour de bâton. Développement cognitif et socio-émotionnel, sédentarisation du temps libre, cycles de sommeil perturbés, l'enjeu est donc systémique. (Haute Conseil de la Santé Publique ; rapport d'analyse d'exposition des enfants aux écrans,2019)



**Figure N03 :** Les effets des écrans sur le sommeil (Homp,2018)



### ➤ Le langage

Les téléphones et les tablettes suivent aujourd'hui les enfants partout. Tous les parents contemporains ont un jour ou l'autre connu la tentation de placer un écran entre les mains de leur progéniture pour faire cesser des pleurs dans le train, pour détourner leur attention d'une égratignure douloureuse ou pour les occuper trois minutes le temps de mettre un plat au four. « Regarder un écran le matin avant l'école est associé à trois fois plus de risques de présenter un trouble primaire du langage ».

Beaucoup cèdent à la tentation, le problème réside en la systématisation de cette exposition précoce aux outils numériques avec des conséquences souvent méconnues l'importance de la maîtrise du langage est un élément central dans le développement cognitif et socio-émotionnel, très logiquement, sa dégradation peut être une entrave à la réussite des enfants et à leur adaptation scolaire et sociale. (Haute Conseil de la Santé Publique ; rapport d'analyse d'exposition des enfants aux écrans,2019)



**Figure N°4** : l'effet sur le langage (www. Tf1info. Fr/ 2ducation/ lecture-vs-écran).

### 4.3 Les effets sur l'apprentissage

Dans sa « théorie de l'activité de pensée », Bion suggère que la fonction alpha et la capacité de rêverie de la mère va progressivement donner du sens aux sensations brutes et leur permettre de devenir des productions représentatives métabolisables dû à la télévision rendrait encore plus passif l'enfant bien que, les autres écrans, tels que la tablette et l'ordinateur, même s'ils permettent une participation plus active de l'enfant, mobilisent néanmoins très peu le corps. (Bion, 1962, pp. 306-310).

Il est évident que le problème ne se situe pas uniquement du côté de la consommation de l'enfant mais également de celle de son entourage mais il insiste sur la nécessité de l'engagement de son apprentissage extérieur à celui qui ne peut naître sans l'aide de son langage (Meltzer). L'émergence de la pensée nécessite donc la présence de l'adulte dans un partage d'états affectifs au sens de l'accordage affectif de Stern avec appui sur des conduites d'imitation dans les interactions précoces (imitation du nourrisson par la mère et de la mère par le nourrisson). (Bion, 1962, pp. 306-310).

On y retrouve les enjeux décrits par E. Bick à propos de l'apprentissage par l'imitation. Si le bébé est compétent pour percevoir et s'imprégner des sensations que lui procure son environnement

Les jeunes enfants et les écrans le temps global passé devant les écrans est la question-là mieux argumentée. (Bion, 1962, pp. 306-310).

### **5. L'impact de la surexposition aux écrans sur l'apprentissage scolaire**

Dans sa « théorie de l'activité de pensée » ; selon W.R. Bion qui décrit cette théorie selon trois phases : « La fonction alpha de la mère » « Construction de l'appareil à penser » :

- Les sensations brutes de l'enfant sont appelées les éléments-Béta.
- La fonction de décodage de la mère est appelée la fonction alpha.
- Les éléments décodés et assimilés par l'enfant sont appelés les éléments-alpha.
- La fonction-alpha permet aux impressions des sens d'être converties et enregistrées en éléments mnésiques pour être utilisées ensuite par l'appareil à penser les pensées.

Bien suggérer que la fonction alpha et la capacité de rêverie de la mère va progressivement donner du sens aux sensations brutes et leur permettre de devenir des productions représentatives métabolisable les dû à la télévision rendraient encore plus passif l'enfant bien que, les autres écrans, tels que la tablette et l'ordinateur, même s'ils permettent une participation plus active de l'enfant, mobilisent néanmoins très peu le corps. Il est évident que le problème ne se situe pas uniquement du côté de la consommation de l'enfant mais également de celle de son entourage mais il insiste sur la nécessité de l'engagement de son apprentissage extérieur à celui qui ne peut naître sans l'aide de son langage (Meltzer). L'émergence de la pensée nécessite donc la présence de l'adulte dans un partage d'états affectifs au sens de l'accordage affectif de Stern avec appui sur des conduites d'imitation dans les interactions précoces (imitation du nourrisson par la mère et de la mère par le nourrisson). On y retrouve les enjeux décrits par E. Bick à propos de l'apprentissage par l'imitation. Si le bébé

est compétent pour percevoir et s'imprégner des sensations que lui procure son environnement. (Bion,1962, pp. 306-310).

### 6. Prévention

L'Organisation Mondiale de la Santé (OMS) définit la prévention comme « l'ensemble des mesures visant à éviter ou réduire le nombre et la gravité des maladies, des accidents et des handicaps » (Bourdillon, 2009). Selon la classification de l'OMS, la prévention est rangée en trois stades :

#### 6.1 La prévention primaire

Elle intervient avant l'apparition de la maladie ou du problème de santé. Son objectif est d'éviter sa survenue, de réduire voire d'éliminer les risques d'apparition de nouveaux cas. (Tisseron,2018, p.53).

#### 6.2 La prévention secondaire

Utilisée auprès des populations à risque. Son objectif principal est de détecter l'atteinte à la santé le plus précocement possible, pour réduire ses effets, sa progression et la durée d'évolution. Cela concerne essentiellement les actions de dépistage (Tisseron,2018, p.54).

#### 6.3 La prévention tertiaire

Elle vient après l'apparition de l'atteinte. Son objectif est de réduire les complications, les récurrences, les conséquences dues au problème de santé. Elle se traduit par des actions de réadaptation et d'aide à la réinsertion sociale et professionnelle. Cette classification est celle admise dans l'ensemble du monde. Bien que les niveaux primaire et secondaire se développent de plus en plus, la prévention tertiaire reste la plus pratiquée par les orthophonistes (Tisseron,2018, p.55).

Chez le jeune enfant, l'Académie Américaine de Pédiatrie lutte contre l'exposition trop précoce ou prolongée aux écrans non interactifs. Elle déconseille d'y exposer les enfants de moins de 2 ans et pour les plus grands de les exposer plus de 2 heures par jour (Tisseron,2018, p.56).

Pour limiter les risques de dérive de leurs enfants face aux écrans, les parents doivent leur apprendre dès leur plus jeune à bien s'en servir et respecter quelques principes.

Fixer avec eux (et non de façon unilatérale) un quota à ne pas dépasser : l'enjeu est en effet de rendre les enfants autonomes dans leur gestion des écrans en leur apprenant à s'autoréguler. ((Haute Conseil de la Santé Publique ; rapport de campagne d'information sur le bon usage des écrans, 2016).

- Ne pas les laisser seuls face aux écrans. Il est essentiel de montrer de l'intérêt pour leurs

activités numériques, de les accompagner dans leurs découvertes et d'en parler avec eux pour les aider à développer leur intelligence narrative, mais il est aussi important de les guider dans le choix des programmes et des jeux.

- Utiliser les écrans pour développer leur créativité en les orientant vers des activités créatives (apprendre à dessiner, à faire des photographies, des origamis...). Donner le bon exemple en s'imposant certaines limites (pas d'écrans à table, se déconnecter le soir quand les parents rentrent à la maison pour se consacrer pleinement à ses enfants) ((Haute Conseil de la Santé Publique ; rapport de campagne d'information sur le bon usage des écrans, 2016).

### 6.4 La règle 3-6-9-12 de Serge Tisseron

La règle 3-6-9-12, réalisée par Tisseron, apporte des « repères pour savoir à que l'âge et comment introduire les différents écrans dans la vie de nos enfants » (Tisseron, 2013). Elle est remplacée par une campagne d'affiches et un ouvrage de l'auteur. Son objectif est la sensibilisation des adultes aux dangers d'un usage excessif et inapproprié des écrans chez les enfants. Les préconisations avancées sont les suivantes :

- Pas d'exposition des enfants aux écrans avant 3 ans.
- Pas de console de jeux personnelle avant 6 ans.
- Utilisation d'internet à partir de 9 ans minimum, avec un accompagnement parental jusqu'à 11-12 ans.
- Utilisation d'internet seul à partir de 12 ans minimum, avec des règles d'usage à respecter.
- Tisseron invite également, pour chaque âge, à limiter le temps passé devant les écrans, à être vigilant au contenu et à parler avec l'enfant des images visionnées (Tisseron, 2013).

S. Tisseron a élaboré ce qu'on appelle la règle 3 -6-9-12. Il donne des instructions aux parents et leur explique comment gérer l'utilisation des écrans pour chaque âge. Dans le tableau suivant, on présentera les cette règle en guide de synthèse.

**Ce qui doit nous alerter :**

- Il réclame un écran le soir pour s'endormir.
- Il préfère rester sur un écran plutôt que de communiquer lors de la visite de membres de la famille ou de camarades.
- Ses résultats scolaires baissent.
- Il réduit ses activités, notamment sportives.
- Mais le plus souvent, le repliement sur les activités numériques est le signe d'une souffrance que l'enfant cherche à oublier. Parlons avec lui de ce qui le préoccupe.

**À tout âge, établissons des règles familiales :**

- Prenons le repas du soir ensemble, sans télévision, ni téléphone mobile, ni tablette tactile, pour en faire un temps d'échange convivial. Il a été montré d'ailleurs que cela constitue le meilleur indicateur de la réussite scolaire et de l'intégration sociale future d'un enfant !
- Préférons une petite vidéothèque dans laquelle l'enfant pourra choisir un film plutôt que la télévision. La durée en sera toujours limitée, et il pourra regarder chaque film plusieurs fois jusqu'à l'avoir bien compris.
- Préférons toujours les écrans partagés aux écrans solitaires. Par exemple, établissez un rituel pour regarder

**Pour en savoir plus :**

Serge Tisseron  
**3-6-9-12 - Apprivoiser les écrans et grandir**  
 Editions Actes - NOUVELLE ÉDITION, 308 pages, 10 €

Serge Tisseron  
**Les dangers de la télé pour les bébés**  
 Editions Actes - NOUVELLE ÉDITION ACTUALISÉE, 150 pages, 10 €

Serge Tisseron  
**Manuel à l'usage des accros aux écrans, ou Comment garder à la fois mon ordi et mes parents**  
 2015, Paris, Nathan

## Apprivoiser les écrans et grandir

# 3-6-9-12

**Avant 3 ans**  
L'enfant a besoin de découvrir avec vous ses sensibilités, et ses repères

**De 3 à 6 ans**  
L'enfant a besoin de découvrir ses dons sensoriels et manuels

**De 6 à 9 ans**  
L'enfant a besoin de découvrir les règles du jeu social

**De 9 à 12 ans**  
L'enfant a besoin d'explorer la complexité du monde

**Après 12 ans**  
Il s'affranchit de plus en plus des repères familiaux

Jouez, parlez, arrêtez la télé

Limitez les écrans, partagez-les, parlez-en en famille

Créez avec les écrans, expliquez-lui Internet

Apprenez-lui à se protéger et à protéger ses échanges

Restez disponibles, il a encore besoin de vous !

“ J'ai imaginé en 2008 les repères - 3-6-9-12 - comme une façon de répondre aux questions les plus pressantes des parents et des pédagogues. ” Serge Tisseron  
 3-6-9-12. Apprivoiser les écrans et grandir, 14. ivres

Figure 5 :(Règle de 3-6-9-12 proposé S. Tisseron 2018) (Tisseron,2018).

Les règles seront résumées dans le tableau suivant :

TableauN°2 : la 3-6-9-12 de Tisserons

Suivant les 3-6-9-12, des écrans adaptés à chaque âge

| Avant de 3ans                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Entre 3ans et 6 ans                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Entre 6ans et 9ans                                                                                                                                                                                                               | Entre 9 ans et 12 ans                                                                                                                                                                                                                                    | Après 12 ans                                                                                                                                                                                                                           |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>L'enfant a besoin de mettre en place ses repères spatiaux, puis temporels. Les premiers sont construits à travers toutes les interactions avec l'environnement qui impliquent ses 5sens, et les seconds à travers les histoires qu'on lui raconte et les livres qu'il feuillette. Évitez la télévision et les DVD dont les effets négatifs sont Démonstrés, Les tablettes tactiles peuvent être utilisées seulement dans un accompagnement ludique</p> | <p>Dés 3ans, limiter les écrans et soutenir la sélection/ qualité des nécessaire à s'auto réguler. Évitez la télévision et l'ordinateur dans la chambre. Respectez les âges indiqués pour les programmes. À cet âge, jouer seul devient rapidement stéréotypé et compulsif ; préférez-les jeux vidéo à plusieurs ceux qu'on joue seul. Les ordinateurs et consoles de selon sont un support occasionnel de jeu en famille, voire d'apprentissages</p> | <p>Évitez la télévision et l'ordinateur dans la chambre. Établissez des règles claires sur le temps d'écrans. Paramètre la console de jeux du salon. À partir de 8 ans usage accompagné d'internet sur l'ordinateur familial</p> | <p>Évitez la télévision et l'ordinateur dans la chambre. Déterminez avec votre enfant l'âge à partir duquel il aura son téléphone mobile. Rappel des 3 règles de base d'internet.<br/>1. Tout ce que l'on y met y reste<br/>Tout ce que l'on y reste</p> | <p>L'enfant « surfe » seul sur la toile. Évitez la connexion nocturne illimitée depuis sa chambre. Discutez avec lui du téléchargement, du plagiat, de la pornographie et du harcèlement. Refusez d'être son « ami » sur face book</p> |

**Avant 3 ans**  
Jouer avec votre enfant est la meilleure façon de favoriser son développement.  
Je préfère les histoires lues ensemble, les comptines et les jeux partagés aux écrans.  
La télévision allumée nuit aux apprentissages de votre enfant même s'il ne la regarde pas.  
Jamais de télé dans la chambre.  
Les outils numériques, c'est toujours accompagné, pour le seul plaisir de jouer ensemble.

**De 3 à 6 ans**  
Je fixe des règles claires sur les temps d'écran.  
Je respecte les âges indiqués pour les programmes.  
La tablette, la télévision et l'ordinateur, c'est dans le salon, pas dans la chambre.  
J'interdis les outils numériques pendant le repas et avant le sommeil. Je ne les utilise jamais pour calmer mon enfant.  
Jouer à plusieurs, c'est mieux que seul.

**De 6 à 9 ans**  
Je fixe des règles claires sur le temps d'écrans, et je parle avec lui de ce qu'il y voit et fait.  
La tablette, la télévision et l'ordinateur, c'est dans le salon, pas dans la chambre.  
Je paramètre la console de jeux.  
Je parle du droit à l'intimité, du droit à l'image, et des 3 principes d'Internet :  
1) Tout ce que l'on y met peut tomber dans le domaine public ;  
2) Tout ce que l'on y met y restera éternellement ;  
3) Il ne faut pas croire tout ce que l'on y trouve.

**De 9 à 12 ans**  
Je détermine avec mon enfant l'âge à partir duquel il aura son téléphone mobile.  
Il a le droit d'aller sur internet, je décide si c'est seul ou accompagné.  
Je décide avec lui du temps qu'il consacre aux différents écrans.  
Je parle avec lui de ce qu'il y voit et fait.  
Je lui rappelle les 3 principes d'Internet.

**Après 12 ans**  
Mon enfant - surfe - seul sur la toile, mais je fixe avec lui des horaires à respecter.  
Nous parlons ensemble du téléchargement, des plagiat, de la pornographie et du harcèlement.  
La nuit, nous coupons le WIFI et nous éteignons les mobiles.  
Je refuse d'être son - ami - sur les réseaux sociaux.

**Ils peuvent changer !**  
Même si vos enfants font tout pour vous convaincre qu'il est inutile d'essayer de les faire changer, ils ont beaucoup plus de souplesse que vous ne le pensez. N'hésitez pas à modifier les règles, à condition qu'elles soient claires et que vous laissiez à vos enfants un peu de temps pour s'y adapter.

**À tout âge, choisissons ensemble les programmes, limitons le temps d'écran, invitons les enfants à parler de ce qu'ils ont vu ou fait, encourageons leurs créations.**

**C'est tous ensemble que nous modifierons notre relation aux écrans. Rejoignez nous sur <http://3-6-9-12.org>**

Figure N°6 : 3-6-9-12, des écrans adaptés à chaque âge proposé par Tisserons

## Synthèse

Les écrans occupent une place prédominante au sein des foyers. Les parents sont eux-même captivés ou « capturés » par leur usage. Or, si les écrans semblent être des outils

formidables lorsqu'ils nous permettent de nous rapprocher de ceux qui sont loin (utilisation de Skype pour échanger avec de la famille dans un autre pays par exemple), ils peuvent par ailleurs considérablement éloigner de ceux qui sont proches. D'autre part Aujourd'hui, l'utilisation d'écrans est devenue la principale source d'occupation pour beaucoup d'enfants. Et dans la majorité des discours parentaux, plus ils y sont confrontés et plus ils sortent vie, besoin d'y avoir recours.

Le problème principal en serait alors leur utilisation très solitaire. Chaque membre de la famille ou presque retrouverait seul face à son écran sans moment de partage autour et en dehors de l'écran. Cette solitude constitue alors un réel problème dans le cas de l'enfant car de nombreuses expériences interactionnelles sont absolument nécessaires à sa croissance psychique. À cet effet Il ne s'agit pas de bannir les écrans, ils font partie intégrante d'environnement et peuvent être bénéfiques à certain égard

*Chapitre III*  
*L'apprentissage*  
*scolaire*



### Préambule

L'école joue un rôle central comme lieu de transmission et de construction des savoirs, lieu d'apprentissages et d'appropriation des outils cognitifs et lieu de socialisation. Comme à tous les moments de son évolution, l'entrée des technologies de l'information et de la communication dans l'école laisse notamment entrevoir que des questions nouvelles et fondamentales concernant l'apprentissage sont adressées aux cognitivistes, aux pédagogues, aux didacticiens et aux concepteurs.

Pluridisciplinaire par nature, l'étude du développement et de l'apprentissage trouve dans les sciences cognitives un cadre particulièrement fécond. Les lignes de force qui caractérisent les conceptions récentes du développement, appréhendables à travers les aspects fondamentaux de la cognition humaine que sont l'attention, l'émotion, la mémoire, résultent de l'effort conjoint de plusieurs disciplines. Ainsi, l'intérêt croissant pour l'étude des mécanismes de transition, qui guident et contraignent les interactions entre le cerveau et l'offre environnementale, tant chez l'enfant normal que dans des populations présentant des difficultés spécifiques d'apprentissages. Les connaissances issues de ces travaux ont des enjeux sociaux et éducatifs évidents. Leurs conséquences sont de première importance sur l'apprentissage scolaire et leurs relations avec la surexposition aux écrans. Afin de tenir compte des interventions qui visent à les prévenir ou à y remédier.

### 1. Définition de l'apprentissage

Le mot apprentissage « est l'un des plus difficiles à définir, dans un domaine celui de l'éducation ou la complexité est une constante. Remarquons, en premier lieu, qu'apprendre est volontiers confondu avec comprendre.

Selon terme "apprentissage scolaire" peut être défini comme le processus par lequel des comportements nouveaux sont acquis ou des comportements existants sont modifiés en interaction avec l'environnement scolaire. Cela implique une transformation durable des connaissances et des compétences chez les apprenants, résultant de leur engagement actif dans des activités d'enseignement et d'apprentissage au sein d'un cadre éducatif. Cette définition souligne l'importance des interactions entre les élèves, les enseignants et le contenu d'apprentissage pour favoriser le développement cognitif et social des apprenants dans un contexte éducatif structuré, (Perraudau, 2006, p.13).

L'apprentissage peut se définir aussi à partir du comportement de l'élève (visible), comme à partir des structures de pensée (non visibles) qui sous-tendent ce comportement. Il

peut, aussi, être défini à partir des performances mises en œuvre pour atteindre ces propres performances. » (Perraudau,2006, p.13).

La Borderie, (1998), souligne que le terme apprentissage « englobe en réalité des activités plus complexes que celles liées à apprendre : on regroupe ainsi derrière ce concept tout ce qui relève du comprendre, c'est pourquoi certains préfèrent distinguer ces deux activités et parlent d'apprentissage d'une part et de compréhension d'autre part. » (Perraudau, 2006, p.13).

Cependant, l'apprentissage désigne « des situations aussi diverses que l'acquisition de la marche ou de la propreté, l'apprentissage constitue un changement adaptatif observé dans le comportement de l'organisme. Il résulte de l'interaction de celui-ci avec le milieu. Il est indissociable de la maturation physiologique et de l'éducation. (Sillamy,2003).

### **2. Les principales théories de l'apprentissage**

Il est difficile de parler de l'apprentissage sans aborder les bases neurophysiologiques que l'on appelle l'apprentissage répondant ou apprentissage de type I et de la mémoire. Il est bien plus délicat de relier les capacités d'apprentissage, les performances mnésiques et l'intelligence. On va citer succinctement les principales théories d'apprentissage ci-dessous.

#### **2.1 Le béhaviorisme de Watson (Le conditionnement répondant)**

J. Watson (1878-1958) qui est le fondateur du behaviorisme, refuse de définir la psychologie comme l'étude de l'esprit ou l'étude de l'expérience consciente. Il considère que l'introspection n'est pas scientifique. Il affirme que si la psychologie veut être considérée comme une science objective au même titre que la physique ou la chimie, elle doit se limiter aux événements observables, c'est-à-dire au comportement (visible ou explicite) (behavior). Pour Watson, il s'agit d'étudier l'homme avec les mêmes méthodes objectives que celles utilisées pour l'animal qui ne peut s'observer lui-même. (Watson,2013)

Pour J. Watson, les hommes ont tous le même potentiel à la naissance et ce sont les différences du milieu dans lequel ils évoluent qui les façonne différemment et développe des personnalités uniques. (Bourgois et Frenay ,2006, pp.21-36).

En effet, puisque nous dépendons de notre environnement, en réorganisant cet environnement, il est possible de modeler les individus et notamment les enfants. Ce réarrangement du milieu permettrait alors de modifier les comportements inappropriés en utilisant les méthodes de déconditionnement-reconditionnement. Cela permettrait également d'éviter la formation de mauvaises habitudes ou encore de développer une personnalité équilibrée. (Ibid,2006 ,pp.21-36).

### 2.2 Le constructivisme

C'est la perspective proposée par J. Piaget (1896-1980) qui a donné une impulsion à cette orientation. La théorie psychologique proposée prend le contre-pied du courant behavioriste ; dès lors, on tente de construire une science de la cognition en étudiant le système cognitif sa structuration et son fonctionnement. De ce point de vue, l'opération consiste à ouvrir ce que les behavioristes appellent « la boîte noire » en se centrant ainsi sur les activités mentales de l'individu et les structures qui les soutiennent \_ et non seulement sur les variations de l'environnement ; cette nouvelle approche se veut être avant tout une psychologie de la connaissance. Pour le constructivisme, l'apprentissage consiste à entrer dans un processus actif de construction (plutôt que d'acquisition) de connaissances en interagissant avec son environnement, en donnant du sens à ses expériences et en développant ses représentations. (Bourgois & Frenay, 2006 ,pp.21-36).

#### 2.2.1 Les postulats du constructivisme

- Les apprenants « construisent » leur propre connaissance à partir des notions qu'ils possèdent déjà et de leur expérience.
- On met l'accent sur la réalisation d'activités d'apprentissage authentiques ou en contexte, c'est-à-dire en prenant part à des situations concrètes qui sont susceptibles de se dérouler dans la vie de tous les jours. Les élèves doivent être confrontés à de véritables problèmes de la vie courante.
- Cette école de pensée met l'accent sur l'apprenant plutôt que sur l'enseignant. Elle encourage cet apprenant à construire ses propres conceptualisations et apporter ses solutions aux problèmes qu'il rencontre, elle l'incite même à développer au maximum son autonomie et son initiative.
- Selon constructivisme, l'apprentissage est basé sur la participation active des élèves à la résolution de problèmes et à la pensée critique doivent réaliser. L'individu est donc le protagoniste actif du processus de connaissance.
- L'enseignant devient un « accompagnateur » qui guide et incite l'élève à utiliser son esprit critique, à résoudre des problèmes et à synthétiser ses connaissances. Dans cette perspective, l'enseignant ne doit pas entraver le processus de développement interne de l'élève (l'enseignement doit s'adapter aux besoins des élèves). Il lui revient de fournir à ses élèves un environnement d'apprentissage ouvert, riche de possibilités d'apprentissage, et surtout non-fondé sur des séquences d'instruction prédéterminées.

2.2.2 Le processus d'apprentissage constructiviste

Il se déroule en trois étapes, comme suit :

➤ **L'assimilation** : Le processus d'assimilation se caractérise par l'intégration de nouvelles idées, notions à des cadres mentaux qui existent déjà. L'individu ajoute à sa structure des éléments provenant de son environnement, il les intègre en les relie, en les coordonnant aux informations, aux connaissances dont il dispose déjà.

➤ **L'accommodation** : Le processus d'accommodation est marqué par l'adaptation du sujet à des situations nouvelles, d'où modification des cadres mentaux et réorganisation de ses connaissances. C'est donc une action de l'environnement sur l'individu qui va avoir pour effet de provoquer des ajustements dans la manière de voir, de penser du sujet.

➤ **L'équilibration, (Adaptation)** : On appelle équilibration (J. Piaget en parle en termes d'autorégulation) la recherche du meilleur équilibre entre les deux processus complémentaires, assimilation et accommodation, c'est-à-dire entre l'individu et son environnement.

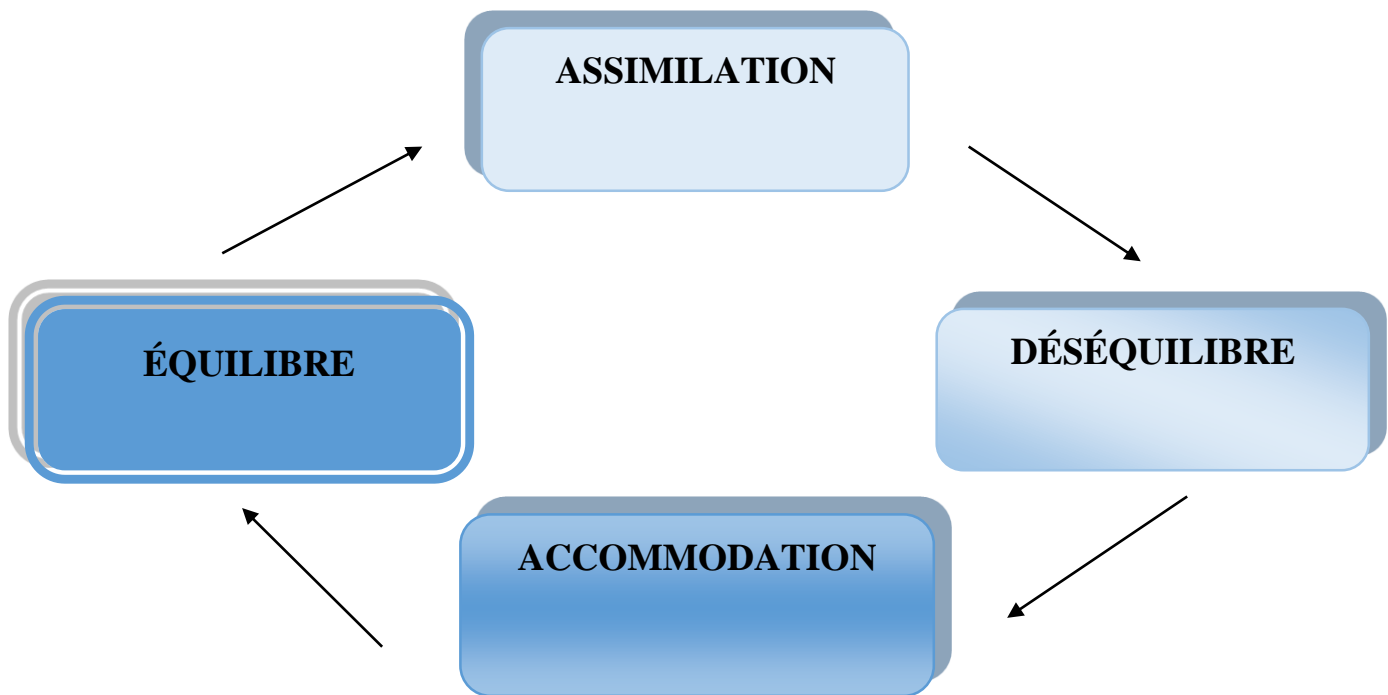


Figure N° 7 : Le processus d'apprentissage constructiviste (Bourgois & Frenay, 2006, pp.21-36).

### 3.3 L'approche développementale de Piaget

Pour J. Piaget, l'apprentissage consiste en une modification de l'état des connaissances. Piaget postule l'existence d'une série de structures internes à l'individu et qui, au fur et à mesure sa maturation se développe en donnant la possibilité d'intégrer des données de plus en plus complexes. Piaget a pu distinguer quatre types de structures qu'il appelle stades. Les stades sont ainsi des structures cognitives communes à tous les sujets d'un même niveau et qui évoluent progressivement vers une pensée de plus en plus logique. Il tente, en effet, d'expliquer les mécanismes d'acquisitions et d'utilisation des connaissances à partir de la genèse et du développement des opérations intellectuelles. (Ndiaye, 1997), Les stades sont :

➤ **Le premier stade « sensori-moteur » -00 à 02 ans**

Durant cette période, le contact qu'entretient l'enfant avec le monde qui l'entoure dépend entièrement des mouvements qu'il fait et des sensations qu'il éprouve.

➤ **Le deuxième stade « la pensée préopératoire » -02 à 6/7 ans**

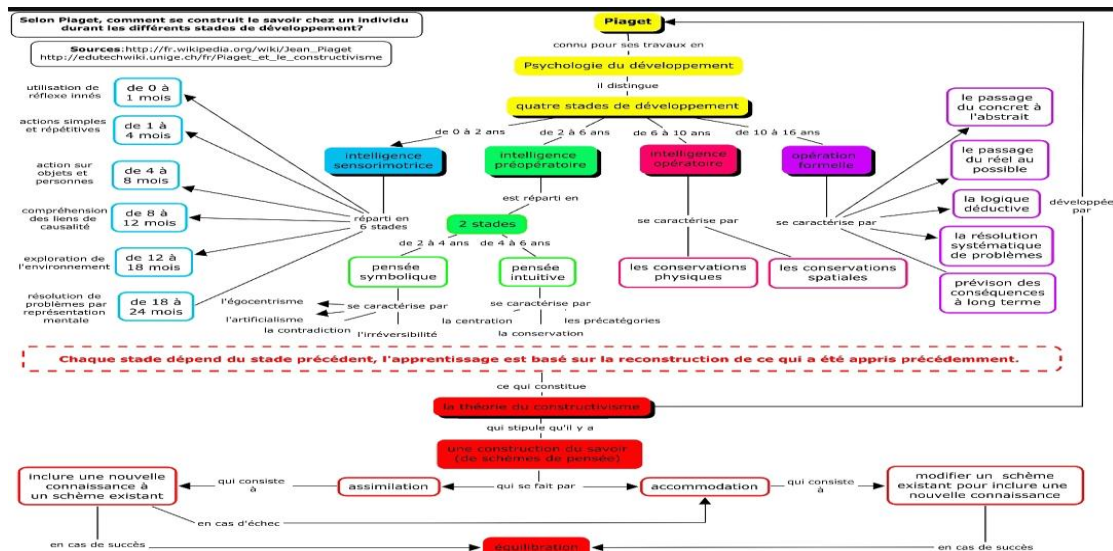
Cette période se caractérise entre autre par l'avènement du langage, l'enfant devient capable de penser en terme symbolique. Il saisit aussi la notion de quantité, d'espace. Ainsi que la distance entre passé et futur. Mais il demeure beaucoup plus orienté vers le présent et les situations physiques concrètes, ayant de la difficulté à manipuler des concepts abstraits. Sa pensée est aussi très égocentrique en ce qu'il assure souvent quel est autres voient les situations de son point de vue à lui.

➤ **Le troisième stade « les opérations concrètes » -6/7 ans à 11/12 ans**

Avec l'expérience du monde qui s'accumule en lui, l'enfant devient capable d'envisager des événements qui surviennent en dehors de sa propre vie. Il commence à conceptualiser et à créer des raisonnements logiques nécessitant cependant encore un rapport direct avec le concret. Un certain degré d'abstraction permet aussi d'aborder des disciplines comme les mathématiques où il devient possible pour l'enfant de résoudre des problèmes avec des nombres, de coordonner des opérations dans le sens de la réversibilité, mais toujours au sujet des phénomènes observables.

➤ **Le quatrième stade « les opérations formelles, abstraites » -11/12 ans et plus**

Les nouvelles capacités de ce stade, comme celle de faire des raisonnements hypothético-déductives et d'établir des relations abstraites, sont généralement maîtrisées autour de l'âge de 15 ans. L'adolescent est capable de faire des hypothèses et de les soumettre à l'expérience. Il peut réfléchir sur des réalités virtuelles et développer un raisonnement qui s'en tient aux formes logiques.



**Figure N° 8:** Schéma explicatif de l'approche développementale de J Piaget ([https://edutechwiki.unige.ch/fr/Fichier:Bases\\_cmap1\\_piaget.png](https://edutechwiki.unige.ch/fr/Fichier:Bases_cmap1_piaget.png))

### 3.4 Le socioconstructivisme

Faisant suite au courant constructiviste, le socioconstructivisme, développé par L. Vygotski, intègre, comme son appellation l'indique, la dimension sociale. Le perspective socioconstructiviste met l'accent sur le rôle des interactions sociales multiples dans la construction des savoirs et propose de considérer l'apprentissage comme une participation active à des activités en situation réelle et en interagissant avec d'autres. (Ndiaye,1997).

#### 3.4.1 Les postulats de l'approche socioconstructiviste

- La tête de l'élève n'est jamais vide de connaissances.
- Les interactions sociales entre élèves peuvent aider à l'apprentissage.
- L'élève donne un sens à une connaissance si elle apparaît comme un outil indispensable pour résoudre un problème.

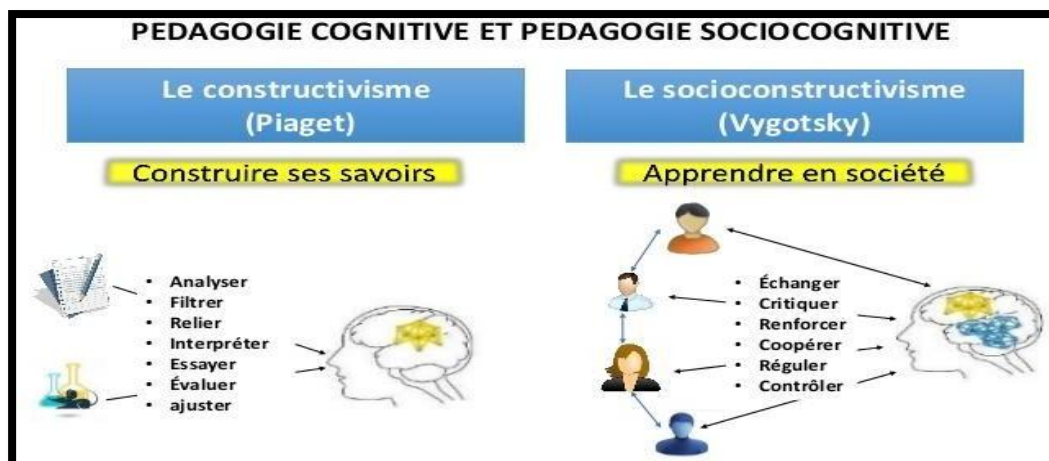
#### 3.4.2 Les principes pédagogiques généraux de socioconstructivisme

L'apprentissage est considéré comme le produit d'activités sociocognitive liées aux échanges didactiques enseignant-élèves et élèves-élèves. Ceci peut se réaliser par exemple dans des travaux de groupe, des stages de terrain, un enseignement réciproque (entre étudiants), des collaborations à distance en recourant à l'usage des technologies, des simulations (l'utilisation du courrier électronique dans le cadre d'une correspondance scolaire ou encore le travail au sein de classes virtuelles).

L'enseignant doit favoriser une construction en commun de la connaissance, fondée sur la négociation et la coopération entre pairs. Le groupe d'élève convie à évaluer les d'apprentissage et à comparer ses constructions avec celles des pairs. Cette approche encourage chez l'apprenant la curiosité, l'initiative et la recherche. L'élève est invité à résoudre un problème ou à réaliser une activité en faisant appel aux ressources humaines et matérielles auxquelles il a accès : collègues, expériences antérieures. (Bourgois & Frenay, 2006, pp.21-36).

C'est alors que, par essai et erreur, l'élève en question sera en mesure de comparer les conceptions qu'il possède déjà avec ses nouvelles expériences en parvenant ainsi à un nouveau palier de connaissances. En claire, l'élève est responsable de ses apprentissages, il « apprend à apprendre ». Dans le cadre de ces perspectives il s'agit de faciliter l'apprentissage et non de le prescrire. L'enseignement a pour tâche d'amener les apprenants à construire du sens et non d'imposer un modèle en construisant un environnement qui favorise l'apprentissage. Ces deux modèles de la construction de connaissance impliquent deux manières différentes de concevoir les activités :

- a. Dans le cadre d'un constructivisme « pur » comme celui du courant Piagétien, il s'agit d'une pédagogie de la découverte individuelle.
- b. Alors que pour L. Vygotsky c'est une pédagogie de la médiation.



**Figure N°9 :** Comparaison entre le constructivisme de Piaget et le socioconstructivisme de La Vygotsky . (Ndiaye, 1997).

Il est possible d'appliquer une pédagogie de la découverte individuelle (interaction individu- tâche) sur la base du constructivisme en offrant des activités d'exploration et de découvertes.

### 3. Les méthodes d'apprentissages

**3.1 Méthode transmissive, passive ou magistrale** (appelée également expositive)

C'est la méthode la plus ancienne qui s'appuie sur la technique de l'exposé oral, c'est le cours magistral qui laisse peu de place à l'interactivité avec l'apprenant. Elle est centrée sur le contenu de formation et formateur. L'apprenant doit ici faire preuve de bonne volonté pour apprendre, il sera considéré comme responsable en cas de non-apprentissage. Dans le triangle de J. Houssay, cela correspond à la relation privilégiée enseignant-savoir ou l'enseignant est expert du contenu, un détenteur de vérité qui transmet l'information de façon univoque. Il est souvent difficile que le discours magistral en tant que tel puisse permettre d'apprendre quoi que ce soit.

### 3.2 Apprentissage par imitation

Il suppose de la part de l'enfant la valorisation d'un modèle et la volonté de le posséder, de le prendre. C'est par l'imitation que se font tous les apprentissages « spontanés » de la petite enfance : parole, gestes, mimiques, etc., ainsi que ceux de la dimension esthétique des activités : ton, grâce, style, manière, etc. Le rôle du pédagogue est de montrer l'exemple ou de proposer des modèles, sans devoir faire appel à la rationalité expérimentale et à sa systématisation. Abandonné par la pédagogie scolaire, il reste utilisé pour l'enseignement de tous les arts : qu'il s'agisse de l'équitation, du violon, de la cuisine, du dessin ou de la danse.

### 3.3 Apprentissage par induction

L'induction est une forme d'apprentissage qui fonctionne très bien lorsqu'elle est bien encadrée. Elle consiste à créer une théorie, une loi, à partir d'observations, d'expériences. Par exemple, si j'observe une seringue remplie d'air que je peux compresser et étirer, j'en induirai que l'air, et les gaz, sont compressibles. Par contre, si un enfant observe une plume et une roche qui ne tombent pas à la même vitesse dans l'air, il induira que les objets lourds tombent plus vite, ce qui est faux. Il faut donc bien encadrer les sujets lorsqu'ils utilisent cette méthode. Elle se révèle très efficace car elle suscite des interrogations, ce qui établit un maximum de connexions dans le cerveau, car ils apprennent avec ce savent déjà.

Ainsi, « L'apprentissage renvoie à une expérience intime si commune qu'on peut avoir l'illusion d'un consensus dans sa définition. De fait, le terme renvoie à des aspects très différents : celui des comportements et des entités structurales et fonctionnelles qui les sous-tendent, d'une



part, celui des conditions et des processus qui conditionnent les modifications des comportements, d'autre part. » (Weil-barais, 2014, p.13).

Selon le triangle pédagogique conçu par J Houssay, (1992), le processus « Apprentissage » est toujours en relation avec un autre processus qu'est celui de « former » et de « savoir », objet de ces deux processus. L'enseignant est d'avantage un organisateur de situations de formation(instruction et éducation) qui met immédiatement en contact les deux principaux facteurs ci-dessus, en attachant beaucoup plus d'attention au processus d'appropriation de savoir mis en place par l'apprenant, en attachant beaucoup plus d'attention au processus d'appropriation des savoirs mis en place par l'apprenant qu'à la présence de l'enseignant, comme affirme J Houssay « Élèves et savoir sont donc sujets qui se reconnaissent comme tels et l'enseignant tient la place du mort».

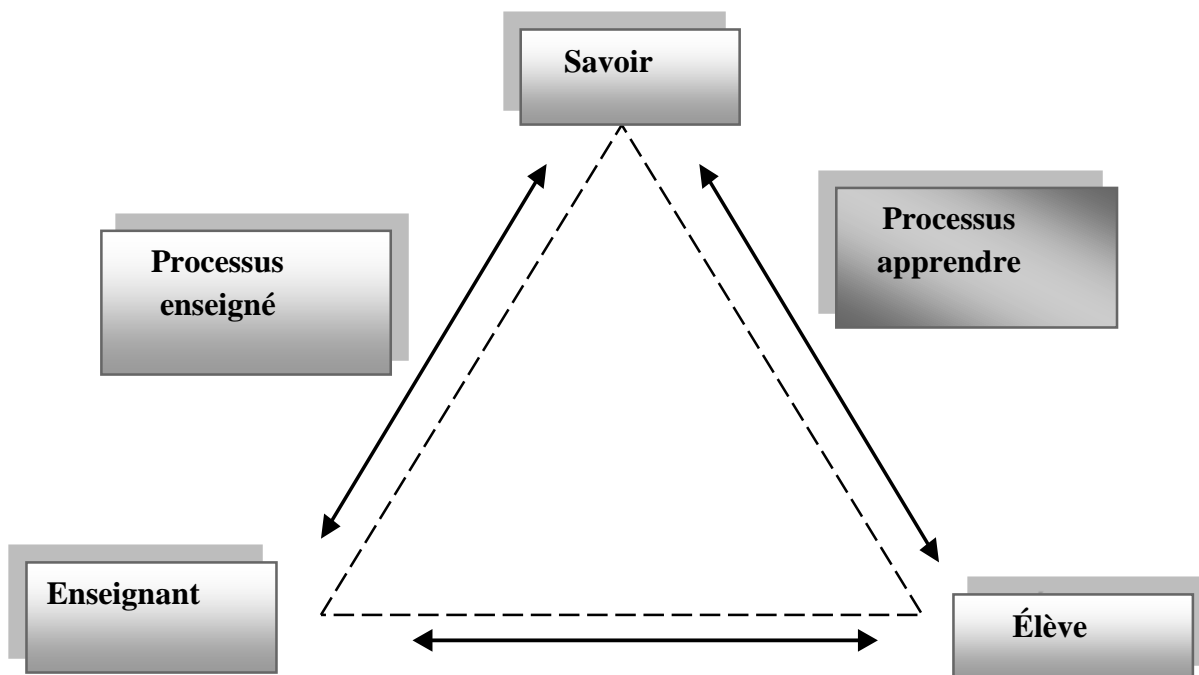


Figure N°10 : Le triangle pédagogique de Jean Houss1992-(Weil-barais, 2004, p.13).

### 3.4 Apprentissage numérique

#### 3.4.4 La définition de l'apprentissage virtuelle

Bien que le concept de l'apprentissage mobile est très récent, est généralement considérée comme le domaine qui traite la relation entre l'enseignement et l'apprentissage dans la portée des technologies mobiles. Selon (Winters, 2006), ce domaine peut être défini selon cinq (5) points de vue différents :

- a. L'apprentissage virtuel est une forme d'enseignement à distance qui utilise les

technologies numériques pour permettre aux apprenants d'accéder à des formations en ligne, interactives et parfois personnalisées. La technologie numérique utilisée dans cette forme d'apprentissage désigne l'ensemble des moyens et solutions d'apprentissage dispensés par le biais d'outils numériques ou électroniques. Il offre aux apprenants une forme d'enseignement à distance qui respecte leur rythme, sans contrainte de lieu ou de temps, grâce à l'accessibilité des contenus pédagogiques sur ordinateur, tablette ou Smartphone. (Ally, 2008, pp.3-31).

- b. Comme un prolongement du e-Learning ou apprentissage en ligne – e-Learning (Brown, 2003) : Provenant de l'apprentissage à distance, l'apprentissage en ligne n'est pas seulement la combinaison des contenus et des services fournis par la voie électronique (Waller et Wilson, 2001), mais l'éloignement (géographique et/ou temporelle) entre l'enseignant et l'apprenant (Paulsen et al, 2002). Reliés par un réseau informatique ; l'apprentissage mobile serait donc une intersection de e-Learning avec les technologies mobiles. (Ally, 2008, pp.3-31).
- c. Comme un apprentissage effectué en utilisant des dispositifs mobiles. Cette définition techno-centrique, qui est la plus dominante dans la littérature, est considérée exacte mais inutile, car il ne cherche qu'à placer l'apprentissage mobile quelque part sur le spectre de portabilité de l'e-Learning. (Ally, 2008, pp.3-31).
- d. Comme un apprentissage axé sur la mobilité de l'étudiant moderne (Malley et al, 2003). En ce sens, ont adopté la définition suivante : « mobile Learning is learning of mobile actors. In contrast to other mobile activities (e.g., for pleasure or work), mobile learning activities are embedded in a didactic framework ». D'autres auteurs considèrent l'activité en mobilité en admettant qu'il est moins utile de se concentrer sur les facteurs techniques, mais qu'il est nécessaire de comprendre la façon dont les activités d'apprentissage sont intégrées à la technologie. ([Http://www.mobilearn.org/download/results/guidelines.pdf](http://www.mobilearn.org/download/results/guidelines.pdf) [2007]).
- e. Comme un complément à l'éducation formelle. Il n'est pas clair que ce point de vue soit totalement correct ; des formes d'éducation à distance existent depuis plus de cent ans et cette perspective mène aux questions concernant la place de l'apprentissage mobile par rapport aux autres formes de l'éducation traditionnelle (Winters, 2006).

En synthèse la définition du M-Learning a évolué dans le temps partant de la technologie pour aller vers l'apprenant. Il peut être défini comme un apprentissage à travers un contexte qui est focalisé sur l'apprenant et qui peut utiliser une technologie fixe ou portable. Nous retenons

des trois premières perspectives pour une définition de l'apprentissage mobile, mais en ajoutant un facteur qui semble Winters l'a oublié : la familiarité et la préférence pour ces technologies. Ainsi, M-Learning serait un type de e-learning, à distance ou en face, qui utilise les technologies mobiles, et conçus pour répondre de manière appropriée à la mobilité des étudiants et des préférences modernes. (Vázquez-Abad et al,2006).

### 3.4.5 L'effet de la pandémie COVID 19 sur l'apprentissage scolaire

Selon l'UNESCO, 90 % des enfants en âge d'être scolarisés dans le monde ont vu leur éducation perturbée par la pandémie. Human Rights Watch a conclu que pour des millions d'élèves, la fermeture des écoles ne constitue pas une perturbation momentanée de leur éducation, mais la fin brutale de celle-ci. Même pour les élèves qui sont retournés ou retourneront dans leurs salles de classe, les données suggèrent qu'ils continueront de subir les conséquences de la perte d'apprentissage entraînée par la pandémie pendant des années encore. En d'autres termes la pandémie de COVID-19 a eu de nombreuses conséquences négatives sur l'apprentissage et la santé mentale des élèves :

#### **-Impact sur l'apprentissage et la scolarité**

- Les fermetures d'écoles et les périodes de confinement ont entraîné de longues interruptions des enseignements, causant un retard académique significatif pour de nombreux élèves.
- La forte dépendance à l'enseignement en ligne a exacerbé les inégalités existantes, car tous les élèves n'avaient pas les mêmes opportunités, outils ou accès nécessaires pour poursuivre leur éducation pendant la pandémie.
- Pour des millions d'élèves, la fermeture des écoles ne constitue pas une perturbation momentanée de leur éducation, mais la fin brutale de celle-ci. Certains ont commencé à travailler, se sont mariés, sont devenus parents, ont été frustrés par l'insuffisance de leur éducation ou ont renoncé à suivre l'enseignement.( UNICEF. Rethinking screen-time in the time of COVID619.2020).

#### ➤ **Impact sur la santé mentale**

- La pandémie et les mesures de restriction ont eu un impact important sur la santé mentale des enfants et adolescents, avec des conséquences plus importantes chez les populations vulnérables.
- De nombreux jeunes ont connu une hausse de difficultés psychiques comme l'anxiété, la dépression et le stress. Dans les cas extrêmes, cela a conduit certains étudiants au suicide.

- Le changement de routine, l'isolement social, la limitation d'accès aux écoles et aux structures de soins ont été autant de facteurs ayant participé à la dégradation de la santé mentale des jeunes.
- Les mesures de confinement et la transition vers l'enseignement à distance ont conduit à une augmentation significative du temps passé devant les écrans chez les jeunes, avec des études montrant que la durée d'utilisation des écrans a doublé pour certains groupes d'âge pendant la pandémie.

Cette surexposition aux écrans a eu des effets néfastes sur la santé physique des élèves, contribuant à la sédentarité, à l'obésité, aux troubles du sommeil, et à d'autres problèmes de santé. De plus, l'utilisation excessive des écrans a été associée à des risques pour la santé mentale des jeunes, augmentant les niveaux d'anxiété, de dépression et de stress chez de nombreux élèves. La dépendance accrue aux écrans, en raison des confinements, de l'école à distance et de la distanciation sociale, a créé un environnement propice à des comportements addictifs et à des effets négatifs sur le bien-être psychologique des jeunes.

- Des études longitudinales sont nécessaires pour mieux comprendre les effets à long terme de la pandémie sur l'éducation et la santé mentale des enfants et adolescents. Le développement d'indicateurs et la réalisation d'un suivi sur le long terme sont essentiels pour mieux prévenir et prendre en charge ces problématiques à l'avenir.( Fiorillo & Gorwood .2020).

### 4. Trouble d'apprentissage

Les difficultés d'apprentissage touchent un nombre important d'élèves. Elles affectent divers domaines d'apprentissage. Selon les auteurs ou les croyances, le terme difficulté d'apprentissage recouvre différentes réalités. Pour les fins du présent document, il évoque les difficultés d'un élève à progresser dans ses apprentissages en relation avec les attentes du Programme de formation. Ces difficultés peuvent être éprouvées autant par des élèves à risque que par des élèves handicapés ou ayant des troubles graves de comportement.

Les difficultés d'apprentissage prennent parfois naissance à l'école, mais peuvent également être présentes bien avant le début de la scolarisation. Si elles sont à l'occasion liées à certaines caractéristiques de l'élève, elles sont souvent le résultat d'un processus qui commence tôt, dans la famille, et qui se poursuit à l'école. Par exemple, l'élève qui a été peu stimulé relativement à l'écrit est davantage susceptible d'éprouver des difficultés dans son parcours scolaire. C'est au regard des compétences définies par le Programme de formation que

se manifestent les difficultés d'apprentissage. Elles touchent plus particulièrement les compétences à lire, à communiquer oralement ou par écrit et à utiliser la mathématique. Les difficultés d'apprentissage sont généralement liées à des difficultés à utiliser des stratégies cognitives et métacognitives et à bien exploiter certaines compétences transversales. Elles sont de plus souvent couplées avec certains déficits, notamment sur le plan de l'attention et de la mémoire. Elles entraînent fréquemment un manque de motivation et une perte d'estime de soi. Elles découlent parfois de problèmes de comportement, mais peuvent aussi être à l'origine de ceux-ci. (Lapointe,2022, p. 9).

#### **4.1 Le rendement scolaire**

Le rendement scolaire désigne l'évaluation des connaissances acquises dans le cadre scolaire ou universitaire. Un étudiant ayant un bon rendement scolaire est celui qui a des notes positives aux examens (ou contrôles) qu'il fait tout au long de l'année scolaire. Autrement dit, le rendement scolaire sert à mesurer les capacités de l'élève, tout en révélant ce qu'il a appris au cours du processus formatif. La capacité de l'élève à répondre aux attentes éducatives est également mise en cause. En ce sens, le rendement scolaire est associé à l'aptitude.

Plusieurs facteurs ont une incidence sur le rendement scolaire. Que ce soit la difficulté propre à certaines matières, la grande quantité d'examens pouvant tomber sur la même date ou encore certains programmes éducatifs assez étendus et complexes, il y a beaucoup de motifs qui amènent l'élève à obtenir un rendement scolaire faible. (Boudon et al,2003, p.47).

D'autres questions ont à voir directement avec le facteur psychologique, telles que le manque de motivation, le désintéressement ou les distractions en classe, qui rendent la compréhension des connaissances dispensées par l'enseignant plus difficiles et qui finissent par affecter le rendement scolaire lors des évaluations.

#### **4.2 L'échec scolaire**

L'échec scolaire est vécu par l'enfant comme un échec personnel. L'enfant peut avoir une image de lui dépréciée dans une société où l'école est au court des valorisations. Aujourd'hui, la réussite scolaire est en effet une des plus importantes sources de reconnaissance.

Par définition c'est les situations liées aux difficultés individuelles d'apprentissage qui empêchent l'élève d'atteindre un certain niveau de compétences à un âge donné ou connaît l'échec quand on n'atteint pas le but fixé. (Boudon et al,2003, p.47).

L'échec scolaire c'est l'écart mesuré entre le niveau des compétences supposées d'un élève et le niveau des compétences défini comme normal. (Chabanne,2003).

L'échec scolaire chez l'adolescent est caractérisé par des difficultés d'acquisition et

d'intégration des connaissances relatives aux matières principales ou par des problèmes socio-adaptatifs (troubles du comportement, conflits relationnels, problématiques affectives et sexuelles, etc.) relatifs aux processus de changement à l'adolescence et en relation directe avec ses manifestations sur le plan physique et psychique. L'échec peut être partiel ou massif, permanent ou momentané et il est important de le distinguer des difficultés scolaires.

« L'échec » ne permet pas que l'on s'en sorte sans aide ou remédiations alors qu'une « difficulté scolaire » est un obstacle qu'un jeune pourra franchir lui-même (sinon avec l'aide d'un proche ou un spécialiste) pour peu qu'on l'y incite. (Boudon et al,2003, p.47).

L'échec scolaire de type cognitif existe lorsque l'adolescent n'atteint pas les objectifs d'acquisition des connaissances préalablement fixés par l'institution ou l'enseignant ; alors que l'échec scolaire de type socio-affectif se manifeste quand l'adolescent présente des difficultés adaptatives à son environnement, à sa classe ; et qui vit, entre autres, un conflit bloquant son investissement cognitif et donc sa réussite. L'échec n'est réellement qu'un échec de la fonction de « penser » (Boudon et al,2003, p.47).

L'échec scolaire a beaucoup évolué depuis que l'on s'interroge sur ses causes et sur les tentatives pour y remédier. Cette évolution est largement dépendante du développement des sciences humaines et de la psychologie en particulier. Les programmes scolaires destinés à leurs classe d'âge et à apprendre les connaissances que la plus grande partie de leurs pairs pouvaient acquérir avec plus ou moins de bonheur. (Arar,2007)

#### **4.2.1 Les types d'échecs scolaires**

- L'échec scolaire pour lequel on consulte et celui pour lequel on ne consulte pas.
- L'échec scolaire lié à une psychopathologie individuelle de l'enfant et l'échec scolaire lié à une psychopathologie sociale
- L'échec incident de parcours et l'échec chronique
- L'échec limité et l'échec total
- L'échec initial et l'échec tardif
- L'échec d'un enfant sans ressources intellectuelles et l'échec d'un enfant malgré ses ressources intellectuelles.

#### **4.2.2 L'échec scolaire en Algérie**

Selon F. Arar, la situation de l'échec scolaire n'est vraiment pas claire en Algérie actuellement. Cependant, certains observateurs le confondent et relie ce phénomène à la déprissions scolaire. Selon ces observateurs l'école algérienne souffrirai de tous les maux et le qualificatif sur lequel s'accorderaient le plus grands nombre (Arar, 2007) parmi eux :

- Formation d'une école sinistrée avec une population massive engendre l'échec scolaire.
- L'importance du nombre d'élèves en classe
- Des thèmes invalides comme des sortes d'écrans qui tendent obscurcir les réalités (Haddab, 1998, p.2).

### 4.2.3 Les difficultés d'apprentissage liées à l'échec scolaire

Les difficultés d'apprentissage liées à l'échec scolaire de la lecture, du calcul, de la logique sont diverses. Même s'il ne faut pas paniquer et tout de suite penser à un problème spécifique, il convient d'être vigilant. Certains élèves souffrent de :

#### ➤ **Dyslexie**

Ils confondent certaines lettres et ne parviennent pas à les dissocier. D'autres enfants présentent une dyscalculie qui se traduit par un échec dans l'apprentissage des premiers éléments de calcul.

D'autres élèves souffrent de dysorthographe, ils ont du mal à adapter les règles d'orthographe élémentaires et font beaucoup de fautes d'orthographe.

Certains enfants accumulent les difficultés en français et mathématiques, car les difficultés de compréhension de la langue les empêchent de saisir les énoncés.

Il est ainsi essentiel de proposer un bilan orthographique complet, permettant de cibler les difficultés rencontrées par l'enfant. Certains orthophonistes disposent d'une formation particulière (Groupe d'Étude sur la Psychopathologie des Activités Logico-mathématiques, GEPALM) qui leur permet d'aider les enfants aussi bien en logique qu'en mathématiques.

#### ➤ **L'inattention**

Selon J. William, « l'attention est la sélection sous forme claire et précise d'une information ou d'un événement extérieurs de la pensée et son maintien dans la conscience ». (Lamargue-Hamel, 2004)

La chronobiologie a prouvé que l'être humain ne peut pas être attentif durant toute la journée. En effet, l'attention est maximum au cours de la matinée, passe par un creux en début d'après-midi avant de remonter en milieu d'après-midi, pour atteindre un plateau qui se maintiendra jusqu'en début de soirée (Leconte-Lambert, 1999). Il est donc important de prendre en considération l'attention pour un meilleur résultat à l'école.

L'inattention en classe a pour conséquence l'échec scolaire. Rowe en (1992) en menés une étude sur la relation entre l'inattention et l'échec scolaire. Cette étude a été réalisée sur 500 élèves âgés entre 5 et 14 ans normalement scolarisés. Les résultats ont montré que quel que soit

le statut socioéconomique de la famille ainsi que l'âge et le sexe de l'enfant, l'inattention a toujours des conséquences négatives sur les apprentissages scolaires et sur leur attitude de lecture et de l'écriture à la maison. Les résultats montrent également que l'inattention influe négativement sur la réussite, et que les capacités en lecture améliorent l'attention en classe (lamargue-Hamel, 2004, p. 7).

L'attention et la mémoire sont deux processus fortement liés aux apprentissages, ils se développent au fur et à mesure généralement dès la petite enfance, et traversent plusieurs étapes avant d'arriver à la maturation à l'adolescence.

## **5. Les éléments fondamentaux d'acquisition de la formation dans le cadre d'apprentissage scolaire**

### **5.1 La mémoire**

Par définition c'est la capacité d'un système de traitement naturel ou artificiel à encoder l'information extraite de son expérience avec l'environnement, à la stocker dans format approprié puis à la récupérer et à l'utiliser dans les actions ou les opérations qu'il effectue.

Le terme « mémoire » est communément utilisé pour désigner une faculté mentale permettent de conserver dans l'esprit une quantité de données dont l'une des propriétés essentielles est de pouvoir être accessible. Pour le psychologue, la mémoire ne se réduit pas à un réservoir de connaissances, mais c'est un système cognitif dynamique qui, avec le système perceptif, régule le comportement.

La mémoire dans un autre sens ; est l'ensemble des opérations mentales qui permettent de retenir l'information et de s'en souvenir pendant un certain temps, ce processus comprend trois phases : L'encodage, le stockage et la récupération, les souvenirs sont non pas des copies exactes, mais des représentations du monde dont la précision varie et qui sont sujettes à l'erreur et aux influences. (Christiane,1994, p. 6).

#### **5.2.1 Les systèmes de la mémoire**

##### **➤ La mémoire sensorielle**

La mémoire sensorielle, telle que définie par A. Baddeley, renvoie à un mécanisme capable de retenir l'information sensorielle pour une brève période. Lorsqu'on va au cinéma par exemple, on voit une scène dans laquelle les gens bougent normalement alors que ce qui est réellement présenté, ce sont des successions d'images immobiles. Pour percevoir adéquatement le mouvement, le cerveau doit entreposer temporairement l'information visuelle jusqu'à l'arrivée de la nouvelle information, permettant ainsi de percevoir le mouvement. Cette mémoire sensorielle permet donc l'intégration et le traitement de l'information visuelle et auditive



(Baddeley,2013).

Les fonctions perceptuelles de bas niveau renvoient aux premières étapes du traitement des informations perceptuelles, permettant de traiter les attributs de bases, tels que la forme, la couleur ou le mouvement. (Dakin, Frith,2005, pp. 497-507).

Le traitement perceptif de bas niveau permet le traitement de l'information local, pour ensuite être intégré par des processus de plus haut niveau. C'est d'ailleurs la transition par la mémoire sensorielle qui permet d'entreposer les informations en mémoire de travail dans le modèle de A. Baddeley. La vitesse de traitement renvoie à la vitesse à laquelle on peut traiter l'information avec précision (Flanagan & Alfonso,2017).

Dans le cadre de cette thèse, nous dirigeons notre intérêt vers la vitesse de traitement de l'information simple, ce qui implique de traiter un stimulus unique et de donner une réponse motrice simple. Pour cette raison, la vitesse de traitement est considérée comme un processus de bas niveau (Chiaravalloti et al,2003, pp.489-501).

Les premières études portant sur le lien entre le jeu vidéo et la cognition se sont principalement intéressées aux fonctions cognitives, dites « de bas niveau ». Cependant, depuis quelques années, on voit que l'intérêt scientifique transite vers l'étude des fonctions « de haut niveau », ce qui renvoie à l'intégration des informations pour résoudre des problèmes, planifier ou faire preuve de créativité. (Benoit,2022, p.28).

### ➤ **La mémoire de travail**

En contexte de jeux vidéo d'action, la mémoire à court terme et la mémoire de travail sont notamment sollicitées dans la manipulation de l'information visuelle résultant de la poursuite des ennemis ou dans l'application des étapes à suivre pour réussir une mission. Soulignons que la cognition spatiale et la coordination visomotrice seront présentées comme faisant partie de la mémoire de travail en raison de la manipulation de l'information impliquée dans le déploiement de ces fonctions cognitives.

La mémoire à court terme Les résultats de certaines recherches indiquent que les joueurs de jeux vidéo d'action peuvent encoder plus rapidement l'information en MCTv (Wilms et al., 2013) et encoder des représentations plus complexes et plus détaillées (Blacker & Curby,2008, pp.1128-1136).

En effet, les joueurs de jeux vidéo peuvent rappeler plus précisément que les non joueurs la couleur et l'emplacement des éléments auxquels ils ont été exposés et identifier plus efficacement les différences. (Boot et al, 2008, pp.387-398). Bien que la recherche se soit principalement intéressée à la rétention du matériel visuel, la pratique de jeux vidéo serait

également liée à des bénéfices en MCTa auprès des enfants dyslexiques en suggérant un lien de causalité (Franceschini et al, 2013, pp.462-466).

La mémoire de travail Les joueurs de jeux vidéo d'action performant également mieux aux tâches de mémoire de travail Lorsqu'évaluées avec une tâche de type N-Back, les joueurs de jeux vidéo d'action répondent plus rapidement (Blacker & Curby,2008, pp.1128-1136). Et plus précisément. De plus, les performances en mémoire en travail seraient indépendantes de la complexité de l'information de la nature auditive ou visuelle des stimuli Cependant, lorsqu'évaluée avec une tâche d'empan spatial, aucune différence n'est objectivée entre les groupes (Boot et al, 2008, pp.387-398).

➤ **La cognition spatiale**

La cognition spatiale fut l'une des premières composantes à attirer l'attention des chercheurs dans le domaine des jeux vidéo, et ce dès les années 1980. En contexte de jeux vidéo, la cognition spatiale est sollicitée notamment dans la représentation mentale de l'environnement et des éléments en trois dimensions (Lowery & Knirk,1982, pp.155-166).

La navigation spatiale est également mise à contribution pour permettre au joueur de s'orienter dans l'environnement virtuel. Les premières études longitudinales portant sur l'impact du jeu vidéo sur la cognition spatiale ont mis en lumière des bénéfices sur les habiletés de rotation mentale et de visualisation à la suite de la pratique du jeu Tetris.

D'autres études ont également démontré que la pratique de jeux vidéo d'action améliore les performances sur des tâches de rotation mentale, avec une amélioration plus importante chez les filles, permettant ainsi de réduire l'écart entre les sexes sur ces tâches (Feng et al,2007, pp.850-855)

Soulignons que pour parvenir à cette synthèse, les auteurs ont réalisé des études d'interventions, suggérant ainsi la causalité de l'interaction En contexte de jeux vidéo, la navigation spatiale a comme caractéristique d'exclure les indices vestibulaires et kinesthésiques qui découlent des mouvements du corps lors des déplacements dans la vie réelle

Dans l'environnement virtuel, deux stratégies de navigation peuvent être utilisées par les joueurs ; soit une navigation basée sur la formation de cartes cognitive pour se représenter l'environnement (c.-à-d., stratégie spatiale, spatial strategy) ou une navigation basée sur l'apprentissage des mouvements nécessaires pour se rendre d'un point à l'autre (c.-à-d., réponse strategy) ,la stratégie de navigation utilisée aurait des impacts sur certaines structures cérébrales, soit l'hippocampe et les noyaux caudés . Les joueurs de jeux vidéo d'action privilégient une navigation basée sur l'apprentissage des mouvements, ce qui est associé aux noyaux caudés.

(Richardson, 2011, pp .635-650).

### ➤ **La coordination visuo-motrice**

Afin de bien performer dans les jeux vidéo, il est essentiel de coordonner minutieusement et rapidement l'action motrice à l'information visuelle. Par exemple, si un ennemi apparaît soudainement, le joueur détecte la menace, détermine le niveau de dangerosité de la situation et doit ensuite prendre la décision appropriée dans les plus brefs délais. La première décision, qui serait de combattre l'ennemi, implique que le joueur localise la cible, déplace son point de visée (aiming spot) et appuie sur le bouton pour tirer. La seconde, qui serait de se cacher, nécessite que le joueur coordonne rapidement ses déplacements dans l'espace sans être vu. Or, les jeux vidéo d'action impliquent cette interaction constante entre les processus perceptifs et moteurs (c.-à-d. la coordination visuomotrice) (Spence & Feng, 2010, pp.92-104).

Cependant, la coordination visuo-motrice sollicitée dans les jeux vidéo à la caractéristique de présenter une incohérence entre l'alignement de l'information visuelle et le contrôle moteur nécessaire afin de réaliser l'action voulue. Par exemple, compte tenu du fait que le jeu se passe dans un environnement en trois dimensions et que les appareils de contrôle du joueur sont en deux dimensions, pour déplacer le champ de vision virtuel vers le haut, l'utilisateur doit déplacer la souris vers l'avant suivant un axe horizontal ; il y a donc une différence entre le mouvement effectué par la main et le résultat sur l'écran. Les travaux de recherche effectués dans les années 1980 relevaient des différences entre les joueurs et les non joueurs sur la rapidité et la précision de la coordination visuo-motrice (Drew & Waters, 1986).

Cependant, cette variable semble avoir été mise de côté par la littérature récente qui n'a pas porté une attention particulière à cette question. Ainsi, peu de données sont disponibles sur la coordination visuomotrice dans le cadre des jeux vidéo d'action récents qui présentent une complexité graphique et des contraintes temporelles plus importantes. Dans la littérature plus récente, un article de Morin-Moncet (2016) démontre que les joueurs de jeux vidéo d'action sont plus rapides dans une tâche visuomotrice, mais que l'apprentissage moteur procédural n'est pas différent des non-joueurs. La tâche utilisée ne comprenait cependant pas de composante liée à la coordination. (Benoit, 2022, p. 28).

### ➤ **L'attention Imaginons**

La situation suivante : un élève en classe s'installe à son bureau, il se souvient soudainement qu'il n'a pas terminé son projet d'art visuel, il le sort donc de son casier pour le terminer. En pleine création, l'enseignant l'interpelle pour lui demander de l'écouter, de ranger son œuvre et de se mettre au travail. L'enfant doit maintenant se focaliser sur la compréhension

d'une consigne orale, puis d'une consigne écrite pour rédiger un texte court après lecture d'une histoire. L'élève se met à la tâche de lecture, engage une compréhension, opère des inférences tout en commençant à planifier son texte mentalement... L'enfant se met ensuite à la tâche de rédaction, mais oublie soudainement ce qu'il avait l'intention d'écrire puisqu'un camarade le sollicite pour un mot de vocabulaire. (Boot et al, 2008, pp.387-398).

Le système qui guide l'élève au cours de la résolution de l'ensemble de ces tâches est le système attentionnel. Une bonne part de notre efficacité cognitive découle directement de notre capacité « à faire attention », à rester attentif suffisamment longtemps sur un matériel à étudier. Il est difficile pour les spécialistes de s'accorder sur une définition unitaire de l'attention.

On retrouve alors la phrase célèbre de J. Williams, psychologue et philosophe, qui affirmait en 1890 que « tout le monde sait ce qu'est l'attention ». Il poursuit par « l'attention est la prise de possession par l'esprit, sous une forme claire et vive, d'un objet ou d'une suite de pensées parmi plusieurs qui semblent possibles. La focalisation, la concentration et la conscience en sont l'essence.

Elle implique le retrait de certains objets afin de les traiter plus efficacement les autres, et elle s'oppose à l'état d'esprit dispersé et confus que l'on nomme en français « distraction ». Cette définition reste cependant subjective, du point de vue de la psychologie cognitive l'attention est un processus permettant de contrôler, de réguler nos activités psychologiques. Elle relève à la fois de mécanismes conscients et non conscients. Son rôle est de « nous permettre d'utiliser le plus efficacement possible les ressources (limitées) de notre système cognitif en se focalisant sur une quantité restreinte d'informations pertinentes pour réaliser la tâche en cours » sans tenir compte des stimuli externes.

C'est enfin le processus qui permet d'avoir accès au contenu de notre mémoire. Les réseaux cérébraux dédiés à l'attention influencent le fonctionnement des autres réseaux, en enclenchant notamment l'encodage et la récupération en mémoire selon J. Williams ; elle exprime même que l'attention et la mémorisation sont des processus mentaux que l'on ne peut envisager séparément.

L'attention fait partie des « quatre piliers de l'apprentissage » selon Stanislas Dehaene aux côtés de « l'engagement actif », du « retour sur erreur » et de la « consolidation » des acquis. Le psychologue cognitiviste avance que c'est grâce à ces quatre fonctions que nous pouvons apprendre et mémoriser efficacement. Il la définit comme étant « l'ensemble des mécanismes par lesquels notre cerveau sélectionne une information, l'amplifie, la canalise et l'approfondit ». (Boot et al, 2008, pp .387-398).

Sélectionner l'information pertinente est alors fondamental pendant tout effort de mémorisation. L'individu est constamment assailli de stimulations de la part de son environnement. Nous sommes dans l'incapacité de les gérer et de les digérer tout à la fois, c'est pourquoi les mécanismes attentionnels agissent comme un filtre. Celui-ci décide alors de l'importance à accorder à chaque information. Cependant, lorsqu'elle est mal orientée, le processus de mémorisation est compromis.

Le niveau d'attention influence la réussite scolaire, plus les élèves sont attentifs plus ils sont performants la différenciation se mesurent entre les termes « concentration » et « attention ». L'attention serait ainsi la sélection de l'information tandis que la concentration serait le traitement actif de cette information sensorielle. (Boot et al, 2008, pp.387-398).

### 6. Prise en charge

La prise en charge des difficultés d'apprentissage doit être précoce pour éviter que l'enfant ne prenne du retard scolaire. Elle fait appel à différents moyens :

- **Rééducation orthophonique :**

Elle joue un rôle crucial dans la prise en charge des difficultés d'apprentissage scolaire. Elle vise à intégrer l'enfant dans le milieu scolaire et à améliorer son bien-être. Cette approche thérapeutique, souvent efficace et suffisante, aide l'enfant à mettre en place des stratégies pour corriger, contourner et compenser ses difficultés. Plus les soins sont précoces, plus ils atténuent efficacement les troubles. La rééducation orthophonique est un art en constante évolution, impliquant la personnalité et la créativité des rééducateurs, ainsi que l'adaptation de l'enfant<sup>5</sup>. Elle vise à trouver un équilibre entre les attentes du rééducateur, les compétences de l'enfant, les attentes des parents et les possibilités de l'enfant, tout en favorisant le plaisir d'apprendre malgré les difficultés.

- **Adaptations pédagogiques**

Les adaptations pédagogiques jouent un rôle essentiel dans la prise en charge des difficultés d'apprentissage scolaire. Elles visent à répondre aux besoins spécifiques de chaque élève en situation de difficulté, en adaptant les méthodes d'enseignement et les supports pédagogiques pour favoriser leur apprentissage.

Ces adaptations peuvent inclure des stratégies telles que la réduction de la vitesse de parole, l'utilisation de supports visuels, la simplification des consignes, l'allègement des tâches, l'utilisation de la mémoire visuelle, tactile ou kinesthésique, et la fourniture d'aide-mémoire pour faciliter la mémorisation. En personnalisant l'enseignement en fonction des besoins spécifiques de chaque élève, les adaptations pédagogiques contribuent à améliorer l'efficacité de

l'apprentissage et à soutenir les élèves en difficulté dans leur parcours scolaire.

### ○ **Soutien psychologique si nécessaire**

Le rôle du soutien psychologique dans la prise en charge des difficultés d'apprentissage scolaire est crucial pour aider les élèves en difficulté à surmonter leurs obstacles. Le soutien psychologique vise à accompagner les élèves dans la gestion de leurs émotions, de leur stress et de leurs difficultés cognitives liées à l'apprentissage. Les psychologues scolaires interviennent pour soutenir les élèves rencontrant des difficultés ou en situation de handicap, en contribuant à leur développement psychologique et à leur socialisation.

Ils participent à l'élaboration, à la mise en œuvre, au suivi et à l'évaluation de mesures d'aide individuelle ou collective adaptées à la situation de chaque élève. Le soutien psychologique peut favoriser l'adaptation scolaire par des actions de prévention et de suivi individuelles ou collectives, contribuant ainsi à améliorer le bien-être et les performances des élèves en difficulté.

Environ 20% des enfants présentent des difficultés scolaires, souvent liées à des troubles spécifiques des apprentissages qui concernent 5 à 6% des enfants. Ces troubles ont des répercussions sur la vie scolaire, affective et sociale de l'enfant. Les enseignants, en contact quotidien avec les élèves, sont bien placés pour repérer précocement les difficultés d'apprentissage. Cependant, leur formation initiale seule ne suffit pas toujours pour assurer cette prise en charge. Une pédagogie différenciée tenant compte des spécificités de chaque élève est nécessaire. Cela implique une formation adaptée des enseignants, qui n'est pas toujours le cas actuellement en Algérie.

Malgré que l'article 4 de la loi d'orientation sur l'éducation nationale du 23 janvier 2008, est très claire et ferme sur la mission de l'école qui est de « garantir à tous les élèves un enseignement de qualité favorisant l'épanouissement intégral, harmonieux et équilibré de leur personnalité, leur donnant la possibilité d'acquérir un bon niveau de culture générale et des connaissances théoriques et pratiques suffisantes en vue de s'insérer dans la société du savoir ». (Le journal officiel DE LA RÉPUBLIQUE ALGÉRIENNE N° 04, 27 janvier 2008).

En résumé, selon la même source une prise en charge efficace des difficultés d'apprentissage passe par quatre étapes :

#### a. **Un dépistage précoce par les enseignants**

Fait référence à la capacité des enseignants à identifier rapidement les signes de difficultés d'apprentissage chez les élèves. Cela implique une observation attentive des comportements, des performances académiques et des interactions sociales des élèves pour

repérer les indices révélateurs de difficultés potentielles. En détectant ces signaux dès les premiers stades du développement de l'enfant, les enseignants peuvent intervenir de manière proactive en mettant en place des adaptations pédagogiques, des soutiens spécifiques et des interventions ciblées pour répondre aux besoins individuels de chaque élève en difficulté.

Le dépistage précoce permet ainsi d'initier une prise en charge adaptée et personnalisée, favorisant une meilleure progression scolaire et un soutien efficace pour les élèves en difficulté.

### **b. Des rééducations spécialisées**

Les rééducations spécialisées dans la prise en charge efficace des difficultés d'apprentissage scolaire font référence à des interventions ciblées et adaptées visant à aider les élèves en difficulté à surmonter leurs obstacles d'apprentissage. Ces rééducations sont conçues pour répondre de manière spécifique aux besoins individuels de chaque élève, en se concentrant sur les troubles spécifiques d'origine scolaire tels que la dyslexie, la dysorthographe, la dyscalculie, entre autres.

Les rééducateurs spécialisés, formés pour assurer la rééducation des enfants inadaptés, interviennent pour aider les élèves à développer des compétences et des stratégies d'apprentissage adaptées à leurs difficultés. Ces rééducations visent à restaurer l'investissement scolaire des enfants, à les aider à dépasser les obstacles rencontrés dans leur parcours éducatif, et à favoriser leur réinsertion dans une scolarité normale ou un cursus professionnel ultérieur.

Autrement dit, les rééducations spécialisées dans la prise en charge des difficultés d'apprentissage scolaire sont des interventions individualisées et personnalisées visant à soutenir les élèves en difficulté dans leur développement cognitif, émotionnel et social, en leur offrant des outils et des stratégies pour surmonter leurs difficultés et progresser dans leur parcours scolaire.

### **c. Des adaptations pédagogiques**

Les adaptations pédagogiques dans la prise en charge efficace des difficultés d'apprentissage scolaire font référence à des ajustements et des modifications apportées aux pratiques pédagogiques traditionnelles afin de répondre aux besoins spécifiques des élèves en difficulté. Ces adaptations visent à créer un environnement d'apprentissage inclusif et adapté, permettant à chaque élève de progresser et de s'épanouir malgré ses difficultés.

Les adaptations pédagogiques peuvent inclure des stratégies telles que la diversification des supports d'apprentissage, la simplification des consignes, l'individualisation des parcours d'apprentissage, l'utilisation de méthodes pédagogiques différenciées, l'extension

des délais pour les tâches, l'assistance supplémentaire en classe, l'utilisation de technologies d'assistance, et la valorisation des forces et des progrès de chaque élève. Un soutien psychologique si besoin.

### d. Une formation adéquate des enseignants

Fait référence à un programme de formation qui prépare de manière optimale les enseignants à repérer, comprendre et accompagner les élèves en difficulté. Cela implique plusieurs aspects clés :

- Un équilibre entre théorie et pratique dans la formation, permettant aux enseignants d'acquérir à la fois des connaissances solides et des compétences concrètes pour agir en classe.
- Une formation initiale et continue adaptée, qui ne se limite pas au seul diplôme mais inclut des stages supervisés et des programmes de développement professionnel tout au long de la carrière.
- Des contenus de formation ciblant spécifiquement les difficultés d'apprentissage, pour permettre aux enseignants de reconnaître les signes précoces, de comprendre les causes et d'adapter leurs pratiques.
- Une formation à la pédagogie différenciée et à l'utilisation de méthodes multi sensorielles, afin d'offrir à chaque élève en difficulté un enseignement personnalisé et des supports adaptés à son profil.
- Une formation impliquant les enseignants eux-mêmes dans la conception des programmes, pour répondre au mieux à leurs besoins et attentes sur le terrain.

Le tout dans une logique de pédagogie différenciée permettant de répondre aux besoins de chaque élève, y compris ceux en difficulté. (Le journal officiel DE LA RÉPUBLIQUE ALGÉRIENNE N° 04, 27 janvier 2008).



### Synthèse

Les difficultés d'apprentissages scolaires ne se limite pas seulement aux troubles de langages ou d'inattentions et des difficultés de mémorisation, mais dépend de bien d'autres problèmes plus compliqué comme l'échec scolaire semblablement qui sont souvent négligées par les parents surtout à l'âge infantile, que sa gravité se développera tout au long de l'enfance et de l'adolescence, à l'école, dans les espaces sociaux et dans la vie privée.

Notamment dans une société comme on vient de constater dans notre stage pratique surtout ceux qui sont fortement exposer aux écrans à un âge précoces, des recherches confirmé par des études universitaire généralement limités à cause des manques des recettes pour faire des études statistiques approfondies des risques éventuelles des difficultés d'apprentissages liés à la surexposition aux écrans ,et aussi des thérapie qui ce limites sur les bienfaits de l'initiation précoce à interdire les programmes télévisée à un âge précoce , sur les conséquences sur la scolarité des enfants .

Cependant prendre en charge ces enfants et prévenir les parents des risques de la surexposition et les aider, leur permettra d'apprendre avec les autres et facilitent leurs apprentissages scolaires à l'école. En effets introduire cette dimension sociale dès les premières années de l'école, c'est donné aux enfants plus de chance supplémentaire de s'intégrer plus et à éviter surtout l'échec scolaire.

# *Partie pratique*

*Chapitre IV*  
*Méthodologie de la*  
*recherche*

### Préambule

La méthodologie constitue une étape essentielle et indispensable dans toute recherche scientifique. Elle oriente, organise et objectivise notre travail tout au long du processus de recherche, en guidant le choix de techniques concrètes et appropriées. Chaque étude scientifique nécessite une méthode précise pour la collecte d'informations sur le terrain. Le type de méthode et de technique à utiliser ne peut être déterminé dès le début de la recherche. Ainsi, la pré-enquête joue un rôle crucial en nous permettant de mieux comprendre notre domaine d'étude, la population étudiée, ainsi que ses dimensions et caractéristiques, ce qui influe sur le choix final de la méthode et des techniques à adopter.

Ce chapitre est dédié à la présentation détaillée des différentes étapes suivies au cours de notre recherche. Son objectif est de fournir une meilleure compréhension de la surexposition aux écrans et de ses impacts sur l'apprentissage scolaire des élèves. Il inclut également la description du lieu de recherche et du déroulement des phases préliminaires (pré-enquête, enquête), ainsi que des techniques spécifiques de collecte de données utilisées.

### I. Lieu de la recherche et population d'étude

#### 1. Présentation de lieu de la recherche

Notre recherche a été effectuée au sein de lycée «**CHOUHADA MOKRANE**» qui se situe à la route nationale N°9, wilaya de Bejaia en Algérie. Celle-ci a été inaugurée en **1996** avec une superficie de **11.000** mètres carrés. Cette école se constitue d'un département administratif, à sa tête il y'a le directeur de l'école avec son adjointe, **9** superviseures et **50** enseignants. Cet établissement est doté de **21** salles d'enseignement et elle accueille plus de **700** élèves dans les filières suivantes: Mathématique, Technique mathématique (génie des procédés), sciences expérimentales, Gestion économique, Lettres et philosophie et Lettres et langues étrangères. Avant d'entamer notre recherche on a d'abord rencontré le directeur de l'école et on lui a exposé notre thème de recherche afin d'avoir son accord.

#### 2. Population d'étude

"D'après M. Angers, la population d'étude représente un groupe d'individus partageant des caractéristiques pertinentes pour les objectifs de la recherche." (Maurice, 1997, pp. 228-229.). Dans notre recherche, nous avons choisi d'utiliser la technique de l'échantillonnage non probabiliste. Cette méthode, aussi appelée méthode empirique ou non aléatoire, implique un choix arbitraire des éléments de l'échantillon, où la probabilité qu'un élément particulier soit sélectionné est inconnue.

Un échantillon non probabiliste ne garantit pas à tous les membres de la population une chance égale d'être sélectionnés, ce qui rend la probabilité de sélection d'un membre de la population inconnue. Par conséquent, il devient impossible de calculer avec précision la fiabilité des résultats obtenus et de les extrapoler à l'ensemble de la population. Cette impossibilité réside essentiellement dans le fait que les répondants peuvent ne pas être représentatifs de toute la population. Les échantillons non probabilistes sont souvent utilisés dans le cadre d'études exploratoires (Gauthier, 2009, p. 220).

### 3. Critères de sélection de la population de recherche

#### 3.1 Critères d'hétérogénéité retenus

- **Âge:** Les sujets sont âgés entre 15 et 20 ans.
- **Filières :** Les participants proviennent de différentes filières d'études.
- **Établissement :** Les participants viennent de divers établissements.

#### 3.2 Critères d'homogénéité retenus

- **Utilisation des écrans:** Tous les sujets sélectionnés utilisent des écrans.

#### 3.3 Autres critères retenus

- **Sexe:** Les sujets sont de sexe masculin et féminin.
- **Statut socio-économique:** Les participants proviennent de différentes classes socio-économiques.
- **Niveau instructif:** Les participants sont à différents niveaux d'études secondaires.
- **Niveau instructif des parents:** Les parents des sujets viennent de différents niveaux scolaires (non scolarisés, primaire, CEM, lycéens, universitaires).

#### 3.4 Critères pertinents à la sélection

- **Sexe:** Cette variable est étudiée de façon indépendante pour permettre une analyse complète incluant les deux sexes, filles et garçons.
- **Absence de difficultés d'apprentissage:** Certains des 210 sujets ne présentent pas de difficultés d'apprentissage.
- Nous avons cherché, à travers ces critères, à constituer un échantillon diversifié mais représentatif, permettant une analyse approfondie des impacts des écrans chez les adolescents en tenant compte de plusieurs variables sociodémographiques.

| Nom d'élève    | sexe     | L'âge | Le niveau scolaire               | Rang dans la fratrie | Niveau des parents                        |
|----------------|----------|-------|----------------------------------|----------------------|-------------------------------------------|
| <b>Asma</b>    | féminin  | 18ans | 1ere année littéraire            | La cadette           | Père : CEM<br>Mère : Femme au foyer       |
| <b>Walid</b>   | masculin | 15ans | 1ere année littéraire            | L'ainé               | Père : université<br>Mère : universitaire |
| <b>Raouf</b>   | masculin | 16ans | 1ere année scientifique          | L'ainé               | Père : Décidé<br>Mère : universitaire     |
| <b>Marwa</b>   | féminin  | 18ans | 1ere année scientifique          | L'ainée              | Père : BEM<br>Mère : BEM                  |
| <b>Mazigh</b>  | masculin | 16ans | 2ème année science expérimentale | L'ainée              | Père : université<br>Mère : universitaire |
| <b>Hichem</b>  | masculin | 17ans | 2ème année science expérimentale | L'ainé               | Père : université<br>Mère : universitaire |
| <b>Mahdi</b>   | masculin | 16ans | 1ere année scientifique          | Le Benjamin          | Père : université<br>Mère : universitaire |
| <b>Nour</b>    | féminin  | 16ans | 2ème année science expérimentale | L'ainée              | Père : terminal<br>Mère : universitaire   |
| <b>Alicia</b>  | féminin  | 17ans | 2ème année langue étrangère      | La cadette           | Père : terminal<br>Mère : terminale       |
| <b>Saïd</b>    | masculin | 16ans | 1ère année littéraire            | Le cadet             | Père : université<br>Mère : BEM           |
| <b>Rayen</b>   | masculin | 16ans | 1ère année scientifique          | Le Benjamin          | Père : ingénieur<br>Mère : médecin        |
| <b>Kamilia</b> | féminin  | 15ans | 1ère année scientifique          | La cadette           | Père : terminal<br>Mère : terminale       |
| <b>Amine</b>   | masculin | 15ans | 1ère année scientifique          | L'ainé               | Père : pilote<br>Mère : terminale         |
| <b>Samir</b>   | masculin | 15ans | 1ère année scientifique          | L'ainé               | Père : primaire<br>Mère : CEM             |
| <b>Djana</b>   | féminin  | 15ans | 1ère année littéraire            | La cadette           | Père : BEM<br>Mère : CEM                  |

**Tableau N° 3** : Tableau représentatif des cas de l'étude (source nous-mêmes)

Le tableau ci-dessus est un tableau récapitulatif des cas étudiés, couvrant l'âge, le sexe, le niveau de la scolarisation, le classement dans la fratrie et le niveau des parents. Pour ce qui est des noms des cas, nous les avons changés, en respectant la déontologie et les l'éthiques de la recherche en psychologie, à savoir la confidentialité.

### 1. Le déroulement de la recherche

### 4.1 La pré-enquête

Selon M. Grawitz, la pré-enquête est une étape cruciale, didactique et indispensable pour toute recherche méthodologique et scientifique. Cette étape nous permet d'avoir des informations sur les caractéristiques de notre population d'étude, et de maîtriser l'application de notre questionnaire. Elle nous permette notamment de confirmer, d'étayer et d'enrichir notre guide d'entretien, ainsi d'élaborer nos hypothèses. Elle consiste à essayer sur un échantillon réduit les instruments prévus pour effectuer l'enquête. (Grawitz,2001).

Elle nous a permis de collecter des informations précieuses sur la nature et les caractéristiques de notre population d'étude, mais cela n'a pas été une tâche aisée. Il s'agit d'une première immersion sur le terrain pour interroger des acteurs clés (Gauthier,2009, p.217).

Cette étape est essentielle dans toutes les recherches scientifiques, car elle permet de recueillir des informations sur le thème de recherche, de tester la validité des hypothèses sur le terrain, et d'établir un lien entre le cadre conceptuel et la réalité observée.

Grâce à cette pré-enquête, nous avons pu mettre en œuvre nos outils de recherche de manière efficace. Il s'agit d'une phase exploratoire qui prépare le terrain pour l'enquête proprement dite. Nous avons pu apporter des ajustements à notre problématique, affiner la formulation de nos hypothèses, et élaborer notre guide d'entretien. Cela nous a permis de mieux cerner notre sujet de recherche et de nous préparer de manière adéquate avant de nous lancer dans l'étude.

Avant de commencer notre recherche, nous avons soumis la lettre d'envoi de notre stage au bureau de stage de notre département pour valider nos objectifs et définir notre question de recherche.

La pré-enquête a été menée aux **lycées CHOUHADA AMOKRANE BEJAIA, Les Olivier et Lycée Technicome** sous la direction des psychologues principales des établissements et d'un autre chercheur en psychologie clinique qui nous a accompagnés tout au long de notre stage. Nous avons exposé notre thème de recherche et notre méthodologie pour mener à bien notre travail.

Lors de nos premières observations sur le terrain, la psychologue principale de l'éducation nationale nous a présenté quelques cas déjà suivis pour valider nos outils de recherche. Nous avons débuté notre étude de cas par la réalisation d'entretiens, suivis de l'administration de l'échelle de mesure de l'addiction à l'internet.

#### ➤ Éthique

Dans le cadre de notre investigation, nous avons veillé à respecter scrupuleusement le consentement des personnes interviewées. La confidentialité et l'anonymat sont des dimensions éthiques indispensables que nous avons rigoureusement préservées tout au long de notre étude.

### ➤ Difficultés rencontrées dans notre recherche

Les stages représentent indéniablement la pierre angulaire des travaux de recherche, car ils sont cruciaux pour la construction et l'analyse approfondie des données. Notre enquête, réalisée via un questionnaire dans deux établissements scolaires, le lycée "Les Oliviers" et le lycée "Technicum", a mis en lumière plusieurs sources de difficultés.

Premièrement, certains établissements scolaires exigent des autorisations administratives strictes pour garantir le respect des règles déontologiques et celles de l'établissement, notamment en ce qui concerne la convention en cas d'accident, qu'il soit médical ou autre. Cette réglementation, bien que logique, nous restreint car nous n'avons le droit qu'à une seule convention, ce qui a compliqué la collecte de données supplémentaires qui auraient pu être très utiles pour notre thématique.

Deuxièmement, des obstacles organisationnels sont apparus, comme la nécessité de coordonner les emplois du temps pour mener les entretiens et distribuer les questionnaires. La collecte des données s'est également avérée complexe, avec un faible taux de réponse aux questionnaires, nécessitant des relances fréquentes.

Sur le plan interactionnel, nous avons parfois rencontré de la méfiance ou du déni de la part des élèves et des familles concernant l'addiction aux écrans, rendant les échanges plus difficiles. Certains élèves se sont également sentis stigmatisés par l'étude, ce qui a pu influencer leurs réponses.

Enfin, l'analyse approfondie des données récoltées a demandé un travail considérable, avec un risque de biais dans l'interprétation des résultats. Malgré ces défis, cette expérience de terrain nous a permis de tirer des enseignements précieux, nourrissant notre réflexion et notre développement professionnel.

Il est clair que la recherche sur un sujet sensible comme la surexposition aux écrans nécessite de la rigueur, de la patience et une grande capacité d'adaptation. Ces qualités augmentent les chances de surmonter les difficultés rencontrées et de garantir la fiabilité des sources pour la recherche scientifique.

### 4.2 Déroutement de l'enquête

Les sources d'information sont nombreuses, mais il s'avère souvent indispensable



d'interroger directement la population d'étude, en réalisant des enquêtes par entretien ou questionnaire. Les enquêtes permettent d'étudier les comportements, mais aussi les états mentaux (opinions, représentations, attentes...).

Après avoir franchi l'étape de la pré-enquête et récolté les informations nécessaires sur notre thématique de recherche et l'échantillon d'étude, et avoir eu leur consentement éclairé nous avons effectué des visites régulières sur le terrain afin de sélectionner notre groupe d'étude de manière rigoureuse.

Dans notre recherche, nous avons opté pour la méthode clinique, que nous avons jugé la plus appropriée et la plus efficace pour répondre à nos objectifs. La psychologue du service nous a non seulement aidés à distribuer notre questionnaire auprès de 210 élèves en mettant à notre disposition les moyens de l'établissement (photocopieuse), mais elle nous a aussi accompagnés à de nombreuses reprises dans les classes. De plus, grâce à son savoir-faire et son expertise, les choix des cas et des classes nous ont grandement aidés à sélectionner les 15 cas les plus pertinents pour notre étude approfondie.

### **2. Méthode de recherche :**

Dans notre recherche, nous avons opté pour une méthode descriptive mixte, que nous avons jugé la plus appropriée et efficace pour répondre à nos objectifs. Nous avons mené une étude massive incluant 210 élèves, parmi lesquels nous avons choisi 15 cas illustratifs pour une analyse plus approfondie. La psychologue du service nous a non seulement aidés à distribuer notre questionnaire en mettant à notre disposition les moyens de l'établissement, notamment la photocopieuse, mais elle nous a également accompagnés à de nombreuses reprises dans les classes. De plus, grâce à son savoir-faire et à son expertise, elle a joué un rôle crucial dans le choix des cas et des classes, ce qui nous a grandement aidés à sélectionner les 15 cas les plus pertinents pour notre étude détaillée.

#### **5.1 La méthode mixte:**

Les méthodes mixtes ont souvent été présentées comme un moyen de faire la paix entre deux adversaires: les partisans du quantitatif contre les partisans de la recherche qualitative. L'argument est que ces adversaires se sont engagés dans une soi-disant «guerre de paradigme». D'un côté, les puristes quantitatifs qui articulent des hypothèses sur la recherche qui sont en accord avec ce que nous appelons souvent la philosophie positiviste; de l'autre côté, nous avons les puristes qualitatifs qui rejettent le positivisme et plaident en faveur d'une autre vision, comme l'idéalisme, le constructivisme, le relativisme, l'humanisme, l'herméneutique ou le

postmodernisme (Johnson et Onwuegbuzie, 2004).

Selon le Journal of Mixed Méthodes Research définit les recherches à base de méthodes mixtes (RMM) comme: «des recherches dans lesquelles l'enquêteur recueille et analyse des données, intègre les résultats et tire des déductions à l'aide d'approches ou de méthodes qualitatives et quantitatives dans une seule étude».

Les méthodes mixtes comme: Une approche de recherche dans les sciences sociales, du comportement ou de la santé, dans laquelle le chercheur recueille des données à la fois quantitatives (par questionnaires) et qualitatives (entretiens ouverts), intègre les deux, et formule des interprétations basées sur les forces combinées des deux types de données, pour comprendre des problèmes de recherche» (Creswell& Plano Clark, 2011).

### **A. Justification de l'Utilisation des Méthodes Mixtes**

La collecte et l'analyse de données quantitatives et qualitatives doivent être justifiées par les questions de recherche posées. Le choix d'utiliser des méthodes mixtes doit découler directement de ces questions et nécessite une maîtrise des techniques quantitatives et qualitatives. Les chercheurs doivent démontrer clairement pourquoi l'intégration des deux types de données est nécessaire pour répondre de manière complète et approfondie aux questions de recherche.

### **B. Rigueur et Critères de Qualité**

L'application rigoureuse des méthodes qualitatives et quantitatives implique le respect de critères de qualité établis, tels que les lignes directrices CONSORT dans le domaine médical. Les éléments clés de rigueur incluent :

- Le type de modèle utilisé.
- Les permissions d'enquêter.
- Les méthodes d'échantillonnage.
- Les instruments de collecte de données.
- Les approches pour évaluer la validité et la fidélité des données.
- L'encadrement de l'étude par un cadre pertinent des sciences sociales ou comportementales.

### **C. Justification et Maîtrise Technique**

La combinaison de données quantitatives et qualitatives dans une recherche par méthodes mixtes nécessite:

- Une justification claire basée sur les questions de recherche.
- Une maîtrise des techniques des deux approches.
- Le respect de critères rigoureux pour garantir la qualité des données collectées et des synthèses

tirées.

### **D. Intégration des Données**

L'intégration des données quantitatives et qualitatives est centrale aux méthodes mixtes et peut se faire de différentes manières selon le modèle d'étude choisi. Cette intégration peut se produire à divers stades de la recherche et selon différentes modalités:

- Fusion des données.
- Explication des données quantitatives par des données qualitatives.
- Construction d'une nouvelle compréhension par l'incorporation des deux types de données.

### **E. Publication des Études par Méthodes Mixtes**

La publication d'études utilisant des méthodes mixtes soulève des questions spécifiques sur la forme et le contenu des articles scientifiques. Certaines revues, comme le Journal of Mixed Methods Research (JMMR), tentent d'apporter des réponses à ces défis. Les alternatives pour présenter les projets de méthodes mixtes dans la littérature incluent:

- Présenter séparément les données qualitatives et quantitatives.
- Combiner les deux types de données pour explorer en détail différents aspects de la question.

### **F. Les différents modèles (design) des méthodes mixtes en recherche**

Le modèle convergent ou parallèle est l'un des trois modèles de base des méthodes mixtes identifiés par Creswell (2015). Dans ce modèle, les données quantitatives et qualitatives sont collectées simultanément, traitées de manière distincte, puis fusionnées pour une analyse comparative. L'objectif est d'accorder le même poids et la même priorité à chacune des deux approches, permettant ainsi une compréhension plus complète de la question de recherche.

### **G. Processus du Modèle Convergent:**

#### 1. Collecte Simultanée des Données:

- Les données quantitatives et qualitatives sont recueillies en même temps, indépendamment l'une de l'autre.

#### 2. Analyse Séparée des Données:

- Chaque jeu de données est analysé séparément en utilisant les méthodes appropriées pour les données quantitatives et qualitatives.

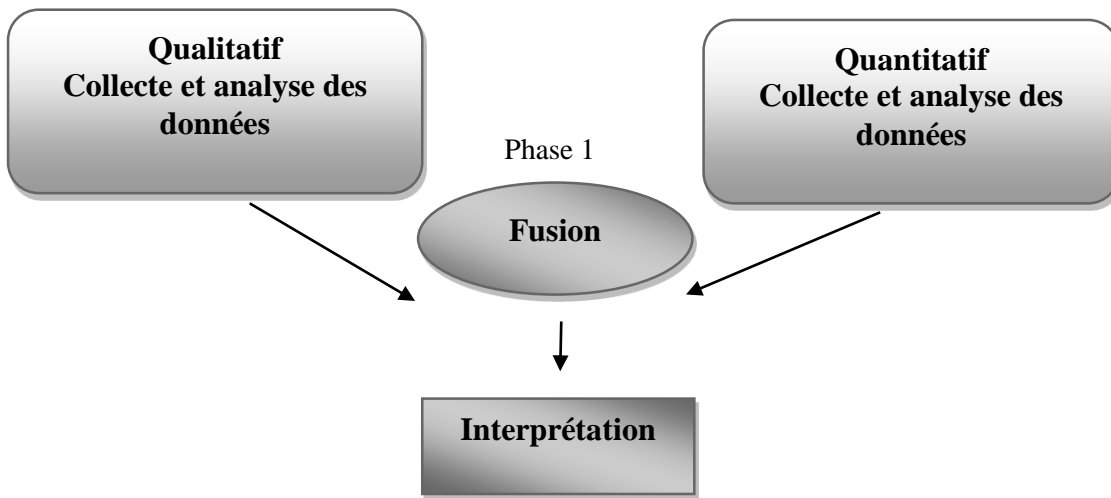
#### 3. Fusion des Résultats:

- Les résultats des analyses quantitatives et qualitatives sont ensuite fusionnés pour permettre une comparaison et une interprétation intégrée.

#### 4. Analyse Comparative:

- Une analyse comparative est réalisée pour identifier les convergences et les divergences entre

les résultats des deux types de données, offrant ainsi une compréhension plus riche et nuancée.



**Figure N°11** : Model parallèle et convergent (Creswell& Plano Clark, 2011).

- Collecte Simultanée: Les données quantitatives (ex. enquêtes, mesures statistiques) et qualitatives (ex. entretiens, observations) sont recueillies au même moment.
- Analyse Séparée: Chaque type de données est analysé séparément selon ses propres méthodes.
- Fusion des Données: Les résultats des deux analyses sont fusionnés pour comparaison et interprétation.
- Comparaison et Interprétation: Les résultats sont comparés pour identifier les points communs et les différences, permettant une compréhension plus complète du sujet étudié.

Ce modèle permet de bénéficier des forces des deux types de données, tout en compensant les faiblesses de chacune. Il est particulièrement utile lorsque l'on souhaite obtenir une image plus holistique d'un phénomène complexe.

**5.2 La méthode clinique**

La méthode clinique est essentiellement orientée vers la résolution de problèmes concrets rencontrés par des individus en souffrance. Elle se concentre sur le cas individuel, en mettant l'accent sur l'individualité sans pour autant s'y limiter strictement. La "méthode clinique" s'inscrit dans une pratique visant à identifier et à nommer des états, des capacités, des comportements spécifiques dans le but de recommander un traitement thérapeutique (comme la psychothérapie), une intervention sociale ou éducative, ou un conseil visant à apporter une aide et à favoriser un changement positif chez l'individu.

Ce qui distingue particulièrement cette méthode, c'est son refus d'isoler ces informations de leur contexte, et sa tentative de les intégrer dans la dynamique globale de

l'individu. En d'autres termes, elle cherche à comprendre ces éléments non seulement comme des entités isolées mais aussi comme faisant partie d'un ensemble dynamique et évolutif propre à chaque personne.

La méthode clinique désigne en fait deux niveaux différents qui ne se distinguent pas par les outils utilisés, mais par l'objectif qui est fixé;

- Le premier étant celui du recueil d'informations autour d'une problématique donnée, le quel se fait in vivo (puisque l'on parle bien de clinique), et parfois dans des conditions proches des circonstances où la problématique étudiée est susceptible d'apparaître;
- Le second niveau est l'analyse la plus exhaustive possible du cas, c'est-à-dire l'analyse holistique de la dynamique psychique d'un individu. Ce second niveau est celui visé notamment par les bilans complets de personnalité (Johnson et Onwuegbuzie, 2004).

### 3. L'étude de cas

Elle constitue l'aboutissement de très nombreuses pratiques cliniques, à tel point que certains auteurs en font même une méthode clinique à part entière, tout en ne la reconnaissant pas comme équivalente aux autres méthodes, comme l'entretien. L'étude de cas consiste à singulariser à l'extrême un patient, porteur d'une problématique donnée.

Il ne s'agit pas ici de mener un entretien pour déterminer la nature d'un problème dont souffre un patient, mais d'une méthode d'analyse plus complète qui vise à décrire la vie psychique du patient, sa situation, ses difficultés, mais aussi de recueillir le plus exhaustivement possible l'ensemble des données (notamment d'anamnèse) qui permettent d'expliquer l'origine de ce qui est observé ainsi que son évolution.

Il s'agit donc d'une méthode dont l'objectif est d'aller bien au-delà des autres contextes possibles (comme le bilan de personnalité) en ce qu'elle met en avant une certaine logique de fonctionnement, en plus de la question du sens des éventuels troubles présentés. De plus, «l'étude de cas est la méthode la plus en lien avec la démarche thérapeutique auprès d'un patient. Il s'agit ici plus de comprendre avant tout l'individu que son problème» (Bioy & Fouques, 2016, pp. 15-16).

Elle est essentielle dans l'approche clinique, elle vise «non seulement à donner une description d'une personne, de sa situation et de ses problèmes, mais elle cherche aussi à en éclairer l'origine et le développement, l'ensemble des informations recueillies ayant pour objet de repérer les causes et la genèse de ces problèmes (Bioy & Fouques, 2016).

### 4. Les techniques utilisées dans la recherche

Tout travail scientifique exige une méthode et une technique précises pour la collecte des informations sur le terrain. Le type de méthode et de technique à utiliser ne peut être déterminé dès le premier stade de la recherche. La pré-enquête permet de mieux connaître le terrain d'étude, la population concernée, sa taille et ses caractéristiques, ce qui influence le choix de la méthode et de la technique à adopter.

D'après M. Grawitz, les techniques sont «un ensemble de procédures opératoires rigoureuses, bien définies, transmissibles, susceptibles d'être appliquées à nouveau dans les mêmes conditions adoptées au genre de problèmes et de phénomènes en cause » (Grawitz, 2001). Pour M. Angers, «les techniques représentent un ensemble de procédés et d'instruments d'investigation utilisés méthodologiquement». Les techniques de collecte de données que nous avons utilisées sont:

- le questionnaire,
- l'entretien semi-directif et
- l'Échelle psychologique de la dépendance à Internet de M. Youssef (2011).

### 7.1 Le questionnaire (voir l'annexe 1)

Un questionnaire est un outil méthodologique d'observation utilisé pour collecter des données quantifiables à travers une série de questions posées de manière structurée. Il est largement employé en sciences sociales, marketing, psychologie, et d'autres domaines pour recueillir des témoignages ou des avis. Les informations obtenues peuvent être analysées à travers un tableau statistique ou un graphique. Comme le souligne Combessie (2007), le questionnaire a pour fonction principale de donner à l'enquête une extension plus grande et de vérifier statistiquement jusqu'à quel point sont généralisables les informations et hypothèses préalablement constituées.

#### 7.1.1 Les différents types de questionnaires

Les questionnaires peuvent être de différents types, tels que les questionnaires semi-structurés, administrés personnellement, de contingence, matriciels, fermés, etc. Chaque type de questionnaire a ses propres avantages et inconvénients, et ils sont adaptés à des contextes spécifiques de collecte de données.

Les questionnaires sont des outils flexibles qui peuvent être adaptés à différents contextes et objectifs de recherche. Le choix du type de questionnaire et des questions dépend de l'objectif de la recherche, du public ciblé et de la méthode de collecte des données.

Autrement dit, on distingue deux grandes catégories de questions : les questions fermées

et les questions ouvertes. La première catégorie consiste à proposer au répondant un choix de réponses préalablement définies par l'enquêteur. La seconde catégorie vise à laisser l'interviewé répondre librement à la question. Si les questions ouvertes sont plutôt favorables à des interviews en face-à-face, seul ou en groupe, les enquêtes par téléphone, internet ou sur terminaux mobiles privilégient les questions fermées afin de faciliter le traitement des réponses pour des raisons de praticité et d'efficacité.

En effet, les questions fermées permettent d'automatiser l'analyse des données, tandis que les réponses aux questions ouvertes nécessitent un travail de ressaisie et de traitement manuel. Voici les principaux types de questionnaires utilisés en recherche, avec une courte définition de chacun. Les différents types de questionnaires permettent de recueillir des données variées et adaptées aux objectifs spécifiques de chaque recherche (Combessie, 2007):

- **Questionnaires structurés** : Les questionnaires structurés posent des questions formulées de manière rigide et prédéterminée. Ils recueillent des réponses fermées qui permettent de formuler des affirmations générales sur un groupe ou une population.
- **Questionnaires semi-structurés**: Les questionnaires semi-structurés combinent des questions ouvertes et fermées. Ils permettent de recueillir à la fois des données qualitatives et quantitatives.
- **Questionnaires non structurés**: Les questionnaires non structurés sont composés principalement de questions ouvertes. Ils permettent d'obtenir des données qualitatives riches et exploratoires pour aider à prouver ou réfuter une théorie.
- **Enquêtes** : Les enquêtes sont un type de questionnaire quantitatif utilisant surtout des questions fermées comme des questions dichotomiques (oui/non), des questions à choix multiples, ou des questions sur des échelles (Likert, classement, etc.).
- **Entretiens** : Les entretiens sont une méthode qualitative de collecte de données qui se fait en face-à-face, contrairement aux questionnaires qui sont collectifs.
- **Questionnaire en ligne**: Un questionnaire en ligne est un questionnaire diffusé et rempli via internet. Il permet de toucher un large public de manière rapide et peu coûteuse. Les réponses sont directement enregistrées dans une base de données pour faciliter l'analyse.
- **Questionnaire auto-administré**: Un questionnaire auto-administré est rempli par les répondants eux-mêmes, sans l'intervention d'un enquêteur. Il peut être diffusé en ligne ou sous format papier. Ce type de questionnaire est peu coûteux mais peut souffrir d'un

taux de réponse plus faible .

- **Questionnaire téléphonique:** Un questionnaire téléphonique est mené par un enquêteur qui pose les questions par téléphone. Il permet d'obtenir un bon taux de réponse mais est plus coûteux et chronophage que les questionnaires auto-administrés.
- **Questionnaire en face-à-face :** Un questionnaire en face-à-face est administré par un enquêteur qui rencontre physiquement les répondants. Il permet de clarifier les questions et d'obtenir des réponses plus approfondies, mais est très coûteux en temps et en ressources.
- **Questionnaire mixte :** Un questionnaire mixte combine plusieurs modes de diffusion, par exemple en ligne et papier. Cela permet de toucher un public plus large tout en adaptant le mode de passation à chaque répondant (Boudon et Bouvier, 2011)

En somme, le choix du type de questionnaire dépend des objectifs de l'étude, du public cible, du budget, du calendrier et des ressources disponibles. Un mélange de plusieurs types peut souvent être pertinent pour optimiser la collecte de données, même si les méthodes qualitatives, quantitatives ou mixtes sont les plus appropriées. Les questionnaires structurés et les enquêtes permettent d'obtenir des données quantifiables, tandis que les questionnaires non structurés et les entretiens permettent de recueillir des données qualitatives plus riches et exploratoires (Combessie, 2007).

### 7.2 L'entretien clinique

- **L'Entretien Clinique : Définition et Utilisation**

L'entretien clinique est un échange langagier structuré, dont les objectifs sont prédéterminés et peuvent inclure l'évaluation, le soutien, ou l'accompagnement. Il consiste en un échange de discours permettant de formuler des hypothèses sur les faits relatés, tels que le récit de vie, et de soumettre le discours du patient à une analyse approfondie en termes de structure, de qualité des enchaînements d'idées et de mécanismes de défense. « Le recueil de données sur le sujet : Dimensions de la personnalité, prévalence de traits spécifiques, etc. Le recueil de données sur la vie du sujet et sa perception subjective : Comment le sujet appréhende et interprète ses expériences de vie » (Bioy & Fouques, 2016, p.19)

- **Rôle de l'Observation dans l'Entretien Clinique**

L'observation est une composante intégrale de l'entretien clinique, présente du début à la fin. Elle est essentielle pour recueillir et analyser des données verbales et non verbales,



permettant de se concentrer sur le comportement manifeste plutôt que sur les déclarations de comportement. L'observation peut servir à décrire des comportements ou à vérifier des hypothèses.

- **Définition de l'Observation**

Selon J. Loubet D. Bayle, l'observation est : «la considération attentive des faits afin de les mieux connaître et de collecter des informations à leurs propos. Toutefois, l'observation peut prendre des formes différentes et s'exercer dans des contextes différents » (Bioy & Fouques, 2016, p.70).

- **Spécificité de l'Entretien Clinique**

L'entretien clinique est une technique privilégiée pour accéder à des informations subjectives telles que l'histoire de vie, les représentations, les sentiments, les émotions et les expériences, révélant ainsi la singularité et la complexité d'un sujet. La spécificité de cet entretien réside dans l'établissement d'une relation asymétrique (Chiland, 1989), où un sujet adresse une demande à un clinicien, qui est identifié par sa fonction et sa position durant l'échange.

- **Caractéristiques de la Position Clinique:**

- Centration sur le sujet: Le clinicien se focalise sur les besoins et les discours du patient.
- Non-directivité (Rogers, 1942): Le clinicien guide sans imposer ses propres opinions.
- Neutralité bienveillante et empathie: Le clinicien maintient une attitude compréhensive et non jugeante.

- **Utilisation de l'Entretien Semi-Directif:**

Dans le cadre de notre recherche, l'entretien semi-directif est utilisé. Cette méthode combine des questions préparées à l'avance avec la flexibilité de s'adapter aux réponses du sujet, permettant ainsi de recueillir des données riches et détaillées tout en restant centré sur les thématiques de recherche.

En somme, l'entretien clinique, et plus spécifiquement l'entretien semi-directif, est une méthode puissante pour explorer en profondeur les dimensions subjectives et complexes de l'expérience humaine, tout en maintenant une rigueur scientifique dans la collecte et l'analyse des données. Dans ce type d'entretien, le clinicien dispose d'un guide ; il a en tête quelques questions qui correspondent à des thèmes sur lesquels il se propose de mener son investigation.

Ces questions ne sont pas posées de manière hiérarchisée ni ordonnée, mais au moment opportun de l'entretien clinique, à la fin d'une association du sujet, par exemple (Bénony & Chahraoui, 1999, p.16).

C'est pourquoi, nous avons opté pour ce type d'entretien de recherche. Ce genre d'entretien semble être le plus approprié, car il englobe des questions qui contribuent à la vérification de notre hypothèse.

### 7.3 Le guide d'entretien

Le guide d'entretien comprend aussi les axes thématiques à traiter, le clinicien chercheur «prépare quelques questions à l'avance, toute fois, celles-ci ne doivent pas être posées d'une manière directe, il s'agit davantage de thèmes à aborder que le chercheur connaît bien» (Bénony et Chahraoui, 1999, p. 69).

Étant donné que notre question est liée à la surexposition aux écrans et les difficultés d'apprentissage chez les enfants, il semble très important d'interroger les parents sur les enfants que nous avons abordés par rapport à ces problèmes. Afin d'atteindre nos objectifs de recherche, nous avons établi un guide d'entretien destinés, aux élèves, parents, enseignants et administrateurs.

- **Entretien avec les parents:**

Nous avons rencontré les parents des élèves pour avoir une idée sur le comportement de l'élève en question à la maison. Notamment prendre conscience de son rythme, sa concentration, son engagement dans les devoirs et son passe-temps. Les questions proposées pour les parents couvrent plusieurs aspects importants de l'étude sur la surexposition aux écrans et l'apprentissage scolaire. Nous avons posé les questions comme suit:

1. *Avez-vous un Smartphone personnel ? Est-ce qu'il est connecté ? Votre fils (ou fille) l'utilise-t-il (-t-elle)?*

- L'objectif de cette question est de comprendre l'accessibilité des écrans à la maison et l'utilisation des Smartphones par les enfants.

- Si le parent répond par oui, nous lui demandons : *à quelle fréquence votre enfant utilise –t-il votre Smartphone ?*

2. *Quel écran votre enfant utilise ?*

- L'objectif de cette question est d'identifier les types d'écrans utilisés (télévision, tablette, ordinateur, Smartphone).

- Nous ajoutons, quand c'est nécessaire, la question suivante : *Pourriez-vous me préciser si votre enfant utilise plusieurs types d'écrans et dans quels contextes?*

3. *Combien de temps votre fils passe-t-il devant l'écran chaque jour?*

- L'objectif de cette question est de quantifier l'exposition quotidienne aux écrans.

- Nous ajoutons, quand c'est nécessaire, la question suivante: *pourriez-vous me donner*

*une estimation sur l'utilisation de votre enfant pour les différents écrans pour les jours de semaine ? et les week-ends ?*

4. *Contrôlez-vous quand vos enfants regardent ou utilisent ces écrans?*

- L'objectif de cette question est de comprendre le niveau de surveillance parentale.

- Si la réponse est oui, nous ajoutons la question suivante : *pourriez-vous me dire quelles sont les méthodes de contrôle (limitation de temps, filtrage de contenu, etc.) ?*

5. *Lorsque votre enfant utilise ces écrans, l'accompagnez-vous?*

- L'objectif de cette question est d'évaluer si les parents supervisent activement l'utilisation des écrans.

- Si la réponse est oui, nous ajoutons: *Pourriez-vous me préciser dans quel contexte vous le faites (pour les devoirs, pour le divertissement, etc.)?*

6. *Empêchez-vous vos enfants d'utiliser ou de regarder certains programmes? Quels contenus? Pourquoi?*

- L'objectif de cette question est d'identifier les restrictions de contenu imposées par les parents.

- Si la réponse est oui nous ajoutons: *pourriez vous me donner des exemples concrets et les raisons derrière ces restrictions?*

7. *Quelle est l'émission la plus regardée par votre enfant?*

- L'objectif de cette question est de comprendre les préférences de contenu de l'enfant.

- Après cette précision sur le contenu nous ajoutons la question suivante: *Est-ce que ces émissions sont éducatives ou purement divertissantes?*

8. *Réduisez-vous la disponibilité de l'écran?*

- L'objectif de cette question est de voir si les parents limitent l'accès aux écrans.

- Si la réponse est oui, nous demandons : *Est-ce que cela inclut des horaires spécifiques ou des jours sans écran?*

9. *Votre enfant se couche-t-il à l'heure ou devez-vous l'inciter à se coucher ?*

- L'objectif de cette question est de comprendre l'impact des écrans sur les routines de sommeil.

10. *Lorsque votre enfant utilise l'écran, comment réagit-il lorsque vous l'appellez ou lui demandez quelque chose?*

- L'objectif de cette question est d'évaluer l'impact de l'utilisation des écrans sur la réactivité et l'attention de l'enfant.

- une fois la réponse est donnée et en fonction du contenu, nous ajoutons: *pourriez-vous me donner des exemples sur les comportements observés?*

11. *Pouvez-vous imaginer la vie sans écran ?*

- L'objectif de cette question est d'explorer la perception des parents sur la dépendance aux écrans.

- En fonction de la réponse donnée, nous ajoutons la question suivante: *selon vous, quelles seront les alternatives que vous envisagerait en l'absence d'écrans?*

12. *Pensez-vous que l'écran affecte vos enfants?*

- L'objectif de cette question est d'obtenir l'opinion des parents sur l'impact des écrans.

- selon la réponse des parents, nous ajoutons la question suivante : *pourriez-vous me donner des détails sur les effets observés (positifs et négatifs).*

13. *Pensez-vous que votre enfant est motivé pour ses études ?*

L'objectif de cette question est d'évaluer la motivation scolaire de l'enfant selon les parents.

En fonction de la réponse des parents, nous ajoutons une question complémentaire sur les facteurs qui influencent cette motivation (dans le sens positif ou négatif selon la réponse obtenue) : *quels seraient les raisons qui expliqueraient ce manque de motivation ?*

14. *Votre enfant étudie-t-il à la maison? Est-ce qu'il a refait l'année?*

- L'objectif de cette question est de comprendre les habitudes d'étude et le parcours scolaire de l'enfant.

- Selon la réponse obtenue, nous ajoutons une question: *Quelles sont les matières étudiées et quelles sont les difficultés?*

15. *Est-ce que quelqu'un à la maison l'aide à étudier?*

- L'objectif est d'identifier le soutien scolaire à domicile.

Si la réponse est oui, nous ajoutons : *Pourriez-vous me préciser qui aide votre enfant (parents, frères et sœurs, cours de soutien) ?*

16. *Pensez-vous que les compétences de votre enfant ont diminué? Selon vous, quelle en est la raison?*

- L'objectif de cette question est d'évaluer la perception des parents sur l'évolution des compétences de l'enfant.

Selon la réponse obtenue, nous ajoutons : *pourriez-vous me donner des exemples spécifiques de ces compétences?*

**Remarque:** Nous avons rencontré les parents en premier, avant l'adolescent, afin d'assurer des réponses honnêtes non influencées par la présence des adolescents. Cette approche vise également à rassurer l'adolescent en garantissant la confidentialité de ses propos. En effet, il est préférable de commencer par rencontrer les parents pour éviter de mettre l'adolescent mal à l'aise, même en assurant la confidentialité professionnelle. Rencontrer les parents après l'enfant ou l'adolescent pourrait suggérer que le psychologue partage avec eux le contenu de leurs discussions, même si le secret professionnel est garanti.

- **Entretien avec l'élève**

Les questions proposées pour l'entretien avec l'élève sont conçues pour obtenir une vue d'ensemble complète sur différents aspects de la vie de l'élève, notamment l'utilisation des écrans, les relations sociales et l'apprentissage scolaire. Voici les axes et les questions qui en découlent:

### **Informations générales:**

Nous avons Collecté des informations démographiques de base pour contextualiser les réponses de l'élève ceci comme suit :

- Nom
- Sexe
- Âge
- Nombre de frères et sœurs
- Rang dans la fratrie
- Niveau scolaire

### **Axe I : La surexposition aux écrans**

L'objectif de cet axe est d'évaluer l'exposition et l'utilisation des écrans par l'élève, ainsi que les impacts potentiels sur son comportement et son bien-être.

1. À quel âge avez-vous utilisé un écran pour la première fois?
2. Vos parents possèdent-ils des smartphones?
3. Utilisez-vous les smartphones de vos parents?

4. Possédez-vous un smartphone ou une tablette personnelle?
5. Quel type d'écran utilisez-vous le plus fréquemment?
6. Avez-vous accès à Internet?
7. Possédez-vous un écran dans votre chambre?
8. À quel moment utilisez-vous cet écran?
9. Combien d'heures par jour passez-vous devant un écran?
10. Quel type de contenu regardez-vous sur vos écrans?
11. Visionnez-vous des contenus violents en l'absence de vos parents, et le faites-vous sans leur consentement?
12. Jouez-vous à des jeux en ligne en solo ou en interaction?
13. Quel jeu en ligne préférez-vous jouer avec vos amis ?
14. Utilisez-vous les écrans en compagnie de vos amis ?
15. Vos parents vous interdisent-ils l'utilisation des écrans? Pour quelle raison?
16. Est-ce que vos parents vous limitent le temps d'accès aux écrans ? À votre avis, pourquoi?
17. Quel est votre loisir préféré?
18. Est-ce que vous préférez faire du sport, lire des livres, dessiner ou utiliser l'écran?
19. Sentez-vous que le besoin d'utiliser les médias sociaux s'est augmenté après la pandémie ?

### **Axe II : Le côté engagement relation social de l'élève**

L'objectif de cet axe est d'examiner les relations sociales de l'élève et l'influence potentielle des écrans sur celles-ci.

1. Quelle est votre relation avec vos parents?
2. Est-ce que vous jouez avec d'autres enfants dans le quartier?
3. Est-ce que vous avez des camarades de classe à l'école avec qui vous jouez? À quoi jouez-vous ?
4. Est-ce que vous vous inspirez des scènes que vous avez vues sur les écrans pour jouer avec vos amis ?
5. Comment réagissez-vous quand vous vous disputez avec vos amis?
6. Est-ce que vos réactions sont inspirées des contenus d'écrans?

### **Axe III : L'apprentissage scolaire**

L'objectif de cet axe est d'évaluer l'engagement et les performances scolaires de l'élève.

1. Est-ce que vous aimez aller à l'école?
2. Quelle est la matière qui vous inspire le plus?
3. Avez-vous des difficultés dans certaines matières? Lesquelles?
4. Est-ce que vous vous sentez fatigué et démotivé en classe ? Pourquoi?
5. Quand l'enseignant explique la leçon, est-ce que vous la comprenez?
6. Lorsque vous ne comprenez pas, demandez-vous à l'enseignant de vous réexpliquer?
7. Quelles sont vos notes dans les matières nécessitant de l'apprentissage par cœur et de la mémorisation?
8. Quelles sont vos notes en mathématiques?
9. Faites-vous vos devoirs seuls ou avec l'aide de quelqu'un?
10. Suivez-vous des cours de soutien?
11. Vos parents vous encouragent-ils à étudier à la maison?
12. Quels sont vos aspirations professionnelles pour l'avenir?

**Remarque**

Nous avons adapté l'entretien en fonction des réponses spontanées de l'élève pour éviter les redondances. Ces questions couvrent de manière exhaustive les aspects importants de la vie de l'élève et permettent de recueillir des informations détaillées qui peuvent aider à mieux comprendre ses besoins, ses habitudes et ses aspirations.

- **L'entretien avec l'enseignant(e):**

Nous avons rencontré les enseignant(e)s dans des entretiens qui ont permis une compréhension plus complète de l'impact de la surexposition aux écrans sur l'élève. Ceci a favorisé une approche coordonnée et efficace pour aborder ce problème.

1. Quand avez-vous commencé à enseigner cet élève?

- L'objectif de cette question est de connaître la durée de l'expérience de l'enseignant avec l'élève pour évaluer la profondeur de ses observations.

2. Quelle matière enseignez-vous?

- L'objectif de cette question est d'identifier la matière enseignée afin de contextualiser les observations de l'enseignant, car le comportement de l'élève peut varier selon les matières.

4. Combien de jours par semaine enseignez-vous ce niveau?

- L'objectif de cette question est de comprendre la fréquence des interactions entre l'enseignant et l'élève pour juger de la solidité des observations.

5. Parlez-moi de cet élève.

- L'objectif de cette question est d'obtenir une description générale de l'élève, incluant ses traits de personnalité et comportements notables.

6. Que pensez-vous du comportement de cet élève en classe?

- L'objectif de cette question est d'évaluer le comportement de l'élève, notamment son attitude, sa discipline et son interaction en classe.

7. Que pensez-vous de ses capacités d'apprentissage?

- L'objectif de cette question est de recueillir des informations sur les capacités intellectuelles et la facilité d'apprentissage de l'élève selon l'enseignant.

8. Pensez-vous que cet élève répond bien à ce qu'on lui demande en classe?

- L'objectif de cette question est de vérifier si l'élève suit les consignes et participe activement aux activités et aux tâches assignées.

9. Y a-t-il des choses importantes à dire à propos de cet élève?

- L'objectif de cette question est de permettre à l'enseignant de partager toute information significative qui n'aurait pas été abordée par les questions précédentes.

10. Selon vous, est-ce que cet élève arrive à raisonner convenablement ?

- L'objectif est d'évaluer la capacité de l'élève à penser de manière critique et à résoudre des problèmes.

11. Cet élève a-t-il des matières où il doit doubler d'efforts? (si oui: lesquelles?)

- L'objectif de cette question est d'identifier les matières où l'élève rencontre des difficultés et pourrait avoir besoin de soutien supplémentaire.

12. Comment cet élève interagit-il avec vous et avec ses pairs en classe?

- L'objectif de cette question est de comprendre les compétences sociales de l'élève, y compris la qualité de ses interactions avec l'enseignant et ses camarades.

13. Ses résultats sont-ils stables ou connaît-il des fléchissements? (s'il y a des fléchissements: pourriez-vous m'expliquer pourquoi, selon vous?)

- L'objectif de cette question est d'analyser la stabilité des performances académiques de l'élève et explorer les raisons possibles de toute fluctuation.

14. Y a-t-il des choses que vous aimeriez dire et que nous n'avons pas abordées?

- L'objectif de cette question est de donner à l'enseignant l'opportunité de mentionner des observations ou des préoccupations non couvertes par les questions précédentes.

### **5. Échelle psychologique de la dépendance à Internet, M. Youssef (Youssef Internet Addiction – Le World Wide Web, 2011)**

Cette mesure est utile pour identifier l'étendue de la dépendance des élèves à Internet, car l'utilisation d'Internet est devenue courante de nos jours (voir l'échelle en langue arabe dans l'annexe N°3).

Le nombre de personnes soupçonnées d'avoir une dépendance, bien que le terme "dépendance" puisse être inexact, est estimé à plusieurs millions dans le monde. Cela inclut particulièrement ceux attirés par les chats en ligne ou les jeux vidéo. La dépendance à Internet se caractérise par la difficulté de rester éloigné d'Internet pendant plusieurs jours consécutifs, suivie d'un fort désir de se reconnecter et de ressentir le besoin de satisfaction en ligne. Cependant, cette définition reste relativement vague et insuffisante pour couvrir toutes les dimensions de ce phénomène.

#### **8.1 Définition opérationnelle de l'échelle**

Nous pouvons adopter cette définition: «La dépendance à Internet» se caractérise par l'utilisation prolongée d'Internet par un individu, pouvant atteindre 10 heures par jour, de manière non consensuelle. Cette utilisation excessive entraîne un ensemble de symptômes psychologiques tels que la tension, l'anxiété, l'insomnie, l'isolement et divers autres troubles comportementaux. (Qasim, 2022, p.15).

#### **8.2 Les Symptômes courants évalué par l'échelle**

1-/ Rester assis pendant de longues périodes devant Internet est attesté par les plaintes de leurs proches.

2-/ Négliger les obligations familiales, conjugales et professionnelles dans certains cas en raison de veilles tardives et d'insomnie.

3-/ Se sentir extrêmement bouleversé lors de la déconnexion d'Internet de l'ordinateur, que ce soit à cause d'une panne de courant. Ou autre chose.

4-/ Il y a un état d'attente pour s'asseoir à nouveau dessus.

5-/ Se sentir comme un échec en essayant de légaliser assis devant Internet.

6-/ Certaines études confirment une relation entre la dépendance à Internet et la présence de symptômes d'anxiété et la dépression.

7-/ Il existe certains troubles physiques résultant d'une position assise excessive devant Internet, comme la douleur, colonne vertébrale.

8-/ Il existe des indications liant l'obésité, due au manque de mouvement, et la dépendance à Internet.

9-/ Tendance à l'isolement, à l'introversion chez les jeunes et à la réticence à faire certaines activités. Le comportement social est une nouvelle urgence qui n'existait pas auparavant.

### 8.3 La validité et la fiabilité de l'échelle

- a. **Validité du contenu apparent (validité des arbitres)** : L'échelle a été distribuée à cinq arbitres ayant une expérience dans le domaine de la technologie éducative, le domaine de la psychologie, de la mesure et de l'évaluation pour exprimer son opinion sur celui-ci en termes de choix de son vocabulaire et de sa formulation.
  - Le vocabulaire procédural, la clarté des phrases décrivant la performance et la solidité de l'estimation quantitative. Les arbitres ont exprimé leur avis.
  - Les chercheurs ont pris en compte les commentaires reçus des arbitres et l'échelle a été élaborée de sa forme initiale à sa forme finale.
- b. **Méthode de validité à cohérence interne** : La validité de l'échelle a été vérifiée en réalisant un test de validité interne.
  - En utilisant le coefficient de corrélation de Pearson.

### 8.4 Les items de l'échelle

Répondez aux questions suivantes par oui aux énoncés qui s'appliquent à vous et par non aux énoncés qui ne s'appliquent pas à vous parfois – pas la plupart du temps – alors répondez « parfois ».

| Le nombre | Paragraphe                                | Oui | Parfois | Non |
|-----------|-------------------------------------------|-----|---------|-----|
| 1         | Je reste assis devant Internet pendant de | 2   | 1       | 0   |



|   |                                                                                                               |   |   |   |
|---|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|---|---|
|   | longues périodes par jour, jusqu'à dix heures ou plus                                                         |   |   |   |
| 2 | le sens que mes relations sociales avec mes amis et mes proches se sont affaiblies.                           | 2 | 1 | 0 |
| 3 | Je pense que je suis accro à Internet... mes proches et mes amis disent ça de moi.                            | 2 | 1 | 0 |
| 4 | Penser à Internet quitte rarement mon imagination lorsque je suis au travail ou parmi mes amis et ma famille. | 2 | 1 | 0 |

| Le nombre | Paragraphe                                                                                                                | Oui | Parfois | Non |
|-----------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|---------|-----|
| 5-        | Je suis fatigué dans mes mains ou dans mon dos à force de m'asseoir souvent devant l'ordinateur.                          | 2   | 1       | 0   |
| 6-        | J'ai envie de parler de mes aventures sur Internet avec mes connaissances et mes amis.                                    | 2   | 1       | 0   |
| 7-        | Lorsque j'éteins l'ordinateur, j'éprouve l'envie d'y revenir un peu plus tard.                                            | 2   | 1       | 0   |
| 8-        | J'ai l'impression de trouver plus de respect et d'attention sur Internet qu'ailleurs.                                     | 2   | 1       | 0   |
| 9-        | Rester assis sur Internet m'empêche toujours de déjeuner et de dîner, de retrouver des amis ou de dormir.                 | 2   | 1       | 0   |
| 10-       | Éteindre l'ordinateur ce que je fais avant de m'endormir, et l'ouvrir est la première chose que je fais après mon réveil. | 2   | 1       | 0   |
| 11-       | Lorsque je m'assois souvent devant l'ordinateur, j'ai l'impression que mon parcours d'études est dégradé.                 | 2   | 1       | 0   |
| 12-       | Je continue de m'asseoir devant Internet même si je me sens un peu fatigué ou somnolent.                                  | 2   | 1       | 0   |
| 13-       | J'éprouve des remords lorsque je reste assis pendant de longues périodes devant Internet.                                 | 2   | 1       | 0   |
| 14-       | Rester assis longtemps devant Internet m'a rendu paresseux.                                                               | 2   | 1       | 0   |
| 15-       | Je me sens extrêmement angoissé lorsque ma connexion Internet est coupée pour une raison quelconque les raisons.          | 2   | 1       | 0   |

**Tableau N°4** : tableau représentatif de l'échelle psychologique de dépendance à l'internet

### 8.5 L'interprétation des résultats selon l'échelle

Donnez- vous deux points pour chaque réponse «**oui**» et un point pour chaque réponse «**b** » (**Parfois**) et zéro pour chaque réponse avec un «**Non**» puis calculez votre score et voyez ensuite: Les scores de **21** à **30** signifient que vous présentez un degré élevé de symptômes de dépendance à Internet.

Ce qui nécessite une intervention de conseil par des spécialistes en conseil psychologique.

Un score compris entre **16** et **20** signifie que vous présentez un degré modéré de ces symptômes. Vous pouvez surmonter ces symptômes avec une certaine maîtrise de soi.

Un score inférieur à **15** signifie que vous ne souffrez pas de ces symptômes de manière invalidante.

### 6. Le bulletin scolaire

Bien que le bulletin scolaire ne constitue pas une technique, il est néanmoins un outil de référence auquel nous nous sommes référés pour vérifier la qualité du rendement scolaire de l'élève. En effet, le bulletin constitue un trait d'union principal entre l'école et les parents des élèves inscrits au sein de cette dernière. Aussi, il constitue un outil privilégié de dialogue entre les différents partenaires de l'éducation. Ce document officiel contient les différentes notes que l'élève a obtenues dans les différentes matières qu'il a étudiées au cours d'un trimestre ainsi que les appréciations de son enseignant (e) et le personnel éducatif. Ainsi, en tenir compte est d'une grande importance pour nous.

### 7. Analyse des données

- a. **Analyse des entretiens : Nous avons effectué une analyse de contenu des données issues des entretiens.**
- b. Nous avons administré un questionnaire semi-structuré à 210 participants, Les questions portaient sur des aspects mesurables et quantifiables, tels que le comportement, les habitudes et les opinions des répondants. Ces données ont été saisies et analysées à l'aide deux méthodes :

Nous avons structuré notre recherche autour de deux axes principaux : la collecte de données quantitatives pour obtenir des mesures objectives et la collecte de données qualitatives pour approfondir les perceptions et les expériences des participants. Cette combinaison permet d'exploiter les forces de chaque approche et de compenser leurs faiblesses respectives.

Parallèlement, nous avons conduit des entretiens semi-structurés avec 15 cas cliniques

sélectionnés parmi les 210 élèves. Les entretiens visaient à explorer en profondeur les expériences individuelles, les motivations et les contextes personnels des participants. Les transcriptions des entretiens ont été analysées par une analyse de contenu pour identifier les thèmes récurrents et les significations sous-jacentes.

Les données recueillies ont été analysées en utilisant des techniques statistiques appropriées. Cela nous a permis d'identifier des tendances générales et des relations significatives entre les variables étudiées.

L'analyse de contenu a été appliquée aux données des entretiens pour dégager des données significatives pour chaque cas. Cette approche a fourni des insights riches et détaillés sur les expériences vécues par les participants, complétant ainsi les résultats quantitatifs.

La méthode de croisement a été utilisée pour intégrer les résultats des analyses quantitatives et qualitatives. Ceci a pour objectif de renforcer la validité de nos conclusions en corroborant les données issues des deux méthodes et en fournissant une vue d'ensemble plus cohérente et exhaustive.

### 10.1 Présentation des Données Croisées

#### a. Préparation des Données

- **Cas cliniques** : Nous avons codifié les données des entretiens semi-directifs et les scores de l'échelle de dépendance à Internet pour les 15 cas cliniques. Nous avons vérifié que chaque variable est bien définie et standardisée. Les données des 15 élèves, basées sur l'échelle de dépendance à Internet, sont correctement saisies et codifiées dans SPSS.

- Pour l'Échantillon plus large : Nous nous sommes basées correctement saisies. sur la collectes des données des questionnaires distribués aux 195 élèves, par les élèves et fidèlement transmis aux psychologues des établissements scolaires .

#### b. Importation des Données dans SPSS

- Nous avons importé les deux jeux de données dans SPSS, en s'assurant que les variables sont définies de manière cohérente entre les deux jeux de données.

#### c. Fusion des Données

- Nous avons utilisé la fonction de fusion de fichiers de SPSS (Data -> Merge Files -> Add Cases) pour combiner les deux jeux de données. Nous avons ajouté les 15 cas cliniques d'élèves.

#### d. Analyse Croisée

- Nous avons effectué des analyses descriptives pour comparer les distributions des scores de dépendance à Internet entre les 15 cas cliniques et les 195 élèves.

- Nous avons effectués des analyses de corrélation pour voir s'il existe des relations entre les variables des cas cliniques (telles que les symptômes psychologiques) et les scores de dépendance des 195 élèves.

### 10.2 Justification de l'Approche

#### a. Complémentarité des Données

- Les données qualitatives des entretiens semi-directifs apportent une profondeur et une richesse de compréhension qui complètent les données quantitatives de l'échelle de dépendance.

- L'analyse mixte permet de trianguler les résultats, augmentant ainsi la validité et la fiabilité des conclusions.

#### b. Exploration de Relations Complexes:

- Les entretiens semi-directifs peuvent révéler des aspects comportementaux et psychologiques de la dépendance à Internet qui ne sont pas capturés par l'échelle de dépendance.

- En croisant ces informations avec les données quantitatives, il nous sera possible d'identifier des facteurs sous-jacents communs.

#### c. Identification des Facteurs de Risque:

- L'analyse combinée peut aider à identifier des facteurs de risque spécifiques à certains groupes d'élèves.

- Par exemple, les symptômes psychologiques observés dans les cas cliniques peuvent être comparés avec les scores de dépendance pour voir s'ils sont généralisables à une population plus large.

En utilisant cette approche, Nous pouvons offrir une vue d'ensemble plus complète et nuancée de la dépendance à Internet chez les élèves, intégrant à la fois les dimensions quantitatives et qualitatives.

## 8. L'analyse statistique des données à l'aide du programme SPSS.

### 11.1 Présentation de logiciel SPSS (Statistical package for social)

Le logiciel SPSS est un outil prévisionnel pour l'analyse statistique de données il offre de multiples possibilités pour gérer le processus analytique, aussi il permet de réaliser des tableaux et des diagrammes, il permet aussi d'analyser des données, d'interpréter sous forme statistique. (Lieury, 2010)

Dans le tutoriel joint en annexe, nous avons exploré la nature de ce logiciel, ses objectifs, et la manière d'utiliser SPSS pour calculer l'alpha de Cronbach et la corrélation entre variables. L'alpha de Cronbach est une mesure de la cohérence interne d'une échelle de mesure,

permettant d'évaluer la fiabilité d'un instrument. La corrélation, quant à elle, est une analyse statistique couramment utilisée pour examiner les relations entre différents phénomènes. Nous y avons détaillé les objectifs de notre utilisation du logiciel SPSS, les étapes pour réaliser ces analyses, et comment interpréter les résultats obtenus.

### Synthèse

Dans ce chapitre, nous avons abordé la méthodologie de notre étude qui repose sur une approche descriptive mixte, combinant des méthodes quantitatives et qualitatives pour offrir une compréhension complète et nuancée des phénomènes étudiés.

Nous avons reconnu certaines limitations, telles que la taille limitée de l'échantillon qualitatif.

Toutes les procédures de collecte de données ont été menées conformément aux principes éthiques, avec une attention particulière portée à la confidentialité et au consentement éclairé des participants.

Cette approche méthodologique descriptive mixte va nous permettre d'aborder notre recherche de manière équilibrée et complète. En combinant les données quantitatives et qualitatives, nous pourrions obtenir une compréhension riche et multidimensionnelle des phénomènes étudiés, tout en assurant la rigueur scientifique de notre démarche.

*Chapitre V*  
*Analyse et*  
*interprétation des*  
*résultats*

**Préambule**

Chaque recherche scientifique nécessite une méthode précise et des étapes adaptées aux informations recherchées. Après avoir défini la population étudiée et présenté nos outils de recherche, nous allons examiner dix cas cliniques. Cela inclut les données recueillies lors des entretiens cliniques et l'analyse de l'échelle psychologique de la dépendance à Internet de M. Youssef, en tenant compte de la phase de pré-enquête.

**1. Analyse de données qualitatives****1.1 Le cas d'Asma****1.1.1 Présentation de cas**

Asma, une adolescente lycéenne et la cadette d'une famille de cinq enfants, est au centre d'une étude marquée par sa relation intense avec les écrans. Passant jusqu'à sept heures par jour sur des plateformes comme Instagram, YouTube et Facebook, elle a obtenu son premier téléphone à l'âge de dix ans et utilisait auparavant celui de ses parents. Ses résultats scolaires, notamment une moyenne de 9 sur 20 avec des difficultés notoires en mathématiques (moyenne de 8,25 en histoire-géographie et 8,5 en sciences islamiques), ont entraîné son redoublement en sixième année primaire et au BEM.

Durant l'entretien, Asma a exprimé une dépendance significative aux écrans, affirmant ne pas pouvoir passer une journée sans son Smartphone. Cette addiction semble affecter négativement sa mémoire et ses performances académiques, établissant une corrélation inverse entre son temps d'écran et ses résultats scolaires.

Son usage précoce et intensif des technologies pourrait perturber sa concentration et sa capacité à assimiler les concepts mathématiques, ce qui se reflète dans ses difficultés d'apprentissage. Sa mère, femme au foyer sans expérience scolaire, joue un rôle central dans son soutien académique, bien que celui-ci puisse être limité par ses propres ressources éducatives.

**➤ Synthèse**

L'entretien avec Asma souligne l'impact significatif de sa surexposition aux écrans sur ses relations sociales et ses capacités intellectuelles. Ses difficultés d'apprentissage, exacerbées par son addiction aux écrans, l'accès précoce à la technologie, et le manque de modèles académiques dans son entourage familial, sont autant de facteurs influençant négativement ses performances scolaires, en particulier en mathématiques.

**1.1.2 Présentation et analyse des données de l'Échelle psychologique de la dépendance à Internet par M. Youssef.**

**Tableau N° 5 : Données de l'échelle psychologique de la dépendance à Internet du Cas Asma**

| Le nombre d'item | Paragraphe                                                                                                                | SCORE |
|------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|
| 1                | Je reste assis devant Internet pendant de longues périodes par jour, jusqu'à dix heures ou plus                           | 2     |
| 2                | Le sens que mes relations sociales avec mes amis et mes proches se sont affaiblies.                                       | 2     |
| 3                | Je pense que je suis accro à Internet... mes proches et mes amis disent ça de moi.                                        | 2     |
| 4                | Penser à Internet quitte rarement mon imagination lorsque je suis au travail ou parmi mes amis et ma famille.             | 2     |
| 5                | Je suis fatigué dans mes mains ou dans mon dos à force de m'asseoir souvent devant l'ordinateur.                          | 1     |
| 6                | J'ai envie de parler de mes aventures sur Internet avec mes connaissances et mes amis.                                    | 1     |
| 7                | Lorsque j'éteins l'ordinateur, j'éprouve l'envie d'y revenir un peu plus tard.                                            | 2     |
| 8                | J'ai l'impression de trouver plus de respect et d'attention sur Internet qu'ailleurs.                                     | 2     |
| 9                | Rester assis sur Internet m'empêche toujours de déjeuner et de dîner, de retrouver des amis ou de dormir.                 | 1     |
| 10               | Éteindre l'ordinateur ce que je fais avant de m'endormir, et l'ouvrir est la première chose que je fais après mon réveil. | 1     |
| 11               | Lorsque je m'assois souvent devant l'ordinateur, j'ai l'impression que mon parcours d'études est dégradé.                 | 2     |
| 12               | Je continue de m'asseoir devant Internet même si je me sens un peu fatigué ou somnolent.                                  | 2     |
| 13               | J'éprouve des remords lorsque je reste assis pendant de longues périodes devant Internet.                                 | 2     |
| 14               | Rester assis longtemps devant Internet m'a rendu paresseux.                                                               | 1     |
| 15               | Je me sens extrêmement angoissé lorsque ma connexion Internet est coupée pour une raison quelconque les raisons.          | 1     |



|              |           |
|--------------|-----------|
| SCORE FINALE | <u>24</u> |
|--------------|-----------|

TableauN°5 : tableau d'échelle d'Asma

Lors de l'évaluation avec l'Échelle psychologique de la dépendance à Internet, Asma a pris **11 minutes** pour la remplir. Selon les résultats de l'échelle, elle a obtenu un score total de **24/45**, indiquant une dépendance à Internet. Parmi les réponses marquées avec un score de **(2)**, on retrouve les items suivants : **1, 3, 7 et 10**. Ces réponses suggèrent qu'Asma passe beaucoup plus de temps sur Internet que prévu initialement et que ses relations sociales avec ses amis et sa famille se sont affaiblies. L'item **8** révèle qu'elle ressent davantage de respect et d'attention en ligne qu'ailleurs, tandis que l'item **9** indique qu'elle reporte souvent ses repas ou ses activités sociales en disant "encore quelques minutes".

La majorité des autres réponses se situent principalement avec un score de **(1)**, comme dans l'item **6** où elle évite parfois de partager ses activités en ligne avec d'autres personnes, ou dans l'item **14** où elle utilise Internet pour échapper aux préoccupations de sa vie quotidienne. Asma a également indiqué qu'elle devient agacée lorsque quelqu'un la dérange pendant qu'elle est sur Internet, comme mentionné dans l'item **11** où elle pense que son parcours scolaire est facilité du fait de son usage fréquent de l'ordinateur.

Synthèse:

L'analyse de l'Échelle psychologique de la dépendance à Internet révèle qu'Asma présente des signes de dépendance, notamment par un usage excessif qui affecte ses performances scolaires et sa productivité. Cependant, elle ne semble pas souffrir directement des conséquences de cet usage sur ses résultats académiques, comme le montre son score de **(1)** dans l'item **11**.

## 1.2 Le cas de Saïd

### 1.2.1 Présentation et analyse des données de l'entretien :

Saïd, le cadet de deux frères plus âgés, évolue au sein d'une famille où le niveau scolaire des parents diffère. Son père est universitaire tandis que sa mère a un niveau équivalent à la 4<sup>ème</sup> année. Passionné par les jeux vidéo, Saïd consacre la majeure partie de son temps à jouer sur sa console et à utiliser son smartphone pour des divertissements numériques.

Malheureusement, Saïd a déjà dû refaire une année scolaire en raison de ses difficultés

académiques. Les entretiens avec ses professeurs ont révélé que son échec scolaire est principalement dû à son manque de concentration en classe, étant constamment distrait. Ses résultats scolaires le confirment, avec une moyenne générale de 7,23, comprenant des notes de 5,13 en mathématiques, 5/20 en physique, 6,40 en anglais et 6 en histoire-géographie.

Cette situation souligne le besoin urgent d'un accompagnement et d'un soutien pour aider Saïd à améliorer sa concentration, surmonter ses difficultés scolaires et retrouver sa motivation académique.

Sa mère décrit l'influence des écrans sur Saïd depuis sa petite enfance, exposé régulièrement aux écrans dès ses premiers mois. Son addiction aux jeux vidéo depuis l'enfance le conduit à passer la majorité de son temps sur sa console et son smartphone, ce qui affecte négativement son équilibre et son engagement scolaire.

Les professeurs notent que Saïd est souvent distrait en classe, ce qui entrave sa capacité à se concentrer dans la plupart des matières. Son addiction aux écrans semble être la principale cause de ce problème. Avec une moyenne générale de 7,23 et des notes préoccupantes dans plusieurs matières, Saïd a déjà dû redoubler une année, soulignant la gravité de sa situation académique.

La disparité entre le niveau universitaire de son père et le niveau scolaire plus limité de sa mère crée des dynamiques familiales complexes, potentiellement influençant l'encadrement parental de Saïd.

### ➤ Synthèse des données des entretiens

En résumé, la surexposition aux écrans chez Saïd est excessive et a un impact significatif sur ses relations familiales complexes et ses performances scolaires. Pour surmonter son addiction et ses difficultés académiques, Saïd doit absolument bénéficier d'une combinaison de limitations dans l'utilisation des écrans, de soutien scolaire personnalisé, de suivi psychologique, d'implication renforcée des parents, et d'orientation vers des activités extrascolaires. Cela pourrait l'aider à retrouver un équilibre psychosocial et une motivation scolaire positive.

### 1.2.2 Présentation et analyse des données de l'Échelle psychologique de la dépendance à Internet par M. Youssef.

**Tableau N° 6: Données de l'échelle psychologique de la dépendance à Internet du Cas Saïd.**

| Le nombre d'item | Paragraphe | SCORE |
|------------------|------------|-------|
|------------------|------------|-------|

|                     |                                                                                                                           |                  |
|---------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|
| 1                   | Je reste assis devant Internet pendant de longues périodes par jour, jusqu'à dix heures ou plus                           | 2                |
| 2                   | Je sens que mes relations sociales avec mes amis et mes proches se sont affaiblies.                                       | 1                |
| 3                   | Je pense que je suis accro à Internet... mes proches et mes amis disent ça de moi.                                        | 2                |
| 4                   | Penser à Internet quitte rarement mon imagination lorsque je suis au travail ou parmi mes amis et ma famille.             | 1                |
| 5                   | Je suis fatigué dans mes mains ou dans mon dos à force de m'asseoir souvent devant l'ordinateur.                          | 1                |
| 6                   | J'ai envie de parler de mes aventures sur Internet avec mes connaissances et mes amis.                                    | 2                |
| 7                   | Lorsque j'éteins l'ordinateur, j'éprouve l'envie d'y revenir un peu plus tard.                                            | 2                |
| 8                   | J'ai l'impression de trouver plus de respect et d'attention sur Internet qu'ailleurs.                                     | 1                |
| 9                   | Rester assis sur Internet m'empêche toujours de déjeuner et de dîner, de retrouver des amis ou de dormir.                 | 1                |
| 10                  | Éteindre l'ordinateur ce que je fais avant de m'endormir, et l'ouvrir est la première chose que je fais après mon réveil. | 2                |
| 11                  | Lorsque je m'assois souvent devant l'ordinateur, j'ai l'impression que mon parcours d'études est dégradé.                 | 1                |
| 12                  | Je continue de m'asseoir devant Internet même si je me sens un peu fatigué ou somnolent.                                  | 2                |
| 13                  | J'éprouve des remords lorsque je reste assis pendant de longues périodes devant Internet.                                 | 0                |
| 14                  | Rester assis longtemps devant Internet m'a rendu paresseux.                                                               | 1                |
| 15                  | Je me sens extrêmement angoissé lorsque ma connexion Internet est coupée pour une raison quelconque les raisons.          | 2                |
| <b>SCORE FINALE</b> |                                                                                                                           | <b><u>21</u></b> |

Temps de passation: **15 minutes.**

Score obtenu: **21/45**, indiquant une dépendance à l'Internet.

### Analyse des Réponses aux Items

a. Items avec un score de 2:

- **Item 1:** Saïd reste en ligne plus longtemps qu'il ne l'avait prévu initialement.
- **Item 3:** Ses proches lui reprochent que ses relations sociales ne sont pas vraiment affaiblies.
- **Item 10:** Saïd ressent une grande angoisse lorsque sa connexion Internet est coupée, ce qui se justifie par sa déclaration « mon monde, c'est les jeux vidéo avec mes amis ».

b. Items avec un score de 1:

- **Item 6:** Il partage parfois ses expériences en ligne avec ses amis.
- **Item 11:** L'utilisation prolongée de l'ordinateur impacte ses études.
- **Item 12:** Il continue de rester en ligne même en étant fatigué ou somnolent.

c. Item avec un score de 0:

- **Item 13:** Saïd n'éprouve aucun remords de rester assis pendant de longues périodes devant Internet, au contraire, il y prend du plaisir.

### Interprétation et Synthèse

Relations Sociales et Famille: Les relations sociales de Saïd ne sont pas sévèrement affectées selon ses réponses et celles de ses proches. Cependant, il existe une légère tension due à sa préférence pour les activités en ligne.

- **Anxiété et Plaisir:** Saïd ressent de l'angoisse lorsque sa connexion est interrompue, montrant une dépendance émotionnelle. Il éprouve également un grand plaisir à jouer aux jeux vidéo, ce qui est un indicateur de sa dépendance.
- **Impact sur les Études:** Sa dépendance aux jeux vidéo et à l'Internet a des répercussions sur ses performances scolaires. Il admet que cela interfère avec son temps d'étude et sa concentration.
- **Comportement en Ligne:** Saïd a une forte inclination à partager ses réussites dans les jeux vidéo, renforçant l'idée que cette activité est centrale dans sa vie sociale et personnelle.

#### ➤ Synthèse

L'analyse des résultats de l'échelle psychologique montre que Saïd présente une dépendance significative à l'Internet, principalement à travers les jeux vidéo. Cette dépendance a un impact notable sur ses études et provoque de l'anxiété lorsqu'il est déconnecté. Bien que ses relations sociales ne soient pas sévèrement affectées, la priorité qu'il accorde aux activités en ligne pourrait engendrer des problèmes plus sérieux à l'avenir.

Pour aider Saïd, il serait pertinent de :

1. Mettre en place un programme de gestion du temps: Limiter les heures passées en ligne et

établir des plages horaires dédiées à ses études.

2. Offrir un soutien psychologique: Travailler sur les causes de son anxiété liée à la déconnexion et sur les moyens de la gérer.

3. Encourager des activités hors ligne: Favoriser des activités sociales et récréatives qui ne nécessitent pas l'utilisation d'Internet.

Une approche multidimensionnelle intégrant la gestion du temps, le soutien psychologique et l'encouragement à des activités alternatives peut aider Saïd à réduire sa dépendance à Internet et à améliorer ses performances académiques et son bien-être général.

### **1.3Le cas Amine**

#### **1.3.2 Présentation et analyse des données de l'entretien**

Amine, âgé de 15 ans, manifeste une forte addiction aux écrans, notamment aux jeux vidéo, malgré son statut de premier de sa classe. Cette addiction est un point central de son quotidien, offrant à la fois un refuge et un défi intellectuel à travers les jeux vidéo. Cependant, elle entraîne des conséquences négatives, notamment un manque de concentration en classe et un comportement perturbateur.

L'addiction aux écrans chez Amine semble stable, voire en augmentation, avec une préférence constante pour les jeux en ligne comme source de divertissement et de stimulation intellectuelle. Malgré son addiction, Amine maintient un bon niveau scolaire avec une moyenne générale de 16,24 au premier trimestre. Ses résultats montrent une capacité élevée de mémorisation et de travail, ce qui lui permet de réussir malgré les défis posés par son addiction.

Ses performances académiques fluctuent en fonction de sa concentration et de son engagement en classe. Les matières comme les mathématiques, la physique et l'anglais montrent des résultats variables, reflétant une certaine instabilité due à son comportement en classe.

Le contexte familial d'Amine présente des dynamiques complexes qui influencent son comportement et son attitude envers les études :

- Pression paternelle et soutien maternel: Son père, bien que souvent absent, exerce une pression rigide sur ses études, ce qui peut agir comme un moteur de sa réussite académique. Sa mère, malgré la fatigue, et malgré les pressions du mari, elle offre un soutien émotionnel important, créant un équilibre dans son environnement familial. L'interaction entre la pression paternelle et le soutien maternel peut fluctuer en fonction des performances académiques d'Amine et de ses réponses émotionnelles aux exigences familiales.

Amine a besoin de surmonter les défis posés par son addiction aux écrans tout en

maintenant ses performances académiques, plusieurs stratégies peuvent être envisagées.

- Encadrement parental équilibré: Établir des limites claires sur l'utilisation des écrans tout en encourageant des activités enrichissantes hors ligne.
- Suivi psychologique: Aider Amine à comprendre les mécanismes de son addiction, à développer des stratégies de gestion du temps et à renforcer sa concentration en classe.
- Soutien scolaire personnalisé: Identifier les matières où Amine rencontre des difficultés et fournir un soutien académique ciblé pour améliorer sa performance.

### ➤ Synthèse

L'analyse du cas d'Amine révèle la complexité de l'addiction aux écrans chez les adolescents et ses répercussions sur leurs performances scolaires et leurs dynamiques familiales. Les observations faites sur Amine corroborent les conclusions des recherches de **Michael Stora**, qui affirmaient que les jeux en ligne induisent une compétition où les jeunes se lancent des défis qu'ils relèvent virtuellement, ce qui a un effet thérapeutique pour eux. En adoptant une approche intégrée combinant soutien parental, suivi psychologique et aide scolaire personnalisée, il est possible d'aider Amine à surmonter les défis liés à son addiction tout en optimisant son potentiel académique et personnel.

### 1.3.2 Présentation et analyse des données de l'Échelle psychologique de la dépendance à Internet par M. Youssef.

**Tableau N° 7: Données de l'échelle psychologique de la dépendance à Internet du cas Amine**

| Le nombre d'item | Paragraphe                                                                                                    | SCORE |
|------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|
| 1                | Je reste assis devant Internet pendant de longues périodes par jour, jusqu'à dix heures ou plus               | 2     |
| 2                | le sens que mes relations sociales avec mes amis et mes proches se sont affaiblies.                           | 2     |
| 3                | Je pense que je suis accro à Internet... mes proches et mes amis disent ça de moi.                            | 2     |
| 4                | Penser à Internet quitte rarement mon imagination lorsque je suis au travail ou parmi mes amis et ma famille. | 2     |
| 5                | Je suis fatigué dans mes mains ou dans mon dos à force de m'asseoir souvent devant l'ordinateur.              | 2     |

Plusieurs réponses d'Amine ont obtenu un score élevé de (2) :

|                     |                                                                                                                           |                  |
|---------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|
| 6                   | J'ai envie de parler de mes aventures sur Internet avec mes connaissances et mes amis.                                    | 2                |
| 7                   | Lorsque j'éteins l'ordinateur, j'éprouve l'envie d'y revenir un peu plus tard.                                            | 2                |
| 8                   | J'ai l'impression de trouver plus de respect et d'attention sur Internet qu'ailleurs.                                     | 2                |
| 9                   | Rester assis sur Internet m'empêche toujours de déjeuner et de dîner, de retrouver des amis ou de dormir.                 | 2                |
| 10                  | Éteindre l'ordinateur ce que je fais avant de m'endormir, et l'ouvrir est la première chose que je fais après mon réveil. | 2                |
| 11                  | Lorsque je m'assois souvent devant l'ordinateur, j'ai l'impression que mon parcours d'études est dégradé.                 | 2                |
| 12                  | Je continue de m'asseoir devant Internet même si je me sens un peu fatigué ou somnolent.                                  | 2                |
| 13                  | J'éprouve des remords lorsque je reste assis pendant de longues périodes devant Internet.                                 | 1                |
| 14                  | Rester assis longtemps devant Internet m'a rendu paresseux.                                                               | 2                |
| 15                  | Je me sens extrêmement angoissé lorsque ma connexion Internet est coupée pour une raison quelconque les raisons.          | 2                |
| <b>SCORE FINALE</b> |                                                                                                                           | <b><u>31</u></b> |

- Dans l'item 1, il reconnaît passer plus de temps sur Internet que prévu initialement.
- Dans l'item 5, il admet négliger parfois des tâches domestiques pour rester connecté.
- L'item 7 révèle que sa présence prolongée sur Internet l'empêche de prendre régulièrement ses repas et de dormir convenablement.

Bien que son père soit souvent absent, Amine ressent toujours le reproche de ses proches concernant son utilisation excessive d'Internet, comme indiqué dans l'item 2. Malgré avoir tenté de réduire son temps en ligne, comme observé dans l'item 1, il ressent de la culpabilité et du remords.

L'analyse de l'Échelle psychologique de la dépendance à Internet montre qu'Amine

présente un comportement pathologique vis-à-vis d'Internet. Ce comportement pourrait conduire à un isolement social accru, à une diminution de ses activités habituelles et à une altération de ses relations interpersonnelles.

### 1.4 Le cas de Djana

#### 1.4.1 Analyse des données de l'entretien du Cas Djana :

Djana, âgée de 18 ans, est scolarisée en première année du secondaire scientifique. Elle présente une addiction sévère aux écrans, passant en moyenne 10 heures par jour devant son portable. Cette surexposition affecte négativement sa concentration en classe et ses performances académiques, comme le montrent ses résultats scolaires en baisse et ses échecs antérieurs aux examens.

L'addiction de Djana aux écrans semble être en augmentation, avec une utilisation excessive qui dépasse largement les recommandations pour son âge. Cette dépendance nuit non seulement à ses résultats académiques mais aussi à sa santé physique et mentale, comme la fatigue oculaire et les troubles de sommeil.

En tant que quatrième enfant d'une fratrie où ses trois sœurs sont universitaires, Djana pourrait ressentir une pression indirecte pour réussir académiquement. Cette dynamique familiale peut contribuer à son besoin de s'échapper dans le monde virtuel des écrans, cherchant peut-être à éviter les comparaisons ou les attentes élevées de ses proches. Mais les données révélées par Djana, ne sont pas suffisantes pour explorer cette piste. Néanmoins, le fait qu'elle met au-devant le niveau de ses sœurs, laisse penser au poids qui pèserait sur Djana. L'environnement familial peut fluctuer en fonction des interactions avec ses sœurs et des attentes perçues par Djana, influençant ainsi sa motivation et sa perception de l'école.

Les résultats scolaires de Djana, avec une moyenne de 8,31 au premier trimestre, reflètent une régression académique due à son utilisation excessive des écrans. Cette dépendance affecte sa concentration en classe, sa mémoire et sa capacité à absorber les connaissances enseignées.

Les performances académiques de Djana peuvent varier en fonction de sa capacité à gérer son addiction et à recevoir un soutien approprié de ses enseignants et de sa famille pour améliorer son engagement et sa discipline scolaire. D'après ses enseignants, Djana a un fort potentiel, mais elle ne veut pas travailler.

L'analyse du cas de Djana met en évidence les effets délétères de la surexposition aux écrans sur sa vie quotidienne et ses performances scolaires. L'addiction aux écrans est



exacerbée par des dynamiques familiales complexes, à vérifier et à explorer, et des attentes perçues, créant un cercle vicieux qui compromet son bien-être global. Des mesures d'intervention sont nécessaires pour aider Djana devant les risques de l'addiction aux écrans, et pour réduire son temps d'écran et, ainsi, renforcer son soutien psychologique et académique. Nous pensons qu'un cadre équilibré d'activités hors ligne et d'engagement familial peut aider à restaurer son équilibre émotionnel et à promouvoir des habitudes de vie plus saines.

**1.4.2 Présentation et analyse des données de l'Échelle psychologique de la dépendance à Internet par M. Youssef.**

**Tableau N° 8 : Données de l'échelle psychologique de la dépendance à Internet du Cas Djana**

| <b>Le nombre d'item</b> | <b>Paragraphe</b>                                                                                                         | <b>SCORE</b> |
|-------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|
| <b>1</b>                | Je reste assis devant Internet pendant de longues périodes par jour, jusqu'à dix heures ou plus                           | <b>2</b>     |
| <b>2</b>                | le sens que mes relations sociales avec mes a mis et mes proches se sont affaiblies.                                      | <b>2</b>     |
| <b>3</b>                | Je pense que je suis accro à Internet... mes proches et mes a mis disent ça de moi.                                       | <b>2</b>     |
| <b>4</b>                | Penser à Internet quitte rarement mon imagination lorsque je suis au travail ou parmi mes a mis et ma famille.            | <b>2</b>     |
| <b>5</b>                | Je suis fatigué dans mes mains ou dans mon dos à force de m'asseoir souvent devant l'ordinateur.                          | <b>2</b>     |
| <b>6</b>                | J'ai envie de parler de mes aventures sur Internet avec mes connaissances et mes a mis.                                   | <b>0</b>     |
| <b>7</b>                | Lorsque j'éteins l'ordinateur, j'éprouve l'envie d'y revenir un peu plus tard.                                            | <b>2</b>     |
| <b>8</b>                | J'ai l'impression de trouver plus de respect et d'attention sur Internet qu'ailleurs.                                     | <b>2</b>     |
| <b>9</b>                | Rester assis sur Internet m'empêche toujours de déjeuner et de dîner, de retrouver des amis ou de dormir.                 | <b>2</b>     |
| <b>10</b>               | Éteindre l'ordinateur ce que je fais avant de m'endormir, et l'ouvrir est la première chose que je fais après mon réveil. | <b>2</b>     |
| <b>11</b>               | Lorsque je m'assois souvent devant l'ordinateur, j'ai l'impression que mon parcours d'études est détériorer.              | <b>2</b>     |

|                     |                                                                                                                  |                  |
|---------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|
| 12                  | Je continue de m'asseoir devant Internet même si je me sens un peu fatigué ou somnolent.                         | 2                |
| 13                  | J'éprouve des remords lorsque je reste assis pendant de longues périodes devant Internet.                        | 2                |
| 14                  | Rester assis longtemps devant Internet m'a rendu paresseux.                                                      | 2                |
| 15                  | Je me sens extrêmement angoissé lorsque ma connexion Internet est coupée pour une raison quelconque les raisons. | 2                |
| <b>SCORE FINALE</b> |                                                                                                                  | <b><u>28</u></b> |

Score obtenu : **28/45**, indiquant une dépendance très élevée aux écrans.

Impact: Effets sur la santé physique incluant fatigue oculaire, baisse d'attention, de mémorisation et de concentration, ainsi que des troubles du sommeil.

Analyse des Réponses aux Items

a. Items avec un score élevé (3):

- **Item 2:** Djana néglige les tâches ménagères pour passer du temps sur Internet.
- **Item 11:** Ses notes scolaires souffrent à cause du temps passé en ligne.
- **Item 8:** Djana trouve plus de respect et d'attention sur Internet qu'ailleurs.
- **Item 14:** Elle devient irritable quand quelqu'un la dérange pendant qu'elle est connectée.
- **Item 12:** Djana n'a pas sommeil lorsqu'elle est sur Internet.
- **Item 10:** Elle a essayé de réduire le temps passé en ligne sans succès.

b. Item avec un score de 0:

- **Item 6:** Djana ne parle pas de ses aventures sur Internet avec ses connaissances et amis, indiquant qu'elle est très réservée et n'a pas d'amis dans la vie réelle.

Interprétation :

**Négligence des Responsabilités :** Djana laisse de côté ses responsabilités domestiques pour rester en ligne, ce qui est un signe clair de dépendance sévère.

**Problèmes Académiques :** Le temps excessif passé en ligne a un impact direct et négatif sur ses résultats scolaires.

**Recherche de Validation:** Djana trouve plus de respect et d'attention sur Internet, ce qui suggère qu'elle pourrait chercher à combler un vide émotionnel ou social dans sa vie réelle.

**Réactions Émotionnelles:** Sa réaction irritée lorsqu'elle est dérangée en ligne et son absence de sommeil indiquent une absorption profonde et potentiellement une évasion de la réalité.

**Tentatives de Réduction:** Djana a essayé de réduire son temps en ligne mais n'a pas réussi, ce qui montre un manque de contrôle sur son usage d'Internet.

**Isolement Social:** Djana ne partage pas ses expériences en ligne et n'a pas d'amis réels, renforçant l'idée d'un isolement social et d'une vie centrée sur le virtuel.

### ➤ Synthèse

L'analyse des réponses de Djana montre une dépendance sévère à Internet avec des impacts significatifs sur sa santé physique et ses performances académiques. Son usage d'Internet semble combler des besoins émotionnels non satisfaits dans la vie réelle, menant à un isolement social et à des comportements de négligence envers ses responsabilités.

Pour aider Djana, il serait pertinent de proposer:

1. Intervention Médicale: Consulter un professionnel de la santé pour évaluer et traiter les effets physiques de sa dépendance (fatigue oculaire, troubles du sommeil).
2. Soutien Psychologique: Travailler sur les raisons émotionnelles et sociales de sa dépendance, notamment la recherche de validation en ligne et peut être aussi une rébellion contre le pouvoir des parents. Internet étant un moyen d'exercer sa volonté tout en échappant à l'autorité parentale et à leur control.
3. Gestion du Temps: Élaborer un plan structuré pour limiter le temps passé en ligne et réintégrer des activités hors ligne dans son quotidien.
4. Renforcement des Relations Sociales: Encourager Djana à participer à des activités sociales réelles pour réduire son isolement.

Une approche holistique, intégrant des soins médicaux, un soutien psychologique et une gestion du temps, est essentielle pour aider Djana à réduire sa dépendance à Internet et améliorer sa qualité de vie globale.

### 1.5 Le cas de Mazigh

#### 1.5.1 Présentation et analyse des données des entretiens du Cas Mazigh :

Mazigh, âgé de 16 ans, est l'aîné d'une fratrie de deux enfants. Ses parents sont tous deux universitaires, ce qui pourrait potentiellement favoriser un environnement familial propice à la réussite académique. Cependant, le manque de communication et l'absence fréquente des parents en raison de leurs emplois exigeants entravent un suivi parental adéquat.

L'absence de communication et d'interaction régulière avec les parents peut contribuer à un sentiment de négligence chez Mazigh, pouvant influencer négativement sa motivation et son

bien-être émotionnel. Cela pourrait également intensifier son recours aux écrans comme un moyen d'évasion ou de distraction.

Mazigh consacre la majorité de son temps libre à jouer aux jeux vidéo et à utiliser intensément son Smartphone. Cette surexposition aux écrans a des répercussions importantes sur sa vie quotidienne et ses performances scolaires.

L'addiction de Mazigh aux écrans peut évoluer au fil du temps, devenant plus préoccupante avec une utilisation excessive qui affecte sa mémoire, sa concentration et son sommeil. Son niveau de stress et d'irritabilité peut également augmenter, influençant négativement son comportement en classe et ses interactions sociales.

Les résultats scolaires de Mazigh reflètent ces défis. Bien qu'il montre des résultats moyens en anglais et en histoire-géo, ses notes en mathématiques et en physique sont plus faibles, avec une moyenne générale de 10,29 au premier trimestre.

Les difficultés de Mazigh avec certaines matières peuvent être liées à sa capacité réduite de concentration et de mémorisation, des effets directs de son utilisation excessive des écrans. Cela souligne l'importance d'un soutien pédagogique personnalisé et d'une gestion plus équilibrée de son temps d'écran pour améliorer ses performances académiques.

#### ➤ **Synthèse de l'entretien clinique**

En résumé, l'entretien clinique avec Mazigh met en lumière les multiples facteurs influençant son addiction aux écrans et ses performances scolaires. L'analyse qualitative révèle que l'environnement familial, malgré un niveau d'éducation élevé des parents, présente des lacunes critiques en termes de communication et de présence parentale. Pour aider Mazigh à surmonter ses difficultés, il est essentiel d'établir une meilleure communication familiale, de limiter son temps d'écran de manière structurée et de soutenir son développement émotionnel et académique. Un suivi régulier avec des professionnels de l'éducation et éventuellement des conseillers en comportement peut également être bénéfique pour Mazigh et sa famille.

En adoptant une approche dynamique et holistique, il est possible d'apporter des changements positifs dans la vie de Mazigh, en favorisant un équilibre sain entre l'utilisation des écrans, l'éducation et le bien-être global.

### **1.5.2 Présentation et analyse des données de l'Échelle psychologique de la dépendance à Internet par M. Youssef.**

**Tableau N° 9: Données de l'échelle psychologique de la dépendance à Internet du Cas Mazigh**

| Le nombre d'item    | Paragraphe                                                                                                                | SCORE            |
|---------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|
| 1                   | Je reste assis devant Internet pendant de longues périodes par jour, jusqu'à dix heures ou plus                           | 2                |
| 2                   | le sens que mes relations sociales avec mes amis et mes proches se sont affaiblies.                                       | 1                |
| 3                   | Je pense que je suis accro à Internet... mes proches et mes amis disent ça de moi.                                        | 1                |
| 4                   | Penser à Internet quitte rarement mon imagination lorsque je suis au travail ou parmi mes amis et ma famille.             | 1                |
| 5                   | Je suis fatigué dans mes mains ou dans mon dos à force de m'asseoir souvent devant l'ordinateur.                          | 2                |
| 6                   | J'ai envie de parler de mes aventures sur Internet avec mes connaissances et mes amis.                                    | 2                |
| 7                   | Lorsque j'éteins l'ordinateur, j'éprouve l'envie d'y revenir un peu plus tard.                                            | 2                |
| 8                   | J'ai l'impression de trouver plus de respect et d'attention sur Internet qu'ailleurs.                                     | 0                |
| 9                   | Rester assis sur Internet m'empêche toujours de déjeuner et de dîner, de retrouver des amis ou de dormir.                 | 2                |
| 10                  | Éteindre l'ordinateur ce que je fais avant de m'endormir, et l'ouvrir est la première chose que je fais après mon réveil. | 2                |
| 11                  | Lorsque je m'assois souvent devant l'ordinateur, j'ai l'impression que mon parcours d'études est dégradé.                 | 2                |
| 12                  | Je continue de m'asseoir devant Internet même si je me sens un peu fatigué ou somnolent.                                  | 2                |
| 13                  | J'éprouve des remords lorsque je reste assis pendant de longues périodes devant Internet.                                 | 0                |
| 14                  | Rester assis longtemps devant Internet m'a rendu paresseux.                                                               | 2                |
| 15                  | Je me sens extrêmement angoissé lorsque ma connexion Internet est coupée pour une raison quelconque les raisons.          | 2                |
| <b>SCORE FINALE</b> |                                                                                                                           | <b><u>23</u></b> |

Temps de passation: **10 minutes.**

Score obtenu: **23/45**, indiquant une dépendance à Internet.

Analyse des Réponses aux Items :

a. Items avec un score de **2**:

- **Item 1**: Mazigh reste en ligne plus longtemps qu'il ne l'avait prévu initialement.
- **Item 7**: Mazigh à envie de parler de ses aventures sur Internet avec ses connaissances et amis.
- **Item 10**: Mazigh se sent extrêmement angoissé lorsque sa connexion Internet est coupée.
- **Item 2**: Ses proches lui reprochent que ses relations sociales ne sont pas vraiment affaiblies.
- **Item 11**: Rester connecté sur son Smartphone impacte ses études et son usage pour les jeux vidéo.

b. Items avec un score de **1**:

- **Item 6**: Mazigh refuse parfois de répondre si quelqu'un lui demande de partager ce qu'il fait sur Internet.
- **Item 12**: Mazigh continue de s'asseoir devant Internet même s'il se sent un peu fatigué ou somnolent.

c. Item avec un score de **0**:

- **Item 13** : Mazigh n'éprouve aucun remords de rester assis pendant de longues périodes devant Internet, au contraire, il y prend du plaisir.

Interprétation:

- **Durée en Ligne** : Mazigh passe plus de temps en ligne qu'il ne l'avait prévu, ce qui indique une perte de contrôle sur l'utilisation d'Internet.
- **Relations Sociales**: Ses proches ne constatent pas de détérioration majeure de ses relations sociales, bien que Mazigh passe beaucoup de temps en ligne.
- **Anxiété et Plaisir**: Il ressent de l'angoisse lorsque sa connexion est coupée, montrant une dépendance émotionnelle. Il éprouve également beaucoup de plaisir à rester en ligne, notamment pour jouer aux jeux vidéo.
- **Impact sur les Études**: Son usage d'Internet et des jeux vidéo a un impact négatif sur ses performances académiques, indiquant une priorité donnée aux activités en ligne sur les obligations scolaires.
- **Comportement en Ligne**: Mazigh aime partager ses succès dans les jeux vidéo avec ses amis, mais refuse parfois de discuter de ce qu'il fait en ligne, ce qui pourrait indiquer une certaine gêne ou un besoin de vie privée.

**➤ Synthèse**

L'analyse des résultats de l'échelle psychologique montre que Mazigh présente une dépendance notable à Internet, particulièrement aux jeux vidéo. Cette dépendance a un impact significatif sur ses études et provoque de l'anxiété lorsqu'il est déconnecté. Bien que ses relations sociales ne soient pas gravement affectées selon ses proches, son utilisation excessive d'Internet et des jeux vidéo pourrait mener à des problèmes plus sérieux à l'avenir.

Pour aider Mazigh, il serait pertinent de:

1. **Élaborer un Programme de Gestion du Temps:** Limiter les heures passées en ligne et établir des plages horaires dédiées aux études.
2. **Offrir un Soutien Psychologique:** Travailler sur les causes de son anxiété liée à la déconnexion et sur les moyens de la gérer.
3. **Encourager des Activités Hors Ligne:** Favoriser des activités sociales et récréatives qui ne nécessitent pas l'utilisation d'Internet.
4. **Suivi Académique:** Mettre en place un plan d'action pour améliorer ses performances scolaires en réduisant le temps consacré aux jeux vidéo.

En résumé, une approche intégrant la gestion du temps, le soutien psychologique et l'encouragement à des activités alternatives est essentielle pour aider Mazigh à réduire sa dépendance à Internet et à améliorer ses performances académiques et son bien-être général

**Synthèse**

Les données des entretiens et les scores d'échelle de dépendance à Internet suggèrent fortement que la surexposition aux écrans est liée à des impacts négatifs sur l'apprentissage scolaire des lycéens, incluant des résultats académiques inférieurs, des difficultés organisationnelles.

**2. Analyse des données qualitatives****3.5 Présentation des Données avec le Logiciel SPSS**

Étude Complémentaire pour l'Échelle et l'Entretien Clinique selon le Modèle Séquentiel de la Méthode Mixte.

Le logiciel SPSS a été utilisé pour effectuer une analyse statistique descriptive de l'Échelle psychologique de la dépendance à Internet. Voici les étapes suivies:

1. Téléchargement et Installation de SPSS:

## 2. Saisie des Données:

- Saisir les données de 15 cas (voir l'annexe 4) dans SPSS.
  - Définir deux variables indépendantes: `Sexe` (avec les catégories M pour masculin et F pour féminin).
  - Définir une variable dépendante: `Addiction` (avec les catégories NON, PARFOIS, OUI).
- Selon les résultats de premier tableau suivant :

Effectif

|           |         | addiction |         |           | Total |
|-----------|---------|-----------|---------|-----------|-------|
|           |         | NON       | PARFOIS | OUI       |       |
| addiction | NON     | 0         | 0       | 2         | 2     |
|           | PARFOIS | 1         | 1       | 1         | 3     |
|           | OUI     | 2         | 0       | 8         | 10    |
| Total     |         | 3         | 1       | <b>11</b> | 15    |

**Tableau N° 10:** Tableau croisé présentant le taux d'addiction selon le sexe des élèves

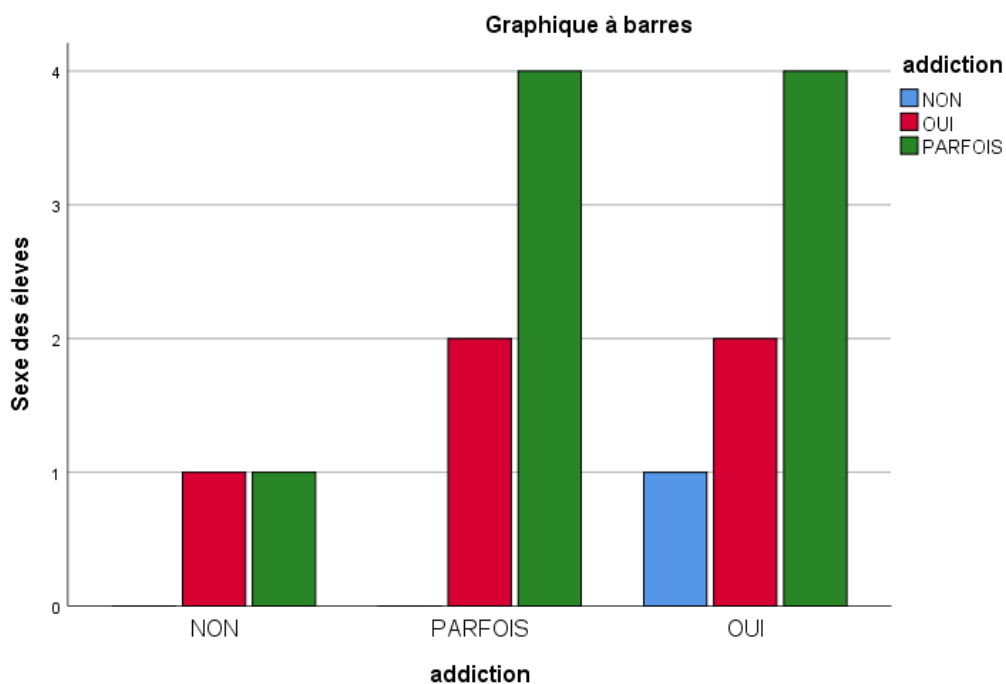
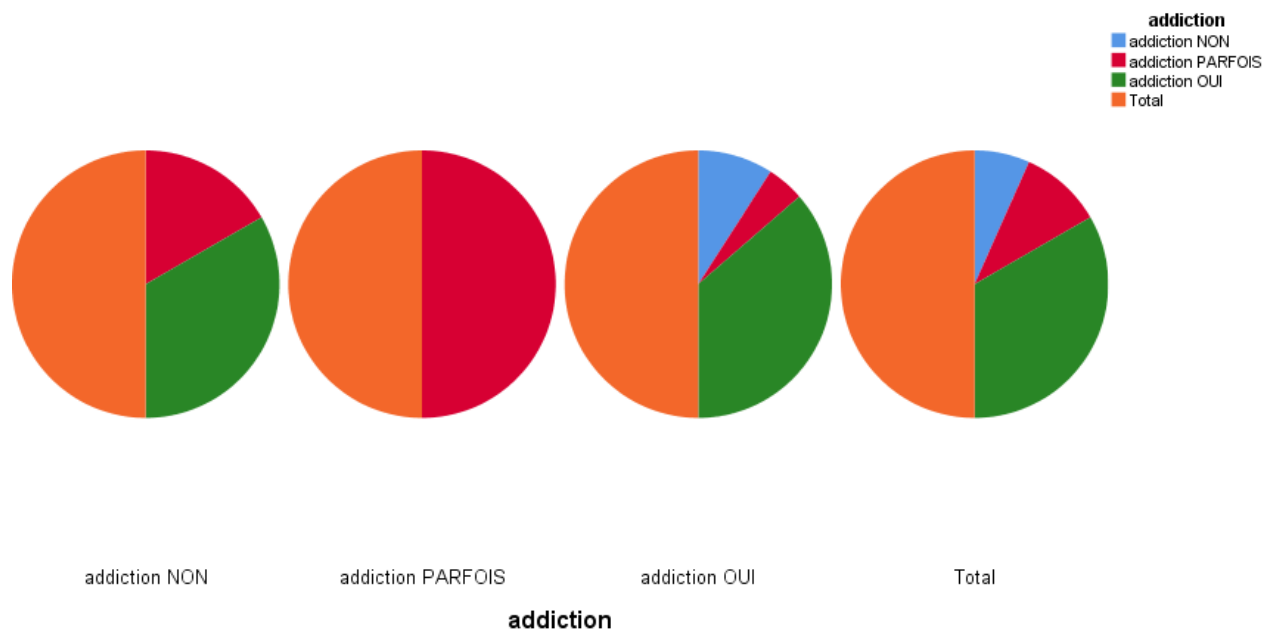




Tableau croisé  
Effectif



Les données obtenues des deux variables de l'analyse descriptive effectuée sur l'échelle de M. Youcef (2011) réalisés auprès de 15 élèves, dont 9 garçons et 6 filles sont comme suit :

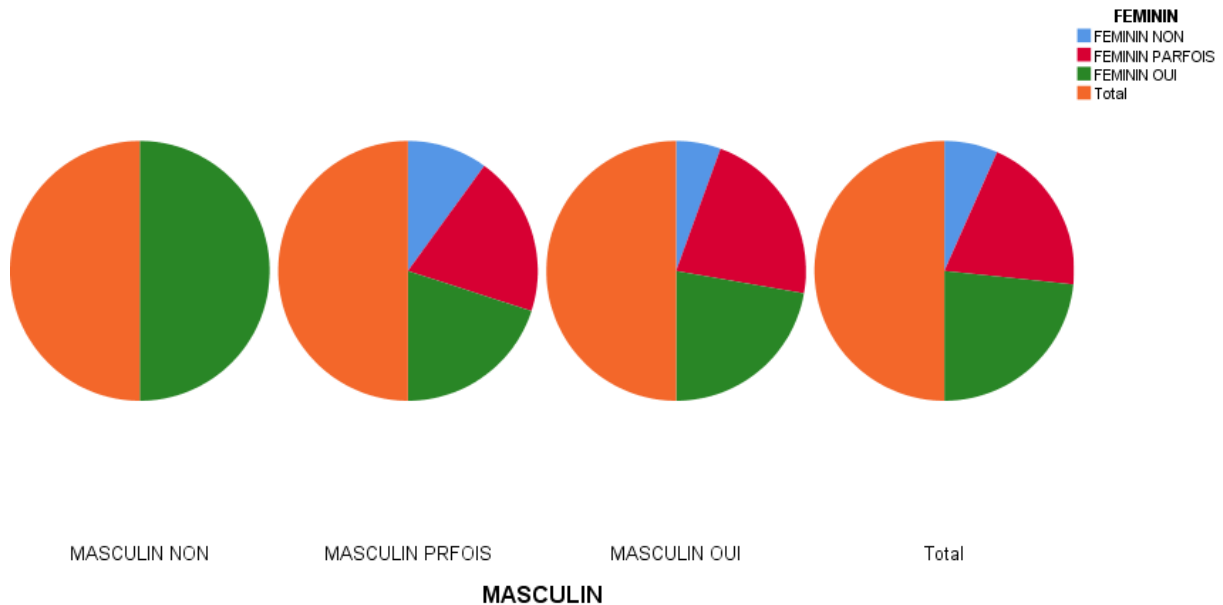
1- Analyse selon le sexe

**FEMININ \* MASCULIN**

Tableau croisé N°2

|         |         | Effectif |                    |     | Total |
|---------|---------|----------|--------------------|-----|-------|
|         |         | NON      | MASCULIN<br>PRFOIS | OUI |       |
| FEMININ | NON     | 0        | 1                  | 1   | 2     |
|         | PARFOIS | 0        | 2                  | 4   | 6     |
|         | OUI     | 1        | 2                  | 4   | 7     |
| Total   |         | 1        | 5                  | 9   | 15    |

Tableau N° 11 : tableau croisé des deux sexes

Tableau croisé  
Effectif

## 2.2 Analyse des Fréquences avec SPSS

Une analyse de fréquence de la variable "sexe" a été réalisée à l'aide du logiciel SPSS. Les résultats sont les suivants :

### A. Confirmation des Addictions par Sexe

- Les élèves des deux sexes présentant une addiction aux écrans sont répertoriés dans le tableau N°10 et illustrés par le diagramme circulaire en vert.

### B. Prévalence de l'Addiction par Sexe

- L'addiction aux écrans est plus fréquente chez les garçons que chez les filles, comme le montre le tableau N°11. Cela suggère que la dépendance aux écrans affecte davantage les garçons que les filles parmi les élèves lycéens de cette étude.

L'analyse descriptive indique que les garçons représentent une plus grande proportion des élèves addicts aux écrans dans cet échantillon. D'autres facteurs de risque identifiés incluent :

- La régression dans le rendement scolaire
- Le redoublement scolaire
- La dépression
- L'anxiété
- L'alexithymie: une incapacité à établir des connexions entre les émotions, les idées, les pensées et les fantasmes qui les accompagnent habituellement.

## 2.3 Synthèse des Résultats de l'Analyse SPSS

Les élèves présentant ces caractéristiques avaient également un risque plus élevé de développer plusieurs addictions simultanément.

Cette étude, menée auprès des lycéens du lycée Chouhada MOKRANE à Béjaïa, révèle un taux significatif d'addictions multiples, particulièrement chez les garçons. Ces résultats soulignent la nécessité de mettre en place des programmes de prévention et de prise en charge efficaces pour lutter contre ce problème de santé chez les adolescents.

**3. Analyse des données quantitatives**

**A-Présentation des tableaux**

| <b>Nombre D'heures</b><br><b>sexe</b> | <b>[1 – 2 [</b>  | <b>[2 – 4[</b>   | <b>Plus de 4</b> | <b>Totale</b>      |
|---------------------------------------|------------------|------------------|------------------|--------------------|
| <b>Féminin</b>                        | 22<br><b>20%</b> | 30<br><b>28%</b> | 56<br><b>52%</b> | 108<br><b>100%</b> |
| <b>Masculin</b>                       | 22<br><b>25%</b> | 28<br><b>32%</b> | 37<br><b>43%</b> | 87<br><b>100%</b>  |
| <b>Totale</b>                         | 44<br><b>22%</b> | 58<br><b>30%</b> | 93<br><b>48%</b> | 195<br><b>100%</b> |

**Tableau N°12 : Relation entre la Durée d'Utilisation des Écrans et le Sexe des Élèves**

**3.1 Présentation des Données du Tableau N°12 :**

Le tableau examine la relation entre la durée d'utilisation des écrans et le sexe des élèves. Globalement, on observe que 48% des élèves consacrent plus de quatre heures par jour à l'utilisation des écrans. Cette répartition se détaille comme suit :

- Pour les élèves de sexe féminin, la proportion est de 52%.
- Pour les élèves de sexe masculin, la proportion est de 43%.

**3.1.1 Analyse**

**Répartition par Sexe:**

- Parmi un total de 195 élèves étudiées 108 élèves, sont de sexe féminin, représentant 52% de l'échantillon.
- 87 élèves sont de sexe masculin, représentant 43% de l'échantillon.

Différences entre les Sexes:

- Les élèves de sexe féminin constituent une part plus importante (52%) parmi ceux qui utilisent les écrans de manière excessive (plus de 4 heures par jour).
- Cette proportion est significativement supérieure à celle observée chez les élèves de sexe masculin (43%).

Ces résultats mettent en lumière une tendance plus marquée à une utilisation addictive des écrans chez les élèves de sexe féminin, surtout en ce qui concerne les périodes d'utilisation prolongée. Cette disparité entre les sexes souligne l'importance d'intégrer une perspective de genre dans l'évaluation et la gestion de l'utilisation excessive des écrans chez les élèves. Des facteurs socioculturels et psychologiques peuvent jouer un rôle crucial dans ces différences et doivent être pris en considération dans une approche globale de prévention et d'intervention.

Ces données originales illustrent clairement la nécessité d'une prise en charge différenciée selon le sexe pour aborder les comportements d'utilisation excessive des écrans chez les adolescents.

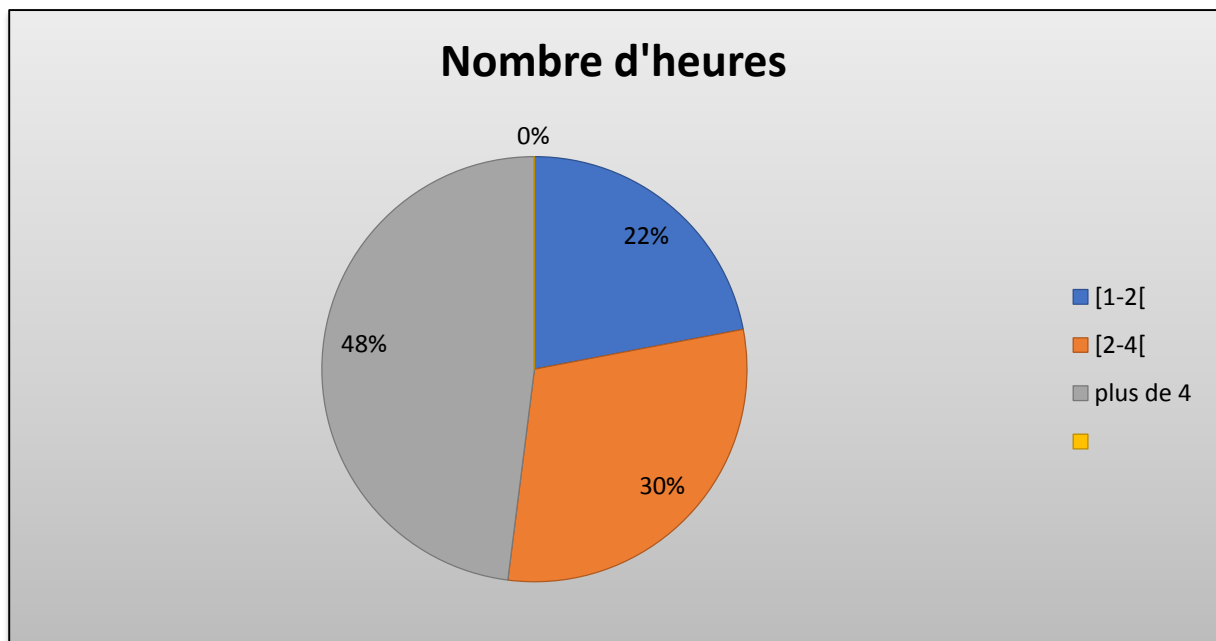


Figure N° 13 : Diagramme circulaire désigne la durés d'utilisations des écrans pour le sexe des élèves.

| Utilisation distraite d'un Écrans | Jamais | Rarement | Parfois | Souvent | Très souvent | Totale |
|-----------------------------------|--------|----------|---------|---------|--------------|--------|
| Sexe                              |        |          |         |         |              |        |

|                 |           |           |            |           |         |             |
|-----------------|-----------|-----------|------------|-----------|---------|-------------|
|                 |           |           |            |           |         |             |
| <b>Féminin</b>  | 10<br>9%  | 38<br>35% | 40<br>37%  | 14<br>13% | 6<br>6% | 108<br>100% |
| <b>Masculin</b> | 11<br>13% | 30<br>34% | 35<br>40%  | 4<br>4%   | 2<br>5% | 87<br>100%  |
| <b>Totale</b>   | 21<br>11% | 48<br>25% | 100<br>51% | 18<br>9%  | 8<br>4% | 195<br>100% |

**Tableau N°13** : Le temps de distraction à l'utilisation d'un écran aux seins de leurs entourages pour les deux sexes des élèves.

### 3.2 Présentation des données de tableau N°13

Le tableau suivant nous renseigne sur l'influence de la durée sur la distraction (l'attention et l'inattention), selon le sexe de l'élève, devant leurs familles et les personnes proches (parents, enseignants et amis), d'après les réponses obtenues ; la tendance générale est de **51%**, la de la majorité des élèves qui sont distrait «**parfois**» sont des élèves de sexe féminin à 37%, et de sexe masculin à 40%.

#### 3.2.1 Analyse

##### ➤ Répartition selon le sexe

- Pour la réponse "parfois", 40% des élèves de sexe masculin se disent distraits, contre 37% des élèves de sexe féminin.
- Pour la réponse "rarement", la moyenne des deux sexes est de 25%.

##### ➤ Analyse

- Les pourcentages pour les autres réponses (jamais, souvent) restent insuffisants pour tirer des synthèses solides, en raison du manque d'effectifs globaux.

Ces résultats montrent que les élèves de sexe masculin semblent légèrement plus sujets à la distraction "parfois" que les élèves de sexe féminin, lorsqu'ils utilisent les écrans en présence de leur famille et de leurs proches.

Cependant, les données manquent de détails pour les autres réponses, ce qui limite l'analyse approfondie de cette tendance. Un effectif plus important serait nécessaire pour pouvoir dégager des synthèses plus robustes sur les différences entre les sexes concernant l'influence de la durée d'utilisation des écrans sur la distraction.

Cette analyse souligne l'importance de disposer de données plus complètes afin de mieux comprendre les dynamiques en jeu et d'adapter les interventions en fonction des spécificités liées au genre.

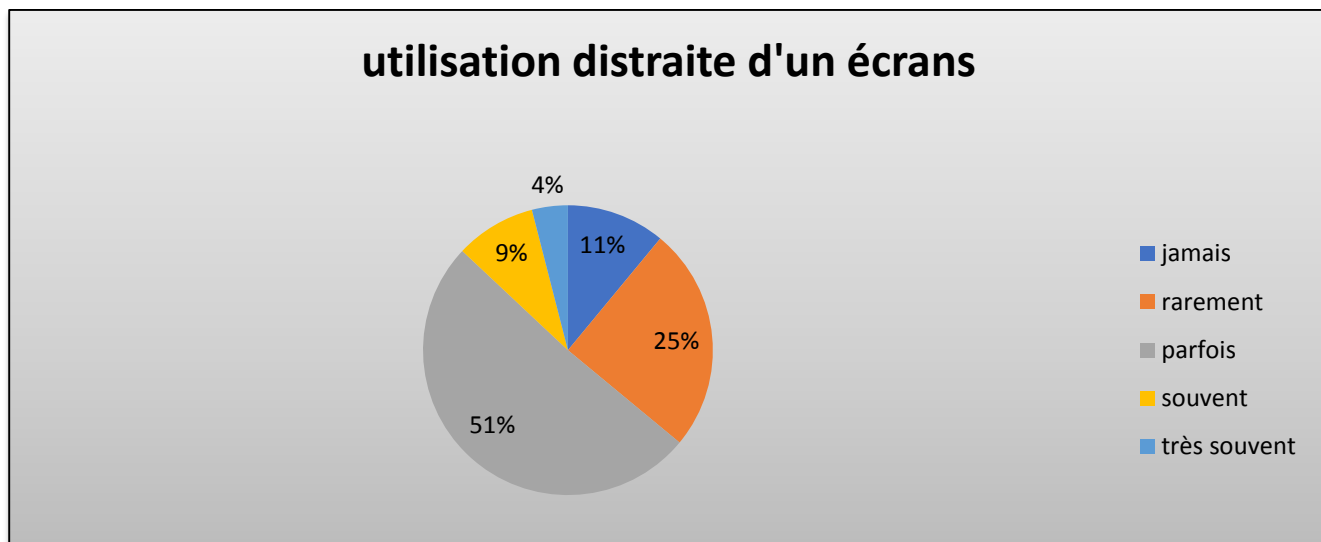


Figure N°14 : Diagramme circulaire Le temps de distraction à l'utilisation d'un écran aux seins de leurs entourages pour les deux sexes des élèves.

| Capacité À tenir Sans Écrans / Sexe | Sans problème | je ne peux pas m'en passer | Totale      |
|-------------------------------------|---------------|----------------------------|-------------|
| Féminin                             | 89            | 19                         | 108         |
|                                     | <b>82%</b>    | <b>18%</b>                 | <b>100%</b> |
| Masculin                            | 66            | 20                         | 87          |
|                                     | <b>76%</b>    | <b>24%</b>                 | <b>100%</b> |
| Totale                              | 155           | 39                         | 195         |
|                                     | <b>79%</b>    | <b>20%</b>                 | <b>100%</b> |

Tableau N°14: La résistance à tenir une journée sans l'utilisation d'un écran pour de deux sexes des élèves

### 3.3 Présentation des données de tableau N°14

Le tableau ci-dessous nous révèle la résistance à tenir une journée sans l'utilisation d'un écran pour les deux sexes, selon les résultats, la tendance générale est de **79%**, la partie majoritaire du genre féminine exprime leurs résistances à ne pas utiliser leurs écrans

(Smartphones surtout) avec 82% pour 79% pour le genre masculin.

### 3.3.1 Analyse de tableau N°14

#### ➤ Répartition selon le sexe

- Chez les élèves de sexe féminin, 82% expriment une résistance quasi-totale à ne pas utiliser leurs écrans, notamment leurs Smartphones.
- Chez les élèves de sexe masculin, ce pourcentage est de 76%.

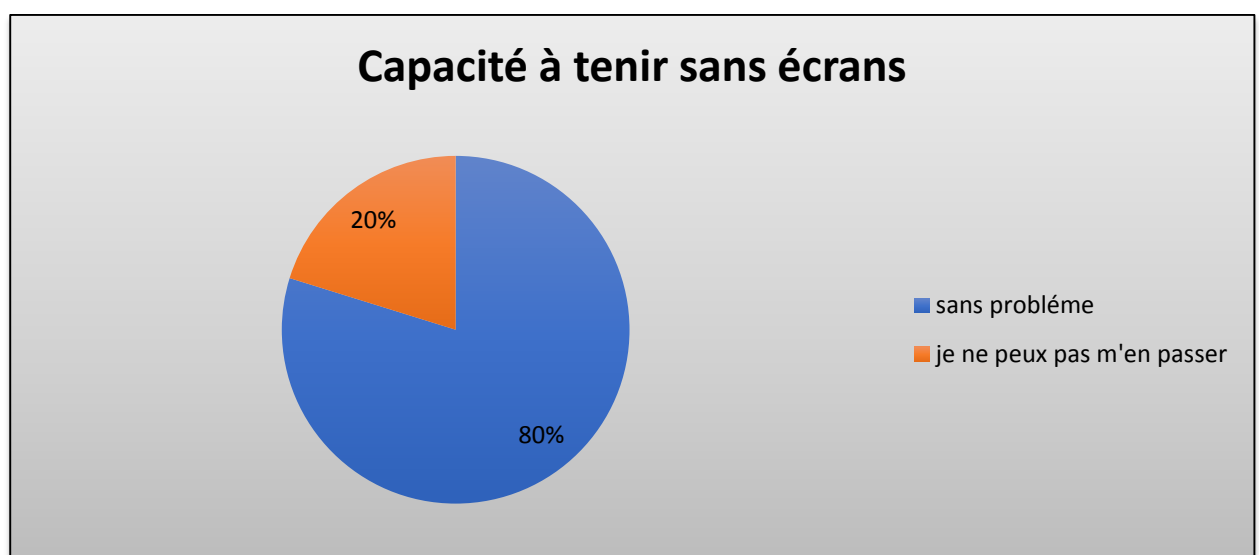
#### ➤ Interprétation

Ces résultats montrent que la majorité des élèves, tous sexes confondus, ont du mal à se passer d'écrans pendant une journée entière.

Cependant, les élèves de sexe féminin semblent légèrement plus dépendants, avec un pourcentage de résistance plus élevé que leurs homologues masculins.

La différence de 6 points entre les sexes (82% pour les filles contre 76% pour les garçons) suggère que les élèves de sexe féminin ont plus de difficultés psychologiques à ne pas utiliser leurs écrans, en particulier leurs Smartphones.

Cette analyse souligne l'importance de prendre en compte le genre dans l'évaluation et la prise en charge de l'utilisation excessive des écrans chez les élèves. Des facteurs socioculturels et psychologiques peuvent influencer ces disparités et doivent être intégrés dans une approche globale visant à réduire la dépendance aux écrans.



**Figure N°15 :** Diagramme circulaire de la résistance à tenir une journée sans l'utilisation d'un écran pour de deux sexes des élèves.

| Choix Utilisation D'écrans<br>Sexe | Étudiant  | Réseaux Sociaux | Jeux Vidéo | Totale      |
|------------------------------------|-----------|-----------------|------------|-------------|
| Féminin                            | 29<br>27% | 47<br>43%       | 32<br>30%  | 108<br>100% |
| Masculin                           | 18<br>21% | 33<br>38%       | 36<br>41%  | 87<br>100%  |
| Totale                             | 47<br>24% | 80<br>41%       | 68<br>35%  | 195<br>100% |

Tableau N°15 : Choix d'utilisation principale des écrans pour deux sexes des élèves (Après la pandémie COVID-19).

3.4 Présentation de tableau N° 15

Le tableau qui présente le choix d'utilisation principale des écrans pour les deux sexes des élèves, une préférence d'utilisation des réseaux sociaux (Instagram, Face book, Tik Tok),

On a constaté comme tendance générale (41%) de la majorité des élèves consacrent plus de leurs temps sur les réseaux sociaux, pour les élèves de sexe féminin est de 43%, le sexe masculin est de 38%.

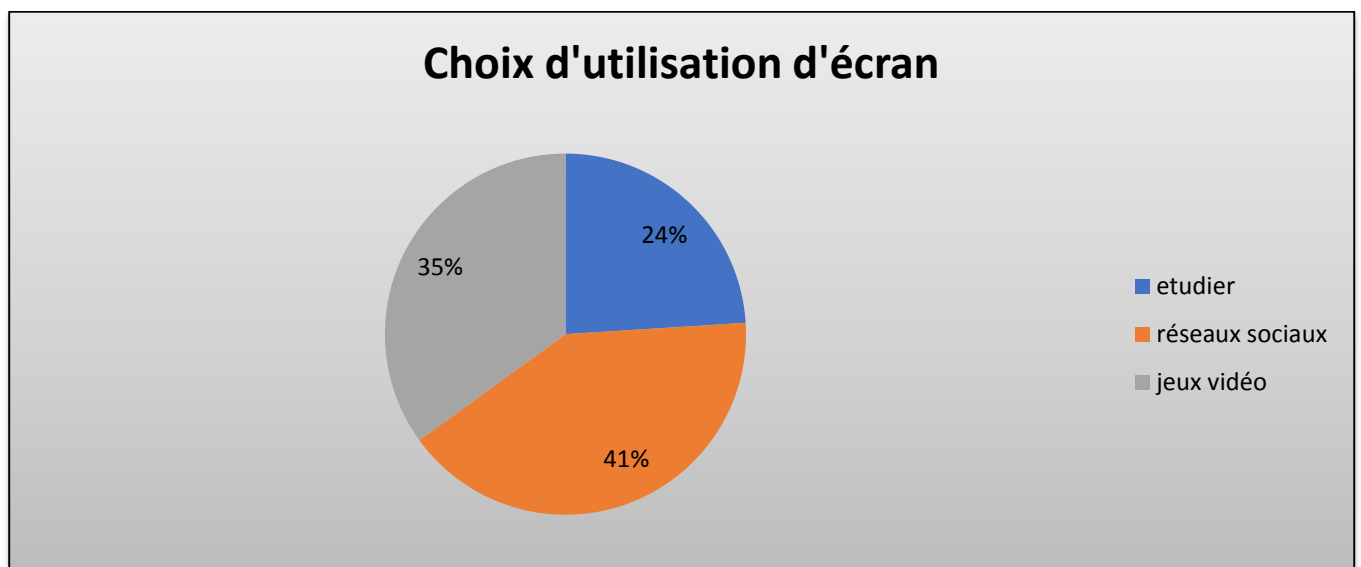


Figure N°16 : diagramme circulaire sur le choix d'utilisation principale des écrans pour deux sexes des élèves.



### 3.4.1 Analyse de tableau N°14

#### ➤ Répartition selon le sexe

- Chez les élèves de sexe féminin, la préférence pour l'utilisation des réseaux sociaux (Instagram, Facebook, TikTok) est de 43%.
- Chez les élèves de sexe masculin, ce pourcentage est de 30%.

#### ➤ Comparaison des préférences

- Les élèves de sexe féminin ont une préférence significative pour les jeux vidéo, avec 41% contre 30% chez les élèves de sexe masculin.

#### ➤ Utilisation pour les études

- Les deux sexes utilisent les écrans pour les études à un niveau faible.

Ces résultats montrent que les élèves de sexe féminin ont une préférence plus marquée pour les réseaux sociaux, tandis que les élèves de sexe masculin ont une préférence plus faible pour cette utilisation. Les élèves de sexe féminin ont également une préférence plus élevée pour les jeux vidéo, ce qui souligne des différences dans les préférences et les comportements en ligne entre les sexes.

Ces données soulignent l'importance de prendre en compte le genre lors de l'évaluation et de la prise en charge de l'utilisation des écrans chez les élèves. Des facteurs socioculturels et psychologiques peuvent influencer ces disparités et doivent être intégrés dans une approche globale.

#### ❖ Synthèse de tableau N° 12, 13 et 14

La synthèse des tableaux N°12, 13 et 14 : Influence du sexe sur les risques d'addiction à Internet se présente ainsi :

#### • Lien entre le sexe et le risque d'addiction

La majorité des études montrent une prédominance masculine dans le risque d'addiction à Internet.

Le COVID 19 a exacerbé ce problème avec un taux de 41% (non sémantiques)

#### Différences dans les types d'usage

- Les hommes sont plus susceptibles d'être dépendants aux jeux vidéo en ligne, aux jeux d'argent en ligne et à la cyberpornographie.

Les femmes sont plus enclines à développer une dépendance aux « chats », forums,

réseaux sociaux et aux achats en ligne. (Haute Conseil de la Santé Publique, rapport d'analyse d'exposition des enfants aux écrans,2019)

#### Nuances et prudence nécessaire

- Certaines études présentent des résultats contradictoires concernant l'association entre le genre et les types d'usage spécifiques.
- Il convient donc d'être prudent dans la synthèse et de ne pas généraliser les tendances observées.

Ces résultats soulignent l'importance de prendre en compte le genre dans l'évaluation et la prise en charge des problèmes d'addiction à Internet. Cependant, les différences observées entre les sexes ne doivent pas être considérées comme des règles absolues, car des facteurs individuels, sociaux et culturels peuvent influencer les comportements. (Haute Conseil de la Santé Publique ; Rapport de l'exposition des enfants aux écrans ,2019)

Une approche nuancée et adaptée à chaque situation est nécessaire pour mieux comprendre et prévenir les risques d'addiction liés à l'utilisation d'Internet chez les élèves.

Ibid.2019)

| Sexe            | Les Effets Négatifs Sur la santé | OUI            | NON         | Totale    |
|-----------------|----------------------------------|----------------|-------------|-----------|
|                 |                                  | <b>Féminin</b> | 32<br>37%   | 55<br>63% |
| <b>Masculin</b> | 52<br>48%                        | 56<br>52%      | 87<br>100%  |           |
| <b>Totale</b>   | 84<br>43%                        | 111<br>57%     | 195<br>100% |           |

**Tableau N°16** : les effets négatifs sur la santé des élèves selon les deux sexes.

### 3.5 Présentation de tableau N°16

Ce tableau nous présente les effets négatifs sur la santé, la tendance générale (57%) de la majorité des élèves ont répondu sur non pour les élèves de sexe féminin est de 63%, le sexe masculin est de 52%.

#### 3.5.1 Analyse de tableau N° 16

- Chez les élèves de sexe féminin, 63% ont répondu "non".
- Chez les élèves de sexe masculin, ce pourcentage est de 52%.

Ces résultats indiquent que la majorité des élèves, tous sexes confondus, ne perçoivent pas d'effets négatifs sur leur santé liée à l'utilisation des écrans. Cependant, les élèves de sexe féminin semblent plus enclins à considérer que l'utilisation des écrans n'a pas d'impact néfaste sur leur santé, avec un pourcentage plus élevé que leurs homologues masculins.

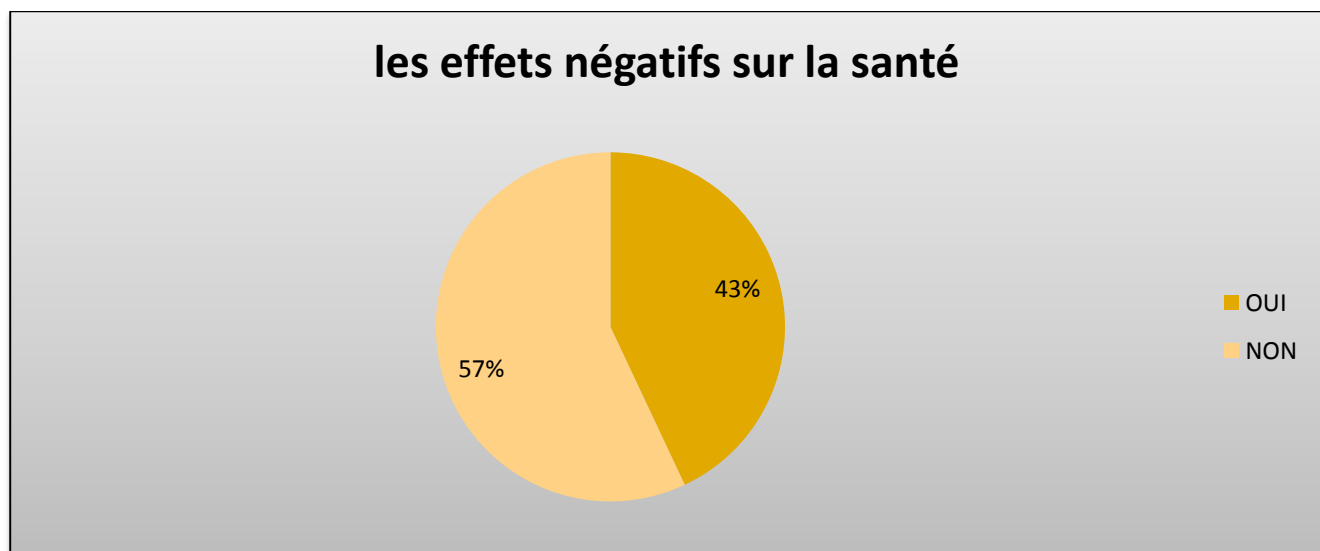
➤ **Effets physiques et psychologiques**

- Les effets néfastes sur la santé, tant physiques que psychologiques, sont observés en cas d'utilisation massive et prolongée des écrans, comme mentionné précédemment.
- Cependant, le niveau de conscience des dangers liés à la surexposition aux écrans reste inconnu.

➤ **Répartition selon le sexe**

- 63% des élèves de sexe féminin ont répondu "NON" concernant les effets négatifs sur la santé, comparé à 57% pour l'ensemble des élèves.
- Cette différence est légèrement plus élevée pour les filles, mais la lecture des données reste limitée en raison du manque d'effectifs globaux.

La lecture reste insuffisante par le manque d'effectifs générale.



**Figure N°17:** diagramme circulaire sur les effets négatifs sur la santé des élèves

- **Synthèse de l'analyse sur les effets sur la santé tableau N°16**
- **Risques pour les jeunes excessivement connectés**

- Selon une enquête menée par Blaya et al. Plus d'un jeune sur dix déclare chercher du réconfort en se connectant à Internet ou à un réseau social.
- Les jeunes excessivement connectés sont à risque de rencontrer des problèmes de santé, de scolarité et d'insertion sociale. (**Ibid,2019**).

### ➤ Contextes virtuels comme moyen d'échappatoire

- Les contextes virtuels peuvent être un moyen d'échapper à des difficultés personnelles ou de décompenser un manque de compétences sociales rendant la communication hors ligne difficile.
- Cela pourrait être la conséquence d'une éventuelle stigmatisation et d'un manque d'estime de soi causés par la présence de maladies somatiques.

### ➤ Lien entre addiction aux réseaux sociaux et bonheur

- Une étude menée par le département des sciences du comportement d'une université américaine a montré que le fait d'être accro à un réseau social comme Facebook rend les gens moins heureux.
- Ce sentiment est dû au nombre d'heures passées à naviguer sur la plateforme. (**Abdiche, .2019, p.26**).

Ces résultats soulignent les risques potentiels pour la santé et le bien-être des jeunes en cas d'utilisation excessive d'Internet et des réseaux sociaux. Cependant, les contextes virtuels peuvent aussi servir de refuge pour ceux qui rencontrent des difficultés personnelles ou sociales.

Une approche nuancée est nécessaire pour comprendre les effets de l'utilisation d'Internet sur la santé des jeunes, en tenant compte des facteurs individuels et contextuels. Des études supplémentaires sont requises pour mieux cerner les liens entre addiction aux réseaux sociaux et bonheur.

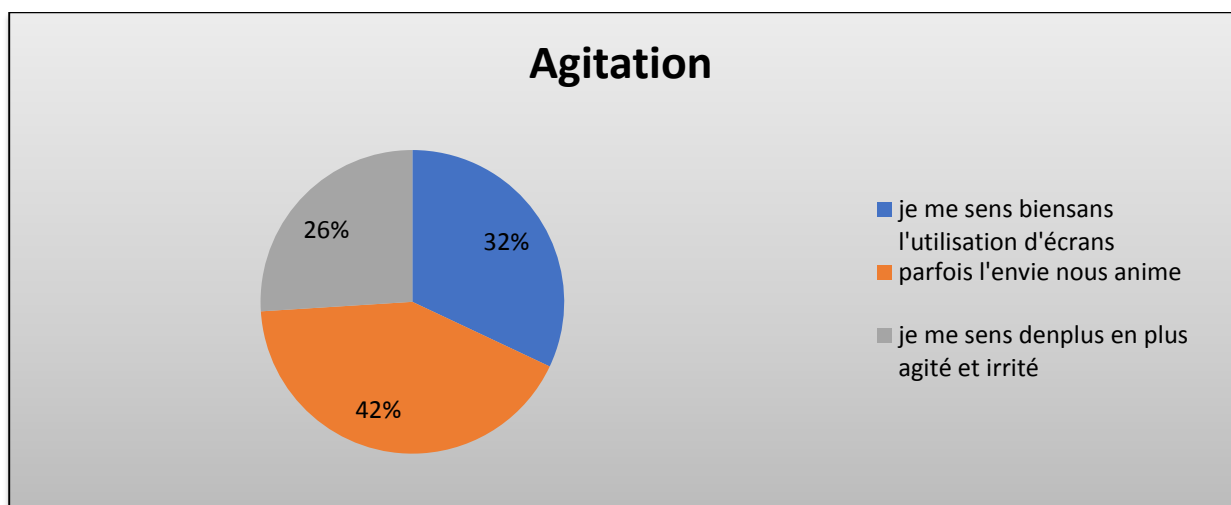
| Agitation<br>Âge | je me sens bien sans l'utilisation d'écrans | Parfois l'envie nous anime | je me sens de plus en plus agité et irrité | Total       |
|------------------|---------------------------------------------|----------------------------|--------------------------------------------|-------------|
| [15 - 16]        | 28<br>27%                                   | 47<br>45%                  | 30<br>28%                                  | 105<br>100% |
| [17 - 18]        | 30<br>39%                                   | 27<br>35%                  | 20<br>26%                                  | 77<br>100%  |
| [19- 20]         | 5<br>38%                                    | 7<br>54%                   | 1<br>8%                                    | 13<br>100%  |
|                  | 63                                          | 81                         | 51                                         | 195         |

|        |     |     |     |      |
|--------|-----|-----|-----|------|
| Totale | 32% | 42% | 26% | 100% |
|--------|-----|-----|-----|------|

**Tableau N°17 :** Agitation et irritabilité (trouble de comportement) d'utilisation momentanée d'écrans selon différentes catégories d'âge.

### 3.6 Présentation de tableau N°17

D'après ce tableau on a constaté comme tendance générale (42%), qui ont répondu parfois il ressent l'envie d'être animé de la majorité des élèves consacrent plus de quatre heures / jours, pour les élèves de sexe féminin est de 52%, le sexe masculin est de 43%.



**Figure N° 18 :** diagramme circulaire Agitation et irritabilité (trouble de comportement) d'utilisation momentanée d'écrans selon différentes catégories d'âge.

#### 3.6.1 Analyse de tableau N° 17

##### ➤ Répartition selon le sexe

- 52% des élèves de sexe féminin répondent "parfois" ressentir l'envie d'être animés, contre 43% des élèves de sexe masculin.

##### ➤ Interprétation

- Les élèves de sexe féminin semblent plus enclins à ressentir le besoin d'être animés lorsqu'ils utilisent les écrans, en particulier ceux qui les utilisent de manière excessive (plus de 4 heures par jour).
- Cette différence entre les sexes peut s'expliquer par des facteurs psychologiques et socioculturels influençant les comportements et les attentes des filles et des garçons face à l'utilisation des écrans.

##### ➤ Lien avec les troubles du comportement

- Ces résultats peuvent être mis en relation avec les données du tableau précédent, qui montrent une addiction aux agitations et irritabilité (troubles du comportement) lors de l'utilisation momentanée d'écrans, notamment chez les élèves de sexe féminin.
- Le besoin d'être animé pourrait être une manifestation de ces troubles du comportement liés à l'utilisation excessive des écrans.

Cette analyse souligne l'importance de considérer à la fois le sexe des élèves et la durée d'utilisation des écrans pour comprendre les besoins et les comportements liés à l'utilisation des écrans. Des études complémentaires permettraient de mieux cerner les liens entre le besoin d'être animé, les troubles du comportement et l'addiction aux écrans.

| Age \ Le Réduit d'utilisation d'écrans | je n'ai jamais essayé | J'ai réussi à réduire mon utilisation | J'ai été incapable de réduire mon utilisation | Je ne pense pas que je puisse réduire mon utilisation | Totale      |
|----------------------------------------|-----------------------|---------------------------------------|-----------------------------------------------|-------------------------------------------------------|-------------|
| [15 - 16]                              | 32<br>30%             | 37<br>36%                             | 15<br>14%                                     | 21<br>20%                                             | 105<br>100% |
| [17 - 18]                              | 19<br>25%             | 39<br>51%                             | 7<br>9%                                       | 12<br>15%                                             | 77<br>100%  |
| [19- 20]                               | 4<br>31%              | 6<br>46%                              | 2<br>15%                                      | 1<br>8%                                               | 13<br>100%  |
| <b>Totale</b>                          | 55<br>28%             | 82<br>42%                             | 24<br>12%                                     | 34<br>17%                                             | 195<br>100% |

**Tableau N°18** : La réduction d'utilisation d'écran selon l'âge d'effectifs

### 3.7 Présentions de tableau N°18

La tendance générale (42%) est que les élèves de catégorie d'âge entre [17 – 18ans], ont pu réduire leurs utilisations de leurs écrans. Pour les élèves de la tranche d'âge [19- 20ans], le pourcentage est de 51% et, enfin, de 36% pour les élèves de la tranche d'âge de [15 – 16ans].

#### 3.7.1 L'analyse des données du tableau N°18

Les résultats d'analyse nous révèle la durés de la réduction d'utilisation des écrans selon le choix et la capacité à réduire ou pas le nombre d'heures devant un écran selon l'âge des enquêtés.

##### ➤ Répartition selon l'âge

Chez les élèves âgés de 17 à 18 ans :

- 51% ont réussi à réduire leur utilisation des écrans.

- 25% n'ont jamais essayé de réduire leur utilisation.
- 24% en sont incapables.

Chez les élèves âgés de 19 à 20 ans :

- 46% ont réussi à réduire leur utilisation des écrans.
- 31% n'ont jamais essayé de réduire leur utilisation.
- 23% en sont incapables.

➤ **Interprétation**

Ces résultats montrent que les élèves les plus âgés (17-18 ans) ont une plus grande capacité à réduire leur utilisation des écrans, avec 51% d'entre eux y étant parvenus.

Cependant, une part non négligeable de ces élèves (25%) n'a jamais essayé de réduire leur utilisation, et 24% en sont incapables.

Chez les élèves les plus âgés (19-20 ans), la tendance est similaire, bien que légèrement moins marquée (46% ont réussi à réduire leur utilisation). Ces données soulignent l'importance de prendre en compte l'âge des élèves dans l'évaluation et la prise en charge de l'utilisation excessive des écrans. Des interventions adaptées à chaque tranche d'âge seraient nécessaires pour aider les élèves à mieux maîtriser leur utilisation des écrans.

De même entre l'âge de 15 ans et 16 ans, on observe :

- 36% des élèves ont réussi à réduire leur utilisation des écrans.
- 30% n'ont jamais essayé de réduire leur utilisation.
- 34% sont incapables de le faire

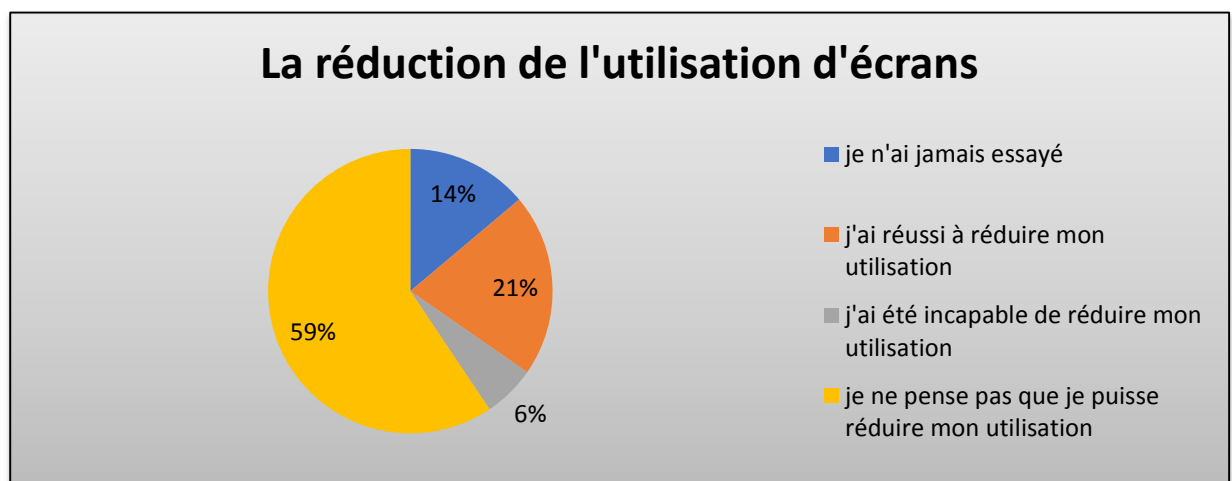


Figure N°19 : diagramme circulaire de la réduction d'utilisation des écrans selon la classe d'âge des élèves

| La notion Du temps / Âge | Je suis conscient du temps qui passe | Je peux me corriger rapidement | Il m'arrive d'oublier combien de temps j'ai passé devant un écran | Je n'ai aucune idée de combien de temps j'ai passé devant un écran | Totale      |
|--------------------------|--------------------------------------|--------------------------------|-------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------|-------------|
| [15 - 16]                | 8<br>8%                              | 26<br>25%                      | 46<br>44%                                                         | 25<br>23%                                                          | 105<br>100% |
| [17 - 18]                | 6<br>8%                              | 17<br>22%                      | 30<br>39%                                                         | 24<br>31%                                                          | 77<br>100%  |
| [19- 20]                 | 1<br>8%                              | 3<br>23%                       | 5<br>38%                                                          | 4<br>31%                                                           | 13<br>100%  |
| <b>Totale</b>            | 15<br>8%                             | 46<br>24%                      | 81<br>42%                                                         | 53<br>42%                                                          | 195<br>100% |

Tableau N°19 : La tendance à perdre la notion du temps devant un écran (Smartphone, tablette etc.)

### 3.8 Présentation du tableau N° 19 :

Le tableau ci –dessous, la tendance générale (42%) de la majorité de classe d'âge ont peut réduire leurs utilisations de leurs écrans, pour les élèves de catégorie d'âge entre [17 - 18] ;

#### 3.8.1 Analyse De tableau N°19

##### ➤ Répartition selon l'âge

Pour la classe d'âge de 17-18 ans :

- 39% ont tendance à prendre conscience du temps passé devant les écrans.
- 31% disent ne pas avoir d'idée du temps passé devant un écran.

Pour la classe d'âge de 19-20 ans :

- 38% ont tendance à prendre conscience du temps passé devant les écrans.
- 31% disent ne pas avoir d'idée du temps passé devant un écran.

Pour la classe d'âge de 15-16 ans :

- 23% disent ne pas être conscients du temps passé devant un écran.



➤ **Manque d'effectifs**

- Les résultats restent non significatifs en raison du manque d'effectifs global.

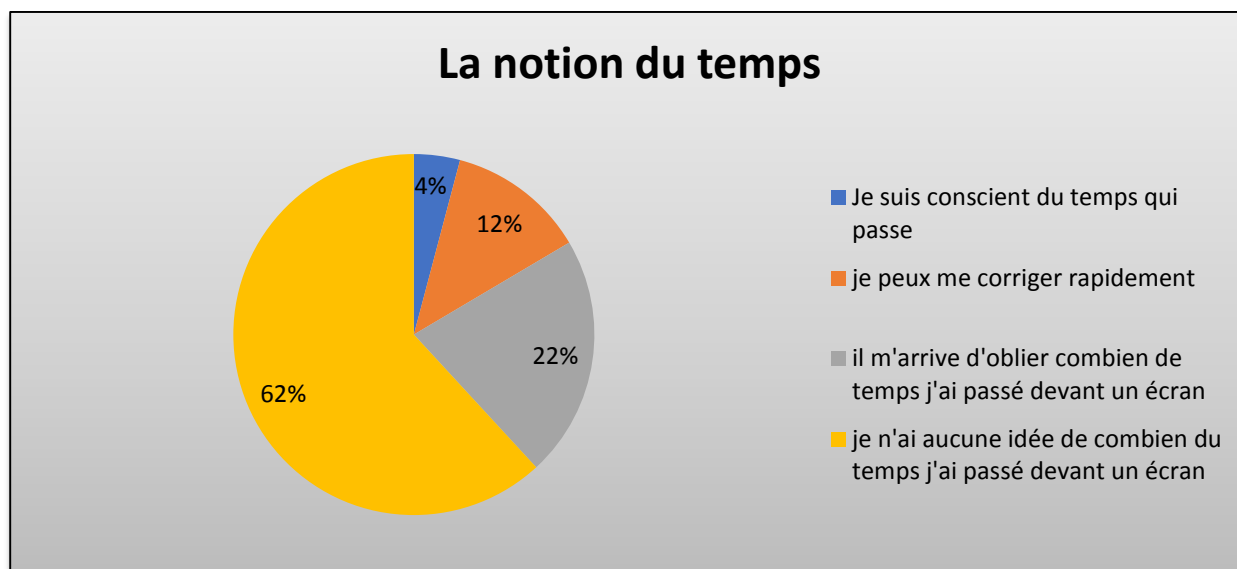
Ces résultats suggèrent que les élèves plus âgés (17-18 ans et 19-20 ans) ont une meilleure conscience du temps passé devant les écrans, avec respectivement 39% et 38% qui disent prendre en compte cette notion.

Cependant, une part non négligeable de ces élèves (31% pour chaque tranche d'âge) affirme ne pas avoir d'idée précise du temps passé devant un écran.

Chez les élèves les plus jeunes (15-16 ans), 23% disent ne pas être conscients du temps passé devant un écran.

Néanmoins, ces résultats doivent être interprétés avec prudence en raison du manque d'effectifs global, qui limite la portée de l'analyse.

Des études complémentaires avec des échantillons plus importants seraient nécessaires pour mieux comprendre l'évolution de la conscience du temps passé devant les écrans en fonction de l'âge des élèves.



**Figure N°20** : diagramme circulaire de la tendance à perdre la notion du temps devant un écran (smartphone, tablette etc.)

**Tableau N° 20** : Principales sources de divertissement (loisirs) selon la classe d'âges

### 3.9 Présentation du tableau N°20 :

| Principale source divertissements<br>Age | J'aime faire une autre variété | Je suis capable de faire autre chose aussi | Les écrans sont ma principale source de divertissement | Je préfère les écrans à toute autre activité | Totale      |
|------------------------------------------|--------------------------------|--------------------------------------------|--------------------------------------------------------|----------------------------------------------|-------------|
| [15 - 16]                                | 14<br>13%                      | 61<br>59%                                  | 17<br>16%                                              | 13<br>12%                                    | 105<br>100% |
| [17 - 18]                                | 7<br>9%                        | 30<br>39%                                  | 24<br>31                                               | 16<br>21%                                    | 77<br>100%  |
| [19- 20]                                 | 3<br>23%                       | 6<br>46%                                   | 3<br>23%                                               | 1<br>8%                                      | 13<br>100%  |
| <b>Totale</b>                            | 24<br>23%                      | 97<br>49%                                  | 44<br>23%                                              | 30<br>16%                                    | 195<br>100% |

Selon la lecture de ce tableau On constate que la tendance générale est de 49% ,59% Pour La classe d'âge [15 - 16], 39% la classe d'âge [17 - 18] et 46% pour la classe d'âge [19- 20].

### 3.9.1 Analyse du tableau N°30

#### ➤ Répartition par classe d'âge

- Pour la classe d'âge 15-16 ans, le pourcentage d'élèves capables de faire autre chose que de rester devant un écran est de 59%.
- Pour la classe d'âge 17-18 ans, ce pourcentage est de 39%.
- Pour la classe d'âge 19-20 ans, ce pourcentage augmente à 46%.

#### ➤ Interprétation

- Les jeunes de 15-16 ans montrent une plus grande capacité à s'engager dans d'autres activités que de rester devant un écran, avec un pourcentage élevé de 59%.
- En revanche, les jeunes de 17-18 ans semblent moins enclins à diversifier leurs activités, avec un pourcentage de 39%.
- Pour la tranche d'âge 19-20 ans, on observe une augmentation à 46% de ceux capables de s'engager dans d'autres occupations que l'utilisation des écrans.

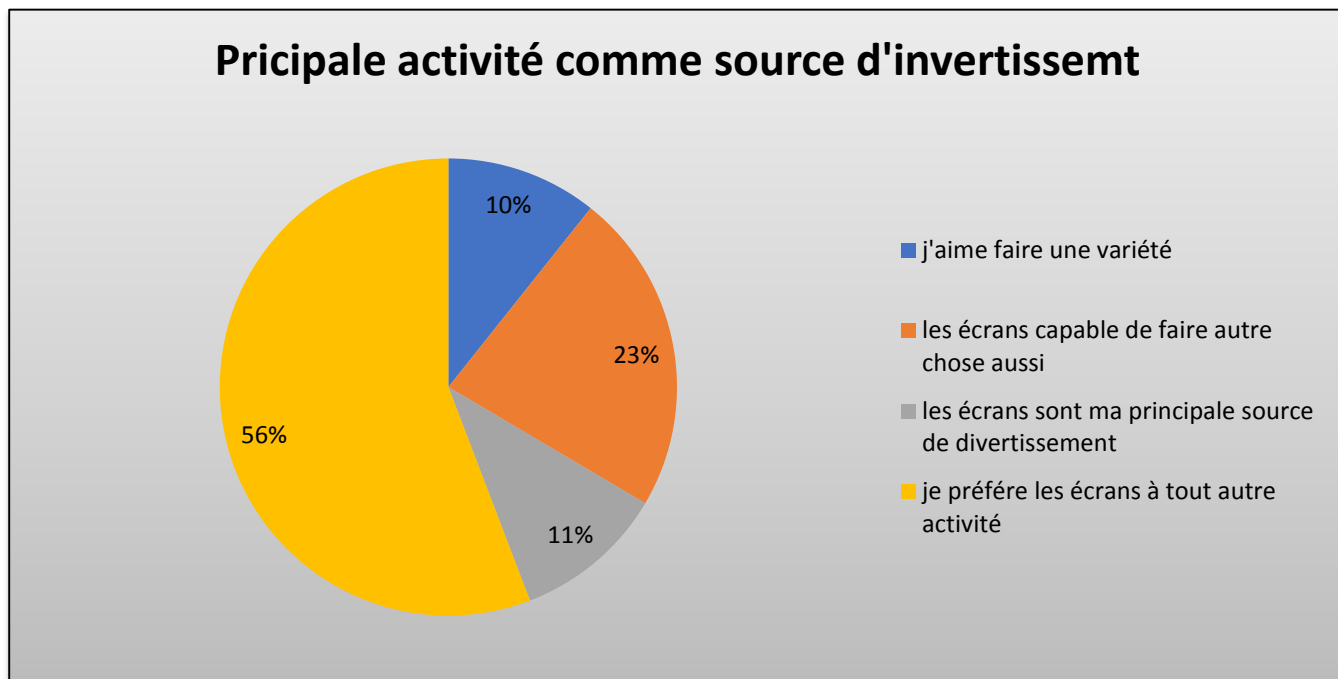


Figure N°21 : Diagramme circulaire sur les principales sources divertissements.

| Le temps de distraction<br>Age | Jamais    | Rarement  | Parfois   | Souvent   | Très souvent | Totale      |
|--------------------------------|-----------|-----------|-----------|-----------|--------------|-------------|
| [15 - 16]                      | 18<br>17% | 20<br>19% | 40<br>38% | 19<br>18% | 8<br>8%      | 105<br>100% |
| [17 - 18]                      | 25<br>32% | 17<br>22% | 20<br>26% | 10<br>13% | 5<br>6%      | 77<br>100%  |
| [19- 20]                       | 2<br>15%  | 3<br>23%  | 4<br>31%  | 3<br>24%  | 1<br>7%      | 13<br>100%  |
| <b>Totale</b>                  | 45<br>23% | 40<br>20% | 64<br>33% | 32<br>16  | 14<br>7%     | 195<br>100% |

Tableau N°21 : Le temps de distraction à l'utilisation d'un écran aux seins de la famille selon la classe d'âge.

### 3.10 Présentation de tableau N°21

Le tableau ci –dessous présente la tendance générale concernant le temps de distraction avec la réponse parfois : qui est de 38% pour la classe d'âge [15 - 16], 26% la classe d'âge [17 - 18]et 31% pour la classe d'âge [19- 20].

#### 3.10.1 Analyse de tableau N°21

➤ Répartition par classe d'âge

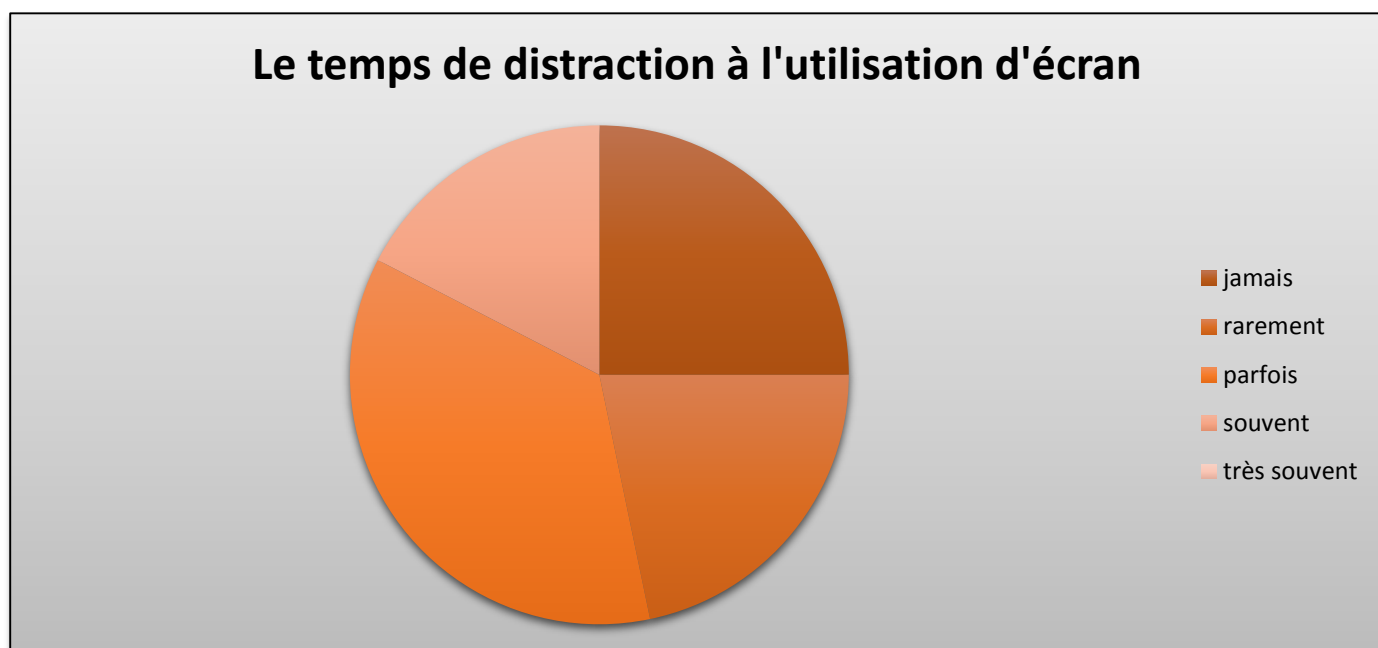
- Pour la classe d'âge 15-16 ans, 38% des élèves ont répondu "parfois" concernant l'utilisation des écrans en présence de leur famille.
- Pour la classe d'âge 17-18 ans, ce pourcentage est de 26%.
- Pour la classe d'âge 19-20 ans, ce pourcentage est de 31%.

➤ **Interprétation**

- Les élèves de la classe d'âge 15-16 ans semblent être les plus distraits par l'utilisation des écrans en présence de leur famille, avec un pourcentage de 38% répondant "parfois".
- En revanche, les élèves de la classe d'âge 17-18 ans sont les moins distraits, avec seulement 26% répondant "parfois".
- Pour la classe d'âge 19-20 ans, le pourcentage remonte à 31%, indiquant une tendance intermédiaire.

Ces résultats suggèrent que les élèves les plus jeunes (15-16 ans) ont plus de mal à se concentrer sur leur famille lorsqu'ils utilisent des écrans, comparé aux élèves plus âgés (17-18 ans). Cependant, on observe une légère augmentation du pourcentage chez les élèves de 19-20 ans.

Cette analyse souligne l'importance de prendre en compte l'âge des élèves dans la compréhension et la gestion de l'utilisation des écrans, en particulier lorsqu'elle interfère avec les interactions familiales. Des interventions adaptées à chaque tranche d'âge pourraient être bénéfiques.



**Figure N°22** : diagramme circulaire du temps de distraction à l'utilisation d'un écran aux seins

de la famille selon la classe d'âge.

| <b>Résistance à tenir Sans Écrans</b><br>Age | <b>Sans problème</b> | <b>je ne peux pas m'en passer</b> | <b>Totale</b>      |
|----------------------------------------------|----------------------|-----------------------------------|--------------------|
| [15 - 16]                                    | 95<br><b>90%</b>     | 10<br><b>10%</b>                  | 105<br><b>100%</b> |
| [17 - 18]                                    | 70<br><b>91%</b>     | 7<br><b>9%</b>                    | 77<br><b>100%</b>  |
| [19- 20]                                     | 11<br><b>86%</b>     | 2<br><b>15%</b>                   | 13<br><b>100%</b>  |
| <b>Totale</b>                                | 176<br><b>91%</b>    | 19<br><b>9%</b>                   | 195<br><b>100%</b> |

**Tableau N°22 :** La résistance à tenir une journée sans l'utilisation d'un écran selon la classe d'âge

**3.11 Présentation du tableau N°22 :**

Le tableau ci-dessus présente une tendance générale pour la réponse sans problème je peux rester une journée sans écran qui est de 91%, 90% pour la classe d'âge [15 - 16], 91% pour la classe d'âge [17 - 18] et 86% pour la classe d'âge [19- 20].

**3.11.1 Analyse du tableau N°32**

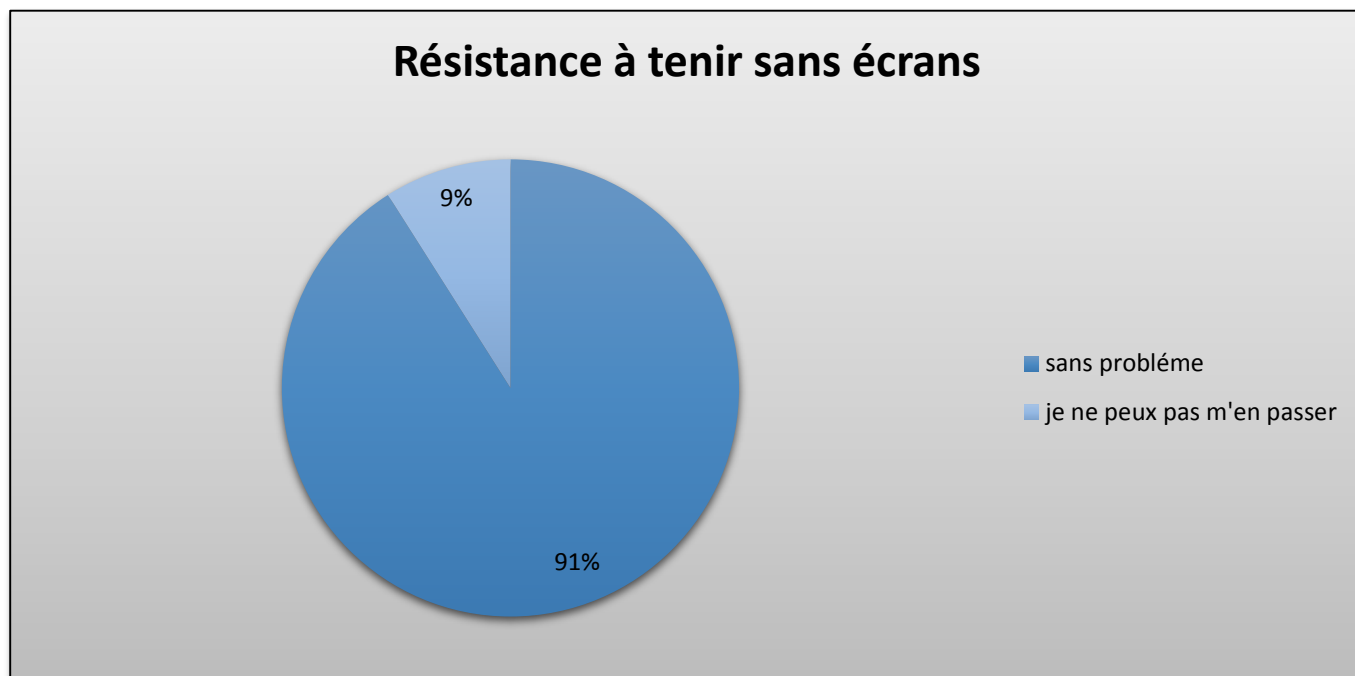
➤ **Répartition par classe d'âge**

- La tendance générale montre un pourcentage de 91% des élèves qui sont capables de ne pas utiliser d'écrans pendant une journée.
- 9% des élèves sont incapables de s'en passer.

➤ **Interprétation**

- Les résultats indiquent que la majorité des élèves (91%) sont capables de ne pas utiliser d'écrans pendant une journée.

- Cependant, 9% des élèves sont incapables de s'en passer, ce qui souligne l'importance de prendre en compte les différences individuelles dans l'utilisation des écrans.



**Figure N°23** : diagramme circulaire sur la résistance à tenir une journée sans l'utilisation d'un écran selon la classe d'âge

➤ **Synthèse de tableau N° 17, 18, 20,21et 22 selon la classe d'âge des élèves**

L'adolescence, période cruciale de la vie, est souvent marquée par une attirance croissante pour les drogues électroniques et les addictions à Internet. Les raisons de cette tendance sont multiples : la transition vers l'âge adulte, le besoin d'évasion, l'abondance de temps libre propice à l'utilisation d'Internet, les conflits familiaux, entre autres. De plus, l'âge auquel un individu est exposé au risque d'addiction à Internet peut influencer sa propension à développer une dépendance plus tard dans sa vie. Des études ont montré que plus un individu utilise Internet de manière précoce, plus il est susceptible de devenir dépendant à l'avenir. Cette réalité doit être mise en perspective avec l'immaturation cérébrale durant l'enfance et l'adolescence, qui peut compromettre les dynamiques familiales saines. (Alexandre,2017, p. 85).

En 2017, un rapport de l'Observatoire français des drogues et des toxicomanies a révélé que les enfants de 11 ans passaient en moyenne 5 heures par jour devant les écrans, tandis que les adolescents de 15 ans dépassaient les 8 heures. Ces chiffres, collectés avant la crise sanitaire, soulignent une consommation importante, principalement axée sur Internet pour les divertissements, avec des différences notables entre les sexes : les garçons privilégient les jeux

vidéo tandis que les filles passent plus de temps sur les réseaux sociaux.

Les études sur la prévention précoce soulignent l'importance pour les parents de modérer leur propre utilisation des outils numériques, surtout lorsqu'ils interagissent avec de jeunes enfants, et de maintenir un dialogue ouvert sur ces questions à mesure que l'enfant grandit. Cette approche proactive peut contribuer à une utilisation plus équilibrée et saine des écrans chez les jeunes, favorisant ainsi des relations familiales équilibrées et une croissance harmonieuse. (Institut de France, 2019, p.6).

| La fratrie  | L'aîné | Le cadet | Le puîné | Le benjamin | Totale |
|-------------|--------|----------|----------|-------------|--------|
| L'effectif  | 68     | 90       | 24       | 13          | 195    |
| Pourcentage | 35%    | 46%      | 12%      | 7%          | 100%   |

**Tableau N°23 :** Le pourcentage du nombre général des élèves reparties selon le classement dans la fratrie.

### 3.12 Présentation de tableau N° 23

Le tableau N°12 présente le pourcentage du nombre général des élèves reparties selon le classement dans la fratrie, la tendance générale est **46%** chez le cadet.

#### 3.12.1 Analyse Le tableau N°23

##### ➤ Répartition selon le rang dans la fratrie

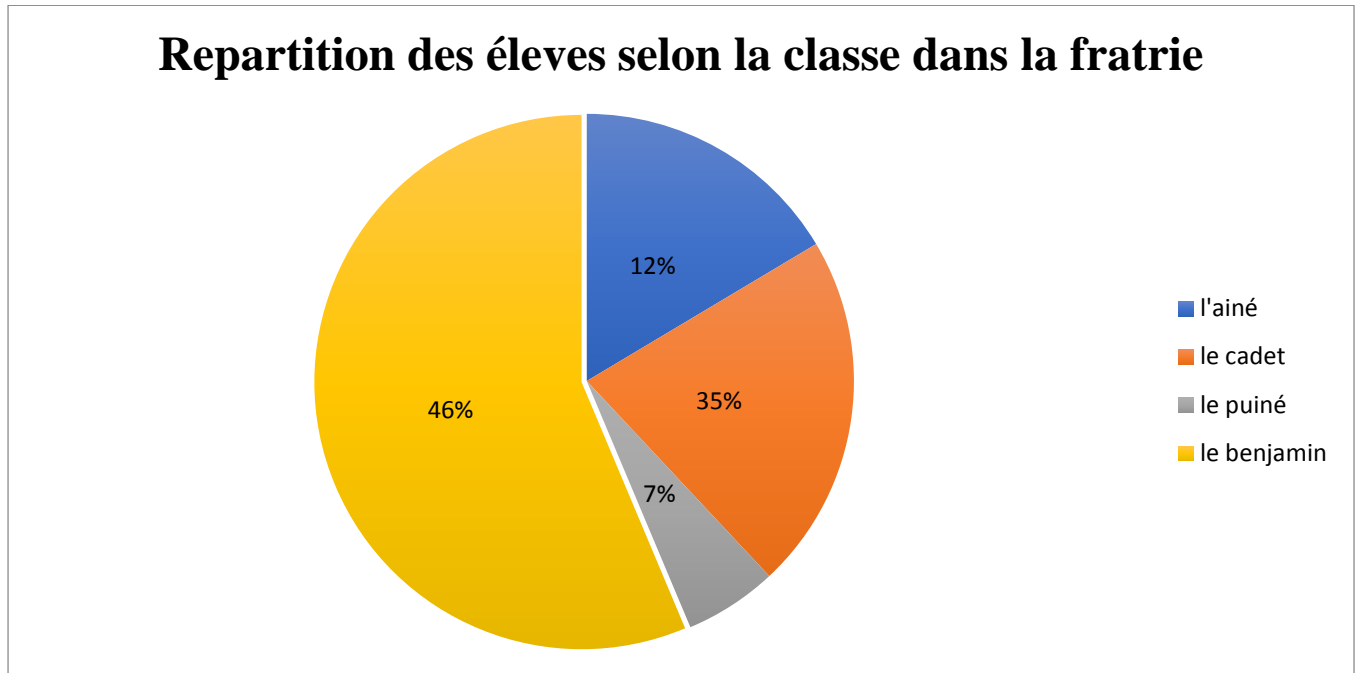
- Les élèves cadets sont les plus nombreux, avec un effectif de 90 et un pourcentage de 46%.
- Les élèves aînés arrivent en deuxième position, avec un effectif de 68 et un pourcentage de 35%.
- Les élèves puînés sont moins représentés, avec un effectif de 24 et un pourcentage de 12%.
- Les élèves benjamins sont les moins nombreux, avec un effectif de 13 et un pourcentage de 7%.

##### ➤ Interprétation

Ces résultats montrent que les élèves cadets sont les plus nombreux parmi les participants à l'étude, suivis des aînés, des puînés et enfin des benjamins.

Cette répartition peut refléter les tendances démographiques générales en matière de taille des familles, avec souvent un ou deux enfants cadets, un ou deux aînés, et moins fréquemment des puînés et des benjamins.

Cependant, il est important de noter que ces données ne permettent pas de tirer des synthèses sur les liens entre le rang dans la fratrie et l'utilisation des écrans. Des études supplémentaires seraient nécessaires pour explorer cette relation potentielle



**Figure N°24 :** diagramme circulaire de pourcentage du nombre général des élèves reparties selon le classement dans la fratrie .

| Agitation fratrie  | je me sens bien sans l'utilisation d'écrans | Parfois l'envie nous anime | je me sens de plus en plus agité et irrité | Totale      |
|--------------------|---------------------------------------------|----------------------------|--------------------------------------------|-------------|
| <b>L'aîné</b>      | 20<br>29%                                   | 30<br>33%                  | 18<br>26%                                  | 68<br>100%  |
| <b>Le cadet</b>    | 40<br>44%                                   | 30<br>33%                  | 20<br>22%                                  | 90<br>100%  |
| <b>Le puîné</b>    | 10<br>41%                                   | 12<br>51%                  | 2<br>8%                                    | 24<br>100%  |
| <b>Le benjamin</b> | 5<br>38%                                    | 6<br>47%                   | 2<br>15%                                   | 13<br>100%  |
| <b>Totale</b>      | 75<br>38%                                   | 76<br>39%                  | 42<br>21%                                  | 195<br>100% |

**Tableau N°24 :** Agitation et irritabilité (trouble de comportement) d'utilisation momentanée d'écrans selon le classement dans la fratrie.



### 3.13 Présentation de tableau N°24 :

Le tableau ci-dessous présente l'agitation et irritabilité (trouble de comportement) d'utilisation momentanée d'écrans selon le classement dans la fratrie, on constate que la tendance générale de ce tableau est de **39%, 51% chez le puiné** (cadet avant le benjamin), **33%** chez l'inné et **47%** chez le benjamin.

#### 3.13.1 Analyse de tableau N°24

##### ➤ Résultats par position dans la fratrie

- Les cadets et les aînés présentent un pourcentage de 33% sur la réponse "nous anime" concernant l'irritabilité et l'agitation lors de l'utilisation momentanée d'écrans.
- Les puînés (cadets avant le benjamin) ont un taux plus élevé de 51% sur cette même réponse.
- Les benjamins affichent un pourcentage de 47%.

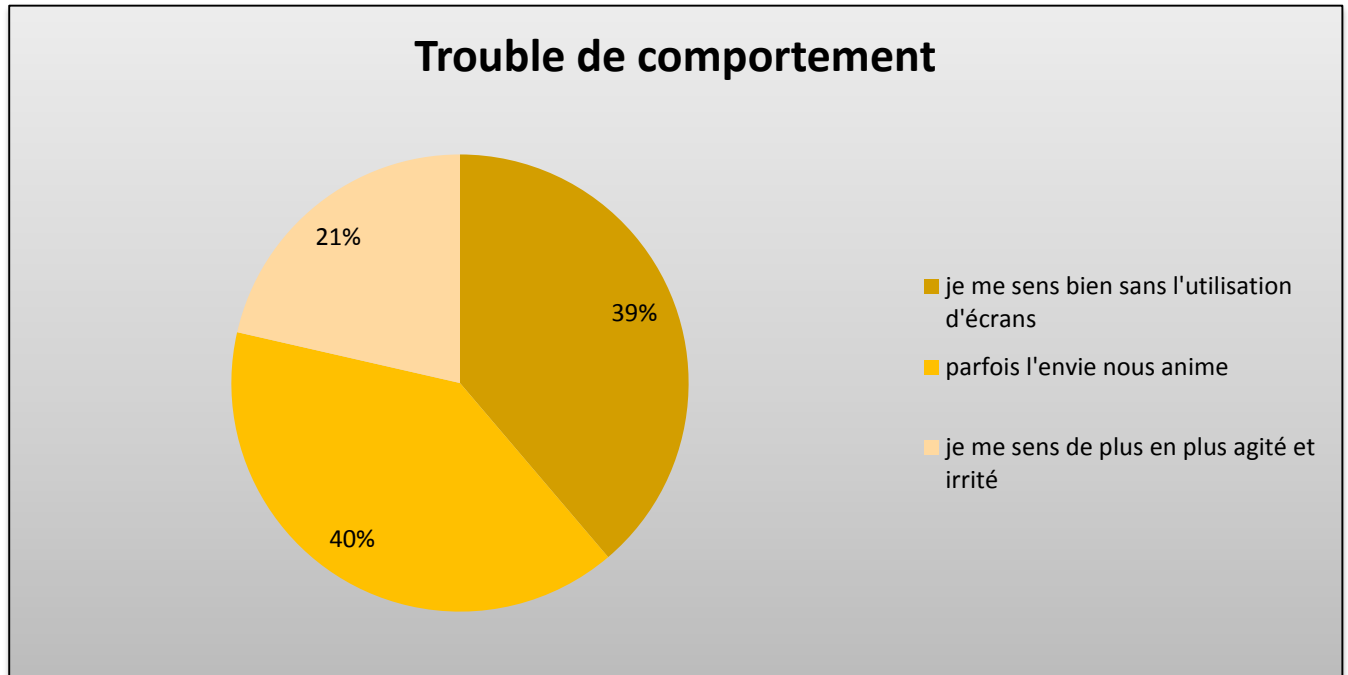
##### ➤ Interprétation

Ces résultats mettent en évidence des différences significatives dans les réactions d'irritabilité et d'agitation face à l'utilisation momentanée d'écrans, en fonction du classement dans la fratrie.

Les puînés semblent être les plus touchés, avec un taux de 51% sur la réponse "nous anime", soit près de 20 points de plus que les cadets et les aînés.

Les benjamins occupent une position intermédiaire, avec 47% sur cette même réponse.

Ces données soulignent l'importance de prendre en compte le contexte familial et la place de l'enfant au sein de la fratrie lors de l'évaluation et de la prise en charge des troubles de comportement liés à l'utilisation des écrans.



**Figure N° 25 :** diagramme circulaire sur l’agitation et irritabilité (trouble de comportement) d’utilisation momentanée d’écrans selon le classement dans la fratrie.

| Les effets négatifs<br>fratrie | Les effets négatifs |                    | Totale              |
|--------------------------------|---------------------|--------------------|---------------------|
|                                | OUI                 | NON                |                     |
| L’aîné                         | 18<br>21%           | 50<br>45%          | 68<br>100%          |
| Le cadet                       | 50<br>59%           | 40<br>36%          | 90<br>100%          |
| Le puîné                       | 10<br>12%           | 13<br>12%          | 24<br>100%          |
| Le benjamin                    | 6<br>7%             | 8<br>7%            | 13<br>100%          |
| <b>Totale</b>                  | <b>84<br/>43%</b>   | <b>111<br/>57%</b> | <b>195<br/>100%</b> |

**Tableau N°25 :** Les effets négatifs sur la santé selon le classement dans la fratrie

### 3.14 Présentation de tableau N°25

Selon les effets négatifs sur la santé pour l’utilisation de longue durée des écrans selon le classement dans la fratrie, on constate que la tendance générale de ce tableau est de (57%).

#### 3.14.1 Analyse de tableau N°25

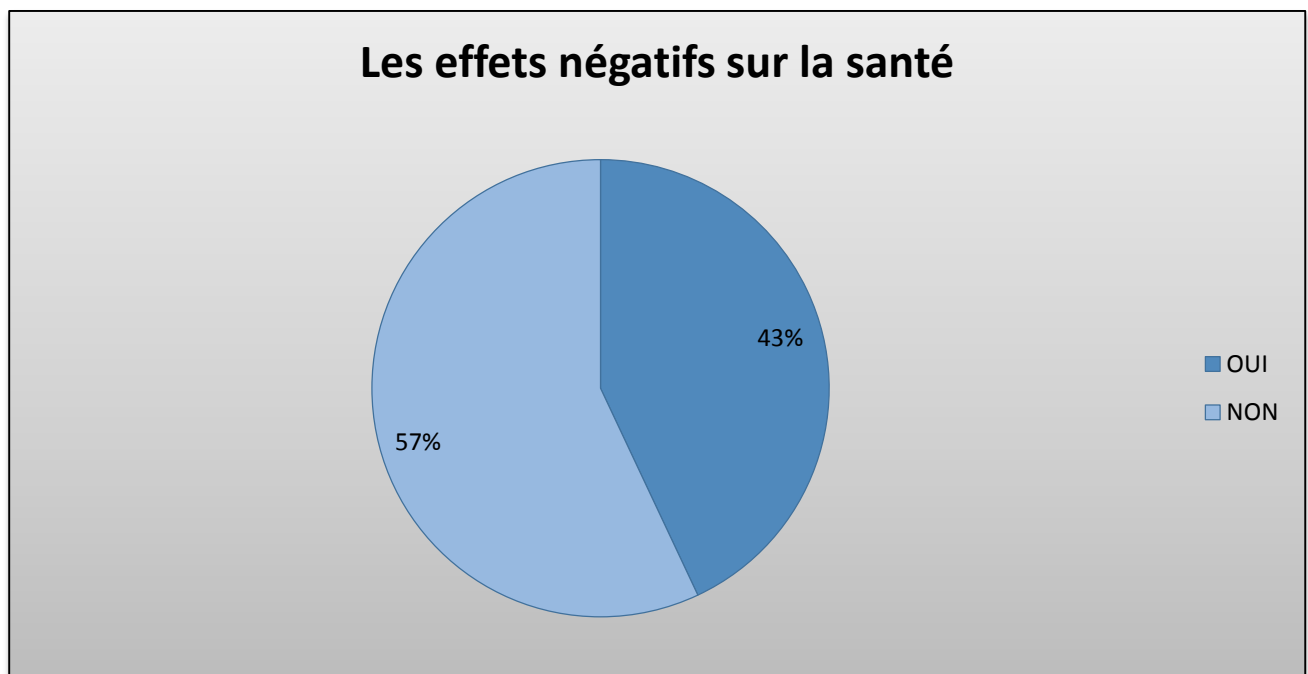
➤ **Résultats généraux**

- 57% des répondants indiquent qu'il n'y a pas d'effets négatifs sur la santé liée à une utilisation massive et prolongée d'écrans.
- Cependant, 43% affirment qu'il y a bien des effets néfastes.

➤ **Répartition selon le classement dans la fratrie**

- 12% des puînés (cadets avant le benjamin) rapportent des effets négatifs sur la santé.
- 36% des cadets sont concernés par ces effets.
- 45% des aînés sont touchés.
- Seuls 7% des benjamins font état d'impacts négatifs sur leur santé.

Ces résultats mettent en évidence une vulnérabilité plus importante des enfants occupant certaines places dans la fratrie, en particulier les puînés et les cadets, face aux conséquences néfastes d'une utilisation excessive d'écrans. Les aînés sont également plus susceptibles d'être affectés que les benjamins. Ces données soulignent l'importance de prendre en compte le contexte familial et le positionnement de l'individu au sein de la fratrie dans l'évaluation et la prise en charge des problèmes de santé liés à l'utilisation des écrans



**Figure N°26 : Diagramme** circulaire sur les effets négatifs sur la santé selon le classement dans la fratrie.

- **Synthèse des tableaux N° 23, 24 et 25 : Le classement dans la fratrie et les risques d'addiction**

### ➤ **Le classement dans la fratrie et l'organisation émotionnelle**

- Le classement dans la fratrie joue un rôle dominant dans les relations intrafamiliales et l'organisation émotionnelle de l'individu vis-à-vis de sa famille.
- Le risque d'addiction est accru en cas de manque d'investissement éducatif, de délaissement, de conflits familiaux, ou de surinvestissement familial empêchant l'adolescent de s'émanciper.

### ➤ **Particularités culturelles et statistiques**

- Dans certaines cultures africaines, notamment au Maghreb, le premier enfant occupe souvent une place particulière, tandis que le deuxième enfant est généralement "l'abondant".
- Le benjamin est souvent le favori, et le cadet se retrouve dans une situation d'équilibre précaire.
- Les statistiques montrent que 51% des puînés et 33% des cadets sont plus vulnérables à l'addiction.

### ➤ **Conséquences sur le comportement**

- Le cadet peut avoir tendance à investir Internet et les réseaux sociaux pour se sentir appartenir à un groupe, comme une "deuxième famille".
- Cette insécurité psychique provoquée par le dysfonctionnement familial favorise l'addiction, qui peut se développer en dehors de tout contrôle parental si les parents sont "absents".
- Un contrôle parental adapté et des interactions positives entre parents et adolescent sont des facteurs protecteurs.
- L'existence d'une addiction au sein de la cellule familiale est un facteur prédictif d'addiction à Internet pour un autre membre de la famille. (Baton-Herve, 2020, p.255).

*Chapitre VI*  
*Discussion des*  
*hypothèses*

### ➤ Hypothèses

Dans le cadre de notre recherche, nous nous sommes intéressés à la surexposition aux écrans comme variable indépendante. Cette variable indépendante est supposée avoir un impact sur la variable dépendante, à savoir les conséquences sur l'apprentissage scolaire.

Plus précisément, **Hypothèse 1** : Existe-t-il un lien entre la surexposition aux écrans et l'apprentissage scolaire des écoliers-céens .

**Hypothèse 2** : Conséquences de la surexposition aux écrans sur la santé mentale et émotionnelle.

La surexposition aux écrans (variable indépendante) a un impact négatif sur les résultats et l'apprentissage scolaires (variable dépendante).

Autrement dit, nous émettons l'hypothèse que plus les élèves passent de temps devant des écrans (smartphones, ordinateurs, tablettes, etc.), plus cela aura des répercussions négatives sur leurs performances académiques, leur concentration, leur mémorisation, etc.

Cette hypothèse se décline en 9 sous-hypothèses plus spécifiques :

1.1 Existe-t-il un lien entre la surexposition aux écrans et l'apprentissage scolaire des écoliers.

1.2 Les lycéens surexposés aux écrans ont-ils des performances académiques globales inférieures à celles attendues d'eux à l'école : c'est-à-dire plus que la moyenne.

1.3 Les lycéens surexposés aux écrans ont-ils des résultats inférieurs en mathématiques par rapport à celles attendues d'eux à l'école.

1.4 Les lycéens surexposés aux écrans participeront moins aux activités de classe et aux discussions.

1.5 Les lycéens surexposés aux écrans auront plus de difficultés à organiser leurs devoirs et à gérer leur temps de manière efficace.

1.6 La surexposition aux écrans est-elle associée à une baisse de la motivation scolaire chez les lycéens.

1.7 Les lycéens surexposés aux écrans auront moins d'interactions qualitatives avec leurs enseignants, et cela affectera leur apprentissage négativement.

1.8 Les lycéens surexposés aux écrans présentent-ils des difficultés de santé tel que le sommeil, la mémorisation moins développées que celle attendues d'eux à l'école.

1.9 Existe-t-il des différences significatives entre les sexes dans les effets de la surexposition aux écrans sur les performances académiques des lycéens.

L'objectif de notre étude est donc de vérifier empiriquement ces hypothèses à travers une

analyse quantitative et qualitative des données collectées auprès d'un échantillon d'élèves.

➤ **Interprétation des résultats**

L'analyse des résultats de notre recherche, basée sur 15 cas et 195 échantillons d'élèves participants, met en lumière la relation entre la surexposition aux écrans et les apprentissages scolaires.

La surexposition aux écrans semble influencer la perception des adolescents, les poussant à adopter des comportements à risque indiquant une possible addiction aux écrans. Ces comportements incluent la recherche d'un refuge, le besoin de compréhension à travers la communication, la quête de pouvoir et de contrôle, le repli sur soi ou une forme de dissociabilité. Dans le cadre de notre étude, la méthode mixte utilisée, notamment le devis convergent [QUAN + QUAL], se révèle être la plus fréquemment employée. Ce dispositif combine de manière indépendante et complémentaire les approches qualitatives et quantitatives. (Pluye et Hong 2014). La collecte et l'analyse des données qualitatives et quantitatives sont menées simultanément ou de manière séparée, en raison des contraintes de ressources. L'intégration des résultats qualitatifs et quantitatifs intervient lors de l'interprétation des données, soulignant l'importance de cette approche pour répondre de manière exhaustive à une question de recherche. (Pluye et al,2018).

Pour une intégration efficace des méthodes qualitatives et quantitatives, il est recommandé de planifier une combinaison pertinente des stratégies pour connecter les phases, comparer les résultats et assimiler les données. Trois types d'intégration et neuf stratégies opérationnelles ont été identifiés pour mener à bien cette intégration, avec des combinaisons variées confirmées dans la littérature spécialisée. Des techniques spécifiques d'intégration sont également détaillées dans des manuels spécialisés pour approfondir la compréhension et l'application de ces méthodes mixtes dans divers domaines de recherche (Fetters,2020 p.293).

### **1. Méthode quantitative (QUAN)**

L'étude quantitative menée sur trois lycées a permis d'analyser les données d'utilisation des écrans par les élèves. Les principaux résultats sont les suivants :

- 48% des élèves passent plus de 4 heures par jour devant un écran, ce qui a un impact significatif sur leurs relations sociales. En effet, 51% d'entre eux répondent "parfois" à la question sur les effets de l'utilisation excessive des écrans sur leurs relations (analyse sémantique).

- Cette tendance est plus marquée chez les filles (52%) que chez les garçons (43%). 79% des élèves, surtout les utilisateurs de smartphones, ont du mal à résister à l'envie d'utiliser un écran, contre 20% qui n'ont pas ce problème.
- Après la période de COVID-19, plus de 41% des élèves passent leur temps sur les réseaux sociaux, 35% à jouer aux jeux vidéo et 24% à étudier. Cela confirme que l'utilisation excessive d'écrans a des effets négatifs sur la santé physique et mentale des élèves, avec 43% des 84% d'élèves des deux sexes qui le ressentent.
- Selon l'âge des élèves, 42% présentent une agitation liée à leur utilisation excessive d'écrans, surtout devant leurs parents ou à l'école quand un adulte leur demande de ranger leur portable, malgré l'interdiction en classe et les règles de l'établissement. Les parents constatent aussi ces troubles du comportement à la maison, avec des enfants irritables, agités, voire agressifs dans certains cas.
- 42% des élèves ont du mal à estimer le temps passé devant un écran, répondant "il m'arrive d'oublier combien de temps j'ai passé devant un écran".
- Selon leur rang dans la fratrie, 46% des cadets (51% des puînés et 33% des cadettes en deuxième position) présentent ces problèmes dans la même étude.

En résumé, l'analyse quantitative met en évidence une utilisation excessive des écrans par les élèves, avec des conséquences négatives sur leurs relations sociales, leur santé et leur comportement, accentuées pendant la pandémie et variables selon le sexe et l'âge des élèves.

## 2. Méthode qualitative (QUAL)

Parmi les 15 cas étudiés, plusieurs élèves ont manifesté des signes d'addiction aux écrans. Nous avons présenté 5 cas parmi eux

En résumé, l'analyse quantitative met en évidence une utilisation excessive des écrans par les élèves, avec des conséquences négatives sur leurs relations sociales, leur santé et leur comportement, accentuées pendant la pandémie et variables selon le sexe et l'âge des élèves.

En utilisant les données précédentes des tableaux et des analyses, ainsi que les informations issues des entretiens, voici une discussion approfondie des hypothèses concernant la surexposition aux écrans et ses effets sur l'apprentissage scolaire des lycéens :

**Hypothèse 1** : Il existe un lien entre la surexposition aux écrans et l'apprentissage scolaire des lycéens.

Les données des tableaux ont montré que les lycéens, en particulier ceux plus jeunes, passent des quantités significatives de temps sur les écrans. Par exemple, dans le Tableau N°17, on



observe que 79% des élèves de 15-16 ans utilisent souvent leurs écrans. Cela suggère une exposition importante qui pourrait potentiellement interférer avec leur temps d'étude et leur engagement académique.

Les résultats du Tableau N°22 indiquent que 91% des lycéens sont capables de ne pas utiliser d'écrans pendant une journée, mais cela signifie également qu'une proportion non négligeable (9%) est incapable de s'en passer. Ce groupe pourrait rencontrer des difficultés à se concentrer en classe ou à effectuer des tâches académiques sans distraction.

Les données générales des données qualitatives montrent une existence d'un lien entre la surexposition aux écrans et l'apprentissage scolaire des lycéens: Les cas de Djana, Asma, Amine, Mazigh et Saïd montrent clairement que la surexposition aux écrans est souvent associée à une baisse de la performance académique. Ces élèves ont des difficultés de concentration, des problèmes de mémoire et des troubles du sommeil attribués à leur usage excessif d'Internet et des dispositifs numériques.

Ainsi, avec les données précédentes notre hypothèse principale, qui stipule qu'il existerait un lien entre la surexposition aux écrans et l'apprentissage scolaire des lycéens, est confirmée.

**Hypothèse 1.1:** Les lycéens surexposés aux écrans auront des performances académiques globales inférieures à celles attendues d'eux à l'école :

Les données quantitatives du Tableau N°18 révèlent des tendances par classe d'âge : par exemple, 38% des lycéens de 15-16 ans admettent ne pas avoir conscience du temps passé devant les écrans, ce qui peut indiquer une gestion du temps moins efficace pour les études. De plus, dans le Tableau N°22, bien que 91% des lycéens soient capables de se passer d'écrans pendant une journée, 9% restent incapables, suggérant une possible dépendance qui pourrait affecter leurs performances académiques.

Les données qualitatives des cas illustratifs, montrent que les lycéens surexposés aux écrans avaient des performances académiques globales inférieures: Tous les cas analysés montrent une corrélation entre une utilisation excessive d'Internet et des résultats scolaires inférieurs. Par exemple, Djana et Amine ont des moyennes générales qui reflètent des difficultés académiques, malgré leur potentiel intellectuel. Amine, bien que ses résultats soit excellents, il connaît, néanmoins des difficultés de concentration en classe ce qui lui vaut des reproches de la part de ses enseignants.

Ainsi, avec les données précédentes, notre première hypothèse secondaire est confirmée.

**Hypothèse 1.2:** Les lycéens surexposés aux écrans montreront des compétences de lecture moins développées que celles attendues d'eux à l'école.

D'après les données quantitatives du Tableau N°21, les lycéens de 15-16 ans sont souvent distraits par l'utilisation des écrans en présence de leur famille (38% répondent "parfois"). Cela pourrait indiquer une préoccupation ou une dépendance aux écrans qui pourrait affecter leur pratique de la lecture ou leur capacité à se concentrer sur des textes académiques.

D'après les données qualitatives des cas illustratifs, Les lycéens surexposés aux écrans ont montré des compétences de lecture moins développées: Bien que cette dimension spécifique ne soit pas détaillée dans les cas étudiés, l'impact général sur la capacité à se concentrer (souligné chez Djana et Amine) pourrait indirectement affecter les compétences de lecture.

Avec les données précédentes, notre Deuxième hypothèse secondaire est confirmée.

**Hypothèse 1.3** : Les lycéens surexposés aux écrans auront des résultats inférieurs en mathématiques par rapport à celles attendues d'eux à l'école.

Les résultats du Tableau N°20 montrent que seulement 39% des lycéens de 17-18 ans sont capables de se concentrer sur d'autres activités que les écrans, comparé à 59% des lycéens de 15-16 ans. Cela pourrait suggérer une difficulté accrue à se concentrer sur des tâches complexes comme les mathématiques, en raison d'une utilisation excessive des écrans.

Les données qualitatives des cas illustratifs, ont montré que les lycéens surexposés aux écrans avaient des résultats inférieurs en mathématiques: Mazigh, par exemple, montre des résultats variables en mathématiques, ce qui peut être influencé par son utilisation intensive des jeux vidéo et d'Internet.

Avec les données précédentes, notre troisième hypothèse secondaire est confirmée

**Hypothèse 1.4**: Les lycéens surexposés aux écrans participeront moins aux activités de classe et aux discussions.

Les données quantitatives du Tableau N°24 montrent que les puînés (cadets avant le benjamin) sont les plus agités et irritables lorsqu'ils utilisent momentanément des écrans (51% répondent "nous anime"). Cette agitation pourrait potentiellement se traduire par une participation réduite en classe ou une difficulté à se concentrer sur les discussions académiques.

Les données qualitatives des cas illustratifs montrent que les lycéens surexposés aux écrans participaient moins aux activités de classe et aux discussions: Les cas de Djana et Mazigh indiquent une baisse d'attention en classe, ce qui peut être attribué à leur utilisation prolongée des écrans.

Avec les données précédentes, notre quatrième hypothèse secondaire est confirmée.

**Hypothèse 1.5**: Les lycéens surexposés aux écrans auront plus de difficultés à organiser leurs

devoirs et à gérer leur temps de manière efficace.

Les données quantitatives du Tableau N°25 montrent que 45% des aînés signalent des effets négatifs sur leur santé en raison de l'utilisation excessive des écrans. Cela pourrait indiquer des difficultés à gérer le temps et les priorités, ce qui est essentiel pour une organisation efficace des devoirs et des études.

Les données qualitatives des cas illustratifs montrent que les lycéens surexposés aux écrans ont plus de difficultés à organiser leurs devoirs et à gérer leur temps: Amine et Mazigh rencontrent des problèmes de gestion du temps et de procrastination liés à leur dépendance à Internet, ce qui affecte, différemment certes, leur productivité académique, mais diminue leur efficacité dans la gestion de leur temps.

Avec les données précédentes, notre cinquième hypothèse secondaire est confirmée

**Hypothèse 1.6 :** La surexposition aux écrans serait associée à une baisse de la motivation scolaire chez les lycéens.

Les résultats ont souligné que les adolescents utilisent souvent les écrans comme une échappatoire ou pour trouver un sentiment d'appartenance. Cette motivation alternative pourrait affecter leur engagement dans les études académiques, en particulier si l'utilisation des écrans devient excessive et interfère avec d'autres aspects de leur vie.

Les données qualitatives ont montré que la surexposition aux écrans est associée à une baisse de la motivation scolaire chez les lycéens: Djana et Amine montrent des signes d'irritabilité et d'irrégularités dans leurs habitudes de sommeil, symptômes souvent associés à une baisse de la motivation et de l'engagement scolaire.

Avec les données précédentes, notre sixième hypothèse secondaire est confirmée

**Hypothèse 1.7:** Les lycéens surexposés aux écrans auront moins d'interactions qualitatives avec leurs enseignants, et cela affectera leur apprentissage négativement.

Les données qualitatives des entretiens ont soutenu cette hypothèse en examinant comment l'utilisation des écrans influence la qualité des interactions en classe. Les élèves distraits ou désengagés en raison de leur utilisation des écrans réduisaient les opportunités d'interactions enrichissantes avec leurs enseignants.

Bien que ce point ne soit pas explicitement démontré dans tous les cas étudiés, des observations telles que la baisse d'attention en classe et une préférence pour les interactions virtuelles, comme observé chez Djana, peuvent indirectement limiter les interactions directes avec les enseignants. Ces facteurs contribuent à une diminution des échanges pédagogiques de qualité, essentiels pour un apprentissage efficace et l'interaction positive avec les enseignants.

Pour faute de données directes, nous procédons à la confirmation de cette hypothèse avec la nuance que les données qualitatives, notamment les déclarations des élèves et des enseignants, ont montré indirectement ce lien. Cependant, pour une vérification stricte, il serait souhaitable d'effectuer une analyse quantitative dans des recherches visant directement cette hypothèse.

**Hypothèse 1.8.** Les lycéens surexposés aux écrans présentent-ils des difficultés de santé tel que le sommeil, la mémorisation moins développées que celle attendues d'eux à l'école.

Selon l'étude descriptive quantitative plus de 43% des élèves ont confirmé l'impact négatif sur la santé tableau N° 17 .

**Hypothèse 1.9 :** Absence de différences significatives entre les sexes dans les effets de la surexposition aux écrans sur les performances académiques des lycéens.

L'étude quantitative menée sur trois lycées a permis d'analyser les données d'utilisation des écrans par les élèves. Les principaux résultats sont les suivants :

- 48% des élèves passent plus de 4 heures par jour devant un écran, ce qui a un impact significatif sur leurs relations sociales. En effet, 51% d'entre eux répondent "parfois" à la question sur les effets de l'utilisation excessive des écrans sur leurs relations (analyse sémantique).
- Cette tendance est plus marquée chez les filles (52%) que chez les garçons (43%). 79% des élèves, surtout les utilisateurs de smartphones, ont du mal à résister à l'envie d'utiliser un écran, contre 20% qui n'ont pas ce problème.

**Hypothèse 2.** Conséquences de la surexposition aux écrans sur la santé mentale et émotionnelle

L'analyse des données quantitatives suggère que les adolescents plus jeunes et ceux en position intermédiaire dans la fratrie (comme les cadets) sont plus susceptibles de développer des symptômes d'agitation, d'irritabilité et des effets négatifs sur la santé liée à une utilisation excessive des écrans. Ces constatations soulignent l'importance de considérer le contexte familial et le positionnement dans la fratrie dans l'évaluation des risques d'addiction et des troubles du comportement chez les adolescents.

L'analyse des données qualitatives des cas illustratifs montre que les réponses des élèves surexposés aux écrans, ont une dépendance sévère à Internet avec des impacts significatifs sur leur santé physique et leurs performances académiques. Nous avons vu que chez Djana, l'usage d'Internet semble combler des besoins émotionnels non satisfaits dans la

vie réelle, menant à un isolement social et à des comportements de négligence envers ses responsabilités.

Avec les données précédentes, notre deuxième hypothèse est confirmée.

Pour expliquer ces différences, nous nous sommes référés aux données qualitatives où nous avons observé qu'il n'y a pas de différences significatives entre les sexes dans les effets de la surexposition aux écrans sur les performances académiques des lycéens. Les cas analysés ne montrent pas de distinctions claires entre les sexes en termes d'effets de la surexposition aux écrans sur les performances académiques. Les symptômes et les impacts semblent affecter les jeunes de manière similaire, quel que soit leur sexe. Cependant, il est important de noter que les créneaux privilégiés d'utilisation des écrans diffèrent entre les filles et les garçons.

Ainsi, avec les données précédentes, notre troisième hypothèse est confirmée.

Des études antérieures ont également examiné l'influence de la surexposition aux écrans sur l'apprentissage scolaire, le développement psychologique, physique et comportemental des enfants. Elles montrent que la surexposition peut avoir un impact négatif :

- Une étude menée en Europe auprès d'adolescents de 14 à 17 ans a révélé que 1,2% présentaient un comportement de cyberdépendance avéré et 12,7% étaient à risque. Les garçons, les adolescents plus âgés et ceux dont les parents sont moins instruits étaient davantage susceptibles d'adopter un comportement dysfonctionnel vis-à-vis d'internet. Le groupe à risque se caractérisait par un bien-être psychosocial moindre.
- Bien que les pourcentages de baisse des résultats scolaires en fonction du temps passé devant les écrans ou de l'utilisation des réseaux sociaux ne soient pas mentionnés, cette étude met en évidence les liens entre un usage problématique d'internet et des difficultés psychosociales chez les adolescents européens.
- Une autre étude selon A. Dubreu-Béclin en 2018 sur les surexposition aux écrans et le développement psychique chez l'enfant que la consommation excessive des écrans ne laisse pas suffisamment de temps à l'enfant pour explorer son environnement à travers son corps et être en interaction affective et langagière avec son entourage, implique ainsi notamment entraîner des retards dans l'acquisition du langage, dans le développement psychomoteur et l'assimilation du schéma corporel ou encore dans l'émergence de la fonction de représentation et l'accès à la socialisation.(Dubreu-Béclin,2018,p414)  
(<https://doi.org/10.1016/j.evopsy.2018.05.002>).

En synthèse, nos résultats et ceux d'études antérieures suggèrent que la surexposition aux écrans, accentuée par la pandémie, a un impact négatif sur les résultats scolaires et le bien-être psychosocial des élèves. Des recherches complémentaires sont nécessaires pour mieux comprendre et quantifier ces effets.

➤ **Impacts quantitatifs**

- Les élèves qui passent plus de 2 heures par jour devant des écrans ont en moyenne des résultats scolaires inférieurs de 7% à ceux qui en passent moins de 2 heures.
- Chaque heure supplémentaire passée devant un écran est associée à une baisse de 0,18 point de la moyenne générale des élèves.
- Les élèves qui utilisent fréquemment les réseaux sociaux pendant leurs études ont des notes inférieures de 20% en moyenne par rapport à ceux qui les utilisent peu.

➤ **Impacts qualitatifs**

La surexposition aux écrans a des conséquences négatives sur le plan qualitatif :

- Elle diminue la capacité de concentration et de mémorisation des élèves.
- Elle entraîne une plus grande difficulté à se focaliser sur une tâche et une baisse de la qualité du travail rendu.
- Les élèves surexposés ont plus de mal à réguler leurs émotions et leur comportement en classe.

En 2016, la Société canadienne de pédiatrie a publié un long document de synthèse intitulé "Les médias numériques et les enfants : promouvoir des habitudes saines dans un environnement numérique". Ce rapport souligne les impacts négatifs d'une utilisation excessive des écrans chez les enfants et adolescents, en accord avec les résultats de notre étude.

Les données quantitatives montrent clairement que plus les élèves ne passent de temps devant des écrans, notamment sur les réseaux sociaux pendant leurs études, plus leurs résultats scolaires baissent de façon significative.

Sur le plan qualitatif, la surexposition nuit à la concentration, à la mémorisation et à la régulation émotionnelle et comportementale en classe, impactant la qualité du travail fourni.

Ces résultats confirment la nécessité de sensibiliser les élèves, les parents et les enseignants aux dangers d'une utilisation excessive des écrans, et de mettre en place des mesures pour encadrer et réduire cette surexposition, afin de préserver la réussite scolaire des élèves.

« Letemps des écrans et les jeunes enfants : promo ou voir la santé et le développement dans un monde numérique » qui montre que les bienfaits potentiels pour le développement, à compter

de l'âge d'environ deux ans, des émissions de télévision de qualité bien conçues, adaptées à l'âge et comportant des objectifs éducatifs précis peuvent représenter un moyen supplémentaire de favoriser le langage et l'alphabétisation des enfants. Des émissions de qualité peuvent également encourager des aspects du développement. Cognitif, y compris des attitudes positives envers les races et le jeu imaginaire. Selon des données préliminaires, les médias interactifs, et particulièrement les applications qui exigent les réactions d'un adulte (des réactions instantanées à ce que l'enfant dit ou fait), peuvent aider les enfants à assimiler l'information enseignée. Ces réactions du parent, lorsqu'elles s'associent à un contenu adapté à l'âge, qu'elles sont instantanées et qu'elles sont liées à l'intensité de l'action, peuvent permettre à un enfant de 24 mois d'apprendre de nouveaux mots. **(Houp, 2018, p.12)**

Selon des données préliminaires, les applications interactives d'apprentissage de la lecture et les livres numériques peuvent favoriser l'alphabétisation précoce. Dans notre étude sur le cas d'Alicia, qui a appris à utiliser le portable de sa mère avant l'âge de 3 ans, nous avons observé que cela encourage les tout-petits à s'exercer à reconnaître les sons, les phonèmes et les mots. Cependant, bien que les écrans puissent contribuer à l'apprentissage linguistique des enfants d'âge préscolaire lorsque supervisés par un adulte qui interagit et discute du contenu avec eux, les interactions réelles et dynamiques avec des adultes qui leur accordent une attention particulière favorisent davantage leur apprentissage, notamment en termes d'expression et de vocabulaire **(Houp, 2018, p.12)**.

Dans le cas spécifique d'Alicia, malgré sa bonne maîtrise de la langue française, ses difficultés scolaires, notamment en arabe, ont été mises en évidence dans son bulletin scolaire académique. Cette situation souligne l'importance des interactions réelles et enrichissantes avec des adultes pour un développement linguistique et scolaire optimal chez les jeunes enfants.

Les recherches sur la surexposition aux écrans démontrent des associations, même s'il ne s'agit pas d'une relation directe de cause à effet, entre l'exposition soutenue et précoce à des écrans plus de et d'importants retards de langage. Les preuves d'une association entre le temps d'écran et les troubles de l'attention sont mitigées, les effets négatifs étant clairement apparents seulement lors d'une exposition intense (plus de sept heures par jour). Il est toute fois démontré qu'une forte exposition à la télévision en arrière-plan nuit à l'utilisation et à l'acquisition du langage, à l'attention, au développement cognitif et à la fonction exécutive chez les enfants demoins de cinqans. Elle réduit également la quantité et la qualité des échanges entre les parents et l'enfant et distrait l'enfant de ses jeux. Grâce aux livres numériques, les enfants s'investissent davantage dans la lecture, mais les parents semblent alors réduire les stratégies de lecture.

(Laurent ,2014, p.3)

De plus, les effets sonores et les animations des livres numériques peuvent compromettre la compréhension du texte et de la séquence des événements chez les enfants d'âge préscolaire, ce qui n'est pas le cas avec les livres papier. Certaines études associent l'écoute prolongée de la télévision à des capacités cognitives moins élevées, particulièrement pour ce qui est de la mémoire à court terme, des aptitudes précoces lecture et en mathématiques et du développement du langage. Un contenu violent ou un déroulement rapide de l'action peut nuire à la fonction exécutive, et ces effets peuvent être cumulatifs. L'incapacité des jeunes enfants (particulièrement ceux de moins de deux ans) à distinguer la réalité quotidienne de ce qui se produit à l'écran, conjuguée à leurs efforts pour comprendre le sens de ces expériences contradictoire, peut entraver et contre carrer la fonction exécutive. (Laurent,2014, p.3)

Plusieurs études ont prouvé que les jeux vidéo ont un effet sur la vie des enfants et surtout l'adolescent, tel que la violence qui est l'une des prises de risque fréquentes chez ces derniers.

La fréquentation de ce monde virtuel par le fait de jouer aurait un impact réel sur le comportement et favoriserait chez certains sujets l'émergence de comportements pathologiques comme l'addiction, ou de comportements déviants comme la violence.(Craipeau, &Seys, 2005)

La majorité des jeux ont aujourd'hui non seulement un contenu violent et agressif (certains jeux comportant même, de façon explicite, un but antisocial ou illégal), ils ont également un graphisme de plus en plus réaliste. Des recherches récentes s'interrogent sur un lien possible entre le fait de jouer à un jeu vidéo violent et l'émission d'un comportement agressif à court terme ou à long terme. Même si les études divergent dans leurs synthèses, toutes s'accordent à reconnaître que le jeu vidéo est une activité particulièrement stimulante qui excite l'individu.

Depuis le 18 juin 2018, l'Organisation Mondiale de la Santé (OMS) reconnaît cette addiction comme une maladie au même titre que celles liées aux drogues, à l'alcool ou à tabac, etc. Celle-ci devient donc officiellement une préoccupation de la Santé Publique pour l'OMS. On estime à environ **2,5 milliards** le nombre de personnes dans le monde jouant aux jeux vidéo et en moyenne, **4,7%** de ceux-ci à un niveau pathologique (Alexander ,2019, p.7)



### Synthèse

Dans ce chapitre, nous avons présenté l'analyse et la discussion des résultats obtenus, permettant ainsi de confirmer nos hypothèses. Celles-ci supposaient que la surexposition aux écrans chez les enfants et adolescents constitue un véritable problème de santé psychologique, et qu'il existe un lien entre la prise de risque virtuelle dans leurs apprentissages scolaires et la prise de risque réelle chez les sujets participant à cette recherche.

Les analyses quantitatives et qualitatives menées ont mis en évidence plusieurs éléments clés:

- **Durée d'exposition:** Une proportion significative d'élèves, tous sexes confondus, passent plus de 4 heures par jour devant un écran, ce qui impacte négativement leurs résultats scolaires et leur santé mentale.
- **Cas extrêmes:** Des cas individuels illustrent les conséquences extrêmes possibles, telles que l'abandon scolaire ou l'hospitalisation pour troubles anxieux sévères.
- **Impact de la pandémie:** La pandémie de COVID-19 a accentué l'utilisation excessive des écrans et des réseaux sociaux par les élèves.
- **Facteurs de risque:** Plusieurs facteurs de risque d'addiction aux écrans ont été identifiés, comme l'influence de l'environnement familial, le manque de soutien parental et l'utilisation précoce des écrans.
- **Difficultés académiques:** Les élèves surexposés présentent davantage de difficultés de concentration, de mémorisation, de motivation et de régulation émotionnelle, pouvant mener à l'échec scolaire.
- **Confirmation quantitative:** Les études quantitatives confirment que plus les élèves passent de temps devant des écrans, notamment sur les réseaux sociaux pendant leurs études, plus leurs résultats scolaires baissent de façon significative.

En synthèse, cette recherche met clairement en évidence les dangers d'une surexposition aux écrans chez les enfants et adolescents, tant sur le plan scolaire que psychologique. Elle souligne l'urgence de sensibiliser et d'agir pour encadrer et réduire cette utilisation excessive, afin de préserver la santé et la réussite des jeunes générations.



# *Conclusion générale*

## Conclusion générale

---

Pour que les jeunes enfants se développent de manière optimale dès la naissance et tout au long de leur enfance, ils ont besoin d'interactions essentielles, riches et variées qui sollicitent tous leurs sens. Ces interactions avec les adultes et les autres enfants, à travers le jeu, le langage et l'exploration, stimulent leur développement cognitif, social et affectif. L'imitation joue un rôle crucial dans ce processus interactif, les enfants reproduisant les gestes et les paroles des pairs. Cependant, une utilisation abusive des écrans perturbe gravement ce besoin vital.

En effet, une exposition trop précoce ou excessive aux écrans, quel que soit leur type, a des effets négatifs sur les enfants. Cela peut altérer divers aspects de leur vie : physique, cognitif, psychologique, social et scolaire. Les conséquences incluent une diminution des capacités d'attention et de concentration, pouvant entraîner des difficultés scolaires et même l'échec académique, avec des impacts qui peuvent se prolonger jusqu'à l'adolescence et l'âge adulte, en ratant leur projet de vie.

Notre étude sur la surexposition aux écrans et ses effets sur l'apprentissage scolaire chez les lycéens, s'est appuyée sur une revue de la littérature, une enquête préliminaire et des questionnaires menés dans plusieurs lycées. Cette approche méthodologique nous a permis de formuler des hypothèses et d'adopter une démarche clinique pour atteindre nos objectifs.

En conclusion, notre recherche confirme que la surexposition aux écrans varie selon l'âge de l'enfant, le sexe et la situation familiale, avec une nuance pour le sexe, puisque les données de l'entretien chez les cas cliniques ne valident pas cette différence. Des cas étudiés comme ceux d'Amine, et Djana illustrent les effets néfastes d'une utilisation excessive, avec des répercussions sur la mémoire, la concentration et les performances scolaires. Plus le temps passé devant un écran est prolongé, plus les dommages observés sont graves.

Enfin, 57% des 195 élèves interrogés ont rapporté des effets néfastes sur leur santé, notamment une anxiété sévère ayant conduit Alicia à abandonner son premier trimestre.

Cette recherche a été une expérience enrichissante pour nous, nous permettant d'identifier des questions de perspective et d'ouvrir la voie à de futures recherches plus approfondies.

Comme chaque recherche, il est impossible de répondre que partiellement à une problématique, notamment en sciences humaines, où il est difficile de cerner toutes les variables en question dans un phénomène et impossible d'élaborer des outils susceptibles de répondre intégralement à la complexité des phénomènes, c'est pour ça que les

## Conclusion générale

---

recommandations après une fin de recherche, sont précieuses car ça permet d'éclairer les pistes pour les futurs chercheurs. Ainsi et à partir de cette objectif, nous recommandant que les futures recherches sur la surexposition aux écrans et ses effets sur l'apprentissage scolaire chez les enfants et les adolescents, prennent en considération les propositions suivantes :

1. Étendre l'échantillonnage et la diversité des populations étudiées en incluant des échantillons plus larges et diversifiés d'enfants et d'adolescents provenant de différentes régions géographiques, milieux socio-économiques et niveaux d'éducation. Cela permettra d'obtenir des résultats plus représentatifs et généralisables.
2. Étudier les effets à long terme en faisant une investigation sur les effets à long terme de la surexposition aux écrans sur le développement cognitif, émotionnel, social et académique des enfants, en suivant les participants sur une période prolongée de leur développement.
3. Explorer les mécanismes sous-jacents en examinant les mécanismes psychologiques et physiologiques qui sous-tendent les effets de l'exposition aux écrans sur les capacités d'attention, la mémoire, la régulation émotionnelle et d'autres aspects du fonctionnement cognitif et comportemental.
4. Comparaison des différents types d'écrans en comparant les effets spécifiques des smartphones, des tablettes, des ordinateurs et des télévisions sur le développement des enfants, en tenant compte des différences d'interaction et de contenu.
5. Étudier l'impact sur les différents groupes d'âge, en explorant comment l'impact de l'exposition aux écrans varie selon l'âge des enfants, en différenciant les besoins et les vulnérabilités spécifiques des jeunes enfants, des préadolescents et des adolescents.
6. Investigation des facteurs modérateurs et protecteurs en identifiant les facteurs individuels, familiaux, éducatifs et environnementaux qui peuvent modérer ou atténuer les effets négatifs de l'utilisation des écrans, tels que le soutien parental, l'engagement scolaire et les activités extrascolaires.
7. Méthodologies mixtes et longitudinales en utilisant des approches mixtes combinant des méthodes quantitatives et qualitatives, ainsi que des études longitudinales, pour obtenir une compréhension plus approfondie et nuancée des dynamiques entre l'utilisation des écrans et les résultats de développement.
8. Validation des outils de mesure en validant et adaptant les instruments de mesure existants pour évaluer de manière fiable et valide l'exposition aux écrans et ses impacts, en tenant compte des contextes culturels et linguistiques variés.

## Conclusion générale

---

En intégrant ces recommandations dans les futures recherches, il sera possible d'approfondir notre compréhension des effets complexes de l'utilisation des écrans sur le développement des enfants et d'identifier des stratégies efficaces pour promouvoir des comportements numériques sains et équilibrés.

# *Liste Bibliographique*

## Liste bibliographique

- Agnès, T. (2022). *Addictions, traumatisme, inceste. Champs social.*
- Agusif, J. (2019). *L'Enfant d'Ighoudi. Virgule.*
- Aicha, G., & Gadja, K., (2022). Internet addiction among middle school pupils during Corona pandemic. Algerien scientific journal Platform, 314-324. <http://www.asjp.cerist.dz/en/PrésentationRevue/351>
- Aissani, Y. (2003). *La psychologie sociale.* Armond Colin.
- Alexander, M., et al. (2022). *Auria combe journal of médical internet research.*
- Alexis, P. (2017). *Tous accros aux écrans.* Mardaga.
- Ally, M. (2004). Foundations of Educational Theory for Online Learning.  
In: Anderson, T. and Elloumi, F., Eds., Theory and Practice of Online Learning, Athabasca University, Athabasca, 3-31.
- Alzahabi, R., et al. (2012). *Media multitasking is associated with symptoms of depression and social behavior, and social networking.*
- American Psychiatric Association. (2015). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders DSM-5* (5ème éd.). Arlington, VA. American Psychiatric Publishing.
- Arar, F. (2007). *L'équilibre psychomatique de l'enfant en échec scolaire.* Thèse de doctorat inédite. Université d'Alger. Thèse.dz. <https://www.ccdz.cerist.dz/admin/notice.php?id=120201>
- Arsenault, D., & Picard, M. (2008). *Le jeu vidéo entre dépendance et plaisir immersif : les trois formes d'immersion vidéo ludique. Proceedings of Homo Ludens : le jeu vidéo : un phénomène social massivement pratique.*
- Athanassiou- popesco, C. (2015). *Approche psychanalytique, le rôle de l'objet dans la constitution de la pensée chez Bion* : PUF.
- Auduc, J. (2016). Le stress des élèves et des enseignants : Le prévenir pour redonner confiance en l'école. Dans : Hélène Romano éd., La santé à l'école : En 24 notions (pp. 87-102). Dunod
- Bach, J. (2013). *L'enfant et les écrans.* Paris. Le Pommier.
- Baddeley, A. (2013). *Essentials of human memory (classic edition).* Psychology Press.



- 
- Baker, Z., et al. (2016). *Fear of missing out: relationships with depression, mindfulness, and physical symptoms, translational issues in psychological.*
- Balmas, E., et al. (2008). *Jeux de hasard et d'argent : contextes et addictions.* Inserm.
- Baton-Herve , E. (2020). *Grandir avec les écrans ? Ce qu'en pensent les professionnels de l'enfance.* Toulouse .France: ERES. Consulté le 05/07/2020. [www.cairn.info > grandir-avec-les-ecrans--9782749266046](http://www.cairn.info/grandir-avec-les-ecrans--9782749266046)
- Benmohammed,A. (2016). *Chaomain 1. Diables et divins.* Médias Index.
- Benoit, J. (2022). Les caractérisations cognitives de l'expertise en jeux vidéo d'action. Université de Montréal.
- Bénony, H., & Chahraoui, Kh. (1999). *L'entretien clinique.* Dunod.
- Bénony,H. Chahraoui, Kh. (2013). *L'entretien Clinique.* Dunod
- Bio, A., Fouques. (2016). *Psychologie clinique et psychopathologie.* Dunod.
- Bioy, A., Castillo, M-C. Koenig, M. (2021). Les méthodes qualitatives en psychologie Clinique et psychopathologie. Dunod.
- Blacker, K. J., & Curby, K. M. (2013). Enhanced visual short-term memory in action video game players. *Attention, Perception, & Psychophysics*, 75(6), 1128- 1136.
- Boot, W. R., Kramer, A. F., Simons, D. J., Fabiani, M., & Gratton, G. (2008). The effects of video game playing on attention, memory, and executive control. *Acta psychologica*, 129(3),387- 398.
- Boudon, R., et al. (2003). *Grand dictionnaire de la psychologie.* Paris, France : Larousse-Bordas.
- Bourcier, S. (2010). *L'enfant et les écrans.* CHU Sainte-Justine.
- Bourgois, E & Frenay, M. (2006). Les théories de l'apprentissage ; un peu d'histoire. *Apprendre et faire apprendre*, p.21-36.
- Bulltin officiel d'éducation nationale, La loi d'orientation sur l'éducation nationale N° 08-04 du 23 janvier 2008, numéro spécial, février 20.
- Cahen, C. (1996). *Thérapie de l'échec scolaire.* Paris : Nathan, Pédagogie.
- Camille, R. (2017). *Pertinence du concept de troubles liés à l'usage des jeux vidéo chez l'enfant et les adolescents : prévalence et facteurs psychopathologiques associés. Thèse de doctorat en médecine.* Université François-Rabelais, Tours.

- Caroline, C., et al. (2022). *Les addictions : prévenir la rechute*. De Boeck.
- Castro, D. (2020). La recherche à base de méthodologie mixte. Dans A. Schweizer (dn), *Les méthodes mixtes en psychologie* (pp.63-84). Dunod
- Chabanne, J. (2003). *Les difficultés scolaires d'apprentissage*. Nathan.
- Chahraoui, Kh. Bénony, H. (2003). *Méthodes, évaluation et recherches en psychologie clinique*. Dunod .
- Chiaravalloti, N. D., Christodoulou, C., Demaree, H. A., & DeLuca, J. (2003). Differentiating simple versus complex processing speed : Influence on new learning and memory performance. *Journal of Clinical and Experimental Neuropsychology*, 25(4), 489- 501.
- Chiland, C. (1983). *L'entretien clinique*. Paris, France : Presses universitaires de France.
- Chimbat, E. (1988). *Drogues, politique et société*. Monde.
- Chouvier, B. (2016). L'entretien avec l'adolescent dans B. Chauvier (du), *L'entretien clinique* (113-127). Armand Colin.
- Christiane, K. (1994). *La mémoire et le langage*.
- Colzato, L. S., van den Wildenberg, W. P., Zmigrod, S., & Hommel, B. (2013). Action video gaming and cognitive control: Playing first person shooter games is associated with improvement in working memory but not action inhibition. *Psychological research*, 77(2), 234- 239. [www.sciencedirect.com](http://www.sciencedirect.com)
- Corbière, M., & Larivière, N. (Éd.). (2014). *Méthodes qualitatives, quantitatives et mixtes : Dans la recherche en sciences humaines, sociales et de la santé*. Presses de l'Université du Québec.
- Coslin, P-G. (2007). *La socialisation de l'adolescent*. Armand Coline.
- Coslin, P-G. (2017). *Psychologie de l'adolescent* (5ed). Armand Colin.
- Craipeau, S., & Seys, B. (2005). *Jeux et Internet : quelques enjeux psychologiques et sociaux*. Psychotropes.
- Creswell, J. W. (2003). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches* (2nd ed.). Thousand Oaks, CA. Sage.
- Creswell, J. W. (2015). *A concise introduction to mixed methods research*. Sage.
- Creswell, J.W. and Plano Clark, V.L. (2011). *Designing and Conducting Mixed Methods Research*. 2nd Edition. Sage Publications. [www.sciencedirect.com](http://www.sciencedirect.com)

- Johnson, R. B., & Onwuegbuzie, A. J. (2004). Mixed Methods Research : A Research Paradigm Whose Time Has Come. *Educational Researcher*, 33(7), 14-26. <https://doi.org/10.3102/0013189X033007014>
- Dakin, S., & Frith, U. (2005). Vagaries of visual perception in autism. *Neuron*, 48(3), pp.497- 507.
- Dale, G., Joessel, A., Bavelier, D., & Green, C. S. (2020). A new look at the cognitive neuroscience of video game play. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 1464(1), 192- 203.
- Debret, J. (2020). Les normes APA françaises : Guide officiel de Scribbr basé sur la septième édition (2019) des normes APA. Scribbr. <https://www.scribbr.fr/manuel-apa/>
- Désarrois, B. (2009). *L'addiction au virtuel : une présence sans absence* : Psychotropes.
- Desmurget, M. (2019). *La fabrique du crétin digital : les dangers des écrans pour nos enfants*. Du Seuil.
- Develotte, C et coll. (2021). Fabrique de l'interaction parmi les écrans : formes de présences en recherche et en formation. *Atelier de sens public*, V (13), p 26-59
- Didier, A. (2016). *Les addictions*. De Boeck.
- Drew, B., & Waters, J. (1986). Video games: Utilization of a novel strategy to improve perceptual motor skills and cognitive functioning in the non-institutionalized elderly. *Cognitive Rehabilitation*.
- Droui, M, El Hajjami, A, Ahaji, K., (2013). Apprentissage mobile ou M-Learnin opportunités et défis, Université de Montréal
- Dubreu-Béclin, A, (2018). Exposition aux écrans et croissance psychique Exposure to screens and psychic development in children.
- Ducanda, L. (2021). *Les tout-petits face aux écrans* . Rocher.
- Edwige, P., et al. (2021). *Addictions et relations de dépendance*. Bruxelles.
- Élisabeth, B. (2005). *Grandir avec les écrans*. UNEF.
- Fabien, F. (2016). *La motivation et la réussite*. Dunod.
- Feng, J., Spence, I., & Pratt, J. (2007). Playing an action video game reduces gender differences in spatial cognition. *Psychological science*, 18(10), 850- 855.
- Fernandez, L. (2009). *Les addictions du sujet Âgé*. Press.
- Fetters, M, D (2020). *The Mixed Methods Research Workbook: Activities for Designing Implementing, and Publishing Projects*. Sage. Paperback, 293 p.

- Flanagan, D. P., & Alfonso, V. C. (2017). *Essentials of WISC-V assessment*. John Wiley & Sons.
- Franceschini, S., Gori, S., Ruffino, M., Viola, S., Molteni, M., & Facoetti, A. (2013). Action video games make dyslexic children read better. *Current Biology*, 23(6), pp.462- 466.
- Fiorillo,A, Gorwood,P. The consequences of the COVID-19 pandémie on mental health and European psychiatry. 2020; 63(1). Doi: 10. 1192/j.eurpsy. 2020. 35.
- Gagnon, C. (1994). *La recomposition des territoires*. Harmattan.
- Geslin, E. (2013). *Processus d'induction d'émotions dans les environnements virtuels et le jeu vidéo* (Doctoral dissertation, École nationale supérieure d'arts et métiers-Ensam).
- Gillen, k. (1977). *Tome 1 : Faust départ*. Glénat.
- Gellin, M. (2006). Some cognitive styles of internet addiction among a sample of Saudi university students: causes and prevalence. *Psychological counseling journal*, (62), pp.209-237.
- Godefroid, J. (2001). *Psychologie sciences humaines et sciences cognitives*. (1ère édition). De Boeck.
- Gauthier, B. (2004). Recherche social de la problématique à la collecte des données. Presses de l'université du Québec.
- Grawitz, M. (2011). *Méthodes des sciences sociales*, 11ème Édition.
- Grawitz, M. (2001). *Lexique des sciences sociales*. Dalloz.
- Haddab, M. (1998). *La dépression scolaire : thème idéologique ou objet d'évaluation qualitative, réflexion* : URL.
- Haute Conseil de la Santé Publique. Rapport de campagne d'information sur le bon usage des écrans, Avis et rapport 2016. <https://www.modernisation.gouv.fr>.
- Haut conseil de santé publique français. Effets de l'exposition des enfants et des jeunes aux écrans. Avis et rapport du 12 décembre 2019. [https://www.hcsp.fr/explore.cg/Avis\\_rapportsdomaines?clefr=759](https://www.hcsp.fr/explore.cg/Avis_rapportsdomaines?clefr=759).
- Herry, S. (2022). Faire face à l'addiction aux écrans. Ellipses.
- Homp, M. (2018). *Prévention de la surexposition aux écrans chez l'enfant par les médecins généralistes*. Université Toulouse III : Paul Sabatier.
- Houari, A., & Hamdi, O. (2020). *Revue de laboratoire de la santé mentale et neuroscience* : vol 2- N°3.
- Isabelle, V. (2022). *Les addictions comportementales*. Mardaga.

- Jean- François, T. (2018). Écrans quel impact sur notre cerveau. Irmes.
- Jean-Marie, B., et al. (2005). *Taux de réponse et qualité des enquêtes téléphoniques : les enseignements des études d'audience de la presse quotidienne d'IPSOS et de l'enquête d'audience et cinéma de Médiamétrie*. Université de Lyon.
- Le journal officiel DE LA RÉPUBLIQUE ALGÉRIENNE N° 04, 27 janvier 2008, chrome extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj /https://www.joradp.dz/ftp/jo-francais/2008/f2008004.pdf
- Jumel, B. (2015). *Aide-mémoire : Troubles des apprentissages Approche intégrative*. Dunod.
- Kardaras, N. (2019). *Hypnotisés, les effets des écrans sur le cerveau des enfants*. Desclée de Brouwer.
- Lamargue-Hamel, D. (2004). *Rééducation orthophonique*. Paris, France : Fédération nationale des orthophonistes.
- Lapointe, I. (2022). Les adolescents en difficulté d'adaptation et d'apprentissage scolaire et l'art-thérapie. Université du Québec en Abitibi-Témiscamingue : Depositum à <https://depositum.uqat.ca/id/eprint/1326>.
- Laurent, B. (2014). *Drogues, alcool et agression*.Dunod.
- Leconte-Lambert, C. (1999). *Diversité des pratiques d'enseignement à l'école élémentaire*. Darmon.
- Lieury, A. (2010). *Psychologie pour l'enseignant*. Dunod.
- Lonzo- lubu, G. (2015). *Pérambule au logiciel, SPSS v.20 « statistical package for social science »*. Doctorant en science économique : université de kinshasa.
- Lowery, B. R., & Knirk, F. G. (1982). Micro-computer video games and spatial visualization acquisition. *Journal of Educational Technology Systems*, 11(2), 155- 166.
- N'DA, P., (2015). Recherche et méthodologie en sciences sociales et humainesL'harmattan. 163
- Malo, J. (2020). *Etude quantitative du temps d'exposition aux écrans chez les enfants âgés de 3 à 6 ans*.
- Malley, O, Vavoula, G., Glew, J., Taylor, J., Sharples, M. et Lefrere, P. (2003) Guidelines for learning/teaching/tutoring in a mobile environment. Mobilearn project deliverable. [Web Page]. <http://www.mobilearn.org/download/results/guidelines.pdf> [2007].

- Meunier, J.M., et al. (2022). *Mémoire, représentations et traitements*. Dunod.
- Nini, M-N. (2019), L'adolescence en Algérie entre crise d'identité juvénile et crise d'identité sociale : *Revue Psychologie*, (26),8-23. <https://www.asjp.cerist.dz>
- Missonnier, S. (2015). *Psychologie des écrans*. Légal.
- Moon, M. J. (2002). *The evolution of e-government among municipalities: Rhetoric or reality*, *Public Administration Review*, 62(4).
- Mourice, A. (1997). *Motivation pratique à la méthodologie des sciences humaines*. Casbah.
- Myers, D. G. (2004). *Psychologie*. Flammarion.
- Ndiaye, V. (1997). *Behaviorisme VS Constructivisme : Quelle approche pour L'apprentissage humain*. Presses.
- Perraudau, M. (2006). *Les stratégies d'apprentissage : Comment accompagner les élèves dans l'appropriation des savoirs*. Armand Colin.
- Pirlot, G. (2010). *La psychanalyse des addictions*. Armand Colin.
- Qasim, A, (2022), Internet addiction among A'Sharquiyah University students during the distance learning in the light of some variables: *Journal of human development and education for specialised research* vol: 8 ISSUE: 3, p 15. <http://www.researchGate.net>
- Quellet, G., et al. (2010). *Méthode quantitative en sciences humaines*. Modulo.
- Raciocot, Y. (2008). *Le tout-à-l'écrans*. Médium.
- Raymond, C. L. (2011). *Manuel de recherche en science sociale*. Dunod.
- Richardson, J. T. (2007). Measures of short-term memory: A historical review. *Cortex*, 43(5),635- 650.
- Rossi, J.P. (2014). *Les mécanismes de l'apprentissage : Modèle et applications*. De Boeck.
- Sahraoui, I., et al. (2021). *Revue santé mental et neurosciences* : volume3.
- Sarwono, J. (2018). *Méthode Mixte : Comment Utiliser en Recherche*. Auto-édité, disponible sur Amazon en français et en anglais.
- Schweizer, A et al (2020). *Les méthodes mixtes en psychologie*. Dunod .
- Sillamy, N. (2003). *Dictionnaire de psychologie*. Janine Faure, Larousse
- Si Moussi, A et al. (2002). *Élève contre Enfant : regard psychopathologique sur l'école*. ENAG/INR
- Solange, L. (2013). *Psychologie, Sociologie, Anthropologie* .Massonlssy-les-Moulineaux.

- Spence, I., & Feng, J. (2010). Video games and spatial cognition. *Review of General Psychology*, 14(2), 92- 104. <https://www.cairn.info/revue-specificites>
- Stora, M et Ulpat, A. (2017). *Hyper connexion : Internet, écrans, Smartphones, tablettes... ou comment le numérique a envahi nos vies*. Larousse.
- Sylvie, A. (2005). *Les toxicomanes et leurs familles*. Armand Colin.
- Tisseron, D., et al. (2017). *L'enfant, les robots et les écrans*. Dunod.
- Tisseron, S. (2018). *3-6-9-12 Apprivoiser les écrans et grandir*. Eres.
- UNICEF. Rethinking screen-time in the time of COVID19. 2020. Disponible sur : <https://www.unicef.org/globalinsight/Stories/rethinking-screen-time-covid-19> (27)A.
- Vázquez-Abad, J., Chouinard, R., Rahm, J., Vézina, M. et Roy, N. (2006). *Effects of an approach to distributed, ICT-mediated collaborative learning on high-school students' motivation and attitudes towards science*. Annual meeting of the National Association for Research in Science Teaching. San Francisco.
- Vial, S. (2015). *L'être et l'écran*. Université de Press.
- Watson, J. (2013). *Conditioned emotional reaction: The case of Little Albert*. Create Space independent.
- Weil-barais, A. (2014). *Les apprentissages scolaires*. Bréal.
- Wibaut, M. (2019). *Favoriser la mémorisation dans les apprentissages*. Université de Rouen.
- Winters, N. (2006). What is mobile learning ? *Big Issues in Mobile Learning*, report of a workshop by the Kaleidoscope Network of Excellence, Mobile Learning Initiative. <https://www.cairn.info/revue-specificites>
- Yahiaoui, A. (2023). *Auxiliaire de vie scolaire*. Copyrighted Material.
- Zarei, E. (2015). *La prévention de la délinquance, facteurs personnels et sociaux : l'expérience de l'Agence nationale pour la rénovation urbaine en France*. Université Paris VIII.
- Zoubida, B. (2016). *Addictions aux écrans : effets et remèdes*. Université d'Oran.
- Zouhour, Z. (2014). *L'addiction aux écrans chez les enfants : causes et conséquences*. Université de Constantine.

### ➤ **Sitographie**

- <https://nordvpn.com/fr/blog/temps-passe-en-ligne/>
- <https://www.futura-sciences.com>
- <https://www.Sain-et-naturel.com>

- [https://edutechwiki.unige.ch/fr/Fichier:Bases\\_cmap1\\_piaget.png](https://edutechwiki.unige.ch/fr/Fichier:Bases_cmap1_piaget.png)
- [https://naitreetgrandir.com/fr/etape/1\\_3\\_ans/jeux/fiche.aspx?doc=ecrans-jeunes-enfants-television-ordinateur-tablette#\\_Toc11331822](https://naitreetgrandir.com/fr/etape/1_3_ans/jeux/fiche.aspx?doc=ecrans-jeunes-enfants-television-ordinateur-tablette#_Toc11331822).
- <https://www.achacunsonsommeil.fr/sante/sommeil-ecrans>.
- <https://www.larousse.fr/dictionnaires/anglais-francais/craving/573046>.
- <https://www.cairn.info/revue-recherche-en-soins-infirmiers-2006-1-page-41.htm>
- [https://www.envsn.sports.gouv.fr/images/rechercheexpertise/prepa\\_mentale/fiches\\_institutionnelles/09-la-psychologie-clinique.pdf](https://www.envsn.sports.gouv.fr/images/rechercheexpertise/prepa_mentale/fiches_institutionnelles/09-la-psychologie-clinique.pdf).
- .
- [https://www.envsn.sports.gouv.fr/images/rechercheexpertise/prepa\\_mental](https://www.envsn.sports.gouv.fr/images/rechercheexpertise/prepa_mental)[https://www.unesco.org/fr%20pandemie%20covid19e/fiches\\_institutionnelles/09-la-psychologie-clinique.pdf](https://www.unesco.org/fr%20pandemie%20covid19e/fiches_institutionnelles/09-la-psychologie-clinique.pdf).
- <https://spss.espaceweb.usherbrooke.ca/page-d-exemple/>.
- <https://www.larousse.fr/dictionnaires/anglais-francais/craving/573046>.
- <https://cssbj.gouv.qc.ca/>.
- <https://www.SUP.UNIV-LORRAINE.fr>.



# *Annexes*

## **Annexe 1 : Les questionnaires**

# **Questionnaire**

## **La superposition aux écrans et Apprentissage Scolaire**

### **La consigne :**

Monsieur/Madame,

Dans le cadre d'une recherche scientifique de master 2 fin de cycle sur la surexposition aux écrans, et afin de bien tenir cette tâche nous avons établie deux consignes importantes

- Nous vous remercions— après votre consentement—de bien vouloir consacrer un peu de votre temps précieux pour répondre aux questions ci-joint.
  
- Nous vous prions de noter que vos réponses seront traitées de manière strictement anonyme.

## ➤ Le questionnaire des élèves

### Information personnelle

#### Axe N° 01 : Les données personnelles

1. Sexe : Masculin -Féminin :
2. Age :
3. Niveau scolaire des parents :
- Père .....
  - Mère.....
4. Avez-vous des frères et sœurs ? OUI NON  
----- Combien : .....
5. Votre classement dans la fratrie : .....
6. Avez-vous une chambre individuelle ? OUI NON
7. Que préférez- vous faire dans les journées de la semaine ?  
.....  
.....

#### Cher élève,

Nous vous remercions de prendre le temps de répondre à ce questionnaire qui a pour objectif d'évaluer votre utilisation et votre dépendance vis-à-vis des écrans. Veuillez s'il vous plaît cocher la réponse qui correspond le mieux à votre situation actuelle.

1. Quelle est la relation entre la durés d'utilisations des écrans (télévision, ordinateur, tablette, smartphone) et le sexe des élèves ?
  - Moins d'une heure par jour
  - Entre 1 et 2 heures par jour
  - Entre 2 et 4 heures par jour
  - Plus de 4 heures par jour
2. Est-ce que vous êtes conscient du temps de distraction à l'utilisation d'un écran aux seins de leurs entourages (les deux sexes des élèves).
  - Jamais
  - Rarement
  - Parfois
  - Souvent
  - Très souvent
3. Résistez-vous à tenir une journée sans l'utilisation d'un écran ?
  - Sans problème

- Je ne peux pas m'en passer
4. Avez-vous déjà essayé de réduire votre utilisation des écrans mais vous avez été incapable ?
- Je n'ai jamais essayé
  - J'ai réussi à réduire mon utilisation
  - J'ai été incapable de réduire mon utilisation
  - Je ne pense pas que je puisse réduire mon utilisation
5. Est-ce que vous avez tendance à perdre la notion du temps devant un écran (Smartphone, tablette etc.)
- Je suis conscient du temps qui passe
  - Je peux me corriger rapidement
  - Il m'arrive d'oublier combien de temps j'ai passé devant un écran
  - Je n'ai aucune idée de combien de temps j'ai passé devant un écran
6. Quelles sont les principale sources divertissements (loisir)
- J'aime faire une variété
  - Je suis capable de faire autre chose aussi
  - Les écrans sont ma principale source de divertissement
  - Je préfère les écrans à toute autre activité
7. Avez-vous des agitations et irritabilités (troubles de comportements ) d'utilisation excessives d'écrans ?
- Je me sens bien sans l'utilisation d'écrans
  - Parfois l'envie nous anime
  - Je me sens de plus en plus agité et irrité
8. Avez-vous déjà eu des problèmes à l'école ou avec vos amis à cause de votre utilisation des écrans ?
- Non, cela ne pose pas de problèmes
  - Parfois, mais ça se résout rapidement
  - Oui, j'ai déjà eu des problèmes à cause de ça
  - Oui, j'ai des problèmes régulièrement à cause de ça
9. Avez-vous des effets négatifs sur votre santé (Après une large utilisations d'écrans des élèves selon les deux sexes).
- Oui

- Non

10. Quels est votre choix d'utilisation principale des écrans (Après la pandémie COVID-19)

- Étudier
- Réseaux sociaux
- Jeux vidéo

11. Est-ce que tu utilises ton portable pendant que le professeur fait le cours ?

- Oui
- Des fois
- Non

Merci d'avoir pris le temps de répondre à ce questionnaire. Veuillez remettre vos réponses à votre enseignant ou à une personne responsable. Vos réponses resteront confidentielles et seront utilisées dans le cadre d'une étude sur l'utilisation des écrans chez les élèves du lycée

### ➤ **Questionnaire pour les enseignants**

#### **Cher enseignant,**

Merci de prendre le temps de remplir ce questionnaire destiné à évaluer l'addiction aux écrans chez vos élèves. Vos réponses nous aideront à mieux comprendre l'impact des écrans sur leur comportement et leur apprentissage. Veuillez répondre à chaque question en cochant la case correspondante.

1. Quel est votre niveau d'enseignement ?

- École primaire
- Collège
- Lycée

2. Combien d'heures par jour vos élèves passent-ils devant un écran en dehors de l'école ?

- Moins d'une heure
- Entre 1 et 2 heures
- Entre 2 et 4 heures
- Plus de 4 heures

3. Quels types d'écrans utilisent-ils principalement ?

- Télévision
- Ordinateur
- Smartphone
- Tablette
- Console de jeux vidéo

4. À votre avis, l'utilisation des écrans a-t-elle un impact sur le comportement de vos élèves en classe ?
  - Oui, positif
  - Oui, négatif
  - Non, aucun impact
5. Avez-vous remarqué des signes d'addiction aux écrans chez certains de vos élèves ?
  - Oui, fréquemment
  - Oui, occasionnellement
  - Non, jamais
6. Quels sont les signes d'addiction aux écrans que vous avez observés chez vos élèves ? (Cochez toutes les réponses qui s'appliquent)
  - Difficulté à se concentrer en classe
  - Diminution des résultats scolaires
  - Isolement social
  - Irritabilité ou agressivité lorsqu'ils ne peuvent pas utiliser un écran
  - Négligence des activités physiques ou des devoirs
  - Autre (précisez) \_\_\_\_\_
7. Avez-vous mis en place des mesures pour limiter l'utilisation des écrans en classe ?
  - Oui, régulièrement
  - Oui, occasionnellement
  - Non, jamais
8. Si oui, quelles sont ces mesures ? (Cochez toutes les réponses qui s'appliquent)
  - Interdiction totale des écrans en classe
  - Utilisation limitée des écrans à des fins éducatives
  - Encouragement des activités physiques et créatives
  - Sensibilisation des élèves aux dangers de l'addiction aux écrans
  - Autre (précisez) \_\_\_\_\_
9. Avez-vous reçu une formation sur la gestion de l'addiction aux écrans chez les élèves ?
  - Oui
  - Non
10. Si oui, quelle est la nature de cette formation ? (Cochez toutes les réponses qui s'appliquent)
  - Formation en ligne
  - Formation en présentielle
  - Aucune formation spécifique
11. Avez-vous des suggestions ou des idées pour mieux gérer l'addiction aux écrans chez les élèves ?
  - Oui
  - Non

Merci d'avoir pris le temps de remplir ce questionnaire. Vos réponses sont précieuses pour notre recherche.... **J'attends votre avis**

## ➤ Questionnaire pour les parents

### **Cher parent,**

Nous vous remercions de prendre le temps de remplir ce questionnaire visant à évaluer la diction aux écrans de vos enfants. Votre participation est essentielle pour mieux comprendre l'impact des écrans sur la communication orale chez les enfants.

1. Quel est l'âge que vos enfants à utiliser le portable ?
  - Moins de 5 ans
  - Entre 5 et 10 ans
  - Entre 11 et 15 ans
  - Plus de 15 ans
2. Combien de temps votre enfant passe-t-il devant un écran (télévision, tablette, ordinateur, Smartphone) par jour ?
  - Moins d'une heure
  - Entre 1 et 2 heures
  - Entre 2 et 4 heures
  - Plus de 4 heures
3. Quels types de programmes ou contenus votre enfant regarde-t-il le plus souvent ? (Vous pouvez cocher plusieurs réponses)
  - Dessins animés
  - Films ou séries
  - Jeux vidéo
  - Réseaux sociaux
4. Remarquez-vous des changements au niveau de la diction ou de l'élocution de votre enfant depuis qu'il utilise régulièrement des écrans ?
  - Non, je n'ai pas remarqué de changements.
  - Oui, je remarque une amélioration de son addiction.
  - Oui, je remarque une détérioration de son addiction.

Si vous avez répondu oui à la question précédente, pensez-vous que la diction de votre enfant est influencée par les contenus qu'il regarde sur les écrans ? Si oui, veuillez préciser.

5. Comment votre enfant réagit- il lorsque vous lui demandez de limiter son temps face aux écrans ?
  - Il/elle accepte son problème ou contestations
  - Il/elle proteste mais se plie tout de même à vos règles
  - Il/elle continue à utiliser les écrans sans tenir compte de votre demande.
6. Votre enfant est- il moins disponible pour d'autres activités en raison de son utilisation des écrans ?
  - Oui, régulièrement
  - Oui, de temps en temps
  - Non, il est toujours disponible
  - Non, il n'est jamais disponible
7. Êtes-vous préoccupé(e) par l'impact des écrans sur la diction ou la communication orale de votre enfant ?
  - Non, je ne suis pas préoccupé(e).
  - Oui, je suis légèrement préoccupé(e).

- Oui, je suis fortement préoccupé(e).
- 8. Seriez-vous intéressé(e) par des conseils ou des activités pour encourager la diction et la communication orale de votre enfant en dehors des écrans ?
- Oui, je suis intéressé(e).
- Non, je ne suis pas intéressé(e).

Merci d'avoir pris le temps de remplir ce questionnaire. Vos réponses seront précieuses pour notre étude.

### ➤ **Questionnaire pour l'administrateur**

**Instructions :** Veuillez répondre à toutes les questions en cochant la réponse qui correspond le mieux à votre situation. Veuillez noter que toutes les réponses fournies seront traitées de manière confidentielle.

Quel est votre rôle au sein de l'établissement scolaire ? (Cochez une réponse)

Directeur/Directrice

Responsable administratif/administrative

Autre (Précisez) : Consigner principale d'orientation scolaire et professionnelle

Êtes-vous familiarisé(e) avec le concept d'addiction aux écrans ? (Cochez une réponse)

Oui

Non

Échelle de cotation de réponse pour les questions suivantes :

SVP, utilisez les codes suivants pour chaque réponse :

0 - Non applicable

1 - Jamais

2 - Rarement

3 - Parfois

4 - Souvent

5 – Toujours

1. Combien d'heures par jour les élèves passent-ils en moyenne devant des écrans (télévision, ordinateur, téléphone portable, tablette, etc.) en dehors des périodes scolaires ?

\_\_\_\_\_ 6 h \_\_\_\_\_ Heures par jour

2. Pendant les cours, les élèves sont-ils autorisés à utiliser leurs appareils électroniques (téléphone portable, tablette, etc.) ?

- Oui
- Non

3. En dehors des périodes scolaires, les élèves utilisent-ils leurs appareils électroniques (téléphone portable, tablette, etc.) pendant les repas en famille ?

- Jamais
- Rarement
- Parfois
- Souvent
- Toujours



4. Est-ce que l'utilisation excessive des écrans a un impact sur la qualité du sommeil des élèves ?
  - Non applicable
  - Pas du tout
  - Un petit peu
  - Modérément
  - Beaucoup
5. Avez-vous remarqué des changements dans le comportement des élèves lorsqu'ils sont privés de leurs appareils électroniques ?
  - Non applicable
  - Pas du tout
  - Un petit peu
  - Modérément
  - Beaucoup
6. Pensez-vous que l'utilisation excessive des écrans impacte les performances scolaires des élèves ?
  - Non applicable
  - Pas du tout
  - Un petit peu
  - Modérément
  - Beaucoup
7. Avez-vous observé des signes d'isolement social chez les élèves qui utilisent excessivement les écrans ?
  - Non applicable
  - Pas du tout
  - Un petit peu
  - Modérément
  - Beaucoup
8. Êtes-vous favorable à la mise en place de mesures pour limiter l'utilisation des écrans chez les élèves ?
  - Oui
  - Non

Merci d'avoir pris le temps de compléter ce questionnaire. Vos réponses seront analysées dans le but d'évaluer l'addiction aux écrans chez les élèves et d'élaborer des stratégies d'intervention adaptées. Si vous êtes personnel administratif, veuillez remettre ce questionnaire à la personne responsable ou à l'équipe chargée de l'évaluation.

## Annexe 2 : Les bulletins scolaires

| الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية     |                                 |                                               |                     |             |             |             |             |                             |                             |
|---------------------------------------------|---------------------------------|-----------------------------------------------|---------------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-----------------------------|-----------------------------|
| وزارة التربية الوطنية                       |                                 | كشفت علوم نتائج الفصل الأول                   |                     |             |             |             |             | مديرية التربية لولاية بجاية |                             |
| لقية الشهيد، مفران - بجاية                  |                                 |                                               |                     |             |             |             |             | السنة الدراسية: 2023-2024   |                             |
| جدع مشترك علوم وتكنولوجيا                   |                                 | القسم: أول ثانوي جدع مشترك علوم وتكنولوجيا 04 |                     |             |             |             |             | القسم: المعاد               |                             |
| المراد                                      |                                 | القيم                                         |                     |             |             |             |             | القيم                       |                             |
| المراد                                      | عدد الإجابات                    | الوقت                                         | العلامة /20         | العلامة /40 | العلامة /20 | العلامة /20 | العلامة /20 | العلامة /20                 | إرشادات للتحسن              |
| اللغة العربية وآدابها<br>لساني جمال         | 3                               | 14.00                                         | 11.00               | 8.00        | 24.00       | 11.40       | 34.20       | تأنيق مرضية                 | واصل الإجتهد                |
| الرياضيات<br>زخرف عبد الحيد                 | 5                               | 17.00                                         | --                  | 16.00       | 34.00       | 16.75       | 83.75       | تأنيق ممتازة واصل           | واصل في نفس الجدية في العمل |
| العلوم الفيزيائية<br>وروية حياة             | 4                               | 18.50                                         | 19.00               | 16.50       | 37.00       | 18.20       | 72.80       | تأنيق مبهرة تستحق التبريه   | أما بنفس العزيمة            |
| العلوم الطبيعية والحياة<br>أيت أمقران فضيلة | 4                               | 15.00                                         | 15.00               | 9.50        | 23.00       | 12.50       | 50.00       | تأنيق جد حسنة               | بإمكانك تقديم المزيد        |
| العلوم الإسلامية<br>فسارك نظير              | 2                               | 14.00                                         | --                  | 6.00        | 32.00       | 13.00       | 26.00       | تأنيق جيدة                  | واصل الإجتهد والمتابعة      |
| التاريخ والجغرافيا<br>سماعيل عبد الكريم     | 2                               | 12.00                                         | --                  | 9.50        | 29.00       | 12.63       | 25.25       | تأنيق جيدة                  | واصل على هذا المنوال        |
| اللغة الفرنسية<br>امزال تورية               | 2                               | 14.00                                         | 15.00               | 14.50       | 30.00       | 14.70       | 29.40       | Bien                        |                             |
| اللغة الإنجليزية<br>حسمائل صوراية           | 2                               | 13.00                                         | 13.00               | 15.50       | 31.00       | 14.50       | 29.00       | good job                    | Carry on                    |
| المعلوماتية                                 | 2                               | معنى                                          | معنى                | معنى        | معنى        | معنى        | معنى        | معنى                        | معنى                        |
| تكنولوجيا<br>رابحي كهيبة                    | 2                               | 13.00                                         | 14.00               | 14.00       | 22.00       | 12.60       | 25.20       | تأنيق جيدة                  | واصل على هذا المنوال        |
| التربية الفنية                              | 1                               | معنى                                          | --                  | معنى        | معنى        | معنى        | معنى        | معنى                        | معنى                        |
| ت البدنية والرياضية<br>بن سيدهم سعيد        | 1                               | 16.00                                         | --                  | 16.00       | 32.00       | 16.00       | 16.00       | جيد                         | واصل                        |
| اللغة الأمازيغية<br>بروشته صافية            | 2                               | 10.00                                         | 11.00               | 14.50       | 23.50       | 11.80       | 23.60       | Ixuş                        | Ttħadar                     |
| تتبن المطالعة                               |                                 | معنى                                          | معنى                | معنى        | معنى        | معنى        | معنى        | معنى                        | معنى                        |
| تتبن المشاريع                               |                                 | معنى                                          | معنى                | معنى        | معنى        | معنى        | معنى        | معنى                        | معنى                        |
| الجماليات                                   | 29                              |                                               |                     |             |             |             | 415.20      |                             |                             |
| معدل المراد المميزه 15.89/20                | المعدل التفصيلي : 14.32/20      |                                               | المعدل السنوي : /   |             |             |             |             |                             |                             |
| المراظبة                                    | عدد الغيابات غير المبررة : 0 سا | عدد الغيابات المبررة : 28 سا                  | عدد التأخرات : 0 سا |             |             |             |             |                             |                             |
| ملاحظات مجلس القسم وقراراته                 | جاء                             |                                               |                     |             |             |             |             |                             |                             |
| تشجيع                                       |                                 |                                               |                     |             |             |             |             |                             |                             |

حرد بن بجاية في: 4/03/20:

مدير الثانوية (اللقب ، الاسم ، الختم ، الامما

الاستاذ الرئيسي

(اللقب الاسم الامماء)



1000906020010200



لا تسل الا نسخة واحدة من هذا الكشفت

| الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية  |                              |                                                 |        |                                |        |                    |        |                                  |        |  |
|------------------------------------------|------------------------------|-------------------------------------------------|--------|--------------------------------|--------|--------------------|--------|----------------------------------|--------|--|
| مديرية التربية لولاية بجاية              |                              | كشفت علوم نتائج الفصل الأول                     |        |                                |        |                    |        | وزارة التربية الوطنية            |        |  |
| السنة الدراسية: 2021-2024                |                              |                                                 |        |                                |        |                    |        | التربية الشهادية - مفران - بجاية |        |  |
| القسم: الماء                             |                              | القسم: أولي التوي، جمع مشترك علوم وتكنولوجيا 02 |        |                                |        |                    |        | جمع مشترك علوم وتكنولوجيا        |        |  |
| العلوم                                   |                              | العلوم                                          |        |                                |        |                    |        |                                  |        |  |
| المواد                                   | الدرجات العامة للعمل والسيرك | الدرجة                                          | الدرجة | الدرجة                         | الدرجة | الدرجة             | الدرجة | الدرجة                           | الدرجة |  |
| اللغة العربية وآدابها<br>زكوت ككوم       | حسن                          | 39,00                                           | 13,00  | 24,00                          | 14,00  | 14,00              | 13,00  | 3                                |        |  |
| الرياضيات<br>يلغودي نهيدان               | ناجح جيدا                    | 72,50                                           | 14,50  | 27,00                          | 15,00  | --                 | 16,00  | 5                                |        |  |
| العلوم الفيزيائية<br>مخضتر مدني          | ناجح ممتازا                  | 74,00                                           | 18,50  | 39,00                          | 19,50  | 17,00              | 17,00  | 4                                |        |  |
| العلوم الطبيعية والحياة<br>أيت مدور نوال | جيد جدا                      | 66,40                                           | 16,60  | 33,00                          | 18,00  | 15,00              | 17,00  | 4                                |        |  |
| العلوم الإسلامية<br>فسارك نغدر           | ناجح ممتازا                  | 38,25                                           | 19,13  | 39,00                          | 20,00  | --                 | 17,50  | 2                                |        |  |
| التاريخ والجغرافيا<br>قانه حدة           | جيد                          | 33,50                                           | 16,75  | 35,00                          | 16,00  | --                 | 16,00  | 2                                |        |  |
| اللغة الفرنسية<br>امزال تورية            | T. bien                      | 32,00                                           | 16,00  | 31,50                          | 16,50  | 17,00              | 15,00  | 2                                |        |  |
| اللغة الإنجليزية<br>حسمائل صوراية        | very good                    | 34,80                                           | 17,40  | 40,00                          | 15,00  | 16,00              | 16,00  | 2                                |        |  |
| المعلوماتية                              | معنى                         | معنى                                            | معنى   | معنى                           | معنى   | معنى               | معنى   | 2                                |        |  |
| تكنولوجيا<br>مسعودي ميادة                | جيد واصل                     | 30,00                                           | 15,00  | 33,00                          | 13,50  | 17,50              | 11,00  | 2                                |        |  |
| التربية الفنية                           | معنى                         | معنى                                            | معنى   | معنى                           | معنى   | --                 | معنى   | 1                                |        |  |
| ت البدنية والرياضية<br>حامة موير         | جيد جدا                      | 13,50                                           | 13,50  | 24,00                          | 16,00  | --                 | 14,00  | 1                                |        |  |
| اللغة الأمازيغية<br>حيطيش مريم           | Igerrez                      | 37,00                                           | 18,50  | 39,00                          | 20,00  | 16,50              | 17,00  | 2                                |        |  |
| تحين المطالمة                            | معنى                         | معنى                                            | معنى   | معنى                           |        |                    |        |                                  |        |  |
| تحين المشاريع                            | معنى                         | معنى                                            | معنى   | معنى                           |        |                    |        |                                  |        |  |
|                                          |                              | 470,95                                          |        |                                |        |                    |        |                                  | 29     |  |
|                                          |                              | المعدل القسلي: 16,24/20                         |        |                                |        |                    |        | المعدل السنوي: /                 |        |  |
| رغبة                                     |                              | عدد الغيابات المبررة: 0 سا                      |        | عدد الغيابات غير المبررة: 0 سا |        | عدد التأخرات: 0 سا |        |                                  |        |  |
| حفظات مجلس القسم وقراراته                |                              | جزاء                                            |        |                                |        |                    |        |                                  |        |  |
|                                          |                              | تهنئة                                           |        |                                |        |                    |        |                                  |        |  |

جرر بن بجاية في: 4/03/21

مدير الثانوية (اللقب، الاسم، الختم و الآ

مستاد الرئيسي

ب الاسم الامضاء



لا تسلم الا نسخة واحدة من هذا الكشف



جمهورية الجزائر الديمقراطية الشعبية

| مديرية التربية لولاية بجاية              |                                | كشف تقويم نتائج الفصل الأول        |                               |                |                  |                |         | وزارة التربية الوطنية        |                         |  |
|------------------------------------------|--------------------------------|------------------------------------|-------------------------------|----------------|------------------|----------------|---------|------------------------------|-------------------------|--|
| السنة الدراسية: 2023-2024                |                                | الاسم والمادة                      |                               |                |                  |                |         | ثانوية الشهداء مقران - بجاية |                         |  |
| القسم المعاد                             |                                | القسم: أول ثانوي جدع مشترك آداب 01 |                               |                |                  |                |         | جدع مشترك آداب               |                         |  |
| التقويم                                  |                                | التقويم                            |                               |                |                  |                |         | 33 / 19   فوج رقم:           |                         |  |
| المواد                                   | معدلات المواد                  | التقويم المستمر/20                 | أعمال تطبيقية / تقييم شفوي/20 | معدل التروض/20 | إختبار 40'       | معدل المادة/20 | الإنهاء | تقديرات عامة للعمل والسلوك   | إرشادات للتحسن          |  |
| اللغة العربية وأدابها<br>زوت كثلوم       | 5                              | 8.00                               | 7.00                          | 7.00           | 11.00            | 6.60           | 33.00   | ضعيف                         | حذار من القوضى          |  |
| الرياضيات<br>بلجودي تهنينان              | 2                              | 11.00                              | --                            | 8.00           | 8.00             | 6.75           | 13.50   | نتائج غير مقبولة             | احذر التهاون            |  |
| العلوم الفيزيائية<br>تواقي أسية          | 2                              | 11.00                              | 11.00                         | 4.00           | 7.00             | 6.60           | 13.20   | غير كافي                     | حاولي أكثر              |  |
| علوم الطبيعة والحياة<br>أيت أمقران فضيلة | 2                              | 12.00                              | 13.00                         | 2.50           | 8.00             | 7.10           | 14.20   | نتائج غير كافية              | بقتصك الحرص والتركيز    |  |
| العلوم الإسلامية<br>مداح مولود           | 2                              | 13.00                              | --                            | 9.00           | 0.00             | 5.50           | 11.00   | نتائج دون المتوسط            | احذر التهاون والغش      |  |
| التاريخ والجغرافيا<br>زنتيني اسماء       | 3                              | 8.00                               | --                            | 4.50           | 4.00             | 4.13           | 12.38   | نتائج جد ضعيفة               | نتائج جد ضعيفة          |  |
| اللغة الفرنسية<br>بن ساسي مولود          | 3                              | 14.00                              | 12.00                         | 10.00          | 20.00            | 11.20          | 33.60   | Résultats moyens             | ! Faites plus d'efforts |  |
| اللغة الانجليزية<br>بريج صبرينة          | 3                              | 14.00                              | 16.50                         | 16.50          | 19.00            | 13.20          | 39.60   | You can do better            |                         |  |
| المعلوماتية                              | 2                              | معنى                               | معنى                          | معنى           | معنى             | معنى           | معنى    | معنى                         | معنى                    |  |
| التربية الفنية                           | 1                              | معنى                               | --                            | معنى           | معنى             | معنى           | معنى    | معنى                         | معنى                    |  |
| ت البدنية والرياضية<br>مغاري زينة        | 1                              | 17.00                              | --                            | 17.00          | 36.00            | 17.50          | 17.50   | نتائج ممتازة                 |                         |  |
| اللغة الأمازيغية<br>بروشه صافية          | 2                              | 9.00                               | 9.00                          | 12.50          | 19.00            | 9.90           | 19.80   | Ixuş                         | Ttwilleh                |  |
| تتمين المطالعة                           |                                | معنى                               | معنى                          | معنى           | معنى             | معنى           | معنى    | معنى                         | معنى                    |  |
| تتمين المشاريع                           |                                | معنى                               | معنى                          | معنى           | معنى             | معنى           | معنى    | معنى                         | معنى                    |  |
| الجماليات                                | 25                             | 207.78                             |                               |                |                  |                |         |                              |                         |  |
| معدل المواد الميزة/20                    | 8.47/20                        |                                    | المعدل الفصلي: 8.31/20        |                | المعدل السنوي: / |                |         |                              |                         |  |
| المراتبية                                | عدد الغيابات غير المبررة: 0 سا | عدد الغيابات المبررة: 11 سا        | عدد التأخرات: 0 سا            |                |                  |                |         |                              |                         |  |
| ملاحظات مجاس القسم وقراراته              | جزء                            |                                    |                               |                |                  |                |         |                              |                         |  |

حردب بجاية في: 12/19

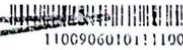
مدير الثانوية (اللقب، الاسم، الختم و الأ

الاستاذ الرئيسي

(اللقب الاسم الامضاء)



ق ماس سميير



لا تأملم الا نسخة واحدة من هذا الكشفت



| الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية       |                                |                             |                    |                 |                 |                 |                  |                   |                      |
|-----------------------------------------------|--------------------------------|-----------------------------|--------------------|-----------------|-----------------|-----------------|------------------|-------------------|----------------------|
| وزارة التربية الوطنية                         |                                | مديرية التربية لولاية بجاية |                    |                 |                 |                 |                  | مجلس القسم المعاد |                      |
| التربية الشهاد مفرا - بجاية                   |                                |                             |                    |                 |                 |                 |                  |                   |                      |
| السنة الدراسية: 2023-2024                     |                                |                             |                    |                 |                 |                 |                  |                   |                      |
| القسم المعاد                                  |                                |                             |                    |                 |                 |                 |                  |                   |                      |
| القوم                                         |                                |                             |                    |                 |                 |                 |                  |                   |                      |
| القسم: أول الفوي جدع مشترك علوم وتكنولوجيا 03 |                                |                             |                    |                 |                 |                 |                  |                   |                      |
| القوم                                         |                                |                             |                    |                 |                 |                 |                  |                   |                      |
| المواد                                        | ملاحظات المواد                 | التقييم                     | معدل الترميز/20    | معدل الترميز/40 | معدل الترميز/20 | معدل الترميز/20 | معدل الترميز/20  | معدل الترميز/20   | إرشادات التحسن       |
| اللغة العربية وأدائها<br>أصنافي جمال          | 3                              | 12.00                       | 8.00               | 4.00            | 10.00           | 6.80            | 20.40            | نتائج دون المتوسط | احذر التأتون         |
| الرياضيات<br>بنوع سامية                       | 5                              | 11.00                       | --                 | 7.00            | 7.00            | 6.25            | 31.25            | نتائج ضعيفة       | عليك ببذل مجهود أكبر |
| العلوم الفيزيائية<br>ورؤية حياة               | 4                              | 11.00                       | 11.50              | 11.50           | 26.50           | 12.10           | 48.40            | نتائج جيدة        | واصل على هذا المنوال |
| العلوم الطبيعية والحياة<br>أيت مدور توال      | 4                              | 13.00                       | 7.00               | 9.00            | 17.00           | 9.20            | 36.80            | ضعيف              | عليك بالعمل          |
| العلوم الإسلامية<br>نشارك نغمر                | 2                              | 13.00                       | --                 | 9.50            | 17.00           | 9.88            | 19.75            | نتائج دون المتوسط | يتقصد الحرص والتركيز |
| التاريخ والجغرافيا<br>قائه حدة                | 2                              | 14.00                       | --                 | 7.50            | 9.00            | 7.63            | 15.25            | ضعيف              | اعمل أكثر            |
| اللغة الفرنسية<br>أزمال نورية                 | 2                              | 12.00                       | 13.00              | 15.25           | 25.00           | 13.05           | 26.10            | A. bien           |                      |
| اللغة الإنجليزية<br>حسائل صورية               | 2                              | 10.00                       | 10.00              | 12.00           | 30.00           | 12.40           | 24.80            | average           | !be carful           |
| المعلوماتية                                   | 2                              | معنى                        | معنى               | معنى            | معنى            | معنى            | معنى             | معنى              | معنى                 |
| تكنولوجيا<br>وإمجي كهيئة                      | 2                              | 11.00                       | 8.50               | 8.50            | 9.00            | 7.40            | 14.80            | نتائج غير مرضية   | عليك بالعمل أكثر     |
| التربية الفنية                                | 1                              | معنى                        | --                 | معنى            | معنى            | معنى            | معنى             | معنى              | معنى                 |
| ت البدنية والرياضية<br>بن سيدهم سعيد          | 1                              | 16.00                       | --                 | 16.00           | 32.00           | 16.00           | 16.00            | جيد               | واصل                 |
| اللغة الأمازيغية<br>يوشته صافية               | 2                              | 13.00                       | 10.00              | 8.00            | 10.00           | 8.20            | 16.40            | Ixuş mliḥ         | Xdem ugar            |
| تتبع المطالمة                                 |                                | معنى                        | معنى               | معنى            | معنى            | معنى            | معنى             | معنى              | معنى                 |
| تتبع المشاريع                                 |                                | معنى                        | معنى               | معنى            | معنى            | معنى            | معنى             | معنى              | معنى                 |
| الجماليات                                     | 29                             |                             |                    |                 |                 |                 | 269.95           |                   |                      |
| معدل المواد المميزة 8.96/20                   |                                | المعدل الفصلي: 9.31/20      |                    |                 |                 |                 | المعدل السنوي: / |                   |                      |
| المواظبة                                      | عدد الغيابات غير المبررة: 0 سا | عدد الغيابات المبررة: 0 سا  | عدد التأخرات: 0 سا |                 |                 |                 |                  |                   |                      |
| ملاحظات مجلس القسم وقراراته                   | جاء                            |                             |                    |                 |                 |                 |                  |                   |                      |

حرر ببجاية في: 03/20/4

مدير الثانوية (اللقب، الاسم، التحم و الآء)

الاستاذ الرئيسي

(اللقب الاسم الامضاء)



1000806020058800



لا تسلم الا نسخة واحدة من هذا الكشف

| الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية |                                |                            |                                  |                 |            |                |                            |                            |                              |
|-----------------------------------------|--------------------------------|----------------------------|----------------------------------|-----------------|------------|----------------|----------------------------|----------------------------|------------------------------|
| وزارة التربية الوطنية                   |                                |                            | مكتب علوم عالم الفصل الأول       |                 |            |                | مدرسة التربية لولاية بجاية |                            |                              |
| لغوية المساهمة - بجاية                  |                                |                            | الاسم الأخير                     |                 |            |                | السنة الدراسية: 2023-2024  |                            |                              |
| جمع مفرد آداب                           |                                |                            | القسم: أول ثاني جمع مفرد آداب 01 |                 |            |                | الاسم الأول                |                            |                              |
| المراد                                  |                                |                            | التقييم                          |                 |            |                | القسم العام                |                            |                              |
| المراد                                  | ملاحظات المراد                 | التقييم المستمر/20         | أعمال تطبيقية/20                 | معدل الترميز/20 | اختبار 40/ | معدل المادة/20 | الجداء                     | تقديرات عامة للعمل والسلوك | إرشادات التحسين              |
| اللغة العربية وآدابها                   | مطاري مخلدة                    | 14.00                      | 14.00                            | 11.00           | 15.00      | 10.80          | 54.00                      |                            |                              |
| الرياضيات                               | مورحي زينة                     | 13.50                      | --                               | 7.50            | 2.00       | 5.75           | 11.50                      | عمل ناقص                   | عليك الاهتمام بالمادة        |
| العلوم الفيزيائية                       | يوجمال ويان                    | 13.00                      | 13.00                            | 15.00           | 14.00      | 11.00          | 22.00                      | نتائج متوسطة               | بمقدورك تحقيق نتائج أفضل     |
| علوم الطبيعة والحياة                    | طهات نجاة                      | 12.00                      | 12.00                            | 10.00           | 6.00       | 8.00           | 16.00                      |                            |                              |
| العلوم الإسلامية                        | ياكن تقرب                      | 13.00                      | --                               | 12.00           | 22.00      | 11.75          | 23.50                      | نتائج مقبولة               | واصل (ي)                     |
| التاريخ والجغرافيا                      | محمد الشريف صبرينة             | 11.00                      | --                               | 4.00            | 7.00       | 5.50           | 16.50                      | نتائج غير مقبولة           | احذر التهاون                 |
| اللغة الفرنسية                          | سلطاني نجاة                    | 17.00                      | 10.00                            | 10.00           | 20.00      | 11.40          | 34.20                      | Résultat moyen             | Travail encore               |
| اللغة الإنجليزية                        | ميلاكي ميلينة                  | 16.00                      | 10.00                            | 17.00           | 29.00      | 14.40          | 43.20                      | Good                       | Carry on                     |
| المعلوماتية                             | معمار وسيلة                    | 15.00                      | 12.00                            | 12.00           | 26.00      | 13.00          | 26.00                      | نتائج جيدة                 | نتائج مقبولة بإمكانك تحسينها |
| التربية الفنية                          | عمور مروى                      | 10.00                      | --                               | 12.00           | 14.00      | 9.00           | 9.00                       | Très insuffisant           | Travaillez plus              |
| الدين والروايات                         | وازن فرحات                     | 17.00                      | --                               | 16.00           | 32.00      | 16.25          | 16.25                      | جيد جدا                    | واصل                         |
| اللغة الأمازيغية                        | بولجانبي صارة                  | 10.00                      | 10.00                            | 5.50            | 7.00       | 6.50           | 13.00                      | Résultat médiocre          | Aucun effort n est fourni    |
| تثمين المعالمة                          |                                |                            | معنى                             |                 |            | معنى           | معنى                       | معنى                       | معنى                         |
| تثمين المشاريع                          |                                |                            | معنى                             |                 |            | معنى           | معنى                       | معنى                       | معنى                         |
| الاجمعي                                 | 28                             |                            |                                  |                 |            | 285.15         |                            |                            |                              |
| معدل المراد المعينة/20                  | 10.56/20                       | المعدل الفصلي: 10.18/20    | المعدل السنوي: /                 |                 |            |                |                            |                            |                              |
| المواظبة                                | عدد الغيابات غير المبررة: 0 سا | عدد الغيابات المبررة: 0 سا | عدد التأخرات: 0 سا               |                 |            |                |                            |                            |                              |
| ملاحظات مجلس القسم وقراراته             | جزء                            |                            |                                  |                 |            |                |                            |                            |                              |

حريز بجاية في: 2023/12/20

معلمة التثمين (اللقب، الاسم، التلم والامضاء)

الاستاذ الرئيسي

(اللقب الاسم الامضاء)



لا تلم الا نسخة واحدة من هذا الكنف



Handwritten signature and stamp area.

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

| وزارة التربية الوطنية       |                                 | كلية علوم تاج العمل الأول    |                     |        |        |        |        |                  | وزارة التربية الوطنية      |
|-----------------------------|---------------------------------|------------------------------|---------------------|--------|--------|--------|--------|------------------|----------------------------|
| الكلية الثانية مقران بجاية  |                                 |                              |                     |        |        |        |        |                  | الكلية الثانية مقران بجاية |
| عدد مشترك أول               |                                 | القسم الأول الفوج 01         |                     |        |        |        |        |                  | عدد مشترك أول              |
| التقديم                     |                                 | التقديم                      |                     |        |        |        |        |                  | التقديم                    |
| المراد                      | عدد                             | الدرجة                       | الدرجة              | الدرجة | الدرجة | الدرجة | الدرجة | الدرجة           |                            |
| المراد                      | عدد                             | الدرجة                       | الدرجة              | الدرجة | الدرجة | الدرجة | الدرجة | الدرجة           |                            |
| اللغة العربية وآدابها       | 5                               | 7,00                         | 10,00               | 9,00   | 17,00  | 8,60   | 43,00  | متوسط            | إرشادات للحسن              |
| الرياضيات                   | 2                               | 7,00                         | --                  | 4,50   | 9,00   | 5,13   | 10,25  | نتائج غير مقبولة | احذر التهاون               |
| العلوم الطبيعية             | 2                               | 8,00                         | 0,00                | 0,00   | 17,00  | 5,00   | 10,00  | عمل ناقص         | اهم أكثر                   |
| علوم الطبيعة والحياة        | 2                               | 10,00                        | 11,00               | 4,00   | 13,00  | 7,60   | 15,20  | نتائج غير كافية  | يتفكك المرص و التركيز      |
| العلوم الإسلامية            | 2                               | 12,00                        | --                  | 11,00  | 18,00  | 10,25  | 20,50  | نتائج مقبولة     | بمقدورك تحقيق نتائج أفضل   |
| مدراس مولود                 | 3                               | 8,00                         | --                  | 7,00   | 9,00   | 6,00   | 18,00  | نتائج ضعيفة      | نتائج ضعيفة                |
| التاريخ والجغرافيا          | 3                               | 5,00                         | 2,00                | 1,00   | 6,00   | 2,80   | 8,40   | نتائج جد ضعيفة   | عليك بذارك الوضع           |
| اللغة الفرنسية              | 3                               | 12,00                        | 5,00                | 5,00   | 10,00  | 6,40   | 19,20  | Work more        |                            |
| من ساسي مولود               | 2                               | معنى                         | معنى                | معنى   | معنى   | معنى   | معنى   | معنى             | معنى                       |
| المعلوماتية                 | 1                               | معنى                         | --                  | معنى   | معنى   | معنى   | معنى   | معنى             | معنى                       |
| التربية الفنية              | 1                               | 13,00                        | --                  | 15,00  | 36,00  | 16,00  | 16,00  | نتائج حسنة       |                            |
| ت التربية و الرياضية        | 2                               | 8,00                         | 8,00                | 13,00  | 21,50  | 10,10  | 20,20  | Ixuş             | Ttwillch                   |
| اللغة الأمازيغية            |                                 |                              |                     |        |        |        |        | معنى             | معنى                       |
| بوشرته صافية                |                                 |                              |                     |        |        |        |        | معنى             | معنى                       |
| تقنين المطالعة              |                                 |                              |                     |        |        |        |        | معنى             | معنى                       |
| تقنين المشاريع              |                                 |                              |                     |        |        |        |        | معنى             | معنى                       |
| الاجمعي                     | 25                              |                              |                     |        |        |        | 180,75 |                  |                            |
| معدل المراد المميزة 6.33/20 | المعدل القصلي : 7.23/20         |                              | المعدل السنوي : /   |        |        |        |        |                  |                            |
| المراظبة                    | عدد الغيابات غير المبررة : 0 سا | عدد الغيابات المبررة : 71 سا | عدد التأخرات : 0 سا |        |        |        |        |                  |                            |
| ملاحظات مجلس القسم وقراراته | جزاء                            |                              |                     |        |        |        |        |                  |                            |

حرد بن بجاية في: 2024/03/20  
 مدير الثانوية (اللقب ، الاسم، الختم، الامضاء)

الاستاذ الرئيسي  
 (اللقب الاسم الامضاء)



لا تسلم الا نسخة واحدة من هذا الكشيف

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

| مديرية التربية لولاية بجاية              |                                | كشفت تقويم نتائج الفصل الأول                  |                            |                |        |                            |                | وزارة التربية الوطنية        |                   |  |
|------------------------------------------|--------------------------------|-----------------------------------------------|----------------------------|----------------|--------|----------------------------|----------------|------------------------------|-------------------|--|
| السنة الدراسية: 2023-2024                |                                |                                               |                            |                |        |                            |                | ثانوية الشهداء مقران - بجاية |                   |  |
| القسم المعاد                             |                                | القسم: أول ثانوي جدع مشترك علوم وتكنولوجيا 04 |                            |                |        |                            |                | الاسم: <b>الاسم</b>          |                   |  |
| التقويم                                  |                                | التقويم                                       |                            |                |        |                            |                | الاسم: <b>الاسم</b>          |                   |  |
| المواد                                   | معدلات المواد                  | التقويم المستمر/20                            | إختبار 40/ معدل الترميز/20 | معدل المادة/20 | البناء | تقديرات عامة للعمل والسلوك | إرشادات للتحسن | المواد                       | معدلات المواد     |  |
| اللغة العربية وأدابها لغتاني جمال        | 3                              | 10.00                                         | 8.00                       | 3.00           | 7.00   | 5.60                       | 16.80          | احذر التهاون                 | نتائج دون المتوسط |  |
| الرياضيات إخلف عبد الحميد                | 5                              | 8.00                                          | --                         | 10.50          | 2.00   | 5.13                       | 25.63          | عليك ببذل مجهودات أكثر       | نتائج غير كافية   |  |
| العلوم الفيزيائية بروينة حياة            | 4                              | 12.50                                         | 10.50                      | 13.00          | 6.00   | 8.40                       | 33.60          | عليك بالعمل أكثر             | دون المتوسط       |  |
| العلوم الطبيعية والحياة أيت أمقران فضيلة | 4                              | 11.00                                         | 14.00                      | 3.50           | 6.00   | 6.90                       | 27.60          | احذر التهاون                 | نتائج غير مرضية   |  |
| العلوم الإسلامية نشارك نغير              | 2                              | 12.00                                         | --                         | 10.00          | 2.00   | 6.00                       | 12.00          | احذر التهاون                 | نتائج دون المتوسط |  |
| التاريخ والجغرافيا سماعلي عبد الكريم     | 2                              | 10.00                                         | --                         | 11.00          | 20.00  | 10.25                      | 20.50          | يمكنك تحصيل نتائج أفضل       | نتائج مقبولة      |  |
| اللغة الفرنسية امزال نورية               | 2                              | 13.00                                         | 12.00                      | 7.25           | 15.50  | 9.55                       | 19.10          | Insuffisant                  | Insuffisant       |  |
| اللغة الإنجليزية حسمائل صورية            | 2                              | 5.00                                          | 5.00                       | 7.00           | 15.00  | 6.40                       | 12.80          | !Be carful                   | Insufficient      |  |
| المعلوماتية                              | 2                              | معنى                                          | معنى                       | معنى           | معنى   | معنى                       | معنى           | معنى                         | معنى              |  |
| تكنولوجيا رابحي كهيبة                    | 2                              | 13.00                                         | 8.50                       | 8.50           | 12.00  | 8.40                       | 16.80          | عليك بالعمل أكثر             | نتائج غير مرضية   |  |
| التربية الفنية                           | 1                              | معنى                                          | --                         | معنى           | معنى   | معنى                       | معنى           | معنى                         | معنى              |  |
| ت البدنية والرياضية بن سيدهم سعيد        | 1                              | 16.00                                         | --                         | 16.00          | 32.00  | 16.00                      | 16.00          | واصل                         | جيد               |  |
| اللغة الأمازيغية بوشنه صافية             | 2                              | 10.00                                         | 10.00                      | 15.50          | 24.00  | 11.90                      | 23.80          | Tthadar                      | Teqbeḥ            |  |
| تتمين المعاملة                           |                                | معنى                                          |                            | معنى           | معنى   | معنى                       | معنى           | معنى                         | معنى              |  |
| تتمين المشاريع                           |                                | معنى                                          |                            | معنى           | معنى   | معنى                       | معنى           | معنى                         | معنى              |  |
| الجماليات                                | 29                             |                                               |                            |                |        |                            |                | 224.63                       |                   |  |
| معدل المواد المعيزة 6.68/20              | المعدل الفصلي: 7.75/20         |                                               | المعدل السنوي: /           |                |        |                            |                |                              |                   |  |
| المواظبة                                 | عدد الغيابات غير المبررة: 0 سا | عدد الغيابات المبررة: 0 سا                    | عدد التأخرات: 0 سا         |                |        |                            |                |                              |                   |  |
| ملاحظات مجلس القسم وقراراته              | جزء                            |                                               |                            |                |        |                            |                |                              |                   |  |

حرر ببنجاية في: 2024/03/20

مدير الثانوية (اللقب، الاسم، المنتم والامضاء)

الاستاذ الرئيسي

(اللقب الاسم الامضاء)



1100706010493000



لا تسلم الا نسخة واحدة من هذا الكشفت



| الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية |                            |                                            |        |                           |        |                       |        |                       |                                           |
|-----------------------------------------|----------------------------|--------------------------------------------|--------|---------------------------|--------|-----------------------|--------|-----------------------|-------------------------------------------|
| وزارة التربية الوطنية                   |                            | كشفت نفوس تالغ الفصل الأول                 |        |                           |        |                       |        | وزارة التربية الوطنية |                                           |
| التربية الشهاد، مفران - بجاية           |                            |                                            |        |                           |        |                       |        |                       |                                           |
| لغات أجنبية                             |                            | القسم الألية للثوري لغات أجنبية إجاباية 01 |        |                           |        |                       |        |                       |                                           |
| القسم المعاد                            |                            | القسم المعاد                               |        |                           |        |                       |        |                       |                                           |
| التفريع                                 |                            | التفريع                                    |        |                           |        |                       |        |                       |                                           |
| المواد                                  | المراد                     | المراد                                     | المراد | المراد                    | المراد | المراد                | المراد | المراد                | المراد                                    |
| إرشادات للتحسن                          | تفديرات عامة للعمل والسلوك | المراد                                     | المراد | المراد                    | المراد | المراد                | المراد | المراد                | المراد                                    |
|                                         |                            | 0.00                                       | 0.00   | 0.00                      | 0.00   | 0.00                  | 0.00   | 4                     | اللغة العربية وأدابها<br>آيت شعالات كريمة |
|                                         | تالغ جد ضعيفة              | 0.00                                       | 0.00   | 0.00                      | 0.00   | --                    | 0.00   | 4                     | التاريخ والجزائريا<br>طاطيل عد الزكرم     |
|                                         | غاية                       | 0.00                                       | 0.00   | 0.00                      | 0.00   | --                    | 0.00   | 2                     | علوم الإسلامية<br>في محفوظ                |
| Doit travailler                         | Ralts faibles              | 0.00                                       | 0.00   | 0.00                      | 0.00   | 0.00                  | 0.00   | 4                     | لغة الفرنسية<br>تقون سامية                |
|                                         |                            | 0.00                                       | 0.00   | 0.00                      | 0.00   | 0.00                  | 0.00   | 4                     | لغة الإنجليزية<br>بيي صوتية               |
| كثير الغياب                             | Ausente                    | 26.40                                      | 6.60   | 0.00                      | 13.00  | 10.00                 | 10.00  | 4                     | لغة الأجنبة الثالثة<br>تلي صوتية          |
|                                         |                            | 0.00                                       | 0.00   | 0.00                      | 0.00   | --                    | 0.00   | 2                     | رياضيات<br>بح سامية                       |
| طلبك بالعمل                             | ضعيف جدا                   | 0.00                                       | 0.00   | 0.00                      | 0.00   | --                    | 0.00   | 1                     | البدنية والرياضية<br>مة صوتية             |
|                                         |                            | 0.00                                       | 0.00   | 0.00                      | 0.00   | --                    | 0.00   | 1                     | بنة الفنتية<br>تل قطيمة                   |
| Ulac-itt                                | Ulac-itt                   | 0.00                                       | 0.00   | 0.00                      | 0.00   | 0.00                  | 0.00   | 2                     | لغة الأمازيغية<br>طيش مريم                |
| معنى                                    | معنى                       | معنى                                       | معنى   | معنى                      |        |                       |        |                       | المطالمة                                  |
| معنى                                    | معنى                       | معنى                                       | معنى   | معنى                      |        |                       |        |                       | المشايح                                   |
|                                         |                            | 26.40                                      |        |                           |        |                       |        | 28                    | مع                                        |
| المعدل السنوي : /                       |                            | المعدل التصلي : 0.94/20                    |        |                           |        | المعدل المميز 1.32/20 |        |                       |                                           |
| عدد التأخرات : 0 سا                     | عدد الغيابات المبررة : سا  | عدد الغيابات غير المبررة : 150 سا          |        | حظرات مجلس القسم وقراراته |        |                       |        |                       |                                           |

حرر ببجاية في 2024/03/20  
مدير الثانوية (اللقب ، الاسم ، التلم و الامضاء)

ساذ الرئيسي  
الاسم الامضاء)



لا تسلم الا نسخة واحدة من هذا الكشف

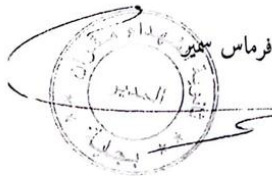
| الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية   |                                 |                              |                                    |                 |                |        |                             |                      |              |
|-------------------------------------------|---------------------------------|------------------------------|------------------------------------|-----------------|----------------|--------|-----------------------------|----------------------|--------------|
| وزارة التربية الوطنية                     |                                 |                              | كلشف تقويم نتائج الفصل الأول       |                 |                |        | مديرية التربية لولاية بجاية |                      |              |
| تربية الشداء مقران - بجاية                |                                 |                              |                                    |                 |                |        | السنة الدراسية: 2023-2024   |                      |              |
| علوم تجريبية                              |                                 |                              | القسم: اناية ثانوي علوم تجريبية 02 |                 |                |        | القسم المعاد                |                      |              |
| 33 / 1   فرج رقم:                         |                                 |                              | التقويم                            |                 |                |        | التقويم                     |                      |              |
| المراد                                    | معدلات المراد                   | التقييم السنوي/20            | أول اختبار /20                     | معدل الترميز/20 | معدل المدة /20 | البناء | تقديرات عامة للمعلم والساوك | إرشادات للتحسن       |              |
| اللغة العربية و آدابها<br>توجدات و هدية   | 2                               | 12.00                        | 14.00                              | 10.50           | 15.00          | 10.30  | 20.60                       |                      |              |
| الرياضيات<br>وارث رايح                    | 5                               | 14.00                        | --                                 | 8.00            | 11.00          | 8.25   | 41.25                       | عليك بالعمل أكثر     |              |
| العلوم الفيزيائية<br>بورويبة حياة         | 5                               | 13.00                        | 12.50                              | 13.00           | 25.00          | 12.70  | 63.50                       | واصل على هذا المنوال |              |
| علوم طبيعية و حياة<br>زيديان نسيمه        | 6                               | 14.00                        | 14.00                              | 14.50           | 24.00          | 13.30  | 79.80                       | واصل                 |              |
| العلوم الاسلامية<br>مداح مولود            | 2                               | 13.00                        | --                                 | 4.00            | 8.00           | 6.25   | 12.50                       | احذر التهاون         |              |
| التاريخ و الجغرافيا<br>حسانعلي عبد الكريم | 2                               | 13.00                        | --                                 | 11.00           | 27.00          | 12.75  | 25.50                       | واصل على هذا المنوال |              |
| اللغة الفرنسية<br>مهديري أحسن             | 2                               | 15.00                        | 15.00                              | 16.00           | 34.00          | 16.00  | 32.00                       | Très bien            | ! Persévèrez |
| اللغة الانجليزية<br>حسانعلي صوراية        | 2                               | 16.00                        | 16.00                              | 16.00           | 34.00          | 16.40  | 32.80                       | Good job             |              |
| التربية الفنية<br>لعجل قطيمة              | 1                               | 16.00                        | --                                 | 16.00           | 32.00          | 16.00  | 16.00                       | نتائج جيدة           | واصل         |
| ت. البدنية و الرياضية<br>حامة مونيير      | 1                               | 12.00                        | --                                 | 18.00           | 36.00          | 16.50  | 16.50                       | جيد جدا              | واصل         |
| اللغة الأمازيغية<br>تروان سعيد حليلة      | 2                               | 19.00                        | 19.00                              | 16.00           | 32.00          | 17.20  | 34.40                       | igerrez              | kemmel       |
| تثمين المطالعة                            |                                 |                              | معنى                               |                 | معنى           | معنى   | معنى                        | معنى                 | معنى         |
| تثمين المشاريع                            |                                 |                              | معنى                               |                 | معنى           | معنى   | معنى                        | معنى                 | معنى         |
| الاجتماع                                  | 30                              |                              |                                    |                 |                |        | 374.85                      |                      |              |
| معدل المراد المميزه 11.53/20              | المعدل الفصلي : 12.50/20        |                              | المعدل السنوي : /                  |                 |                |        |                             |                      |              |
| المواظبة                                  | عدد الغيابات غير المبررة : 0 سا | عدد الغيابات المبررة : 04 سا | عدد التأخرات : 0 سا                |                 |                |        |                             |                      |              |
| ملاحظات مجلس القسم وقراراته               | جزء                             |                              |                                    |                 |                |        |                             |                      |              |
| لوحه شرف                                  |                                 |                              |                                    |                 |                |        |                             |                      |              |

حروب:بجاية في 19/2

مدير الثانوية (اللقب ، الاسم ، الختم و

الاستاذ الرئيسي

(اللقب الاسم الامضاء)



لا نسلم الا نسخة واحدة من هذا الكشف



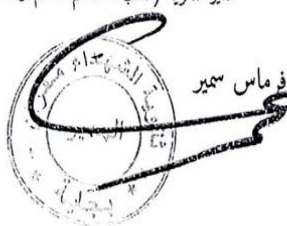
الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

|                              |                                     |                             |
|------------------------------|-------------------------------------|-----------------------------|
| وزارة التربية الوطنية        | كشف تقويم نتائج: الفصل الأول        | مديرية التربية لولاية بجاية |
| ثانوية الشهداء مهران - بجاية |                                     | السنة الدراسية: 2023-2024   |
|                              |                                     | القسم المعاد                |
| جدع مشترك آداب               | القسم: أولى ثانوي جدع مشترك آداب 01 | التقويم                     |
| 33 / 21   فوج رقم:           | التقويم                             |                             |

| المواد                                   | معاملات المواد | التقويم المستمر/20 | أعمال تطبيقية/20 | معدل التروض/20 | إختبار/40 | معدل المادة/20 | البناء | تقديرات عامة للعمل والساوك | إرشادات التحسن          |
|------------------------------------------|----------------|--------------------|------------------|----------------|-----------|----------------|--------|----------------------------|-------------------------|
| اللغة العربية وأدابها<br>زوت كلوم        | 5              | 15.00              | 15.00            | 14.00          | 23.00     | 13.40          | 67.00  | جيد                        |                         |
| الرياضيات<br>بلجودي تينيان               | 2              | 15.00              | --               | 9.00           | 12.00     | 9.00           | 18.00  | نتائج دون الوسط            | يتفصك الحرص والتركيز    |
| العلوم الفيزيائية<br>تواني أسية          | 2              | 12.00              | 14.00            | 12.00          | 15.00     | 10.60          | 21.20  | غير كافي                   | حاولي أكثر              |
| علوم الطبيعة والحياة<br>آيت أمقران فضيلة | 2              | 16.00              | 15.00            | 7.00           | 18.00     | 11.20          | 22.40  | نتائج مقبولة               | بمقدورك بذل مجهود أكبر  |
| العلوم الإسلامية<br>مداح مولود           | 2              | 15.00              | --               | 6.00           | 12.00     | 8.25           | 16.50  | نتائج دون المتوسط          | يتفصك الحرص والتركيز    |
| التاريخ والجغرافيا<br>زنتيسي اسماء       | 3              | 14.00              | --               | 9.00           | 11.00     | 8.50           | 25.50  | دون المتوسط                | دون المتوسط             |
| اللغة الفرنسية<br>بن ساسي مولود          | 3              | 14.00              | 12.00            | 10.00          | 17.00     | 10.60          | 31.80  | Résultats moyens           | ! Faites plus d'efforts |
| اللغة الانجليزية<br>يويج صبرينة          | 3              | 14.00              | 10.50            | 10.50          | 20.00     | 11.00          | 33.00  | You can do better          |                         |
| المعلوماتية                              | 2              | معنى               | معنى             | معنى           | معنى      | معنى           | معنى   | معنى                       | معنى                    |
| التربية الفنية                           | 1              | معنى               | --               | معنى           | معنى      | معنى           | معنى   | معنى                       | معنى                    |
| ت البدنية والرياضية<br>مغاري زينة        | 1              | معنى               | --               | معنى           | معنى      | معنى           | معنى   | معنى                       | معنى                    |
| اللغة الأمازيغية<br>بوشنة صافية          | 2              | 15.00              | 13.00            | 8.00           | 21.50     | 11.50          | 23.00  | Yelha                      | kemmel                  |
| تتمين المطالعة                           |                |                    | معنى             |                |           |                |        | معنى                       | معنى                    |
| تتمين المشاريع                           |                |                    | معنى             |                |           |                |        | معنى                       | معنى                    |
| المجموع                                  | 24             |                    |                  |                |           |                | 258.40 |                            |                         |

|                               |                                |                             |
|-------------------------------|--------------------------------|-----------------------------|
| معدل المواد المعيزة: 11.24/20 | المعدل الفصلي: 10.77/20        | المعدل السنوي: /            |
| مواظبة                        | عدد الغيابات غير المبررة: 0 سا | عدد الغيابات المبررة: 27 سا |
| ملاحظات مجلس القسم وقراراته   | جاء                            | عدد التأخرات: 0 سا          |

الاستاذ الرئيسي  
 م.ب. الاسم الامضاء)  
 حرر: بجاية في: 23/12/19  
 مدير الثانوية (اللقب، الاسم، التيمم والامضاء)



1100606010249100



لا تامل الا نسخة واحدة من هذا الكشف

| الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية  |                                |                                                |                      |                 |           |                             |         |                            |                        |
|------------------------------------------|--------------------------------|------------------------------------------------|----------------------|-----------------|-----------|-----------------------------|---------|----------------------------|------------------------|
| وزارة التربية الوطنية                    |                                | كلية علوم نتائج الفصل الأول                    |                      |                 |           | مديرية التربية لولاية بجاية |         |                            |                        |
| الولاية الشهداء - بجازة                  |                                |                                                |                      |                 |           | السنة الدراسية: 2024-2023   |         |                            |                        |
| مدى مشترك علوم وتكنولوجيا                |                                | القسم: أولى ثانوي جدع مشترك علوم وتكنولوجيا 04 |                      |                 |           | القسم: المواد               |         |                            |                        |
| معدلات المواد                            |                                | القيم                                          |                      |                 |           | القيم                       |         |                            |                        |
| المراد                                   | معدلات المواد                  | التقييم المستمر/20                             | أول اختبار تطبيقي/20 | معدل الترميز/20 | إختبار 40 | معدل المادة/20              | الاجزاء | تقديرات عامة للعمل والسلوك | إرشادات لتحسن          |
| اللغة العربية وآدابها لغائي جمال         | 3                              | 11.00                                          | 10.00                | 8.00            | 15.00     | 8.80                        | 26.40   | نتائج دون المتوسط          | يتفعل الحرص والتفكير   |
| الرياضيات إختلف عبد الحميد               | 5                              | 9.00                                           | --                   | 7.50            | 11.00     | 6.88                        | 34.38   | نتائج غير كافية            | عليك ببذل مجهودات أكثر |
| العلوم الفيزيائية بروونية حياة           | 4                              | 10.00                                          | 9.00                 | 6.00            | 28.50     | 10.70                       | 42.80   | نتائج مقبولة               | يمكنك تحصيل نتائج أفضل |
| العلوم الطبيعية والحياة أيت أمقران فضيلة | 4                              | 13.00                                          | 15.00                | 7.50            | 16.00     | 10.30                       | 41.20   | نتائج مقبولة               | بمقدورك بذل مجهود أكبر |
| العلوم الإسلامية أنسارك تندر             | 2                              | 14.00                                          | --                   | 9.00            | 31.00     | 13.50                       | 27.00   | نتائج جيدة                 | واصل الإجتهد والمثابرة |
| التاريخ والجغرافيا سماعيل عبد الكريم     | 2                              | 8.00                                           | --                   | 5.50            | 17.00     | 7.63                        | 15.25   | دون المتوسط                | عليك بالعمل أكثر       |
| اللغة الفرنسية أمزال نورية               | 2                              | 10.00                                          | 15.00                | 6.25            | 10.50     | 8.35                        | 16.70   | T. insuffisant             |                        |
| اللغة الإنجليزية حسامائل صرواية          | 2                              | 6.00                                           | 6.00                 | 8.00            | 23.00     | 8.60                        | 17.20   | Insufficient               | !Be carful             |
| المعلوماتية                              | 2                              | معنى                                           | معنى                 | معنى            | معنى      | معنى                        | معنى    | معنى                       | معنى                   |
| تكنولوجيا رابحي كهيبة                    | 2                              | 11.00                                          | 8.50                 | 8.50            | 18.00     | 9.20                        | 18.40   | نتائج غير مرضية            | عليك بالعمل أكثر       |
| التربية الفنية                           | 1                              | معنى                                           | --                   | معنى            | معنى      | معنى                        | معنى    | معنى                       | معنى                   |
| ت البدنية والرياضية بن سيدهم سعيد        | 1                              | 16.00                                          | --                   | 16.00           | 32.00     | 16.00                       | 16.00   | جيد                        | واصل                   |
| اللغة الأمازيغية يوشنه صافية             | 2                              | 9.00                                           | 8.00                 | 13.50           | 18.00     | 9.70                        | 19.40   | Yeqbeḥ mliḥ                | Ttḥadar                |
| تثمين المطالمة                           |                                | معنى                                           | معنى                 | معنى            | معنى      | معنى                        | معنى    | معنى                       | معنى                   |
| تثمين المشاريع                           |                                | معنى                                           | معنى                 | معنى            | معنى      | معنى                        | معنى    | معنى                       | معنى                   |
| المجموع                                  | 29                             |                                                |                      |                 |           | 274.73                      |         |                            |                        |
| معدل المراد المميزة 9.11/20              | المعدل الفصلي: 9.47/20         |                                                | المعدل السنوي: /     |                 |           |                             |         |                            |                        |
| المواظبة                                 | عدد الغيابات غير المبررة: 0 سا | عدد الغيابات المبررة: 0 سا                     | عدد التأخرات: 0 سا   |                 |           |                             |         |                            |                        |
| ملاحظات مجلس القسم وقراراته              | جزء                            |                                                |                      |                 |           |                             |         |                            |                        |

حرر بنجاية في: 2024/03/21

مدير الثانوية (اللقب، الاسم، الختم والامضاء)

الاستاذ الرئيسي

(اللقب الاسم الامضاء)



1000706390121500

لا تسل الا نسخة واحدة من هذا الكشيف



الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

|                              |                                    |                             |
|------------------------------|------------------------------------|-----------------------------|
| وزارة التربية الوطنية        | كشف ضوم نتائج الفعل الأول          | مديرية التربية لولاية بجاية |
| ثانوية الشهداء مفران - بجاية |                                    | السنة الدراسية: 2023-2024   |
| علوم تجريبية                 | القسم: ثانية ثانوي علوم تجريبية 01 | القسم المعاد                |
| 36 / 8   فرج رقم:            | التقييم                            | التقييم                     |


| المواد                      | ملاحظات المواد                 | التقييم المستمر/20          | أعمال تطبيقية/20   | معدل الترميز/20  | إختبار/40 | معدل المادة/20 | النجاة | تقديرات عامة للعمل والسلوك | إرشادات للتحسن                 |
|-----------------------------|--------------------------------|-----------------------------|--------------------|------------------|-----------|----------------|--------|----------------------------|--------------------------------|
| اللغة العربية وآدابها       | 2                              | 12.00                       | 14.00              | 12.00            | 16.00     | 10.80          | 21.60  | نتائج مقبولة               | يمكنك تحصيل نتائج أفضل         |
| الرياضيات                   | 5                              | 14.00                       | --                 | 6.50             | 9.00      | 7.38           | 36.88  | غير كاف                    |                                |
| العلوم الفيزيائية           | 5                              | 11.00                       | 7.00               | 5.00             | 12.00     | 7.00           | 35.00  | ن-ضعيفة                    | حذاري                          |
| علوم طبيعية و حياة          | 6                              | 11.00                       | 12.00              | 7.00             | 20.00     | 10.00          | 60.00  | غير كافي                   | أعمل أكثر                      |
| العلوم الاسلامية            | 2                              | 12.00                       | --                 | 9.00             | 28.00     | 12.25          | 24.50  | نتائج مرضية                | واصل الإجتهد                   |
| التاريخ والجغرافيا          | 2                              | 16.00                       | --                 | 11.75            | 22.50     | 12.56          | 25.13  | نتائج مرضية                | واصل الإجتهد                   |
| اللغة الفرنسية              | 2                              | 12.00                       | 17.00              | 12.00            | 19.50     | 12.10          | 24.20  | A. bien                    |                                |
| اللغة الانجليزية            | 2                              | 13.50                       | 14.00              | 14.50            | 28.00     | 14.00          | 28.00  | !Good Job                  |                                |
| التربية الفنية              | 1                              | 12.00                       | --                 | 9.00             | 18.00     | 9.75           | 9.75   | نتائج متوسطة               | عليك بالاهتمام اكثر قدراتك اكي |
| ت. البدنية والرياضية        | 1                              | 17.00                       | --                 | 18.00            | 36.00     | 17.75          | 17.75  | نتائج ممتازة               |                                |
| اللغة الأمازيغية            | 2                              | 10.00                       | 16.00              | 13.75            | 25.00     | 12.95          | 25.90  | lhedder atas               | Ttwilleh ugar                  |
| تثمين المطالعة              |                                |                             | معنى               |                  |           |                | معنى   | معنى                       | معنى                           |
| تثمين المشاريع              |                                |                             | معنى               |                  |           |                | معنى   | معنى                       | معنى                           |
| الجماليات                   | 30                             |                             |                    |                  |           |                | 308.70 |                            |                                |
| معدل المواد المميزة 8,24/20 |                                | المعدل الفصلي: 10,29/20     |                    | المعدل السنوي: / |           |                |        |                            |                                |
| المواظبة                    | عدد الغيابات غير المبررة: 0 سا | عدد الغيابات المبررة: 07 سا | عدد التأخرات: 0 سا |                  |           |                |        |                            |                                |
| ملاحظات مجلس القسم وقراراته | جزء                            |                             |                    |                  |           |                |        |                            |                                |

حرر به: بجاية في 19/

مدير الثانوية (اللقب ، الاسم ، التلم)

الاستاذ الرئيسي

(اللقب الاسم الامضاء)

فرماس  




لا تسلم الا نسخة واحدة من هذا الكشف



الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

| وزارة التربية الوطنية                   |                                | مديرية التربية لولاية بجاية |                    | كشفت نظريم نتائج الفصل الأول |                | السنة الدراسية: 2023-2024 |                  | القسم المعاد     |                        | القسم الثاني: علوم تجريبية 02 |                  | الصف             |                  | 33 / 12   مخرج رقم: |                  |
|-----------------------------------------|--------------------------------|-----------------------------|--------------------|------------------------------|----------------|---------------------------|------------------|------------------|------------------------|-------------------------------|------------------|------------------|------------------|---------------------|------------------|
| المواد                                  | عدد الساعات                    | القياس                      | النتيجة            | معدل الفصل /20               | معدل الفصل /40 | معدل التمرين /20          | معدل التمرين /40 | معدل التمرين /20 | معدل التمرين /40       | معدل التمرين /20              | معدل التمرين /40 | معدل التمرين /20 | معدل التمرين /40 | معدل التمرين /20    | معدل التمرين /40 |
| اللغة العربية و آدابها<br>تعبيرات وهيبة | 2                              | 21.80                       | 10.90              | 13.00                        | 14.50          | 15.00                     | 12.00            | 2                | يمكنك تحصيل نتائج أفضل | نتائج مقبولة                  | 21.80            | 10.90            | 13.00            | 14.50               | 15.00            |
| الرياضيات<br>وارث ورايح                 | 5                              | 28.75                       | 5.75               | 5.00                         | 5.00           | --                        | 13.00            | 5                | ضائع من مجهوداتك       | نتائج ضعيفة                   | 28.75            | 5.75             | 5.00             | 5.00                | --               |
| العلوم الفيزيائية<br>بيرونية حياة       | 5                              | 39.50                       | 7.90               | 15.50                        | 6.00           | 8.00                      | 10.00            | 5                | عليك بالعمل أكثر       | دون المتوسط                   | 39.50            | 7.90             | 15.50            | 6.00                | 8.00             |
| علوم طبيعية و حياة<br>زبدان نسيم        | 6                              | 72.60                       | 12.10              | 23.00                        | 9.50           | 14.00                     | 14.00            | 6                |                        | عليك بمضاعفة العمل            | 72.60            | 12.10            | 23.00            | 9.50                | 14.00            |
| العلوم الاسلامية<br>مداح مولود          | 2                              | 24.50                       | 12.25              | 20.00                        | 14.00          | --                        | 15.00            | 2                | واصل الاجتهاد          | نتائج مرضية                   | 24.50            | 12.25            | 20.00            | 14.00               | --               |
| التاريخ والجغرافيا<br>سماعلي عبد الكريم | 2                              | 23.25                       | 11.63              | 21.00                        | 12.50          | --                        | 13.00            | 2                | يمكنك تحصيل نتائج أفضل | نتائج مقبولة                  | 23.25            | 11.63            | 21.00            | 12.50               | --               |
| اللغة الفرنسية<br>مهديوي أحسن           | 2                              | 27.20                       | 13.60              | 24.00                        | 16.00          | 14.00                     | 14.00            | 2                | Continuez              | Bien                          | 27.20            | 13.60            | 24.00            | 16.00               | 14.00            |
| اللغة الانجليزية<br>حسحائل صوراوية      | 2                              | 30.80                       | 15.40              | 30.00                        | 15.00          | 16.00                     | 16.00            | 2                | Good job               |                               | 30.80            | 15.40            | 30.00            | 15.00               | 16.00            |
| التربية الفنية<br>لمجل فطيمة            | 1                              | 12.00                       | 12.00              | 24.00                        | 12.00          | --                        | 12.00            | 1                | واصل                   | نتائج حسنة                    | 12.00            | 12.00            | 24.00            | 12.00               | --               |
| ت. البدنية و الرياضية<br>حامة مونيير    | 1                              | 16.25                       | 16.25              | 34.00                        | 17.00          | --                        | 14.00            | 1                | واصل                   | جيد جدا                       | 16.25            | 16.25            | 34.00            | 17.00               | --               |
| اللغة الأمازيغية<br>تروان سعيد حليلة    | 2                              | 21.60                       | 10.80              | 20.00                        | 10.00          | 12.00                     | 12.00            | 2                | xdem                   | ixuss                         | 21.60            | 10.80            | 20.00            | 10.00               | 12.00            |
| تثمين المطالمة                          |                                | معنى                        | معنى               | معنى                         | معنى           | معنى                      |                  |                  | معنى                   | معنى                          | معنى             | معنى             | معنى             | معنى                |                  |
| تثمين المشاريع                          |                                | معنى                        | معنى               | معنى                         | معنى           | معنى                      |                  |                  | معنى                   | معنى                          | معنى             | معنى             | معنى             | معنى                |                  |
| الجماليات                               | 30                             | 318.25                      |                    |                              |                |                           |                  |                  |                        |                               | 318.25           |                  |                  |                     |                  |
| معدل المواد المبررة 8.80/20             |                                | المعدل الفصلي: 10.61/20     |                    | المعدل السنوي: /             |                |                           |                  |                  |                        |                               |                  |                  |                  |                     |                  |
| المراظبة                                | عدد الغيابات غير المبررة: 0 سا | عدد الغيابات المبررة: 04 سا | عدد التأخرات: 0 سا |                              |                |                           |                  |                  |                        |                               |                  |                  |                  |                     |                  |
| ملاحظات مجلس القسم وقراراته             | جزاء                           |                             |                    |                              |                |                           |                  |                  |                        |                               |                  |                  |                  |                     |                  |

حرر ب: بجاية في:

مدير الثانوية (اللقب، الاسم، ا-)

الاستاذ الرئيسي

(اللقب الاسم الامضاء)



لا تسلم الا نسخة واحدة من هذا الكشفت



الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

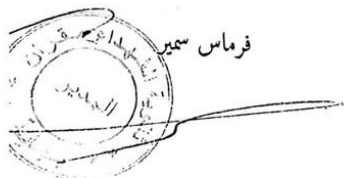
| وزارة التربية الوطنية                    |                                | مديرية التربية لولاية بجاية         |                    | كشوف تفريغ نتائج الفصل الأول |         | السنة الدراسية: 2023-2024 |         |
|------------------------------------------|--------------------------------|-------------------------------------|--------------------|------------------------------|---------|---------------------------|---------|
| ثانوية الشهداء، مفران - بجاية            |                                |                                     |                    |                              |         |                           |         |
| علوم تجريبية                             |                                | القسم: الألية تالوي علوم تجريبية 02 |                    | القسم المعاد                 |         | 3.3 / 12   فرج رقم:       |         |
| المراد                                   |                                | تفريغ                               |                    | التفريغ                      |         |                           |         |
| المراد                                   | عدد الإجابات                   | الدرجة                              | المتوسط            | المتوسط                      | المتوسط | المتوسط                   | المتوسط |
| اللغة العربية و آدابها<br>تفريغات و هدية | 2                              | 12.00                               | 15.00              | 14.50                        | 13.00   | 10.90                     | 21.80   |
| الرياضيات<br>وارث و إيج                  | 5                              | 13.00                               | --                 | 5.00                         | 5.00    | 5.00                      | 28.75   |
| العلوم الفيزيائية<br>بيروينة حياة        | 5                              | 10.00                               | 8.00               | 6.00                         | 15.50   | 7.90                      | 39.50   |
| علوم طبيعية و حياة<br>زيدان نسيم         | 6                              | 14.00                               | 14.00              | 9.50                         | 23.00   | 12.10                     | 72.60   |
| العلوم الإسلامية<br>مداح مولود           | 2                              | 15.00                               | --                 | 14.00                        | 20.00   | 12.25                     | 24.50   |
| التاريخ و الجغرافيا<br>سماعلي عبد الكريم | 2                              | 13.00                               | --                 | 12.50                        | 21.00   | 11.63                     | 23.25   |
| اللغة الفرنسية<br>مهديوي أحسن            | 2                              | 14.00                               | 14.00              | 16.00                        | 24.00   | 13.60                     | 27.20   |
| اللغة الإنجليزية<br>حسحائل صوراوية       | 2                              | 16.00                               | 16.00              | 15.00                        | 30.00   | 15.40                     | 30.80   |
| التربية الفنية<br>لعجل فطيمة             | 1                              | 12.00                               | --                 | 12.00                        | 24.00   | 12.00                     | 12.00   |
| ت. البدنية و الرياضية<br>حامدة مونير     | 1                              | 14.00                               | --                 | 17.00                        | 34.00   | 16.25                     | 16.25   |
| اللغة الأمازيغية<br>تروان سعيد حليلة     | 2                              | 12.00                               | 12.00              | 10.00                        | 20.00   | 10.80                     | 21.60   |
| تثمين المطالمة                           |                                |                                     | معنى               |                              | معنى    | معنى                      | معنى    |
| تثمين المشاريع                           |                                |                                     | معنى               |                              | معنى    | معنى                      | معنى    |
| الجماليات                                | 30                             |                                     |                    |                              |         |                           | 318.25  |
| معدل المراد المميز: 8.80/20              | المعدل الفصلي: 10.61/20        |                                     | المعدل السنوي: /   |                              |         |                           |         |
| المواظبة                                 | عدد الغيابات غير المبررة: 0 سا | عدد الغيابات المبررة: 04 سا         | عدد التأخرات: 0 سا |                              |         |                           |         |
| ملاحظات مجلس القسم وقراراته              | جزء                            |                                     |                    |                              |         |                           |         |

حرر ببجاية في:

مدير الثانوية (اللقب، الاسم، ا:

الاستاذ الرئيسي

(اللقب الاسم الامضاء)



لا تسلم إلا نسخة واحدة من هذا الكشوف



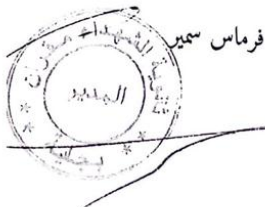
| الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية  |                                |                             |                                    |                |                |                |                                |                          |                        |
|------------------------------------------|--------------------------------|-----------------------------|------------------------------------|----------------|----------------|----------------|--------------------------------|--------------------------|------------------------|
| مديرية التربية لولاية بجاية              |                                |                             | كشوف تفريغ نتائج العمل الأول       |                |                |                | وزارة التربية الوطنية          |                          |                        |
| السنة الدراسية: 2023-2024                |                                |                             |                                    |                |                |                | ثانوية الشهداء - مقران - بجاية |                          |                        |
| القسم المعاد                             |                                |                             | القسم: ثالثة ثانوي علوم تجريبية 02 |                |                |                | علوم تجريبية                   |                          |                        |
| التفريغ                                  |                                |                             | التفريغ                            |                |                |                | 33 / 31   فوج رقم:             |                          |                        |
| المواد                                   | معدلات المواد                  | التفريغ المستمر/20          | إعمال تطبيقية/20                   | معدل التفرغ/20 | معدل اختيار/40 | معدل المادة/20 | البناء                         | تفريغ عام للتعلم والسلوك | إرشادات للتحسن         |
| اللغة العربية و آدابها<br>تفريغات و هيبة | 2                              | 15.00                       | 15.00                              | 14.50          | 9.00           | 10.70          | 21.40                          | نتائج مقبولة             | يمكنك تحصيل نتائج أفضل |
| الرياضيات<br>وارث رابع                   | 5                              | 12.00                       | --                                 | 8.00           | 4.00           | 6.00           | 30.00                          | نتائج ضعيفة              | ضاعف من مجهوداتك       |
| العلوم الفيزيائية<br>بيرونية حياة        | 5                              | 10.50                       | 9.50                               | 10.00          | 15.50          | 9.10           | 45.50                          | دون المتوسط              | عليك بالعمل أكثر       |
| علوم طبيعية و حياة<br>زيان نسيم          | 6                              | 14.00                       | 16.50                              | 12.00          | 20.00          | 12.50          | 75.00                          | عليك بمضاعفة العمل       |                        |
| العلوم الاسلامية<br>مداح مولود           | 2                              | 15.00                       | --                                 | 18.00          | 22.00          | 13.75          | 27.50                          | نتائج جيدة               | واصل الإجتهد والمثابرة |
| التاريخ والجغرافيا<br>اسماعيل عبد الكريم | 2                              | 13.00                       | --                                 | 13.00          | 23.00          | 12.25          | 24.50                          | نتائج جيدة               | واصل على هذا المنوال   |
| اللغة الفرنسية<br>مهدي أحسن              | 2                              | 15.00                       | 15.00                              | 17.00          | 27.00          | 14.80          | 29.60                          | Bien                     | Continuez              |
| اللغة الانجليزية<br>حسائل صورايا         | 2                              | 12.00                       | 12.00                              | 11.00          | 27.00          | 12.40          | 24.80                          |                          | work more              |
| التربية الفنية<br>لعجل فطيمة             | 1                              | 15.00                       | --                                 | 15.00          | 30.00          | 15.00          | 15.00                          | نتائج جيدة               | واصل                   |
| ت. البدنية و الرياضية<br>حامة موزر       | 1                              | 17.00                       | --                                 | 19.00          | 38.00          | 18.50          | 18.50                          | جيد جدا                  | واصل                   |
| اللغة الأمازيغية<br>تروان سعيد حليلة     | 2                              | 15.00                       | 15.00                              | 12.00          | 20.00          | 12.40          | 24.80                          | yelha                    | kemmel                 |
| تفريغ المطالعة                           |                                |                             |                                    |                |                |                |                                | معنى                     | معنى                   |
| تفريغ المشاريع                           |                                |                             |                                    |                |                |                |                                | معنى                     | معنى                   |
| المجموع                                  | 30                             |                             |                                    |                |                |                | 336.60                         |                          |                        |
| معدل المواد المميزة 9.41/20              | المعدل الفصلي: 11.22/20        |                             | المعدل السنوي: /                   |                |                |                |                                |                          |                        |
| المواظبة                                 | عدد الغيابات غير المبررة: 0 سا | عدد الغيابات المبررة: 03 سا | عدد التأخرات: 0 سا                 |                |                |                |                                |                          |                        |
| ملاحظات مجلس القسم وقراراته              | جزاء                           |                             |                                    |                |                |                |                                |                          |                        |

حرر: بجاية في 19:

مدير الثانوية (اللقب، الاسم، الختم)

الاستاذ الرئيسي

(اللقب الاسم الامضاء)



لا تسلم الا نسخة واحدة من هذا الكشوف





| الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية  |                                 |                                                 |                     |        |        |        |                            |                  |                        |
|------------------------------------------|---------------------------------|-------------------------------------------------|---------------------|--------|--------|--------|----------------------------|------------------|------------------------|
| وزارة التربية الوطنية                    |                                 | كثف علوم نتائج الفصل الأول                      |                     |        |        |        | معدية التربية لولاية بجاية |                  |                        |
| الوزارة الشهاد مقرران - بجاية            |                                 |                                                 |                     |        |        |        | السنة الدراسية: 2024-2023  |                  |                        |
| بجدة مشترك علوم وتكنولوجيا               |                                 | القسم الأول لآوري بجدة مشترك علوم وتكنولوجيا 03 |                     |        |        |        | القسم المعاد               |                  |                        |
|                                          |                                 | العلوم                                          |                     |        |        |        | العلوم                     |                  |                        |
| المواد                                   | عدد الساعات                     | الدرجة                                          | الدرجة              | الدرجة | الدرجة | الدرجة | الدرجة                     | الدرجة           | إرشادات التحسين        |
| اللغة العربية وآدابها<br>أصنافي جمال     | 3                               | 12.00                                           | 10.00               | 6.00   | 12.00  | 8.00   | 24.00                      | تألق دون المتوسط | يقصص الحرس والتركيذ    |
| الرياضيات<br>بأنوح سامية                 | 5                               | 13.00                                           | --                  | 9.00   | 10.00  | 8.00   | 40.00                      | دون المتوسط      | عليك بدل مجهود أكبر    |
| العلوم الفيزيائية<br>وروية حياة          | 4                               | 15.00                                           | 14.00               | 15.50  | 26.50  | 14.20  | 56.80                      | تألق جيدة        | واصل على هذا التوال    |
| العلوم الطبيعية والحياة<br>أيت مدور نوال | 4                               | 15.00                                           | 11.00               | 13.00  | 23.00  | 12.40  | 49.60                      | حسن              | واصل                   |
| العلوم الإسلامية<br>نشارك نلدر           | 2                               | 14.00                                           | --                  | 13.00  | 31.00  | 14.50  | 29.00                      | تألق جيدة        | واصل الإجتهد والمثابرة |
| التاريخ والجغرافيا<br>فانه حدة           | 2                               | 12.00                                           | --                  | 12.50  | 18.00  | 10.63  | 21.25                      | متوسط            | اعمل أكثر              |
| اللغة الفرنسية<br>امزال تورية            | 2                               | 12.00                                           | 13.00               | 7.00   | 8.50   | 8.10   | 16.20                      | T. insuffisant   |                        |
| اللغة الإنجليزية<br>حسمائل صوراية        | 2                               | 15.00                                           | 15.00               | 13.50  | 29.00  | 14.50  | 29.00                      | good job         | carry on               |
| المعلوماتية                              | 2                               | معنى                                            | معنى                | معنى   | معنى   | معنى   | معنى                       | معنى             | معنى                   |
| تكنولوجيا<br>دايجي كهيئة                 | 2                               | 11.00                                           | 12.00               | 12.00  | 16.00  | 10.20  | 20.40                      | تألق مقبولة      | بمكنتك تحصيل تألق أفضل |
| التربية الفنية                           | 1                               | معنى                                            | --                  | معنى   | معنى   | معنى   | معنى                       | معنى             | معنى                   |
| ت البدنية والرياضية<br>بن سيدهم سعيد     | 1                               | 16.00                                           | --                  | 16.00  | 32.00  | 16.00  | 16.00                      | جيد              | واصل                   |
| اللغة الأمازيغية<br>يوشنه صافية          | 2                               | 12.00                                           | 11.00               | 5.00   | 17.00  | 9.00   | 18.00                      | Ixuş             | Xdem ugar              |
| تتئين المطالمة                           |                                 | معنى                                            | معنى                | معنى   | معنى   | معنى   | معنى                       | معنى             | معنى                   |
| تتئين المشاريع                           |                                 | معنى                                            | معنى                | معنى   | معنى   | معنى   | معنى                       | معنى             | معنى                   |
| المجموع                                  | 29                              |                                                 |                     |        |        |        | 320.25                     |                  |                        |
| معدل المواد المعيزة 11.26/20             | المعدل القسلي : 11.04/20        |                                                 | المعدل السنوي : /   |        |        |        |                            |                  |                        |
| المراطة                                  | عدد الغيابات غير المبررة : 0 سا | عدد الغيابات المبررة : 0 سا                     | عدد التأخرات : 0 سا |        |        |        |                            |                  |                        |
| ملاحظات مجلس القسم وقراراته              | جزاء                            |                                                 |                     |        |        |        |                            |                  |                        |

حرر بنجاحية في : 4/03/20

مدير الثانوية (اللقب ، الاسم ، الختم و الامم)

الاستاذ الرئيسي

(اللقب الاسم الامضاء)



1000806010233500



لا تسل الا نسخة واحدة من هذا الكثف

### Annexe 3 : l'échelle de la dépendance à l'internet de M. Youcef

#### • مقياس ادمان الانترنت

أجب عن الأسئلة التالية بنعم أمام العبارات التي تنطبق عليك , وبلا أمام العبارات التي لا تنطبق عليك , وإذا كانت تنطبق عليك عبارة بعض الأحيان – غالب الوقت , فأجب " أحيانا "

| الرقم | الفقرة                                                                              | نعم | أحيانا | لا |
|-------|-------------------------------------------------------------------------------------|-----|--------|----|
| 1-    | أجلس امام الانترنت لفترات طويلة في اليوم الواحد تصل إلى عشر ساعات أو أكثر           |     |        |    |
| 2-    | أشعر أن علاقتي الإجتماعية مع أصحابي و معارفي أصبحت ضعيفة                            |     |        |    |
| 3-    | أعتقد أنني مدمن أنترنت ..أقاربي و أصحابي يقولون ذلك عني                             |     |        |    |
| 4-    | التفكير في الانترنت قليلا ما يفارق خيالي حين أتواجد في عملي أو بين أصحابي و أهلي    |     |        |    |
| 5-    | يصيبني الإجهاد و التعب في يدي أو في ظهري من كثرة الجلوس أمام الانترنت               |     |        |    |
| 6-    | أشعر بالرغبة في الحديث عن مغامراتي في الانترنت مع معارفي و أصدقائي                  |     |        |    |
| 7-    | تتملكني الرغبة حين أغلق الانترنت بالعودة إليه بعد قليل                              |     |        |    |
| 8-    | أشعر اني اجد إحتراما و إهتماما على شبكة الانترنت أكثر مما في غيره                   |     |        |    |
| 9-    | جلوسي على الأنترنت يؤخرني دوما عن مواعيد الغداء و العشاء أو لقياء الأصدقاء أو النوم |     |        |    |
| 10-   | غلق الانترنت هو ما أفعله قبل النوم , وفتحها هو أول شئ أفعله بعد الإستيقاظ           |     |        |    |
| 11-   | أشعر من كثرة جلوسي أمام الانترنت أن حياتي المهنية الإستذكار بالنسبة للطلاب متعثرة   |     |        |    |
| 12-   | أستمر في الجلوس أمام الانترنت حتى ولو شعرت ببعض التعب , أو النعاس                   |     |        |    |
| 13-   | أشعر بالندم حين أجلس لفترات طويلة أمام الانترنت                                     |     |        |    |
| 14-   | جلوسي طويلا أمام الانترنت أصابني بالكسل                                             |     |        |    |
| 15-   | ينتابني ضيق شديد عند إنقطاع النت عني لسبب ما من الأسباب                             |     |        |    |

## Annexe 4 : Présentation des données des élèves dans le logiciel SPSS

Annalyde de l'echelle de Houssen 2011 SELUN spss.sav [peu\_de\_donnees] - IBM SPSS Statistics Editeur de données

Visible : 15 variables su

|    | ASMA | ALICIA | KAMILIA | MARWA | NOUR | DJNA | AMINE | SAID | HICHEM | SAMIR | RAOUF | RAYEN | MAZIGH | WALID | MAHDI |
|----|------|--------|---------|-------|------|------|-------|------|--------|-------|-------|-------|--------|-------|-------|
| 1  | 2    | 2      | 2       | 1     | 1    | 2    | 2     | 2    | 2      | 1     | 2     | 2     | 2      | 1     | 2     |
| 2  | 2    | 2      | 1       | 2     | 2    | 2    | 2     | 1    | 1      | 0     | 2     | 1     | 1      | 1     | 2     |
| 3  | 2    | 1      | 1       | 2     | 0    | 0    | 2     | 2    | 2      | 2     | 2     | 2     | 1      | 2     | 2     |
| 4  | 2    | 2      | 2       | 2     | 2    | 2    | 2     | 1    | 0      | 1     | 1     | 1     | 1      | 1     | 0     |
| 5  | 1    | 2      | 2       | 2     | 2    | 2    | 2     | 1    | 0      | 2     | 1     | 2     | 2      | 2     | 2     |
| 6  | 1    | 0      | 2       | 1     | 0    | 0    | 2     | 2    | 2      | 1     | 1     | 2     | 2      | 2     | 0     |
| 7  | 2    | 1      | 2       | 1     | 2    | 2    | 2     | 2    | 2      | 2     | 2     | 2     | 2      | 2     | 2     |
| 8  | 8    | 2      | 1       | 2     | 2    | 2    | 2     | 1    | 2      | 1     | 2     | 1     | 0      | 1     | 0     |
| 9  | 1    | 1      | 2       | 1     | 1    | 2    | 2     | 1    | 2      | 1     | 1     | 2     | 2      | 1     | 2     |
| 10 | 1    | 1      | 2       | 1     | 1    | 2    | 2     | 2    | 2      | 1     | 2     | 2     | 2      | 2     | 2     |
| 11 | 2    | 1      | 2       | 1     | 1    | 2    | 2     | 1    | 2      | 2     | 2     | 0     | 2      | 2     | 0     |
| 12 | 2    | 2      | 1       | 2     | 2    | 2    | 2     | 2    | 2      | 1     | 2     | 2     | 2      | 2     | 2     |
| 13 | 2    | 2      | 0       | 2     | 2    | 2    | 1     | 0    | 2      | 1     | 0     | 1     | 0      | 2     | 1     |
| 14 | 1    | 2      | 1       | 1     | 1    | 2    | 2     | 1    | 0      | 1     | 2     | 2     | 2      | 0     | 0     |
| 15 | 1    | 2      | 2       | 2     | 1    | 2    | 2     | 2    | 2      | 2     | 1     | 2     | 2      | 1     | 2     |
| 16 |      |        |         |       |      |      |       |      |        |       |       |       |        |       |       |
| 17 |      |        |         |       |      |      |       |      |        |       |       |       |        |       |       |
| 18 |      |        |         |       |      |      |       |      |        |       |       |       |        |       |       |
| 19 |      |        |         |       |      |      |       |      |        |       |       |       |        |       |       |
| 20 |      |        |         |       |      |      |       |      |        |       |       |       |        |       |       |
| 21 |      |        |         |       |      |      |       |      |        |       |       |       |        |       |       |
| 22 |      |        |         |       |      |      |       |      |        |       |       |       |        |       |       |
| 23 |      |        |         |       |      |      |       |      |        |       |       |       |        |       |       |

Vue de données | Vue des variables

Le processeur IBM SPSS Statistics est prêt | Unicode:ON

18:16 30/05/2024



|    | Nom     | Type      | Largeur | Décimales | Libellé  | Valeurs     | Manquant | Colonnes | Align  | Mesure    | Rôle   |
|----|---------|-----------|---------|-----------|----------|-------------|----------|----------|--------|-----------|--------|
| 1  | ASMA    | Numérique | 8       | 0         | FEMININ  | {0, NON}... | Aucun    | 8        | Droite | Nominales | Entrée |
| 2  | ALICIA  | Numérique | 8       | 0         | FEMININ  | {0, NON}... | Aucun    | 8        | Droite | Nominales | Entrée |
| 3  | KAMILIA | Numérique | 8       | 0         | FEMININ  | {0, NON}... | Aucun    | 8        | Droite | Nominales | Entrée |
| 4  | MARWA   | Numérique | 8       | 0         | FEMININ  | {0, NON}... | Aucun    | 8        | Droite | Nominales | Entrée |
| 5  | NOUR    | Numérique | 8       | 0         | FEMININ  | {0, NON}... | Aucun    | 8        | Droite | Nominales | Entrée |
| 6  | DJNA    | Numérique | 8       | 0         | FIMININ  | {0, NON}... | Aucun    | 8        | Droite | Nominales | Entrée |
| 7  | AMINE   | Numérique | 8       | 0         | MASCULIN | {0, NON}... | Aucun    | 8        | Droite | Nominales | Entrée |
| 8  | SAID    | Numérique | 8       | 0         | MASCULIN | {0, NON}... | Aucun    | 8        | Droite | Nominales | Entrée |
| 9  | HICHEM  | Numérique | 8       | 0         | MASCULIN | {0, NON}... | Aucun    | 8        | Droite | Nominales | Entrée |
| 10 | SAMIR   | Numérique | 8       | 0         | MASCULIN | {0, NON}... | Aucun    | 8        | Droite | Nominales | Entrée |
| 11 | RAOUF   | Numérique | 8       | 0         | MASCULIN | {0, NON}... | Aucun    | 8        | Droite | Nominales | Entrée |
| 12 | RAYEN   | Numérique | 8       | 0         | MASCULIN | {0, NON}... | Aucun    | 8        | Droite | Nominales | Entrée |
| 13 | MAZIGH  | Numérique | 8       | 0         | MASCULIN | {0, NON}... | Aucun    | 8        | Droite | Nominales | Entrée |
| 14 | WALID   | Numérique | 8       | 0         | MASCULIN | {0, NON}... | Aucun    | 8        | Droite | Nominales | Entrée |
| 15 | MAHDI   | Numérique | 8       | 0         | MASCULIN | {0, NON}... | Aucun    | 8        | Droite | Nominales | Entrée |
| 16 |         |           |         |           |          |             |          |          |        |           |        |
| 17 |         |           |         |           |          |             |          |          |        |           |        |
| 18 |         |           |         |           |          |             |          |          |        |           |        |
| 19 |         |           |         |           |          |             |          |          |        |           |        |
| 20 |         |           |         |           |          |             |          |          |        |           |        |
| 21 |         |           |         |           |          |             |          |          |        |           |        |
| 22 |         |           |         |           |          |             |          |          |        |           |        |
| 23 |         |           |         |           |          |             |          |          |        |           |        |
| 24 |         |           |         |           |          |             |          |          |        |           |        |
| 25 |         |           |         |           |          |             |          |          |        |           |        |



# Glossaire

**Achats compulsifs ou oniomanie :** L'achat compulsif désigne un achat de manière excessive et répétitive qui entraîne des problèmes financiers et familiaux chez la personne. Considéré comme une pathologie, l'achat compulsif relève de l'addiction comportementale. La personne achète un produit sous-tendu par un besoin irrésistible généralement sous le coup d'une émotion négative (stress, anxiété, colère, frustration, découragement...). L'acheteur compulsif achète un produit dont il n'a ni le besoin, ni l'envie.

**Addictions au sexe ou hyper sexualité :** Ou être accro au sexe ; L'hypersexualité, aussi appelée « sexualité compulsive », est un comportement sexuel humain qui se traduit par une recherche continue et persistante du plaisir sexuel. Pour les hommes, l'hypersexualité est aussi appelée satyriasis ou satyrisme (de « satyres », créatures de la mythologie grecque). Pour les femmes, l'hypersexualité est parfois appelée nymphomanie (composé de « nymphe », divinité féminine de la mythologie gréco-romaine souvent représentée sous les traits d'une jeune fille nue, et du mot grec μανία (manía) signifiant « folie »).

**Alcool :** selon Dictionnaires Le Robert c'est un nom masculin sous forme d'un Liquide contenant essentiellement de l'éthanol, obtenu par distillation des jus fermentés renfermant du glucose. Toute espèce de boisson obtenue par distillation du vin ou d'un jus fermenté ; eau-de-vie, spiritueux.

**Amphétamine :** Substance sympathicomimétique aux effets anorexigènes .

L'amphétamine est utilisée chez les enfants et adultes dans le traitement du TDAH, de la narcolepsie, de l'obésité, et des troubles de l'hyperphagie boulimique, mais son usage non médical est criminalisé dans la plupart des pays du monde.

**Analgésiques centraux, :** Douleur (médicament de la), opioïde.

**Anesthésiants :** Médecin spécialiste chargé d'endormir ou d'insensibiliser le patient lors d'une opération chirurgicale. Avant l'opération, il examine le patient au cours d'une consultation pré-anesthésique afin de déterminer la technique d'anesthésie la plus appropriée en fonction de l'état du patient. Elle vise à permettre une procédure médicale qui autrement serait trop douloureuse. L'anesthésie peut viser un membre, une région ou l'organisme entier (anesthésie générale). L'anesthésie locorégionale est aussi pratiquée dans les cas de douleurs chroniques.

**Benzodiazépines :** sont une classe de composés organiques formés d'un cycle benzénique fusionné à un cycle diazépine. On classe aussi parmi les benzodiazépines les thiénodiazépines, qui à la différence d'avoir un cycle benzène possède un cycle thiophène.

**Bigorexie :** qui est une dépendance à l'activité physique (être accro au sport) ; Addiction

caractérisée par un besoin irréprensible de pratiquer intensivement une activité sportive (pour développer sa masse musculaire, notamment), malgré le risque de blessure ou d'épuisement et, parfois même, aux dépens de sa vie professionnelle et familiale. Autrement dit : un usage excessif, abusif, voire pathologique qui engendre des difficultés chez l'individu. Difficultés qui peuvent être d'ordre psychologique, social ou professionnel.

**Boulimie** : se caractérise par des prises compulsives de quantités importantes de nourriture suivies de comportements compensatoires (vomissements, prise de laxatifs, jeûne ou exercice physique excessif...). En effet, l'origine du trouble peut provenir de facteurs de vulnérabilité qui se transmettent génétiquement, comme l'impulsivité qui représente l'un des signes majeurs de la boulimie, ou une prédisposition aux addictions. Il existe de types de boulimie,

**Cannabis** : (parfois appelé la « marijuana ») est une drogue qui est le produit de la plante de cannabis. Selon la façon qu'il est préparé, le cannabis peut être consommé à des fins médicales ou non médicales, on a tendance à classer dans la catégorie des « drogues douces ». Le cannabis est une plante aux usages divers dont certaines variétés ont des effets neuropharmacologiques qui sont essentiellement dus à un des quelque 100 cannabinoïdes présents dans la plante, le delta-9-tetrahydrocannabinol (THC). Il est classé au niveau international comme stupéfiant.

Champs de tabac.

**Cocaïne** : « Alcaloïde » extrait des feuilles d'une plante Sud-américaine. Appeler (Erythroxylon coca), doué de propriétés anesthésiques locales

**Codéine** : Est l'un des alcaloïdes contenus dans le pavot somnifère (Papaver somniferum). Elle est utilisée comme analgésique et comme antitussif narcotique. Elle a été isolée pour la première fois en 1832 par le chimiste français Pierre Jean Robiquet. Son nom provient du nom en grec de la tête de pavot : κώδεια, kôdeia. La codéine est le médicament opioïde le plus couramment utilisé au Canada. Elle est utilisée pour soulager la toux et la douleur légère ou modérée, mais elle crée une dépendance lorsqu'elle est utilisée à fortes doses et sur une longue durée. Des perforations et hémorragies dans l'estomac ou les intestins ainsi qu'une anémie sévère ont également été observées. La codéine est une molécule opiacée, au même titre que la morphine. Elle expose donc à un risque d'abus et de dépendance dont les conséquences sur votre santé peuvent être graves.

**Cyberdépendance et la dépendance aux jeux vidéo** : peut être définie comme une utilisation récurrente et persistante des multiples applications d'Internet dont l'usage devient une conduite difficilement contrôlable avec pour conséquence, une souffrance cliniquement significative.

**Dépendance affective** : Qui peut être une conséquence du manque affectif ; Lorsque, chez un individu, l'amour et l'estime de soi dépendent de facteurs extérieurs, on parle de dépendance

affective. Ce trouble désigne l'incapacité psychologique d'une personne à vivre sans l'approbation ou le jugement positif de l'autre.

**Drogues dures** : est un terme qui qualifie des substances à même de provoquer une dépendance psychique et physique forte. Ce terme désigne généralement les dérivés de cocaïne et d'héroïne. Ces termes sont apparus lors de la mise en place des réglementations internationales concernant les drogues recouvre des substances à même de provoquer une dépendance psychique et physique forte. Elle désigne généralement les dérivés de cocaïne et d'héroïne.

**Ecstasy** : La MDMA (pour 3,4-méthylènedioxy-N-méthylamphétamine) est une amine sympathicomimétique, molécule psychostimulante de la classe des amphétamines. Substance de structure proche de l'amphétamine et de la mescaline, utilisée comme stupéfiant en raison de ses effets euphorisants et psychostimulants. (L'ecstasy stimule la sécrétion de sérotonine, médiateur chimique des centres nerveux et en particulier de l'hypothalamus. Utilisée comme drogue, vendue alors sous forme de cristaux (souvent impurs) ou de pilules sous le nom d'ecstasy.

Elle est l'anti -douleur de référence, l'un des plus efficaces et l'un des plus utilisés dans le monde, celui auquel est comparée l'efficacité des autres médicaments à visée anti-douloureuse.

Elle est souvent mélangée avec plusieurs des produits suivants : acide muriatique, éther, acide sulfurique, insecticides, solvants, engrais, iode, détergents, etc. la méthamphétamine se présente sous une forme solide cristalline (d'où sa dénomination de « crystal »), incolore et inodore, qui peut rappeler du verre pilé ou de la glace (d'où sa dénomination de « ice »). Elle se consomme généralement fumée dans une pipe, ou prise.

**Héroïne** : connu sous le nom diamorphine ou diacétylmorphine, est un composé hétérocyclique à cinq noyaux d'origine semi-synthétique de la sous-classe des morphinanes. Cette substance psychotrope est utilisée pour ses très puissants effets analgésique et euphorisant. C'est aussi l'une des plus toxico-dépendantes, accoutumantes, dangereuses (par les risques fréquents de surdosage) et destructrices de toutes les drogues. Découverte par Charles Romley Alder Wright en 1874, c'est un opioïde obtenu par acétylation de la morphine. Elle est utilisée à des fins médicales comme analgésique, mais surtout de manière illégale dans des cadres d'utilisations récréatives. Son usage chronique est susceptible d'entraîner une très forte accoutumance chez le sujet.

Ils forment une classe de médicaments psychotropes, familièrement appelés « anxiolytiques ». La boulimie, avec vomissements ou prise de purgatifs (laxatifs et diurétiques) et la boulimie sans vomissements ni prise de purgatifs mais dans ce cas avec des comportements compensatoires tels le jeûne et l'exercice physique excessif. L'hyperphagie boulimique, sans

comportements visant à perdre du poids.

L'amphétamine est utilisée lors de guerres et de conflits armés pour améliorer la performance, principalement dans le cadre de privation de sommeil et d'amélioration de la vigilance.

Le concept d'hypersexualité remplace au début du XXI<sup>e</sup> siècle les anciens concepts de nymphomanie et de satyriasmisme. À ces anciens concepts était associé un trouble psychologique caractérisé par une obsession vis-à-vis du sexe entraînant une libido considérée comme trop active.

Les benzodiazépines sont des modulateurs positifs des récepteurs GABAA. Quand le GABA naturellement produit (ou bien un autre agoniste, comme l'alcool) se fixe à ses récepteurs, la réaction des cellules cibles est amplifiée. Elle est utilisée dans le traitement médical de l'anxiété, de l'insomnie, de l'agitation psychomotrice, des convulsions, des spasmes, ou dans le contexte d'un syndrome de sevrage alcoolique. Ils sont principalement utilisés comme anxiolytiques.

Les troubles addictifs incluent l'alcoolisme, le tabagisme, les toxicomanies (consommation de cannabis, héroïne, cocaïne, amphétamines, dérivés de synthèse tels que méthamphétamine, poppers, etc.), l'addiction à certains médicaments (morphine, anti-douleur, etc.) mais aussi les addictions à un comportement, comme la pratique des jeux de hasard (cartes à gratter, loto, machines à sous), d'argent (tiercé, poker, roulette), les écrans (smartphone, ordinateur, télé, tablette), le sexe ou les achats compulsifs.

Les troubles addictifs peuvent avoir des conséquences importantes sur la vie affective, la famille, les amis et le travail. Malgré ces difficultés, il est possible de se rétablir de ces troubles. L'héroïne est une substance contrôlée au niveau international. Elle figure sur les tableaux I et IV de la Convention unique sur les stupéfiants<sup>3</sup>. Elle est classée comme stupéfiant dangereux. Sa vente est à ce titre interdite et elle donne lieu à un important trafic illégal.

**Ludomanie** : Egalement nommé le jeu pathologique, qui est une forme additive aux jeux d'argent, de hasard et aux paris, est une forte addiction aux jeux et paris (casinos, jeux à gratter, paris en ligne) malgré les conséquences négatives ou le désir d'arrêter. Le simple plaisir de jouer n'existe plus et devient un besoin excessif, prenant toute la place dans la vie. Le joueur ne peut plus arrêter librement, son attitude est compulsive : le jeu s'est transformé en une drogue.

**Méthadone** : nom féminin Médecine Substance de synthèse, hypnotique et analgésique, voisine de la morphine, utilisée comme drogue de substitution dans le traitement de certains toxicomanes. La Méthadone est un opioïde analgésique synthétisé en 1937 par les Allemands Max Bockmühl, Elle est utilisée depuis 1960 comme substitut des opiacés chez



les consommateurs d'héroïne sous l'impulsion de Mary Jeanne Kreek, Vincent Dole et Marie Nyswander. Son utilisation comme substitut est légale en France depuis 1995. En général, le mélange des isomères D et L est utilisé, ceci bien que l'activité recherchée soit due presque entièrement à la forme L. En tant qu'analgésique narcotique, la méthadone est utilisée pour soulager des douleurs sévères. Suivant les législations en vigueur par pays, la prescription médicale de méthadone peut être soumise aux lois sur la prescription de substances psychotropes.

**Méthamphétamines** : Est une drogue composée d'éphédrine et de pseudoéphédrine, des substances que l'on trouve dans certains médicaments contre le rhume. L'amphétamine, est découverte avant la méthamphétamine, fut d'abord synthétisée en 1887 en Allemagne par le chimiste roumain Lazăr Edeleanu (en) qui l'appela phénylisopropylamine

**Morphine** : Substance tirée de l'opium, douée de propriétés soporifiques et calmantes. C'est une molécule complexe utilisée en médecine comme analgésique (médicament utilisé pour lutter contre la douleur) et comme drogue pour son action euphorisante.

**Oniomanie** : ou trouble lié à l'achat compulsif, ou familièrement fièvre acheteuse, est la manie compulsive des achats, généralement peu ou pas nécessaires à l'individu. Cette manie a été découverte en Allemagne à la fin du XIX e siècle par Emil Kraepelin. La personne souffrant d'oniomanie ressent un malaise ou un manque qu'elle cherche à combler avec des achats. C'est l'acte d'achat lui-même qui va lui procurer de l'excitation en amont puis un soulagement par la suite. L'oniomane porte moins d'intérêt à l'objet acheté qu'à l'acte d'achat lui-même.

**Opiacé synthétique** : Se dit d'une substance qui contient de l'opium ou l'un de ses dérivés semisynthétiques qui en a les propriétés. Les substances opiacées telles que codéine, morphine et substances hémi-synthétiques dérivées de ces molécules et de la thébaïne, peuvent faire l'objet d'abus toxicomaniaques. On utilise également ce terme pour désigner les dérivés de l'opium. P.ex. : « toxicomanie aux opiacés ».

**Opiacés** : un produit qui contient de l'opium ou une préparation de l'opium

**Opioides** : Substance qui reproduit les effets calmants de l'opium et de ses dérivés de synthèse, appelés opiacés. Ses effets sont les mêmes que ceux de la morphine. Les opioïdes exercent leurs effets par stimulation directe ou indirecte des récepteurs opiacés, qui sont surtout logés dans les systèmes nerveux central et parasymphatique. Les récepteurs de ces organes servent de médiateurs à la fois aux effets bénéfiques et néfastes des opioïdes.

**Opium** : L'**opium** est le latex qu'exsude le pavot somnifère. On le récolte en le laissant couler le long d'incisions faites sur les capsules des fleurs de la plante au petit matin, après la chute de

leurs pétales. Il contient une grande concentration d'alcaloïdes comme la morphine ou la codéine, dont elles sont extraites. Il en résulte, après préparation, un produit hautement psychotrope. L'opium induit notamment une euphorie, une somnolence et un état hypnotique et onirique que de nombreux écrivains, penseurs et artistes ont recherché, comme Charles B, Jean C.

Ses usages non médicaux incluent l'amélioration de la performance sportive, et l'usage récréatif comme euphorisant, stimulant, et aphrodisiaque.

**Substances psychoactives possibles :** sont des produits qui modifient l'état de conscience. Elles ont un effet sur la perception, la pensée, les sentiments et les actions.

Tabac gris

**Tabac :** selon le Dictionnaires Le Robert c'est un nom masculin et adjectif invariable de couleur

**Trouble addictif :** Les troubles addictifs sont liés à la consommation de substances entraînant une dépendance, telles que l'alcool, le tabac ou les drogues. Ces substances, dites psychoactives, modifient notre fonctionnement mental. Elles sollicitent de manière excessive le circuit de récompense dans notre cerveau, celui qui produit la sensation de plaisir. A force, il devient impossible de se passer de ces substances. Cela a des conséquences négatives sur notre santé physique et mentale.

**Troubles du comportement alimentaire(TCA) :** Les troubles des conduites alimentaires (TCA) sont caractérisés par des comportements alimentaires différents de ceux habituellement adoptés par les personnes vivant dans le même environnement. Ces troubles sont importants et durables et ont des répercussions psychologiques et physiques. Elle se caractérise par une perte de poids intentionnelle. Les personnes les plus concernées sont les jeunes filles, à l'adolescence, mais cela peut aussi toucher les jeunes hommes. **Works à holisme ou ergomanie :** C'est-à-dire une dépendance au travail .

## Résumé

L'utilisation excessive des écrans et des smartphones, souvent qualifiée de "drogue électronique", est devenue une préoccupation majeure chez les jeunes en Algérie et dans de nombreux pays occidentaux. Cette problématique suscite des inquiétudes quant à ses effets sur le rendement scolaire et le bien-être des enfants et adolescents.

Notre étude a été réalisée auprès d'élèves âgés de 15 à 20 ans des établissements scolaires "CHOUHADA MOKRANE", "Oliviers", et "Technicom". Nous avons cherché à évaluer l'impact de la surexposition aux écrans sur l'apprentissage scolaire des lycéens. Une approche intégrative a été adoptée sur le plan théorique, et un échantillon non probabiliste de 210 élèves des deux sexes a été sélectionné. La méthode mixte

employée combinait des outils d'investigation tels que des entretiens semi-directifs (destinés aux parents, aux élèves et aux enseignants), l'échelle de dépendance à Internet de M. Youcef (2011). L'étude reposait sur l'analyse de cas et l'analyse descriptive quantitative à l'aide du logiciel SPSS.

Les résultats montrent que 48% des élèves passent plus de quatre heures par jour devant leurs écrans et smartphones, et 43% ont confirmé un impact négatif sur leur santé. La pandémie de COVID-19 a exacerbé ce problème, entraînant une augmentation de 41% de l'utilisation des réseaux sociaux. Les effets négatifs sur la santé incluent une pression sur les activités cognitives et comportementales, influençant la mémoire, la concentration et les résultats scolaires. Par exemple, les bulletins de certains cas, tels que Said (7,23/20) et Djana (8,31/20), montrent des résultats scolaires affectés par l'addiction aux écrans.

En conclusion, la surexposition aux écrans chez les jeunes Algériens est une réalité préoccupante qui nécessite une prise en charge adaptée pour préserver leur santé et leur réussite scolaire. La principale recommandation est de mieux encadrer l'utilisation des écrans chez les élèves pour préserver leur santé et leur réussite scolaire, plutôt que de l'interdire complètement.

Mots clés : Surexposition aux écrans ; Addiction ; Apprentissage scolaire ; Méthode descriptive mixte.

### **Abstract**

The excessive use of screens and smartphones, often referred to as "electronic addiction," has become a major concern among young people in Algeria and many Western countries. This issue raises worries about its effects on the academic performance and well-being of children and adolescents.

Our study was conducted among students aged 15 to 20 from the schools "CHOUHADA MOKRANE," "Oliviers," and "Technicom." We aimed to evaluate the impact of screen overexposure on the academic learning of high school students. An integrative approach was adopted theoretically, and a non-probabilistic sample of 210 students of both sexes was selected. The mixed-method approach combined investigative tools such as semi-structured interviews (with parents, students, and teachers) and M. Youcef's (2011) Internet Dependency Scale. The study was based on case analysis and quantitative descriptive analysis using the SPSS software.

The results show that 48% of students spend more than four hours a day in front of their screens and smartphones, and 43% confirmed a negative impact on their health. The COVID-19 pandemic exacerbated this problem, leading to a 41% increase in social media use. The negative health effects include pressure on cognitive and behavioral activities, influencing memory, concentration, and academic results. For example, report cards of certain cases, such as Said (7,23/20) and Djana (8.31/20), show academic performance affected by screen addiction.

In conclusion, screen overexposure among young Algerians is a concerning reality that requires appropriate measures to preserve their health and academic success. The main recommendation is to better regulate screen use among students to maintain their health and academic performance rather than completely banning it.

**Keywords:** Screen overexposure; Addiction; Academic learning; Mixed descriptive method.