



Université Abderrahmane MIRA de Bejaia
Faculté des Sciences Humaines et Sociales
Département de Psychologie et d'Orthophonie

Mémoire de fin de cycle

En vue d'obtention d'un diplôme de Master en psychologie

Spécialité : psychologie clinique

Thème :

**L'addiction au réseau social « Facebook »
et le rendement scolaire des lycéens.
(Étude réalisé au sein de lycée Tiharkatine d'Akbou)**

Réalisé par :

Mr. OUZNADJI Radi

Encadré par :

DR. BAKLI Nassima

Année universitaire 2023/2024

REMERCIEMENTS

Ce travail a été réalisé principalement grâce à dieu, je tiens à remercier chaleureusement l'encadreur de mon mémoire, **Dr BAKLI Nassima**, pour sa patience, sa disponibilité et ses conseils avisés.

Mes vifs remerciements vont également aux membres jury d'avoir voulu et accepter d'examiner et évaluer mon travail.

J'exprime également ma reconnaissance envers le personnel professionnel et administratif du **Lycée des martyrs BERKANI Hafsa, BEN BERKANE el Hacene et Mohand Larbi** pour leur assistance précieuse, Mes remerciements vont également à tous les élèves qui ont accepté de participer à notre recherche en nous accordant de leur temps et de leur disponibilité, ce qui a été essentiel pour la réalisation de ce modeste travail.

Je suis reconnaissant envers **mes parents** pour leur amour, leurs conseils et leur soutien inconditionnel. Enfin, j'exprime mes sincères remerciements à tous ceux qui, de près ou de loin, ont contribué à la réalisation de ce travail par leur présence, leurs conseils.

Merci infiniment

DEDICACES

Je dédie ce travail de savoir à mon enseignante Dr BAKLI Nassima qui m'a offert le courage et l'encadrement pour réaliser mon mémoire.

À mes chers parents, frères et amis,

*À vous qui avez été mes piliers inébranlables tout au long de ce parcours, je dédie ce mémoire. Votre soutien indéfectible, vos encouragements constants et votre présence bienveillante ont illuminé chaque étape de cette aventure académique. À **mes parents**, pour votre amour infini et votre sacrifice sans bornes, à mes frères **OUZNADJI KADER, YANIS, NASSIM**, et ma sœur **RADIA** pour vos rires et votre support inconditionnel, et à mes deux amis **BOUATIA M'HAND ET NESERINE** qui ont été mes complices et mes confidents, je vous suis infiniment reconnaissant. Ce travail est le fruit de notre collaboration, de nos échanges et de notre amitié. Puissiez-vous y trouver la reconnaissance de votre impact dans ma vie et dans la réussite de ce projet.*

Avec toute ma gratitude et mon affection sincère.

RADI

Liste des tableaux :

Numéro de tableau	Titre	Page
Tableau n 01	Répartitions du groupe de recherche selon le genre	48
Tableau n 02	Répartition du groupe de recherche selon l'âge	49
Tableau n 03	Répartition du groupe de recherche selon les filières	50
Tableau n 04	Distribution du pourcentage d'addiction à Facebook	51
Tableau n 05	Distribution des résultats obtenus selon le genre	53

Liste des figures :

Numéro de figure	Titre	Page
Figure n 01	Diagramme circulaire représentant la distribution de notre groupe de recherche selon le genre.	48
Figure n 02	Diagramme circulaire représentant la distribution de notre groupe de recherche selon l'âge.	49
Figure n 03	Histogramme représentant la distribution selon les filières	50
Figure n 04	Histogramme représentant la distribution du pourcentage D'addiction à Facebook	51-52
Figure n 05	Histogramme représentant la distribution des résultats obtenus selon le genre	53-54

Liste des annexes :

Numéro de l'annexe	Titre
Annexe n 01	Questionnaire d'addiction à Facebook
Annexe n 02	Questionnaire d'addiction à Facebook (Traduit en langue Amazigh)

Sommaire

Remerciements	
Dédicace	
Liste des tableaux	
Liste des figures	
Liste des annexes	
Introduction	1

La partie théorique

Chapitre 01 : Le cadre général de la recherche

Les objectifs de la recherche :	4
Les raisons du choix du thème	5
La problématique.....	6
Les hypothèses :	9
L'opérationnalisation des concepts :	10
Les études antérieures	12
Le cas de l'Algérie	13

Chapitre 02 : l'addiction au Facebook

Préambule.....	16
1 .Définition de l'addiction	16
2. Définition de la cyberdépendance (cyberaddiction).....	16
3. Les signes cliniques de la cyberdépendance	17
4. Les éléments spécifiques de la cyberdépendance.....	17
4.1. La durée d'utilisation :	18
4.2. L'impact sur les relations interpersonnelles :.....	18
4.3. La valorisation grâce à un personnage virtuel :	19
4.4. Le rapport à la réalité.....	20
5. Définition des réseaux sociaux :	20
6. Le réseau social "Facebook"	22

7. L'objectif et le rôle du Facebook :	22
8. Rôle de Facebook :	23
9. Les avantages et les inconvénients de Facebook :	23
10. Inconvénient de Facebook :	24
Synthèse	26

Chapitre 03 : Les lycéens et le rendement scolaire

Préambule :	28
1. L'histoire du lycée :	28
3. Le rendement scolaire :	29
4. Le lycéen dans son milieu scolaire :	30
5. Importance du rendement scolaire chez les lycéens :	31
6. Les modèles théoriques de rendement scolaire	33
6.1. Modèle de L'engagement scolaire	33
6.2. Modèle de la théorie de l'intelligence	34
6.3. Modèle de la compétence et de la motivation	34
7. Les facteurs influencés sur le rendement scolaire	34
7.1. Les facteurs externes	34
7.2. Les facteurs internes	35
8. Le Face-Blocage : quand le Facebook bloque le rendement scolaire :	35
8.1. Origine et signification du terme "Face-Blocage"	35
8.2. Caractéristiques du Face-Blocage :	36
8.3. Cadre théorique associé	36
8.4. Différenciation d'autres notions proches	37

Partie Pratique

Chapitre 04: Méthodologie de la recherche

Préambule :	40
1. La méthode de la recherche :	40
1.1. La méthode descriptive :	40

1.2. La méthode quantitative :	41
2. Présentation du groupe de recherche :	41
2.1. Critères d'inclusion :	41
2.2. Critères d'exclusion :	41
3. Présentation du lieu de la recherche :	41
4. Le déroulement de la recherche :	42
4.1. La pré-enquête.....	42
4.2. Enquête :	43
5. Les outils de la recherche :	44
6. Interprétation du Questionnaire d'addiction à Facebook :	44
Synthèse :	45

Chapitre 05 : Présentation, analyse et discussion des résultats

Préambule :	47
1. Présentation des résultats liés aux caractéristiques du groupe de recherche (Genre, Age et filière) :	47
2. Présentation et analyses des données du questionnaire d'addiction à Facebook	50
2. Discussion des hypothèses :	52
Conclusion.....	54
Conclusion générale	56
La liste bibliographique :	65

Annexes

Résumé

Introduction

Introduction

L'addiction à Facebook, comme à d'autres réseaux sociaux, est un phénomène de plus en plus préoccupant, notamment chez les jeunes et les étudiants. Cette dépendance se caractérise par un besoin compulsif de consulter Facebook, de publier du contenu, de suivre l'activité de ses contacts ou encore de réagir aux notifications. Ce comportement répétitif et souvent excessif peut avoir des répercussions notables sur la vie quotidienne, en particulier sur le rendement scolaire.

En effet, le temps passé sur Facebook empiète fréquemment sur celui consacré aux études, réduisant ainsi les moments réservés à la concentration et à l'apprentissage. Les étudiants accros à cette plateforme ont tendance à être distraits par les notifications et les flux d'informations incessants, ce qui peut nuire à leur capacité à se concentrer sur leurs tâches académiques. Plusieurs études ont montré que l'utilisation excessive de Facebook est corrélée à une baisse des performances scolaires, notamment en raison de la procrastination et de la dispersion mentale qu'elle entraîne .

Au-delà du simple temps perdu, l'addiction à Facebook peut également altérer la qualité du sommeil, avec des étudiants qui restent éveillés tard pour interagir sur la plateforme. Le manque de sommeil a des effets directs sur la mémoire, la concentration et la productivité, ce qui affecte encore davantage les résultats scolaires.

Cependant, il est important de noter que les effets de Facebook sur le rendement scolaire varient selon l'intensité de l'utilisation et la capacité de l'utilisateur à gérer son temps. Une utilisation modérée et contrôlée, par exemple pour des échanges entre pairs ou des recherches d'informations, peut même être bénéfique. En revanche, lorsque l'utilisation devient abusive, l'impact sur la scolarité tend à être négatif. La clé réside donc dans la gestion du temps et dans l'équilibre entre les activités sur les réseaux sociaux et les priorités académiques.

La partie théorique

Chapitre 01 : Le cadre général de la recherche

Les objectifs de la recherche :

Dans un monde où les réseaux sociaux sont devenus des éléments incontournables du quotidien des adolescents, Facebook, malgré la montée d'autres plateformes, continue d'occuper une place particulière chez les lycéens. Cette recherche vise à comprendre dans quelle mesure cette utilisation peut devenir problématique, notamment lorsqu'elle se transforme en addiction et qu'elle interfère avec la réussite scolaire. Ainsi, les objectifs de cette étude sont les suivants :

1. Identifier la fréquence et l'intensité de l'utilisation de Facebook chez les lycéens pour évaluer l'ampleur du phénomène d'addiction

Le premier objectif consiste à évaluer le degré de dépendance que certains élèves peuvent développer vis-à-vis de Facebook. Il ne s'agit pas simplement de mesurer combien de temps ils y passent, mais de comprendre si cette utilisation répond à des critères d'addiction : incapacité à se déconnecter, impact sur le sommeil, isolement social, baisse de motivation scolaire, etc.

L'objectif est donc de déterminer dans quelle mesure cette addiction existe réellement chez les lycéens et comment elle se manifeste. Cela permettra de poser un diagnostic clair sur le lien entre usage excessif et comportements problématiques.

2. Analyser l'effet de cette addiction sur le rendement scolaire, en tenant compte des différences selon le genre

Une fois l'addiction identifiée, il est essentiel d'observer ses conséquences sur le rendement scolaire : baisse des notes, difficulté de concentration, oubli des devoirs, fatigue en classe, etc. Mais ce lien n'est pas nécessairement identique pour tous.

Ce deuxième objectif cherche donc à comprendre si l'impact de l'addiction à Facebook sur les résultats scolaires varie selon que l'élève est une fille ou un garçon. En effet, les usages, les motivations et la sensibilité face aux distractions numériques peuvent différer selon le genre, et cela peut influencer la façon dont Facebook interfère avec les études.

3. Proposer des pistes d'action pour prévenir ou limiter les effets négatifs de cette addiction sur la réussite scolaire

Enfin, cette étude ne se limite pas à constater des faits. Elle vise aussi à proposer des solutions concrètes, adaptées au contexte scolaire, familial et psychologique des adolescents.

À partir des données collectées et des analyses effectuées, il s'agira de formuler des recommandations pratiques : comment aider les élèves à réguler leur temps en ligne, quel rôle peuvent jouer les enseignants ou les parents, quelles mesures peuvent être prises par les établissements scolaires pour sensibiliser à un usage plus équilibré des réseaux sociaux.

L'objectif final est donc de contribuer à une meilleure gestion du rapport que les lycéens entretiennent avec Facebook, afin de préserver leur bien-être scolaire et personnel.

Les raisons du choix du thème

Le choix de ce thème, centré sur l'addiction au réseau social Facebook et son impact sur le rendement scolaire des lycéens, repose sur plusieurs motivations essentielles. Tout d'abord, Facebook s'est imposé comme un outil de communication et de divertissement largement utilisé par les adolescents, au point de devenir une composante quasi incontournable de leur quotidien. Cette omniprésence soulève naturellement la question de son influence sur des aspects fondamentaux de leur vie, notamment leur parcours scolaire.

Par ailleurs, l'attention croissante accordée par la communauté éducative, les chercheurs et les familles à la problématique de l'addiction aux réseaux sociaux et à Facebook en particulier met en lumière l'urgence de mieux comprendre les conséquences possibles de ces usages excessifs. En effet, au-delà d'un simple loisir numérique, l'utilisation compulsive de ces plateformes peut altérer la concentration, la motivation ou encore la qualité de l'apprentissage.

Ainsi, cette thématique s'inscrit dans une démarche à la fois actuelle et pertinente, avec l'ambition de contribuer à une meilleure compréhension des liens entre vie numérique et réussite scolaire, et d'ouvrir la voie à des pistes de réflexion et d'intervention concrètes au sein du milieu éducatif.

La problématique

L'addictologie est une discipline émergente. Issue de la psychiatrie, de la santé publique et des autres spécialités médicales, elle s'impose comme une spécialité autonome. Initialement les approches étaient centrées sur les produits : alcool, drogue, tabac, médicaments. Leur parenté clinique, neurobiologique et thérapeutique et les addictions sans drogue ont fait émerger le concept global d'addiction. Ce terme est issu du bas latin, *addictive*, une sanction de l'ancien régime, la contrainte par corps pour réparation. Les évolutions récentes précisent les définitions cliniques et les stratégies thérapeutiques. Elles permettent une meilleure compréhension des troubles et des réponses thérapeutiques adaptées. Fatséas M, Auriacombe M. « Principes de la thérapeutique et des prises en charge en addictologie ». In : Lejoyeux M. Addictologie. Paris : Masson, 2008, p. 62-68

L'addiction s'agit d'un phénomène grandissant en société qui touche toutes les catégories d'âges, et nous précisons qu'il est question d'addiction comportementale, ainsi on peut commencer à parler de l'addiction lorsqu'une conduite envahit toute la vie du sujet, au point de l'empêcher de vivre. L'hyper-connexion isole les individus, elle les enferme dans un monde parallèle mais détaché de la réalité, à l'instar des autres formes d'addiction (drogue, tabac, alcool) , elle joue le rôle d'un aimant qui les attire à se connecter dès qu'ils s'approchent d'un écran, en leur faisant croire que la connexion peut résoudre tous les soucis qu'ils ont, et aussi d'apaiser leurs souffrances de différentes natures, de ce comportement émane l'addiction qui est une recherche de satisfaction qui amène le sujet à focaliser peu à peu son existence sur un comportement en réduisant ses capacités à jouir de la vie. (Morel et couteron, 2008, p.29)

La dépendance est un phénomène lié au besoin incontrôlable et insatiable de consommer des gens ou d'adopter un comportement, qui comporte des conséquences aux niveaux physiologique, psychologique et social. La dépendance aux réseaux sociaux est un phénomène lié à une utilisation excessive des réseaux sociaux et fait référence à un trouble psychologique qui se caractérise par le besoin excessif d'utiliser les plateformes de médias sociaux telles que Facebook, Instagram, Snapchat, TikTok, Twitter, YouTube, etc. jusqu'à ne plus pouvoir s'en passer. Ces outils peuvent être utiles lorsqu'ils sont utilisés modérément, mais mènent à un trouble de comportement lorsqu'ils sont utilisés au point de causer des difficultés au niveau du fonctionnement social, professionnel, ou dans d'autres sphères importantes de la vie (www.fr.wikipedia.org).

À l'ère des technologies de l'information et de la communication, l'addiction aux écrans et aux plateformes numériques représente un défi majeur pour la santé mentale et le bien-être des adolescents. Ces jeunes sont de plus en plus immergés dans un univers virtuel où les réseaux sociaux, les jeux en ligne et d'autres formes de divertissement numérique captent leur attention de manière souvent excessive. Dans ce contexte, se pose la question de savoir dans quelle mesure cette addiction aux écrans affecte la performance académique des lycéens.

Les adolescents d'aujourd'hui sont confrontés à une multitude de stimuli numériques qui sollicitent leur attention de manière constante. Les plateformes de médias sociaux telles que Facebook offrent un moyen de se connecter avec leurs pairs, mais peuvent également devenir une source d'addiction, entraînant une utilisation compulsive et excessive. De même, les jeux vidéo en ligne et d'autres formes de divertissement numérique peuvent devenir des objets d'obsession, absorbant le temps et l'énergie des adolescents au détriment de leurs responsabilités académiques.

L'addiction aux réseaux sociaux, avec Facebook en tête, parmi les adolescents est devenue une préoccupation majeure ces dernières années. Avec la prolifération des smartphones et l'omniprésence d'Internet, les lycéens consacrent de plus en plus de temps à leur présence en ligne, ce qui soulève des inquiétudes quant à l'impact de cette dépendance sur leur performance académique. Cette étude cherche à examiner de près la corrélation entre l'addiction à Facebook et les résultats scolaires des lycéens, en explorant les mécanismes sous-jacents et les implications pour l'éducation

Bien que de nombreux parents s'inquiètent de voir leurs enfants rivés sur les réseaux sociaux au détriment de leurs résultats scolaires, de nouvelles recherches européennes montrent que l'utilisation de plateformes telles que Snapchat, Facebook ou Instagram aurait un effet minime sur la réussite scolaire.

"Il existe de nombreuses études contradictoires sur ce sujet et cela n'a pas facilité une évaluation correcte de tous les résultats par le passé", a expliqué l'une des auteurs Caroline Marker. Bien que certaines recherches rapportent que les réseaux sociaux ont un impact négatif sur la performance scolaire, d'autres montrent une influence positive, alors que d'autres ne voient

Aucun lien. Dans cette nouvelle méta-analyse, les chercheurs ont trouvé sur les étudiants qui utilisaient les réseaux sociaux intensément pour communiquer avec leurs camarades à propos de sujets en lien avec l'école avaient tendance à enregistrer des résultats un peu meilleurs que la moyenne. Un résultat assez prévisible selon eux. De plus, ils ont noté que les personnes les plus actives sur les réseaux ne passaient pas forcément moins de temps à étudier.

En revanche, les étudiants qui utilisaient très fréquemment les plateformes sociales, qui postaient régulièrement des messages et des photos, enregistraient des notes un peu plus faibles, même si les chercheurs ont tenu à souligner que l'aspect négatif restait très faible.

Les jeunes qui utilisaient Snapchat, Facebook ou Instagram pendant qu'ils étudiaient ou faisaient leurs devoirs affichaient aussi des notes un peu moins bonnes que les personnes qui ne consultaient pas ces sites, probablement parce que le fait de s'adonner à plusieurs tâches en même temps détourne l'attention des étudiants de leur travail.

A la question de savoir si les médias sociaux entraînaient la baisse des résultats, ou si les étudiants qui affichaient déjà des notes plus basses seraient plus facilement distraits par les plateformes, le professeur Markus Appel (co-auteur) a commenté : "Nous ne pouvons pas répondre à cette question. Les deux directions de cause et d'effets sont possibles, mais elles ne sont pas très prononcées."

Il en a conclu que "les inquiétudes concernant les conséquences supposées désastreuses des réseaux sociaux sur la performance scolaire ne sont pas fondées."

"Les parents devraient néanmoins s'intéresser à ce que font leurs enfants sur ces sites, qu'ils connaissent les réseaux sociaux et qu'ils veuillent comprendre leur usage", et de préciser que "plus les parents sont ouverts d'esprit par rapport aux activités en ligne de leurs enfants, meilleure sera la communication avec eux".

Néanmoins, il est très vite apparu que l'utilisation, souvent démesurée, de toutes les modalités d'outils numériques, désormais accessibles (jeux vidéo, internet, téléphone portable, tablette numérique, réseaux sociaux...), peut avoir des effets négatifs parfois sérieux sur la vie des adolescents. La problématique de ces jeunes apparaît intimement liée à celle de cette période charnière de la vie qu'est l'adolescence, en lien avec l'entrée dans la puberté, Une phase complexe et fondamentale dans un processus qui mène l'individu vers l'âge adulte. L'adolescence est, en effet, associée à une dynamique d'autonomisation, de prise de recul vis-à-vis de la famille (en particulier des parents ou de leurs substituts). Au cours de cette étape

du développement affectif, la quête d'indépendance constitue aussi une période d'immense fragilité. Elle véhicule son lot de deuils et d'angoisses de séparation : deuil de l'enfance, deuil de la relation idéalisée aux parents, deuil de la confortable dépendance aux parents...etc.

Pour conclure, L'adolescent se tourne souvent vers des comportements addictifs, notamment l'utilisation excessive d'Internet. Qu'il s'agisse de sites de chat ou de jeux vidéo, cette surutilisation d'Internet impacte inévitablement son parcours scolaire et son passage au niveau supérieur.

La scolarisation est une étape essentielle, universelle et obligatoire pour tous les enfants. Elle représente une phase clé dans la vie d'un adolescent. L'école permet aux jeunes de développer leurs connaissances et compétences. Toutefois, au cours de leur scolarité, les adolescents peuvent rencontrer divers obstacles susceptibles de nuire à leurs performances scolaires. Parmi ces obstacles, l'addiction aux réseaux sociaux est particulièrement notable.

Alors, après ce que j'ai cité et évoqué précédemment, il est nécessaire de poser les questions suivantes :

- Est-ce que l'addiction à Facebook affecte-il les résultats scolaires des lycéens ?
- Est-ce qu'il existe une différence dans l'addiction à Facebook selon le sexe ?

Les hypothèses :

❖ L'hypothèse N°1 :

L'addiction au réseau social « Facebook » affecte négativement le rendement scolaire des lycéens.

❖ L'hypothèse N°2

Il existe une différence dans l'addiction chez les filles par rapport aux garçons.

L'opérationnalisation des concepts :

Définition et opérationnalisation des concepts

Dans le cadre de cette étude portant sur l'addiction à Facebook et ses répercussions sur le rendement scolaire des lycéens, il est essentiel de clarifier les principaux concepts mobilisés. Chaque notion est présentée selon deux dimensions : une définition conceptuelle, qui en précise le sens théorique, et une définition opérationnelle, qui explique comment le concept a été mesuré concrètement dans le cadre de la recherche.

1. L'addiction à Facebook

- **Définition conceptuelle :**

L'addiction se définit comme un comportement excessif et incontrôlable, accompagné d'une dépendance psychologique et de l'incapacité à réduire ou arrêter une activité, même lorsque celle-ci engendre des effets négatifs. L'addiction à Facebook, en particulier, se manifeste par une utilisation répétée et prolongée du réseau social, au détriment d'autres obligations personnelles, sociales ou scolaires.

- **Définition opérationnelle :**

Dans cette étude, l'addiction à Facebook est mesurée à l'aide d'un questionnaire structuré, administré aux lycéens, composé d'items portant sur :

- Le temps passé sur Facebook,
- La fréquence de connexion,
- Les effets de l'usage sur la concentration, les devoirs ou la fatigue,
- Les difficultés à s'en détacher, même en cas de conséquences négatives.

Les réponses à ces items permettent de déterminer le degré d'addiction de chaque élève selon une échelle établie à partir des scores obtenus.

2. Facebook

- **Définition conceptuelle :**

Facebook est une plateforme sociale en ligne permettant à ses utilisateurs de créer des profils, d'interagir avec d'autres personnes, de partager du contenu, de jouer ou de rejoindre des groupes. Chez les lycéens, son utilisation peut varier selon les motivations : communication, divertissement, socialisation ou usage à des fins scolaires.

- **Définition opérationnelle :**

Dans cette recherche, Facebook est appréhendé à travers le questionnaire d'usage, qui examine :

- Le mode d'accès (smartphone, ordinateur...),
- La nature des activités effectuées (échanges avec des amis, jeux, navigation, participation à des groupes...),
- Les motifs d'utilisation (passer le temps, s'informer, interagir socialement ou scolaire...).

Ces éléments permettent de mieux comprendre le contexte et les modalités de l'usage de Facebook chez les lycéens interrogés.

3. Le rendement scolaire

- **Définition conceptuelle :**

Le rendement scolaire désigne l'ensemble des comportements et des résultats qui reflètent l'engagement et la performance d'un élève dans le cadre de ses études. Cela inclut non seulement les notes, mais aussi la régularité dans le travail, la participation, le respect des délais, la motivation, et l'attention en classe.

- **Définition opérationnelle :**

Dans cette étude, le rendement scolaire est évalué à travers un questionnaire spécifique, rempli par les lycéens. Celui-ci comprend des items portant sur plusieurs indicateurs, tels que:

- ✓ La perception de leur propre performance scolaire,
- ✓ Leur assiduité (présence et participation en classe),
- ✓ La réalisation des devoirs et projets scolaires,
- ✓ Leur niveau de concentration et d'attention en cours,

Les réponses à ces items permettent de déterminer si le rendement scolaire est jugé satisfaisant, moyen ou faible, selon les critères déclarés par les élèves. L'analyse de ces données permet ensuite de les croiser avec les niveaux d'addiction à Facebook, tout en tenant compte des variables comme le genre, la filière ou l'âge.

Les études antérieures

L'addiction à Facebook et son effet sur le rendement scolaire des lycéens est un sujet qui a fait l'objet de plusieurs études au fil des ans. Voici quelques études antérieures qui explorent cette thématique :

1. Kuss, D. J., & Griffiths, M. D. (2011).

- Titre: *Online social networking and addiction—a review of the psychological literature.*
- Résumé : Cette revue explore les effets potentiels des réseaux sociaux en ligne, y compris Facebook, sur le comportement des utilisateurs, en mettant l'accent sur les jeunes. L'étude discute des impacts négatifs possibles, y compris la baisse de rendement scolaire due à une utilisation excessive des réseaux sociaux.
- Référence: *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 8(9), 3528-3552.

2. Ahn, J. (2011).

- Titre: The effect of social network sites on adolescents' social and academic development: Current theories and controversies.
- Résumé : Cette étude examine l'influence des réseaux sociaux sur le développement social et académique des adolescents. Elle aborde les effets positifs et négatifs des réseaux comme Facebook, y compris leur impact sur les résultats scolaires.
- Référence: *Journal of the American Society for Information Science and Technology*, 62(8), 1435-1445.

3. Rouis, S., Limayem, M., & Salehi-Sangari, E. (2011).

- **Titre:***Impact of Facebook Usage on Students' Academic Achievement: Role of Self-Regulation and Trust.*
- **Résumé :** Cette étude analyse comment l'utilisation de Facebook influence les performances académiques des étudiants, avec un focus sur le rôle de l'autorégulation. Les résultats montrent que l'utilisation excessive peut diminuer le temps et la qualité des études, affectant ainsi les performances académiques.
- **Référence:***Electronic Journal of Research in Educational Psychology*, 9(3), 961-994.

Voici quelques études récentes sur l'addiction et ses effets sur les performances académiques des lycéens :

1. **Exploration de l'influence de l'usage excessif des réseaux sociaux sur la performance académique (2023)** - Cette étude examine comment l'usage excessif des réseaux sociaux, y compris Facebook, influence la performance académique à travers le multitâche médiatique et les problèmes d'attention chez les lycéens. Les résultats indiquent une relation négative entre l'addiction aux réseaux sociaux et les résultats scolaires.
2. **Addiction à Facebook et performance académique (2021)** - Une étude menée sur des étudiants éthiopiens utilisant l'échelle d'addiction à Facebook de Bergen a montré que l'addiction à Facebook a un impact significatif sur la baisse de performance académique, surtout lorsqu'elle est associée à de faibles niveaux d'estime de soi

Ces études montrent que l'utilisation excessive de Facebook peut avoir un impact négatif sur le rendement scolaire, en particulier lorsqu'elle interfère avec le temps consacré aux études et aux activités académiques.

Le cas de l'Algérie

Ces dernières années, l'Algérie a connu une transformation profonde dans l'accès aux technologies numériques, notamment avec la généralisation d'Internet mobile, la démocratisation des smartphones et l'élargissement de la couverture réseau à travers l'ensemble du territoire. Cette évolution a modifié en profondeur les habitudes de communication, de divertissement et d'apprentissage, en particulier chez les adolescents.

Parmi les plateformes les plus utilisées, Facebook reste l'un des réseaux sociaux les plus populaires chez les jeunes algériens, malgré l'émergence d'autres applications comme TikTok, Instagram ou Snapchat. En raison de sa facilité d'accès et de ses multiples fonctionnalités (publication, messagerie instantanée, groupes, vidéos, etc.), Facebook s'est largement ancré dans la vie quotidienne des lycéens. Il devient non seulement un outil de socialisation, mais aussi un espace de distraction permanent, accessible à tout moment via téléphone mobile.

Cependant, cette accessibilité constante engendre des comportements à risque, notamment une utilisation excessive, voire compulsive, de la plateforme. Plusieurs enseignants et éducateurs en Algérie ont exprimé leur inquiétude face à une baisse de concentration chez certains élèves, à une diminution du temps consacré aux révisions et aux devoirs, ainsi qu'à une tendance croissante à consulter Facebook même pendant les heures de cours ou les périodes de préparation aux examens.

De plus, les statistiques disponibles au niveau national soulignent une augmentation du temps d'écran chez les adolescents, en particulier en dehors des heures scolaires. Bien que peu d'études algériennes aient jusqu'ici exploré en profondeur le lien spécifique entre l'usage de Facebook et la réussite scolaire, plusieurs signaux montrent que ce phénomène mérite une attention particulière, notamment dans les lycées urbains où la connectivité est plus développée.

Ainsi, dans le contexte algérien, il est essentiel d'examiner de manière rigoureuse si une relation existe entre le niveau d'addiction à Facebook et le rendement scolaire des lycéens, et si cette relation varie en fonction de certaines variables comme le genre, la filière d'étude ou l'âge. Ce questionnement s'avère d'autant plus pertinent que l'école algérienne est déjà confrontée à de nombreux défis pédagogiques, et que l'optimisation des conditions d'apprentissage devient une priorité nationale.

Chapitre 02 : l'addiction au Facebook

Préambule

Ce chapitre explore la nature complexe de l'addiction, qu'elle soit liée à des substances ou à des comportements. Il met en lumière la diversité des formes que prend cette condition, allant de la dépendance aux drogues à l'obsession pour les médias sociaux, et souligne les conséquences négatives sur la santé mentale et le fonctionnement quotidien des individus. En analysant les facteurs de risque, les mécanismes de développement et les implications pour la société, le préambule invite à une compréhension holistique de l'addiction et à des approches intégrées pour sa prévention et son traitement.

1 .Définition de l'addiction

L'addiction s'agit d'un phénomène grandissant en société qui touche toutes les catégories d'âges, et nous précisons qu'il est question d'addiction comportementale, ainsi on peut commencer à parler de l'addiction lorsqu'une conduite envahit toute la vie du sujet, au point de l'empêcher de vivre.

L'hyper-connexion isole les individus, elle les enferme dans un monde parallèle mais détaché de la réalité, à l'instar des autres formes d'addiction (drogue, tabac, alcool) , elle joue le rôle d'un aimant qui les attire à se connecter dès qu'ils s'approchent d'un écran, en leur faisant croire que la connexion peut résoudre tous les soucis qu'ils ont, et aussi d'apaiser leurs souffrances de différentes natures, de ce comportement émane l'addiction qui est une recherche de satisfaction qui amène le sujet à focaliser peu à peu son existence sur un comportement en réduisant ses capacités à jouir de la vie. **(Morel et couteron, 2008, p.29)**

2. Définition de la cyberdépendance (cyberaddiction)

L'addiction se définit par une consommation moyenne de quatre heures du média internet chaque jour. Ce critère du temps passé n'est pas reconnu par tous. Une personne peut passer peu de temps sur internet mais être obnubilée toute la journée par ce qu'elle va y faire.

Selon (Vaugeois, 2006), « l'usage abusif de l'internet est le meilleur prédicateur de la cyber dépendance qui se mesure par des durées prolongées d'usage d'internet ». De ce point de vue, l'usage exagéré de l'internet est le meilleur signal d'alerte de la cyberdépendance en ligne. (Nacer, H. Ben Rached, S. 2015, p ,126).

La définition générale de l'addiction à Internet proposée par Véléa spécifie que « l'addiction se manifeste dans le cas d'une utilisation disproportionnée, mal adaptée de l'Internet, conduisant à une perturbation définie par trois (ou plus) critères sur une période

3. Les signes cliniques de la cyberdépendance

L'identification d'une problématique d'addiction aux écrans, considérée comme une addiction comportementale, se base sur la symptomatologie spécifique aux dépendances. Il s'agit donc de reconnaître chez le jeune une perte de contrôle face à son usage des écrans mais également une réelle souffrance émotionnelle face à cet usage. De ce fait, parallèlement aux critères symptomatologiques de la dépendance, l'addiction aux écrans est suspectée lorsque :

- Les heures passées sur les écrans augmentent considérablement dans le temps ;
- Le jeune ressent et exprime des émotions négatives telles que de la colère et de l'anxiété lorsqu'il est confronté à l'arrêt brutal de l'utilisation des écrans ;
- Le jeune n'arrive pas à maîtriser ou stopper seul son utilisation des écrans ;
- Le jeune abandonne certaines activités sociales, tâches scolaires et autres activités ludiques pour la poursuite de ses activités numériques ;
- Le jeune maintient son utilisation des écrans malgré les conséquences négatives que celle-ci engendre.

Le plus souvent, une baisse des résultats scolaires, un repli sur soi et des difficultés de sommeil sont constatées chez l'adolescent. Chez les enfants, il s'agit principalement de troubles du comportement, de difficultés de langage et de difficultés de concentration. (Streel, 2018, P.15-16).

4. Les éléments spécifiques de la cyberdépendance

Tout en s'appuyant sur les sept signes précédemment décrits, le clinicien doit en outre exercer son jugement clinique pour déterminer s'il est en présence d'une personne aux prises avec une dépendance pathologique à Internet. Quelques éléments spécifiques de la cyberdépendance ont été décrits dans certains textes de la documentation consultée et peuvent ainsi servir de complément d'information lors de l'évaluation. Ils concernent surtout les adolescents et les jeux vidéo. Au moment de mettre sous presse, ces cas sont rares dans les

CRD – nous avons surtout des personnes aux prises avec une vie pour laquelle ils n'ont aucune appétence et qui « passent le temps » sur Internet. Les passionnés de jeux vidéo sont sans doute plus frappants que les individus plus discrets qui demandent de l'aide. (Louise, N, Didier, A, Laurence, K, Caroline, N, 2012 p22, 23)

4.1. La durée d'utilisation :

Le nombre d'heures passées en ligne est important et doit être mesuré, mais il ne peut être considéré comme un facteur déterminant dans l'établissement du seuil clinique. L'omniprésence d'Internet dans plusieurs sphères de nos vies rend d'ailleurs difficile l'établissement d'un seuil normal d'utilisation. Ainsi, un usage plus intensif d'Internet peut n'être que conjoncturel. Il importe d'évaluer si l'usage problématique d'Internet est transitionnel, ou s'il s'inscrit de manière permanente non seulement dans le temps, mais également dans les pensées et toutes les sphères de vie de la personne.

La majorité des internautes naviguent sur Internet en passant d'une application à l'autre, sans préférence marquée ou excessive pour l'une d'elles. Compte tenu des applications retenues comme potentiellement problématiques dans le présent guide – les jeux vidéo en ligne et les relations virtuelles – une présence et une durée jugées immodérées sur Internet ne devraient pas être interprétées comme un indice déterminant de cyberdépendance. Tout au plus représentent-elles un moyen supplémentaire de procrastination ou d'évitement des obligations quotidiennes, perçues comme sources d'angoisse, de stress ou d'ennui.

Une souffrance cliniquement significative ou une altération du fonctionnement liée à l'utilisation d'Internet devraient être nettement prépondérantes dans l'évaluation clinique⁵. (Louise, N, Didier, A, Laurence, K, Caroline, N, 2012 p22, 23)

4.2. L'impact sur les relations interpersonnelles :

La recension de Douglas et al. (2008) indique que les personnes cyberdépendantes sont attirées par Internet, car cela facilite leurs relations sociales et leurs échanges. En effet, comme nous l'avons évoqué plus tôt, le contexte d'anonymat d'Internet peut offrir à des personnes très timides ou anxieuses la possibilité d'interagir dans un environnement virtuel, qu'elles maîtrisent ou qu'elles trouvent plus sécuritaire (Quayle & Taylor, 2003; Young, Pistner, O'Mara, & Buchanan, 1999). De plus, le fait d'échanger sur Internet dissimule des

difficultés ou handicaps personnels, une faible estime de soi, des problèmes à aborder ou à communiquer avec les autres.

Ainsi, selon Griffiths (1998), les personnes cyberdépendantes sentent que, sans Internet, n'auraient pas de vie sociale et n'essaieraient pas de rencontrer d'autres personnes dans la vie réelle. Par contraste, selon Douglas et al. (2008), les personnes qui ne sont pas cyberdépendantes font référence à Internet comme une ressource très importante pour le travail et les communications. . (Louise, N, Didier, A, Laurence, K, Caroline, N, 2012 p22, 23)

4.3. La valorisation grâce à un personnage virtuel :

Les jeux peuvent aussi représenter un mode d'exploration identitaire rassurant, notamment chez les adolescents. Coulombel (2010) écrit à ce sujet :

« Là où la plupart des jeux de console (Zelda, Mario Bros, etc.) Imposent d'incarner un personnage préexistant, Wow propose au contraire une prodigieuse liberté de choix dans la détermination de son avatar. [...] Expérimentation de soi et moment où se déprendre de son identité physique, l'avatar se fait ainsi le moyen d'une exploration identitaire.

Cette exploration – largement glosée – n'est pourtant que le premier moment d'un processus plus large, menant à l'identification du sujet à son avatar. Il saura faire de cette histoire personnelle le moyen, symbolique, de construire son estime de soi, de réussir » (p. 24).

Plusieurs auteurs soulignent l'importance accordée aux personnages virtuels – les avatars – que les internautes créent principalement dans les jeux d'aventure de type MMORPG. Ces personnages virtuels peuvent être très investis par les personnes présentant une cyber- dépendance, et ils peuvent devenir une source de valorisation pour leur créateur, surtout si l'avatar est reconnu, apprécié ou admiré dans le réseau où il évolue. De manière informelle, les joueurs reconnaissent entre eux ceux qui sont les meilleurs, les plus débrouillards ou les plus drôles.

Dans certains jeux, les récompenses offertes à la suite d'un exploit sont très visibles ; un vêtement, une pièce d'armure chez un avatar témoignent de ses habiletés, de sa puissance, accordant au joueur un statut social, une notoriété reconnue de tous. . (Louise, N, Didier, A, Laurence, K, Caroline, N, 2012 p22, 23)

4.4. Le rapport à la réalité

L'accessibilité croissante d'Internet favorise une utilisation fréquente, et ce, dès le plus jeune âge. On ne connaît pas encore l'impact de ces nouvelles pratiques sur le rapport à la réalité, mais on peut poser l'hypothèse que la fréquentation assidue d'Internet peut être en lien avec un rapport différent à la réalité non virtuelle.

Le virtuel peut effectivement exercer une réelle attraction, notamment pour les personnes qui trouvent leur quotidien souffrant, insignifiant :

« On ne joue pas à Wow pour se retrouver dans une version virtuelle du monde réel, mais bien plutôt pour entrer dans un univers où la magie a encore cours et pallie à la dérégulation, un univers possédant son rythme propre. Les avatars permettent ainsi de vivre une reconnaissance sociale qui est peut-être rare, sinon difficile, dans la vie de tous les jours de ces joueurs. Ces joueurs font aussi l'expérience d'une solidarité qu'ils ne connaissent pas toujours dans leur vie non virtuelle. Les adolescents sont particulièrement vulnérables à ce type d'expériences :

« Ces univers sont populaires chez les adolescents et les jeunes adultes, car ils savent offrir ce que la culture contemporaine peine à proposer ; ils sont en quelque sorte des solutions palliatives.

Les jeux vidéo bâtissent un monde dans lequel s'enfoncer, où le joueur pourra s'inscrire dans une structure où les valeurs et les rôles sont clairs, où les moyens de reconnaissance sont cristallins, et nombreux » (Coulombe 2010 p. 18). (Louise, N, Didier, A, Laurence, K, Caroline, N, 2012 p22, 23)

Ces éléments spécifiques permettent de reconnaître la cyberdépendance et de la différencier d'une simple utilisation intensive ou passionnée des technologies numériques. La reconnaissance précoce de ces signes est cruciale pour intervenir efficacement et prévenir les conséquences négatives à long terme (Young, K. S, 1998, p89)

5. Définition des réseaux sociaux :

Une définition plus moderne d'un réseau social est apparue en 2004 comme « Un ensemble de relations entre un ensemble d'acteurs ». Cet ensemble peut être organisé (c'est le cas d'une entreprise) ou non (comme un réseau d'amis) et ces relations peuvent être

de nature fort diverse (pouvoir, échanges de cadeaux, conseil, etc.), spécialisées ou non, symétriques ou non. Il s'agit d'un élément immatériel qui définit l'interaction entre des éléments ou des personnes qui font partie d'un même ensemble en vue de leurs points communs, matériels ou immatériels.

Les réseaux sociaux existaient bien avant l'internet. Un réseau social n'est en effet rien d'autre qu'un groupe de personnes ou d'organisations reliées entre elles par les échanges sociaux qu'elles entretiennent. Aujourd'hui le réseau que constitue internet a démultiplié ces réseaux sociaux et interaction et les a dotés d'une toute nouvelle puissance. Pour survivre, un réseau social doit engendrer une interdépendance entre ses membres. Ceux-ci ont besoin de partager leurs expériences et d'obtenir le feedback des autres membres, autrement dit leurs réactions. Ces expériences peuvent être sous forme d'information, d'articles, de vidéos ou encore d'images.

« Le monde est fait d'un nombre incalculable de réseaux qui unissent les choses et les êtres les uns aux autres. Ces réseaux sont formés eux-mêmes de mailles compliquées et relativement indépendantes. Les éléments qu'elles unissent ne sont pas fixes, et la forme même du réseau est soumise au changement (Mercklé, 2011, p4) Mercklé précise ensuite : « Un réseau social [...] peut être ici défini provisoirement comme constitué d'un ensemble d'unités sociales et des relations que ces unités sociales entretiennent les unes avec les autres, directement, ou indirectement à travers des chaînes de longueur variable. Ces unités sociales peuvent être des individus, des groupes formels d'individus ou bien des organisations plus formelles comme des associations, des entreprises, voire des pays » (Mercklé, 2011, p4).

Dans son sens le plus large, un réseau social se définit de la manière suivante : Un ensemble de relations entre un ensemble d'acteurs. Cet ensemble peut être organisé (une entreprise, par exemple) ou non (comme un réseau d'amis) et ces relations peuvent être de nature fort diverses (pouvoir, échanges de cadeaux, conseil, etc.), symétriques ou non. (Nicolas, 2015, p18).

6. Le réseau social “Facebook”

Avec plus de 2.7 milliards d'utilisateurs et d'utilisatrices mensuels. Facebook s'est imposé comme le plus grand réseau social du monde. Et c'est en seulement 18 ans d'existence. Créé en 2004 par Mark Zuckerberg, c'est le premier réseau social grand public, Facebook est devenue le leader de la notoriété de marque car il permet de toucher un maximum de cibles. 60% des utilisateurs et des utilisatrices de Facebook utilisent les Smartphones pour accéder à la plateforme, l'ordinateur et le mobile sont utilisés par 36% pour accéder à Facebook. Et enfin 4% utilisent l'ordinateur uniquement pour accéder à Facebook (Xuereb, 2021, p7, 8).

7. L'objectif et le rôle du Facebook :

Facebook, aujourd'hui rebaptisé **Meta**, a été créé en 2004 par Mark Zuckerberg avec l'objectif initial de connecter des étudiants universitaires entre eux. Au fil du temps, son rôle et ses objectifs ont évolué pour devenir l'une des plateformes de médias sociaux les plus influentes au monde, parmi ses objectifs on trouve :

-Connecter les individus : Faciliter la connexion entre amis, famille et communautés à travers le monde.

-Partager du contenu : Permettre aux utilisateurs de partager des moments de leur vie, des photos, des vidéos, des événements, et des pensées.

-Créer des communautés : Offrir des outils pour la création et la gestion de groupes et de pages autour d'intérêts communs, renforçant ainsi les liens communautaires.

-Faciliter la découverte : Aider les utilisateurs à découvrir de nouveaux contenus, amis, événements et groupes en fonction de leurs intérêts.

-Monétisation et publicité : Offrir des opportunités aux entreprises pour cibler des audiences spécifiques avec des publicités personnalisées.

8. Rôle de Facebook :

1. **Plateforme de communication** : Facebook sert de plateforme principale pour la communication en ligne, qu'il s'agisse de discussions privées via Messenger ou de discussions publiques sur les profils ou les groupes.
2. **Média d'information** : De nombreuses personnes utilisent Facebook pour se tenir informées des actualités, suivre des personnalités publiques, et découvrir des événements mondiaux.
3. **Espace de débat public** : Facebook est souvent utilisé pour discuter de sujets sociaux, politiques, et culturels, devenant ainsi un espace de débat public.
4. **Outil marketing pour les entreprises** : Pour de nombreuses entreprises, Facebook est un outil crucial pour le marketing digital, permettant de toucher une large audience avec des annonces ciblées.
5. **Plateforme de divertissement** : Avec des vidéos, des jeux, et d'autres contenus interactifs, Facebook est aussi un lieu de divertissement.

Au-delà de ces objectifs et rôles, Facebook a aussi été impliqué dans des controverses liées à la protection des données personnelles, à la désinformation, et à son influence sur la démocratie, ce qui a conduit à un débat mondial sur l'éthique et la régulation des grandes plateformes technologiques (Chou, K, p332).

9. Les avantages et les inconvénients de Facebook :

Les avantages de Facebook :

- On peut retrouver des vieilles connaissances ou des anciens camarades de classe.
- On peut partager en temps réel des infos, des photos, des humeurs.
- On peut demander de l'aide (déménagement, astuces, recette ...) soit nos amis répondront rapidement soit on trouvera grâce à Facebook des groupes d'entraide
- On peut organiser des événements.
- On peut jouer à des jeux divertissants
- On peut discuter en chat, avec un ou plusieurs amis en même temps. (Laura, 2023).

10. Inconvénient de Facebook :

- On passe énormément de temps dessus (ce temps ; qu'on ne voit généralement pas du tout passer, c'est du temps qu'on ne passe pas avec nos enfants, notre amoureux, à faire du sport ou des activités créatives, ou encore à mettre de l'énergie dans des projets épanouissants).
- On prend beaucoup moins le téléphone pour prendre des nouvelles de nos amis et vice et versa (et on peut vite se demander si on te porte vraiment de l'intérêt parce qu'on est réellement amis ou si on est "ami" juste pour suivre les potins de nos vies).
- Même après avoir supprimé votre profil Facebook, celui-ci existe toujours. Ce compte Facebook ne sera jamais effacé, ainsi que toutes les informations que vous avez données. (Laura, 2023).

11. Vaincre l'addiction au Facebook :

Transformez les temps d'écrans en privilège :

Ces dernières années, la banalisation du numérique a fait basculer le temps passé devant les écrans en « dû » plutôt qu'en privilège. Si vous avez grandi avec seulement quelques chaînes de télévision, vous vous êtes sûrement sentis chanceux d'avoir pu regarder les cartoons du samedi matin. Désormais, l'omniprésence des écrans dans notre ère numérique met plus de pression sur les parents pour décider quand leur enfant peut ou ne peut pas les utiliser.

Ainsi, faites bien comprendre que le temps d'écran est un privilège qui doit être mérité. Au début, cela peut être difficile. Mais apprendre à attendre la satisfaction de l'écran et à contrôler ses pulsions sont des leçons qui profiteront à vos enfants très longtemps. Expliquez également clairement que le privilège de l'écran peut être retiré à n'importe quel moment.

Donnez l'exemple des habitudes saines

Dire à votre ado d'éteindre son ordinateur pendant que vous êtes assis devant la télé ne va probablement pas être très efficace. En effet, les ados vont faire ce que vous faites plutôt que ce que vous dites. Donnez l'exemple et limitez votre propre temps d'écran.

Montrez à votre enfant que vous préférez lire le journal plutôt que lire des articles sur Google. Montrez-lui que vous avez appris à traiter la technologie comme un privilège.

Découragez le multitâche

La plupart des adolescents pensent qu'ils sont très bons à faire plusieurs choses à la fois. C'est pourquoi ils essaient d'envoyer des SMS pendant qu'ils font leurs devoirs ou d'utiliser les réseaux sociaux pendant qu'ils parlent au téléphone. Vous connaissez sans doute très bien les excuses qu'ils donnent pour justifier leur comportement.

Dissuadez vos enfants de faire deux choses à la fois. Parlez-lui de la façon dont le multitâche peut en fait gêner leur efficacité. Mettez en place des compromis, comme par exemple, éteindre son téléphone 1h à 2h par soir lorsqu'il fait ses devoirs !

Établissez des règles claires concernant la technologie

La plupart des adolescents ne sont pas assez matures pour avoir le plein contrôle de leur matériel technologique. Créer des règles va garder votre ado en sécurité et l'aider à faire les bons choix avec le numérique. De bonnes règles peuvent inclure, par exemple, d'instaurer une heure définie pour éteindre tous les écrans la nuit, et enlever ces écrans des chambres.

Encouragez les activités physiques

Encouragez votre ado à faire de l'exercice. Aller se promener, faire du vélo ou du skateboard, pratiquer un sport collectif ou même faire des travaux d'entretien peut garantir l'activité physique dont votre ado a besoin. Réfléchissez à des activités que vous pouvez apprécier en famille pour que cela ressemble moins à un exercice.

Éduquez votre enfant au numérique

Discutez régulièrement des différents aspects des médias. Parlez du fait que la publicité essaye souvent de convaincre les jeunes. Que c'est la raison pour laquelle certains produits vont les rendre plus attirants ou plus populaires. Parlez des dangers de l'exposition à la violence et aidez vos enfants à devenir des spectateurs informés.

N'autorisez pas de technologies pendant le repas

Éteignez votre télé pendant les repas et n'autorisez pas les SMS ou internet pendant que vous mangez. A la place, profitez de cette opportunité pour parler de votre journée. Les bienfaits des dîners en famille sur la vie des enfants sont de plus en plus reconnus. Ne laissez pas les écrans priver votre famille de ces moments précieux.

Mettez en place des journées sans écrans

Il peut être utile d'avoir une journée sans écrans de temps en temps. Vous pouvez même envisager une détox numérique plus conséquente – par exemple une pause d'une semaine deux fois par an. C'est le moyen idéal pour s'assurer que chacun a toujours assez d'activités en dehors du numérique.

Prévoyez des activités en famille sans technologies

Impliquez tout le monde dans des activités sans technologies. Que vous jouiez à des jeux de société ou que vous partiez en randonnée familiale, indiquez clairement qu'il n'y aura aucune technologie utilisée.

Organisez des réunions en famille pour discuter du trop d'écran

Prévoyez des réunions en famille pour discuter du trop d'écran. Autorisez votre ado à apporter sa contribution dans la création des règles. Travaillez ensemble sur le problème et sa solution. Montrez clairement que vous voulez que tout le monde dans la famille développe une relation saine avec le numérique. Si vous n'avez jamais fait de réunion familiale, il y a de bonnes ressources en ligne, par exemple sur le fait de s'assurer que chaque membre de la famille a l'opportunité de partager son opinion. La communication est un élément clé dans le dialogue amorcé avec votre adolescent. (Albain, 2018).

Synthèse

Dans ce chapitre qui concerne l'addiction à Facebook, nous avons donné un bref aperçu des différents aspects des réseaux sociaux, définition, histoire, différents types, notamment les avantages et les inconvénients, ainsi que quelques habitudes qui contribuent à la lutte contre cette addiction.

Chapitre 03 : Les lycéens et le rendement scolaire

Préambule :

Dans l'ère numérique actuelle, les réseaux sociaux ont infiltré chaque aspect de la vie des adolescents, façonnant leurs interactions sociales, leurs perceptions du monde et, potentiellement, leur réussite académique. Parmi ces plateformes, Facebook demeure l'un des piliers incontournables, offrant une toile virtuelle où les jeunes se rencontrent, échangent et partagent leurs expériences.

Les lycéens font partie de cette génération qui utilise ces plateformes, dans ce chapitre nous avons essayé de donner un aperçu autour de lycée et sa création,

1. L'histoire du lycée :**La création des lycées et des proviseurs par napoléon Bonaparte :**

Après sa prise de pouvoir en 1799, Napoléon Bonaparte instaure un nouveau régime politique, le Consulat, pour tenter de mettre fin à la Révolution, de réconcilier les Français et de stabiliser le pays. Il entreprend une vaste œuvre de réorganisation du pays, qui touche tous les domaines y compris celui de l'éducation, alors que les expériences éducatives ont été multiples durant la Révolution mais aux résultats souvent mitigés, à l'image des écoles centrales fondées en 1795. L'objectif du Premier Consul est d'établir un monopole de l'État sur l'ensemble du système éducatif, ce qui est aussi une façon de mettre davantage à distance l'Église catholique, qui continue à posséder de nombreux établissements privés issus de l'Ancien régime. Dans cette entreprise d'envergure, Napoléon bénéficie de l'engagement de quelques fidèles tout dévoués, ainsi Fourcroy, directeur général de l'Instruction publique à partir de septembre 1802 après avoir été conseiller d'État, et fin connaisseur des questions éducatives. Trois niveaux d'enseignement sont clairement distingués : l'enseignement primaire dont la responsabilité incombe aux communes, l'enseignement secondaire (lycées et collèges) et l'enseignement supérieur (les facultés) sur lesquels s'établit un monopole de l'État (l'un comme l'autre appartient à l'Université impériale) mais sans pour autant interdire les institutions privées. Dans ce système rénové, ce sont les lycées de garçons, créés en 1802, qui occupent la place centrale.

La création des lycées s'inscrit dans un héritage :

Comme toute création, celle du lycée napoléonien n'est pas « hors sol » mais se réfère à des sources d'inspiration, d'abord en premier lieu le modèle du collège d'Ancien régime, qui avait rencontré un certain succès avec sa structuration en classes et l'offre de services à destination des familles, à commencer par l'internat. Le lycée napoléonien s'inspire aussi de la stricte discipline et de l'esprit de corps des écoles militaires de l'Ancien régime, et même, malgré leur échec, des écoles centrales créées sous le Directoire, dont le nouveau lycée retient la rigueur dans les études scientifiques. Comme l'avait si justement écrit l'historien Alphonse Aulard au début du XX^e siècle, les lycées napoléoniens sont « mi-supérieurs, mi-secondaires », et on remarquera, qu'encore aujourd'hui, la place du lycée dans notre système éducatif est l'objet d'interrogations puisqu'il a été précisément conçu par Napoléon Bonaparte à la fois comme une structure d'aboutissement de l'enseignement secondaire et comme un établissement préparant aux études supérieures. Ce sont donc tous ces héritages, associés aux innovations napoléoniennes, qui donnent rapidement une identité spécifique aux lycées.

Il est défini un établissement d'enseignement secondaire après le passage du collège, il dure trois années, (La première année, la deuxième année, la terminale) et il est sanctionné par le baccalauréat qui autorise le passage aux études supérieures ; à l'université.

3. Le rendement scolaire :

Le rendement scolaire fait référence à la mesure dans laquelle un apprenant a atteint ses objectifs éducatifs à court ou à long terme. Les différences individuelles dans les performances scolaires sont fortement corrélées aux différences de personnalité et d'intelligence. De plus, les niveaux d'auto-efficacité, de maîtrise de soi et de motivation des élèves ont également une incidence sur les niveaux de réussite.

Le rendement scolaire est la mesure de la quantité de contenu scolaire ou académique qu'un élève apprend dans un laps de temps donné. Chaque niveau d'instruction a des normes ou des objectifs spécifiques que les enseignants doivent enseigner à leurs élèves. La réussite est généralement évaluée par des contrôles et des examens fréquents des progrès et de la compréhension, cependant, il n'y a pas de consensus sur la meilleure façon de l'évaluer ou sur les éléments les plus importants.

Le rendement scolaire se définit comme le « degré de réussite d'un sujet ou d'un ensemble de sujets en regard des objectifs spécifiques des divers programmes d'études ou encore comme la qualité et quantité du travail d'un sujet, ou un groupe de sujets, en situation pédagogique » (Legendre, 2005).

Selon la Ministère de l'Éducation du Québec (2004), le rendement est la qualité et quantité des apprentissages effectués par des élèves par rapport aux objectifs des programmes de formation et à l'intérieur d'une période déterminée.

Comme il peut être au moins compris suivants deux perspectives, parlé toutefois (d'échec et de taux de réussite considérable). D'abord l'échec scolaire est exprimé par le taux de redoublement et d'abandon indiquant que les objectifs fixés ne sont pas atteints, l'on parlera alors du mauvais rendement scolaire.

Ensuite, un taux de réussite considérable aux examens constitué un indicateur de bon rendement scolaire. Cela montre à l'inverse que les objectifs fixés atteints.

Pour définir le rendement scolaire nous place dans une approche réductrice qui nous empêcherait de saisir la profondeur de ce phénomène scolaire, et toutes les menaces susceptibles d'apporter l'éclairage utile à notre compréhension. **(Rochambeau, 2017, pp.32-33)**

Nous pouvons ainsi dire que le rendement scolaire peut designer l'évaluation des apprentissages acquis dans le cadre scolaire, à travers les résultats obtenus par les élèves au cours de l'année. Il existe deux formes de rendement scolaire : un bon rendement scolaire et un mauvais rendement scolaire ;

On parle, d'un rendement scolaire, lorsque l'élève obtient de bonnes notes durant l'année ce qui conduit à « la réussite scolaire ».

On parle d'un mauvais rendement scolaire, lorsque l'élève obtient de mauvaises notes durant l'année ce qui mènera à « l'échec scolaire ».

4. Le lycéen dans son milieu scolaire :

L'école demeure l'un des principaux lieux de vie des enfants et des adolescents justes après le domicile familial. Ceux-ci y passent de longues heures, jusqu'à atteindre l'Age adulte, ou ils découvrent le travail et le jeu, la contrainte et l'ennui et l'excitation. L'amitié et

le conflit ...etc. l'école en tant qu'institution en tant que communauté spécifique d'apprentissage et de socialisation a été abondamment étudiée par les spécialités des sciences de l'éducation mais aussi par les sociologues, les psychologues, et les politologues. Quand l'élève arrive dans son établissement, il pénètre donc conjointement un espace totalement organisé, laissant peu de place au changement, une institution elle aussi fortement structurée et un temps avant tout caractérisé par la contrainte heures d'entrée et de sortie, emplois du temps, le temps scolaire et ses métriques sont donc omniprésents. Pour le lycéen, l'apprentissage se prolonge à travers un nouveau cadre plus vaste mais mieux maîtrisé, plus souple vis-à-vis des pratiques adolescentes mais toujours contraignant dans son organisation et ses rythmes. Le lycée, pour les élèves, constitue un cadre, un matériau et un outil pour un apprentissage de l'espace espace à construire, à partager et à négocier L'espace des adolescents qui, à l'âge lycéen, voient leur périmètre de pratique quotidien s'élargir, avec une mobilité, une autonomie, des modes de déplacement et des marges de liberté accrus. Les adolescents n'ont pas une vision globale de leur espace de pratique, qu'ils peinent à verbaliser Le lycée occupe une place centrale, de manière objective par l'intensité de la fréquentation et aussi par le rôle structurant dans la sociabilité des élèves il est le lieu par excellence d'expérimentation des relations avec les autres adolescents et avec les adultes. C'est le lieu d'apprentissage de la contrainte spatiale et temporelle, l'organisation du temps et des déplacements autour et en fonction du lycée En parallèle, le lycée reste le lieu principal où se font et se défont les amitiés, les groupes de toutes tailles, les couples, et cette vie sociale occupe une large part du temps et des préoccupations (Sgard & Hoyaux, 2006)

5. Importance du rendement scolaire chez les lycéens :

Plusieurs études portant sur le rendement scolaire ont recouru, par analogie avec d'autres secteurs, à l'approche via une « fonction de production en éducation ». On y considère l'existence d'un certain nombre de facteurs (qui constituent des inputs) qui, avec une série d'activités et de pratiques, produisent un rendement scolaire (output). Ces études retiennent comme inputs de la fonction de production en éducation, trois catégories de variables. La première concerne les caractéristiques individuelles des élèves telles que le sexe, l'âge, l'intelligence, la motivation, la perception de soi etc. La deuxième catégorie d'inputs, basée sur des variables liées à l'environnement familial des élèves, retient le niveau d'instruction des parents, la disponibilité des biens d'équipement et du matériel pédagogique au sein du ménage, la langue pratiquée au sein de la famille, la taille de la famille, etc.

Enfin, les variables liées au contexte scolaire prennent en compte les caractéristiques de l'enseignant (formation, motivation...), celles de l'école telles que la taille des classes, les équipements et pratiques pédagogiques... ces variables peuvent en effet influencer significativement sur les performances des élèves. Les résultats auxquels ont abouti les recherches sur les déterminants du rendement scolaire ne sont cependant pas consensuels. Coleman et al (1966) indiquent que ce sont les caractéristiques du milieu familial des élèves et non les ressources mises à la disposition des écoles qui jouent un rôle important dans l'explication du rendement scolaire. Parmi les variables du milieu familial, les chercheurs accordent une grande importance au niveau d'instruction de la mère (Mingat et Perrot (1980), Cooksey (1981), Duru-Bellat (2003), Diallo (2001)). Ces chercheurs ont démontré que les résultats scolaires sont meilleurs chez les enfants dont les parents sont instruits. Hirji, Montmarquette et Mourji (1995) ont trouvé des résultats nuancés dans le cas du Maroc ; l'éducation de la mère n'a pas un pouvoir explicatif significatif des performances scolaires des enfants. Cela tient au fait que sur l'échantillon étudié (dans une grande ville, Rabat en 1993), les femmes ayant un niveau d'éducation étaient facilement engagées dans la vie professionnelle et confiaient le suivi et l'accompagnement de leurs enfants à des aides ménagères, souvent analphabètes.

La disponibilité des biens d'équipement au sein du ménage apparaît également significative dans l'explication du rendement scolaire. Dans l'ensemble des pays de l'OCDE, la possession de divers biens matériels (bureau, ordinateur, dictionnaire...) est corrélée positivement et significativement au rendement scolaire (OCDE, 2001).

Par contre l'effet des ressources de l'école sur la réussite scolaire est faible ; à peine plus de 1 % de la variance expliquée (Hanushek (1979, 1986)). De plus, à ce niveau, les résultats sont souvent contradictoires.

Contrairement aux résultats trouvés par Coleman et al (1966), dans une étude menée dans plusieurs pays développés, Cherkaoui (1979) montre l'importance des variables scolaires. Sans nier l'effet de l'environnement familial, car les enfants issus des milieux aisés s'inscrivent souvent dans les meilleures écoles ce qui soulève selon nous un problème d'endogénéité, cet auteur insiste sur l'effet du type d'établissement et du processus d'évaluation sur le rendement scolaire des élèves.

Généralement, les « effets établissements » varient fortement d'une recherche à l'autre. Ainsi, Bressoux (1994) relève que les résultats de recherches au niveau international

montrent que les « effets établissements » expliquent entre 2 et 13 % de la variance des scores entre les élèves, alors que pour Duru-Bellat (2003) la part de ces effets porte sur 8 à 15 %.

Parmi les facteurs liés au contexte scolaire, les chercheurs insistent généralement sur l'importance des caractéristiques organisationnelles des écoles d'une part, et la formation et la motivation des enseignants d'autre part. De nombreuses recherches ont montré l'importance des variables individuelles dans l'explication du rendement scolaire. Dans une étude menée au Togo, Jarousse et Mingat (1992) ont trouvé que les variables individuelles des élèves contribuent pour près de 57,5 % de la variance expliquée, alors que celles liées à l'environnement familial ne représentent que 10,2 %. Dans le même sens, les chercheurs insistent sur l'effet prépondérant du fonctionnement intellectuel des enfants sur leur réussite scolaire. Gilly (1969) précise même que, de toutes les formes d'intelligence, la forme verbale est celle qui permet d'établir le meilleur pronostic de la réussite aussi bien au niveau primaire que dans l'enseignement secondaire.

De plus, les corrélations trouvées entre des tests d'intelligence et la réussite scolaire à l'école primaire se situent entre 0,70 à 0,75.

Au Maroc, Hijri et al. (1995) ont constaté que le fonctionnement intellectuel, estimé à partir du résidu d'une équation expliquant le rendement scolaire de la 5e année du primaire, joue un rôle essentiel dans l'explication du rendement au baccalauréat. En plus du fonctionnement intellectuel, les chercheurs insistent sur les autres caractéristiques individuelles (âge, sexe, motivation, etc.).

6. Les modèles théoriques de rendement scolaire

6.1. Modèle de L'engagement scolaire

Est un facteur clé dans la réussite académique des élèves, car il englobe non seulement la participation active en classe, mais aussi l'investissement émotionnel et cognitif dans les apprentissages. Selon Fredricks, Blumenfeld et Paris (2004), l'engagement scolaire se compose de trois dimensions principales : l'engagement comportemental, émotionnel et cognitif. L'engagement comportemental fait référence à la participation aux activités scolaires et à la persistance face aux difficultés. L'engagement émotionnel se manifeste par l'intérêt et la motivation pour les matières étudiées, tandis que l'engagement cognitif concerne l'investissement dans la compréhension et la maîtrise des contenus. Ces dimensions sont interconnectées et influencent la performance académique des élèves. En favorisant un

environnement d'apprentissage stimulant et soutenant, les enseignants peuvent encourager un plus grand niveau d'engagement, ce qui peut conduire à une amélioration significative des résultats scolaires et du bien-être des élèves (Fredricks, Blumenfeld, & Paris, 2004, p59-109).

6.2. Modèle de la théorie de l'intelligence

La théorie des intelligences multiples, développée par Howard Gardner en 1983, propose que l'intelligence humaine ne soit pas univoque, mais qu'elle se compose de plusieurs types distincts d'intelligences. Selon Gardner, chaque individu possède un ensemble unique de ces intelligences, qui peuvent inclure l'intelligence linguistique, logico-mathématique, spatiale, musicale, kinesthésique, interpersonnelle, intrapersonnelle et naturaliste. Ce modèle remet en question la conception traditionnelle de l'intelligence comme étant principalement mesurée par le quotient intellectuel (QI) et suggère que la diversité des talents humains est mieux comprise à travers ce cadre multifacette. (Gardner, H. 1983).

6.3. Modèle de la compétence et de la motivation

La compétence et la motivation sont des éléments clés de la réussite dans divers domaines, qu'il s'agisse d'apprentissage, de performance professionnelle ou de développement personnel. Selon le modèle de compétence et de motivation, les individus sont motivés par la maîtrise de nouvelles compétences et la reconnaissance de leurs progrès. Une compétence acquise avec succès stimule la motivation intrinsèque, car elle renforce la confiance en soi et la satisfaction personnelle. Ainsi, la motivation est alimentée par le sentiment de compétence et d'accomplissement.

Cette relation entre compétence et motivation est décrite par Deci et Ryan dans leur théorie de l'autodétermination. Selon eux, la satisfaction des besoins psychologiques de compétence, d'autonomie et de relation influence fortement la motivation et l'engagement des individus (Deci & Ryan, 2000, p. 68-70).

7. Les facteurs influencés sur le rendement scolaire

7.1. Les facteurs externes

****Environnement familial**** : La stabilité, le soutien émotionnel et l'engagement des parents sont cruciaux. Des études montrent que des parents impliqués et des foyers stables peuvent améliorer la réussite scolaire des enfants.

. ****Conditions socio-économiques**** : Les enfants issus de familles à faible revenu peuvent rencontrer des obstacles supplémentaires, tels que l'accès limité à des ressources éducatives et des environnements d'apprentissage moins favorables.

. ****Environnement scolaire**** : La qualité des infrastructures scolaires, la disponibilité de ressources pédagogiques et l'efficacité des enseignants peuvent fortement influencer le rendement scolaire.(Duncan, G. J., & Murnane, R. J. 2011).

7.2. Les facteurs internes

- ****Motivation**** : La motivation intrinsèque (le désir d'apprendre pour le plaisir de l'apprentissage) et extrinsèque (les récompenses externes comme les bonnes notes) peuvent influencer la performance académique.
- ****Autodiscipline et gestion du temps**** : La capacité à s'organiser et à gérer son temps efficacement est cruciale pour le succès scolaire.
- ****Capacités cognitives**** : Les compétences telles que la mémoire, l'attention et la capacité de résolution de problèmes jouent un rôle essentiel.
- ****Confiance en soi**** : La croyance en ses propres capacités peut affecter la manière dont un élève aborde les défis académiques.
- ****Style d'apprentissage**** : Les préférences personnelles en matière d'apprentissage (visuel, auditif, kinesthésique) peuvent influencer l'efficacité de l'acquisition des connaissances.

(Pintrich, P. R., & Schunk, D. H. 2002).

8. Le Face-Blocage : quand le Facebook bloque le rendement scolaire :

8.1. Origine et signification du terme "Face-Blocage"

Le terme **"Face-Blocage"** est un néologisme issu de la combinaison de *Facebook* et *blocage*. Il désigne un phénomène de perturbation cognitive et comportementale chez les étudiants, causé par un usage intensif, compulsif ou mal régulé de la plateforme Facebook. Ce concept fait référence à une **forme de blocage psychologique et académique** liée à une utilisation excessive de Facebook, notamment pendant les périodes de révision, d'étude ou de production intellectuelle.

Ce blocage peut se traduire par une perte de concentration, une procrastination prolongée, une dépendance numérique ou un sentiment de saturation mentale. Ainsi, l'étudiant se retrouve piégé dans un cycle de **distraction - culpabilité - contre-performance**, ce qui a un impact direct sur son rendement scolaire. (Kuss, D. J., & Griffiths, M. D. (2011).

8.2. Caractéristiques du Face-Blocage :

Le Face-Blocage se manifeste par plusieurs comportements problématiques :

- **Procrastination académique** : L'étudiant remet systématiquement ses tâches scolaires à plus tard en se réfugiant sur Facebook.
- **Baisse de concentration** : L'attention est dispersée à cause des notifications, des publications, et des interactions en ligne.
- **Dépendance** : Une consultation excessive et incontrôlée du fil d'actualité devient une habitude difficile à briser.
- **Comparaison sociale toxique** : L'exposition constante à la "vie idéale" des autres nuit à l'estime de soi et à la motivation.
- **Perturbation du sommeil** : L'usage nocturne de Facebook nuit à la qualité et à la durée du sommeil, affectant ainsi la performance académique.(Rosen, L. D., Lim, A. F., Carrier, L. M., & Cheever, N. A. (2013)*Educational Psychology*, 34(5), 524–538.

8.3. Cadre théorique associé

Le phénomène du Face-Blocage peut être compris à travers plusieurs théories :

- **La théorie de la charge cognitive** (*Cognitive Load Theory*) soutient que le cerveau humain ne peut traiter qu'un certain volume d'informations à la fois. Or, Facebook surcharge la mémoire de travail et perturbe l'apprentissage.
- **La théorie des usages et gratifications** (*Uses and Gratifications Theory*) explique que les utilisateurs recherchent sur Facebook des gratifications sociales ou émotionnelles immédiates, au détriment d'objectifs à long terme comme la réussite académique.
- **Les approches sur la dépendance aux réseaux sociaux** montrent que certains comportements numériques peuvent ressembler à des addictions comportementales. Weller, J. (1988)

8.4. Différenciation d'autres notions proches

Le Face-Blocage se distingue de concepts voisins :

- **Addiction aux réseaux sociaux** : Reconnu comme trouble comportemental, il implique un besoin irrépressible de se connecter, ce qui n'est pas systématique dans le Face-Blocage, qui peut être contextuel.
- **Distraction numérique** : Celle-ci est souvent temporaire et modérée, alors que le Face-Blocage est un phénomène plus régulier, ayant des conséquences visibles sur le travail scolaire.

Ainsi, le Face-Blocage doit être compris comme un **état intermédiaire entre l'usage problématique et la dépendance**, avec une spécificité claire : son **impact direct sur la performance académique**.(Kirschner, P. A., & Karpinski, A. C. (2010).Facebook® and academic performance. *Computers in Human Behavior*, 26(6), 1237–1245.

PARTIE PRATIQUE

Chapitre 04: Méthodologie de la recherche

Préambule :

Ce chapitre est dédié à la présentation de l'ensemble des aspects méthodologiques liés à notre étude. Dont le but principal est d'expliquer comment notre recherche s'est déroulée, en utilisant la méthode et les outils que nous avons opté sur le terrain, afin d'infirmer ou de confirmer les hypothèses que nous avons formulées dans notre problématique de recherche.

1. La méthode de la recherche :

La réalisation de toute recherche scientifique implique un processus méthodique, ce qui signifie que chaque chercheur doit choisir une approche méthodologique pour obtenir une représentation scientifique bien organisée.

La méthode a été définie comme « un ensemble des procédures, des démarches adoptées pour arriver à un résultat » (Angers Maurice, P.09).

Dans notre recherche, nous avons utilisé **la méthode descriptive** qui est une méthode scientifique très utilisée en sciences sociales afin d'observer, d'explorer, de décrire et d'interpréter les données dans leurs aspects multidimensionnels.

Nous avons choisi cette méthode car elle intègre à la fois l'addiction chez le lycéen et la situation actuelle pour décrire les effets de cette addiction sur leurs rendement scolaire, tout en fournissant des outils tels que l'entretien et le test d'addiction à Facebook, ce qui répond parfaitement à nos objectifs de recherche.

1.1. La méthode descriptive :

La méthode descriptive consiste à rassembler des informations issues des observations faites à propos de tel ou tel phénomène afin de fournir une image cohérente et aussi approfondie que possible de celui-ci. On évoquera successivement les aspects généraux de la description puis les techniques que l'on peut mettre en œuvre pour la présentation des éléments de la description (DELBAYLE, 2000, P141).

1.2. La méthode quantitative :

La recherche quantitative est une étude systématique des phénomènes par la collecte de données quantifiables et l'utilisation de techniques statistiques, mathématiques ou informatiques. La recherche quantitative recueille des informations auprès de clients existants et potentiels en utilisant des méthodes d'échantillonnage et en envoyant des enquêtes en ligne, des sondages en ligne et des questionnaires, par exemple.

L'une des principales caractéristiques de ce type de recherche est que les résultats peuvent être présentés sous forme numérique. (Dan Fleetwood)

2. Présentation du groupe de recherche :

Notre groupe de recherche est composé de 60 adolescents lycéens (toutes catégories : 1^{er}, 2^{ème}, 3^{ème} année). Ils sont sélectionnés à partir des critères suivants :

2.1. Critères d'inclusion :

- Les élèves sélectionnés appartiennent au même établissement.
- Tous les élèves sélectionnés sont des adolescents lycéens dont l'âge varie entre 16 et 19 ans.
- Notre étude englobe les deux sexes (filles et garçons)

2.2. Critères d'exclusion :

- On n'a pas pris en considération le niveau socio-économique des parents.
- On n'a pas pris en considération les différentes filières d'études.

3. Présentation du lieu de la recherche :

Afin de réaliser notre recherche et pour être en contact avec les adolescents lycéens, j'ai effectué mon stage pratique au sein du lycée **Tiharkatine Tifrit Akbou** qui se situe dans la commune D'akbou, wilaya de Bejaia. Ce lycée inauguré en 2011 par le ministre de l'éducation de cette époque. Il accueille un nombre de 750 élèves, entre 477 filles et 273 garçons, et comprend 49 enseignants (29 enseignantes et 20 enseignants) dans différentes filières, et une vingtaine 20 de personnel non enseignant qui travaille dans des services divers. Le lycée de Tiharkatine Tifrit Akbou dispose d'un restaurant qui accueille un nombre de 450 élèves demi-pensionnaires. Par rapport à son architecture cet établissement se compose de 16

classes d'enseignement et quatre laboratoires, une salle d'informatique, une grande salle de sport avec un terrain de sport. Quant à l'aile administratif, elle se constitue en un immeuble devisé au prêt de la direction de lycée (le directeur, l'économe, les surveillants etc....).

4. Le déroulement de la recherche :

4.1. La pré-enquête

La pré-enquête est une étape fondamentale dans tout travail scientifique. Elle se considère comme « la phase d'opérationnalisation de la recherche théorique, elle consiste à définir des liens entre, les constructions théoriques ; schémas théoriques ou cadre conceptuel selon les cas, et d'autre part, les faits observables afin de mettre en place l'appareil d'observation » (HK. Chahraoui, 1990, p.19).

Elle consiste à essayer sur un échantillon réduit les instruments (questionnaire, entretiens, analyse de documents) prévus pour effectuer l'enquête. Si l'on a des doutes dans telle ou telle variable on peut explorer de façon limitée le problème à étudier, avant même de préciser définitivement ses objectifs » (Grawitz, 2001, p.550). Ce qu'il nous va permettre de tester, confirmer et d'enrichir notre guide d'entretien, ainsi de maîtriser l'application de notre questionnaire, afin de préparer l'enquête proprement dite.

Notre pré-enquête a été réalisée au sein du lycée Tiharkathine » de Tifrit Akbou, wilaya de Bejaia. Dans un premier temps, nous avons rencontré la conseillère d'éducation (psychologue) à laquelle nous avons expliqué notre thème de recherche, son objectif, et la nature de travail (concernant les outils que nous avons appliqué par la suite), la période de stage...etc, elle nous a accepté avec toute bienveillance. En deuxième lieu, nous avons obtenu l'accord du surveillant général, afin de nous permettre d'entrer en contact direct avec les élèves.

Durant cette étape de la pré-enquête, un bureau a été mis à notre disposition par l'administration où nous avons réalisé des entretiens semi directif, et appliquer le questionnaire d'addiction à Facebook avec six élèves de chaque niveau (1AS, 2AS et 3AS). Après avoir se présenter comme étudiant en psychologie clinique préparant un mémoire de master, nous avons expliqué notre thème de recherche, son but, les outils de recherche que nous envisageons à appliquer, nous avons assuré la confidentialité aux élèves. Enfin, nous avons eu leurs consentements éclairés.

4.2. Enquête :

L'enquête proprement dite, « c'est l'ensemble des opérations par lesquelles les hypothèses vont être soumises à l'épreuve des faits, et qui doit permettre de répondre à l'objectif qu'on s'est fixé ». (Blanchet & Gotman, 2014, p. 35)

Ainsi, notre enquête s'est déroulée à la classe au sein du lycée Tiharkathine Tifrit Akbou, pendant la période du 03 mars au 16 avril 2024, nous avons présenté trois (03) jours par semaine, de 9 h 00 jusqu'à 14 h 30.

Notre groupe de recherche était constitué de soixante (60) élèves lycéens, divisé en 38 filles et 22 garçons, affiliés à des spécialités différentes. Tout d'abord, nous avons commencé par se présenter en tant qu'étudiant en psychologie clinique à l'université de Bejaïa préparant un mémoire de master, puis nous avons les expliqué notre thème de recherche ainsi que ses objectifs et l'outil de collecte de données (questionnaire d'addiction à Facebook) que j'ai utilisé avec eux. Ensuite, nous avons demandé leurs consentements éclairés et par la suite, nous avons assuré la confidentialité à notre sujet, on leur expliquant que tout ce qu'ils me diront restera confidentiel et anonyme et que toutes les réponses seront utilisées seulement à des fins de recherche purement scientifique. Enfin, nous avons pu avoir leurs accords.

Concernant notre outil d'investigation, nous avons utilisé comme déjà mentionner le « Questionnaire d'addiction à Facebook » sachant qu'il est traduit auparavant dans la langue maternelle des participants (langue kabyle), afin de mettre notre sujet de recherche plus à l'aise et pour obtenir des informations plus précises, de mieux comprendre leurs habitudes et expériences vis-à-vis l'utilisation du réseau social Facebook.

En premier lieu, lors de la passation du questionnaire, nous avons bien expliqué la consigne qui est la suivante « Ce questionnaire est composé de 28 questions. Après avoir lu attentivement ces questions, Veuillez répondre à toutes les questions, en cochant dans l'un des deux cases (Vrais ou Faux) la réponse qui vous semble correspondre le mieux à vos habitudes sur Facebook, ce questionnaire est destiné pour une utilisation purement scientifique, et il faut savoir que toutes vos réponses sont juste, c'est-à-dire il y'aurais pas de bonne ou de mauvaise réponse ».

5. Les outils de la recherche :

Pour recueillir les données et les informations primordiales sur notre recherche, nous avons utilisé le « **Questionnaire d'addiction à Facebook** » ou bien « the Facebook addiction quiz – symptômes of Facebook Addiction » qui est utilisé pour évaluer si les lycéens passent trop de temps sur Facebook et s'ils pourraient bénéficier de modifier certaines de leurs habitudes en ligne.

Ce questionnaire comporte 28 items (questions), et deux modalités de réponses « vrais » et « Faut », il faut noter que ces questions et les symptômes décrits ne doivent être utilisés que comme une évaluation approximative des habitudes des lycéens sur Facebook, et non comme un diagnostic formel.

6. Interprétation du Questionnaire d'addiction à Facebook :

Parmi les 28 questions ou items, il faut compter combien avez-vous répondu "Vrai" ?

- Bien qu'il n'existe pas de nombre défini indiquant une "dépendance à Facebook", il est évident que plus vous êtes d'accord avec les signes de surutilisation ci-dessus, plus il est probable que vos habitudes sur Facebook soient excessives ou malsaines.

0 - 5 : Vous êtes très probablement un utilisateur léger de Facebook – vous pouvez le prendre ou le laisser et cela ne causera probablement aucun problème significatif dans votre vie.

6 - 10 : Facebook fait partie de votre routine quotidienne. Parfois, vous y passez trop de temps et vous regrettez vos longues sessions Facebook après vous être finalement déconnecté.

11 - 20: Votre utilisation de Facebook peut être malsaine ou obsessionnelle. Passer trop de temps sur Facebook peut causer ou contribuer à des problèmes de la "vie réelle" et peut être vous l'utiliser pour éviter d'autres responsabilités importantes.

+21 : Votre vie tourne autour de Facebook. Il vous serait très difficile de passer plus d'un jour ou deux sans consulter votre compte. Vos relations et vos résultats scolaires ou professionnels souffrent probablement d'une utilisation excessive de Facebook. Vous seriez très bénéfique de comprendre pourquoi Facebook est addictif, de réduire votre temps sur Facebook et d'apprendre des astuces et des conseils pour lutter contre la dépendance à Facebook.

Synthèse :

Ce chapitre méthodologique nous a permis de bien structurer, d'organiser, et d'éclairer notre démarche suivie durant le déroulement de cette recherche, en respectant l'ensemble de règles et étapes de la méthodologie. Et pour répondre à nos questions de recherche et vérifier nos hypothèses de recherche nous avons utilisé le questionnaire d'addiction à Facebook, qui nous a permis de récolter les données et les informations nécessaires pour la réalisation de cette recherche. Dans Le chapitre suivant, nous avons procéder à la présentation et l'analyse des résultats issus lors de la recherche et discussion des hypothèses sur le plan quantitatif.

Chapitre 05 : Présentation, analyse et discussion des résultats

Préambule :

Dans ce dernier chapitre, nous aborderons la présentation et l'analyse des données sur le plan quantitatif, obtenu lors de la passation du questionnaire d'addiction à Facebook que nous avons effectué auprès de notre groupe de recherche.

1. Présentation des résultats liés aux caractéristiques du groupe de recherche (Genre, Age et filière) :

Nous avons présenté les caractéristiques de notre groupe de recherche à travers des tableaux et cela en fonction des variables suivantes : genre, Age, filières

Tableau n 01 : Distribution du groupe de recherche selon le genre :

Genre	Effectifs	%
Féminin	38	63,33
Masculin	22	36,67
Total	60	100

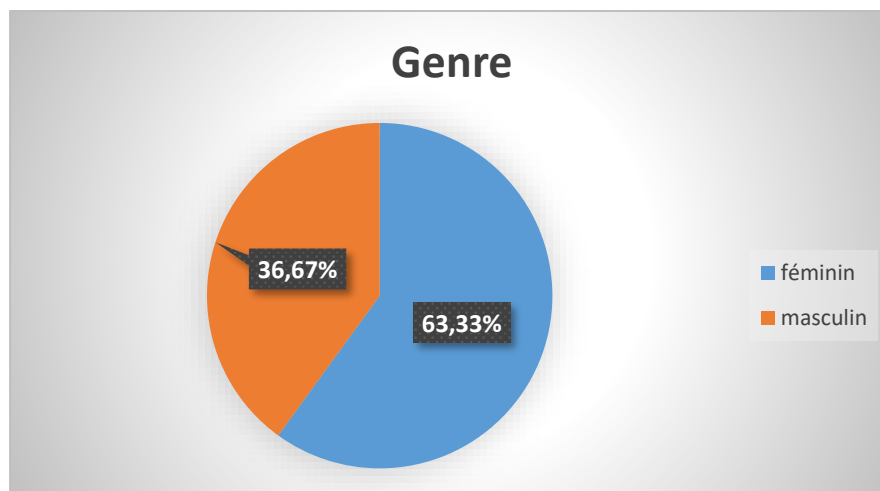
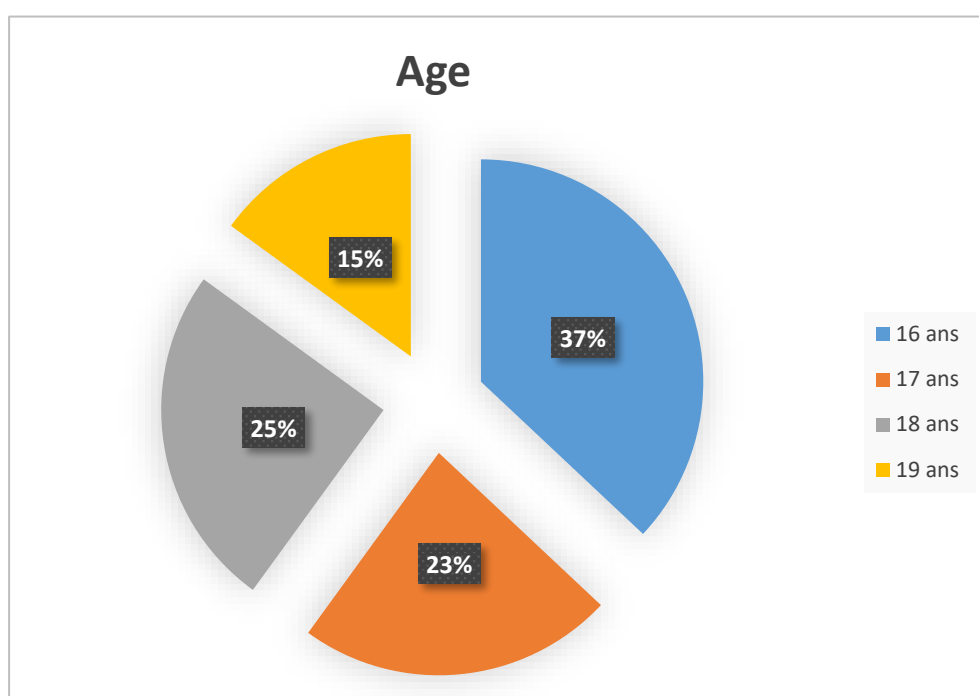


Figure n 01 : Diagramme circulaire représentant la distribution de notre groupe de recherche selon le genre.

Le tableau et la figure ci-dessus, présentent la distribution de notre groupe de recherche selon le genre, nous remarquons que le pourcentage de genre féminin (63.33%) est le plus élevé par rapport au genre masculin (36.67%).

Tableau n 02 : Distribution du groupe de recherche selon l'âge :

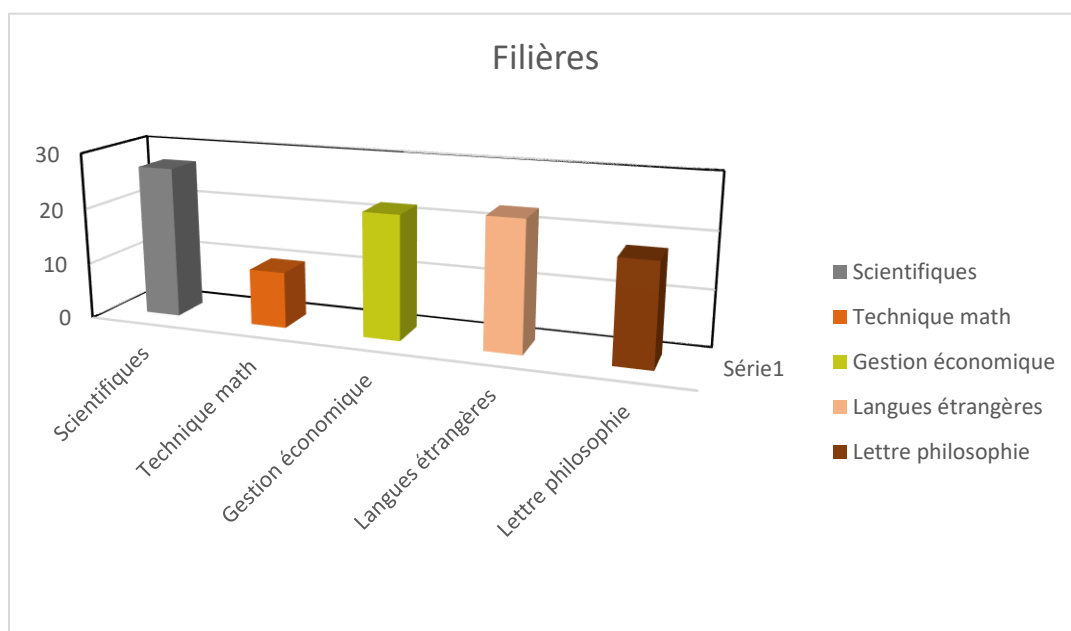
Age	Fréquence	%
16 ans	22	37
17 ans	14	23
18 ans	15	25
19 ans	9	15
Total	60	100

**Figure n 02 : Diagramme circulaire représentant la distribution de notre groupe de recherche selon l'âge.**

Il ressort d'après la lecture du tableau et de la figure ci-dessus, que l'âge varié entre 16 et 19 ans. Ainsi le nombre d'élèves ayant l'âge de 16 ans est le plus élevé et représente 37%, par rapport aux élèves ayant l'âge de 18 ans qui représente 25 % et ceux qui ont l'âge de 17 ans et qui représente 23% de notre groupe de recherche, finalement les élèves qui ont 19 ans représente l'âge le plus bas au pourcentage de 15%.

Tableau n 03 : Distribution du groupe de recherche selon les filières :

Filières	Effectifs	%
Sciences Exp	16	27
Technique Math	6	10
Gestion Économique	13	22
Langues Étrangères	14	23
Lettre Philosophie	11	18
Total	60	100

**Figure n 03 : Histogramme représentant la distribution selon les filières**

D'après la lecture du tableau et la figure ci-dessus, nous remarquons que le pourcentage de la filière le plus élevé est représenté par 27% qui st la filière scientifique, par rapport au pourcentage de la filière technique math qui est le plus bas (10%), Alors que la filière gestion économique représente 22% et 23% pour la filière des langues étrangères. Ainsi, le pourcentage 18% pour la filière lettre philosophie.

2. Présentation et analyses des données du questionnaire d'addiction à Facebook

Tableau n 04 : Distribution du pourcentage d'addiction à Facebook

Interprétations	Effectifs	%
Utilisation addictive	28	46,66
Utilisation obsessionnelle	25	41,66
Utilisation quotidienne	04	6,66
Utilisation légère	03	5
Total	60	100

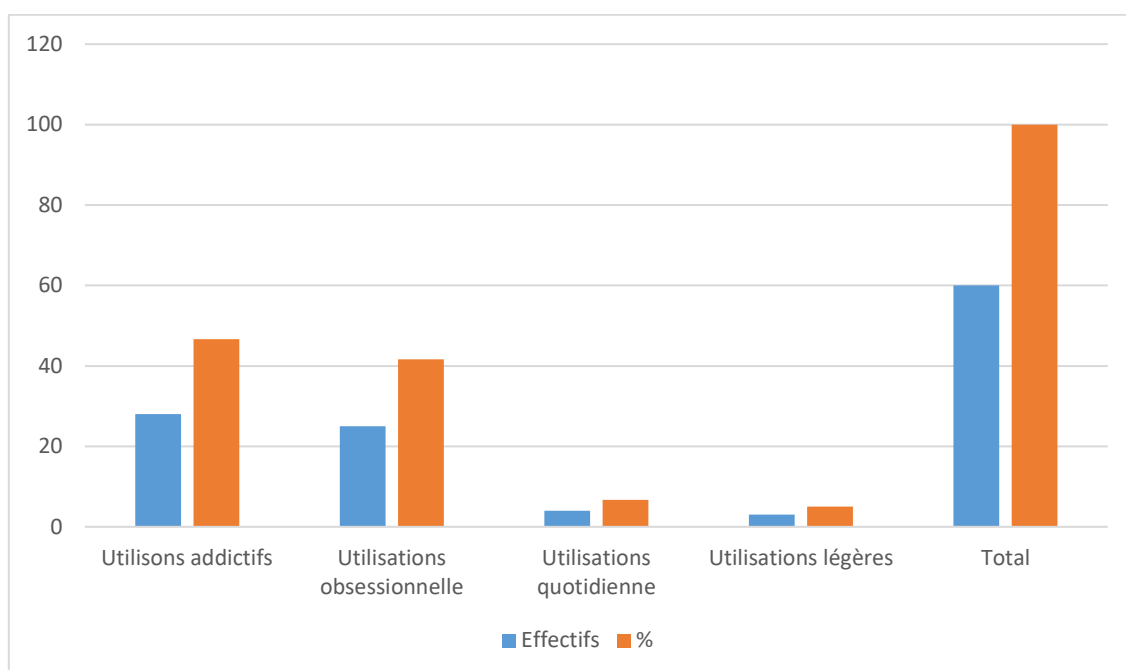


Figure n 04 : Histogramme représentant la distribution du pourcentage d'addiction à Facebook

Le tableau et la figure n 04, représentent les pourcentages d'addiction à Facebook de notre groupe de recherche, nous constatons qu'un pourcentage de 46,66% (28 lycéens) présentent une utilisation addictive à Facebook, 41,66% (25 lycéens) ont une utilisation obsessionnelle ou malsaine de Facebook.

Tandis que seulement 6,66% (4 lycéens) utilisent les réseaux Facebook de manière quotidienne sans comportement excessif, et 5% (3 lycéens) déclarent une utilisation légère.

Ces résultats montrent que la majorité des utilisateurs (88,32%) présentent des signes d'usage excessif et addictif et voire obsessionnels au réseau social Facebook.

Tableau n 05 : Distribution des résultats obtenus selon le genre

Genre Degré d'usage	Filles	%	Garçons	%
Utilisation Légère	01	2.63	02	09.09
Utilisation Quotidienne	01	2.63	03	13.63
Utilisation Obsessionnelle	16	42.10	09	40.90
Utilisation Addictive	20	52,63	08	36.36
Total	38	100	23	100

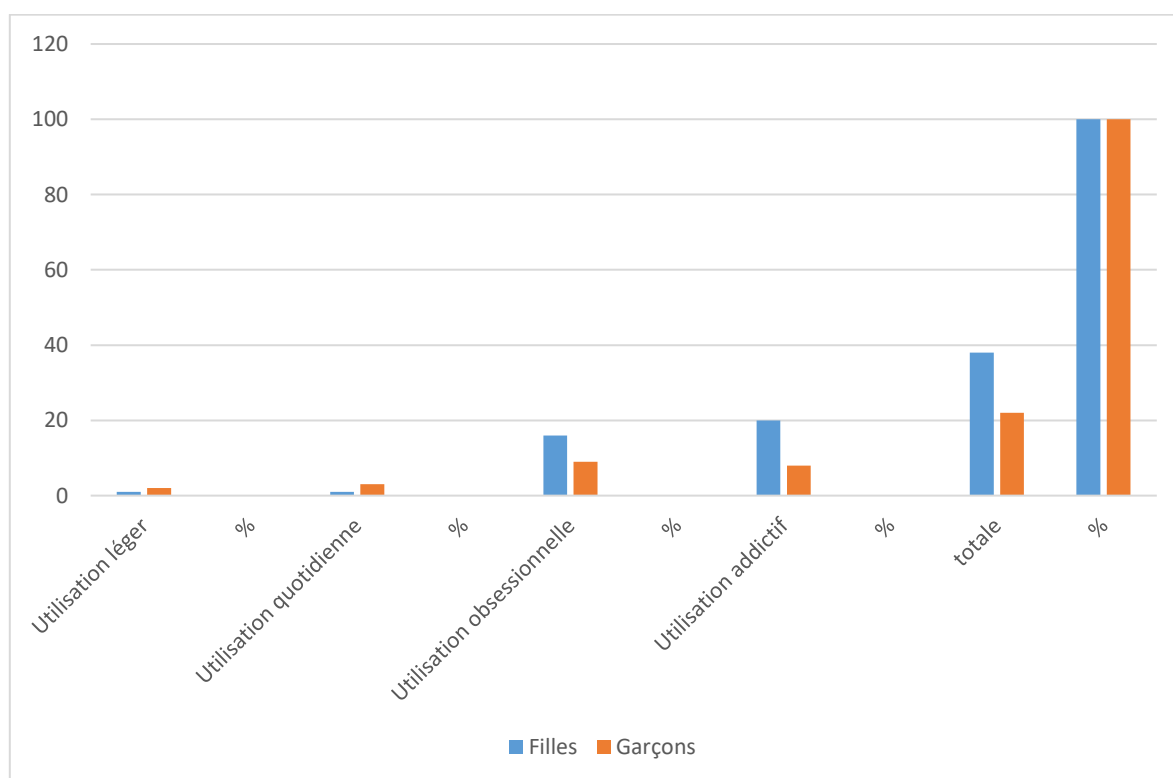


Figure n 05 : Histogramme représentant la distribution des résultats obtenus selon le genre

Comme nous pouvons constater, Le tableau et la figure ci-dessus, représentent la comparaison des résultats obtenues lors de la passation du test d'addiction à Facebook, cette

comparaison concerne le genre (filles et garçons). Les résultats montrent des différences entre les filles et les garçons concernant le degré d'usage de réseau social Facebook. Chez les filles on trouve un pourcentage de 2,63% pour un degré d'utilisation légère et quotidienne, 42,10% pour une utilisation obsessionnelle, et 52,63% pour une utilisation addictive, soit un total de 38 filles.

Du côté des garçons, 9,09% ont une utilisation légère, 13,63% présente une utilisation quotidienne, 40,90% concerne un degré d'une utilisation obsessionnelle, enfin 36,36% représente une utilisation addictive, pour un total de 22 garçons.

Ainsi, une majorité des filles et des garçons présentent des comportements d'usage obsessionnel ou addictif, bien que ces tendances soient plus marquées chez les filles que les garçons.

2. Discussion des hypothèses :

❖ L'hypothèse N°1 :

L'addiction au réseau social « Facebook » affecte négativement le rendement scolaire des lycéens.

A partir des résultats obtenus lors de la passation du questionnaire d'addiction à Facebook, ainsi que la moyenne trimestrielle générale (le premier et le deuxième trimestre) et après avoir les comparer, nous avons constaté un pourcentage élevé des lycéens qui présentent des signes d'utilisation excessive et addictive et voire même obsessionnelle au réseau social Facebook, ce pourcentage est de (88,32%) et qui présente 53 élèves , ce qui prouve que la majorité des élèves qui appartiens à notre groupe de recherche sont influencés par l'utilisation de Facebook.

En revanche, lors de la distribution des moyennes générales de ces élèves, nous avons constaté qu'un nombre de 17 élèves seulement parmi 60 élèves de différentes filières n'ont pas acquis la moyenne de 10/20 (avec un pourcentage de 28.33 %), contre 43 élèves qui ont été acquis la moyenne de 10/20 (avec un pourcentage de 71.67 %). Ce qui confirme que l'utilisation de réseau social Facebook n'a pas affecté la moyenne de ces élèves, donc nous pouvons conclure que le réseau social Facebook n'affecte pas négativement le rendement scolaire de ces lycéens.

A partir de ce constat, nous pouvons **infirmer notre première hypothèse.**

❖ L'hypothèse N°2

L'addiction au réseau social « Facebook » est plus élevée chez les filles lycéennes que les garçons lycéens.

D'après les résultats obtenus lors de la passation du questionnaire de l'addiction à Facebook, nous avons pu remarquer des différences entre les filles et les garçons concernant le degré d'utilisation du réseau social Facebook, la distribution des pourcentages montre un taux de 94.73% d'utilisation addictive et obsessionnelle chez les filles, contre un taux de 77.26 % chez les garçons.

Les résultats montrent que l'effet qui prend l'ampleur parmi les 38 élèves féminine il y'en a que deux filles qui ne sont pas influencées par ce phénomène.

Pendant la passation de ce test « The Facebook addiction quiz » la majorité des filles ont cochés la case vrai dans les items suivants : 6,11,13,15,16,19,20,21,22,dont chacun de ces derniers fait référence à l'évitement des tâches comme les études et ceux de la maison, item 16 « j'utilise toujours Facebook afin d'éviter d'autres responsabilité (travail, tâches ménagères et devoirs à la maison)» et aussi cette excessivité d'effets et le désir des filles d'avoir de nombreux amis et une importance virtuelle vis-à-vis de Facebook, item 7 « j'ai fait un effort pour avoir un maximum d'amis (es) sur Facebook ». Pour jouer prendre exemple de l'item 11 : « je passe trop de temps à jouer des jeux sur Facebook ».

Après avoir analysé les données précédentes nous pouvons **confirmer notre deuxième hypothèse** qui indique l'addiction de réseau social(Facebook) qui est plus élevé chez les filles lycéennes comparativement aux garçons lycéens.

En conclusion, les deux hypothèses de cette étude sont soutenues par les données quantitatives recueillies.

Conclusion

Cependant, notre recherche ne constitue pas une référence générale, car notre travail de recherche a été réalisé au niveau d'un seul lycée et que les résultats obtenus ne seront pas les mêmes au niveau des autres lycées soumis à d'autres conditions.

Sur la base des conclusions de notre recherche, ainsi que des données disponibles sur l'utilisation excessive de Facebook et le rendement scolaire des lycéens, voici quelques recommandations spécifiques pour atténuer ces effets nous souhaitons qu'elles soient bénéfiques pour les futurs chercheurs.

- Analyse des fonctionnalités de Facebook (comme les notifications, le scroll infini) qui encouragent une utilisation compulsive.
- Exploration de la manière dont l'utilisation excessive de Facebook peut affecter la qualité des relations en face-à-face.
- Étude de la manière dont les adolescents construisent et présentent leur identité en ligne, et les écarts avec leur identité réelle.

Conclusion générale

Conclusion générale

À travers cette recherche portant sur l'addiction au réseau social « Facebook » et son impact sur le rendement scolaire des lycéens, nous avons tenté d'apporter une contribution scientifique à la compréhension d'un phénomène contemporain qui touche profondément la jeunesse : l'usage massif et parfois excessif des réseaux sociaux, en particulier chez les adolescents en milieu scolaire. Ce travail s'est articulé autour d'un double objectif : d'une part, mesurer l'ampleur de l'addiction à Facebook chez les lycéens ; d'autre part, analyser la relation entre cette addiction et leur rendement scolaire, tout en considérant les variables sociodémographiques telles que le genre, l'âge ou la filière.

Dans la première partie théorique, nous avons mis en lumière les définitions, les caractéristiques et les manifestations cliniques de l'addiction comportementale, notamment la cyberdépendance, ainsi que les spécificités propres à l'utilisation de Facebook. Cette plateforme, initialement conçue comme un outil de communication et de partage, s'est transformée en un espace numérique omniprésent qui influence les habitudes de vie, les interactions sociales et les processus cognitifs des adolescents. Si elle peut constituer un moyen d'information et d'échanges enrichissant lorsqu'elle est utilisée de manière modérée, elle devient problématique lorsqu'elle empiète sur les temps d'étude, altère la concentration ou perturbe le sommeil, autant de facteurs essentiels à la réussite scolaire.

La deuxième partie de ce mémoire a permis d'examiner le rendement scolaire dans sa complexité : non seulement comme le reflet de la performance académique mesurable (notes, assiduité, participation), mais aussi comme le résultat d'un ensemble d'interactions entre facteurs personnels, familiaux, scolaires et sociaux. Nous avons également introduit la notion de Face-Blocage, qui désigne la manière dont une utilisation compulsive de Facebook peut entraver la mobilisation cognitive et affective nécessaire à la réussite éducative.

La partie pratique, menée au sein du lycée Tiharkatine d'Akbou, s'est appuyée sur une méthodologie quantitative visant à évaluer, à travers des questionnaires structurés, le niveau d'addiction des élèves ainsi que leur perception de leur rendement scolaire. Les analyses statistiques ont révélé deux résultats majeurs : premièrement, l'addiction à Facebook n'a pas montré d'effet direct et systématique sur le rendement scolaire des lycéens interrogés, ce qui infirme notre première hypothèse ; deuxièmement, les données indiquent que les filles sont globalement plus exposées aux usages addictifs et obsessionnels de la plateforme, confirmant ainsi notre seconde hypothèse. Ces résultats rejoignent certaines études internationales qui nuancent la vision alarmiste selon laquelle l'usage des réseaux sociaux serait systématiquement préjudiciable aux performances scolaires.

Cependant, cette absence d'impact direct ne doit pas être interprétée comme une absence d'enjeu. En réalité, les effets de l'addiction aux réseaux sociaux sont multidimensionnels et souvent indirects : perte de temps, perturbation du sommeil, baisse de motivation, fragmentation de l'attention ou encore modification des interactions sociales. Tous ces éléments peuvent, à moyen et long terme, affecter la trajectoire scolaire des adolescents. D'où l'importance d'adopter une approche éducative globale, combinant sensibilisation, régulation et accompagnement.

En conclusion, cette étude met en évidence la nécessité d'une gestion équilibrée des usages numériques chez les adolescents. Elle invite les éducateurs, les parents et les institutions scolaires à développer des stratégies conjointes pour encadrer ces usages, promouvoir l'autorégulation et renforcer la motivation scolaire. Elle ouvre également la voie à des recherches complémentaires, notamment qualitatives, afin d'explorer en profondeur les mécanismes psychologiques et sociaux qui sous-tendent l'addiction aux réseaux sociaux et ses effets différés sur la réussite éducative.

Enfin, dans une société où le numérique occupe une place grandissante, il devient impératif de former les jeunes non seulement à l'utilisation des technologies, mais surtout à leur maîtrise réfléchie et responsable, afin qu'elles demeurent un outil au service du développement personnel et scolaire, et non une entrave à leur épanouissement.

Liste bibliographique

La liste bibliographique :

Ouvrages :

1. Barbeau, A. (2007). *La dépendance numérique*. L'Harmattan.
2. Besançon, M., Fenouillet, F., & Shankland, R. (2015). Creativity, well-being, and academic achievement in gifted children: A review of the literature. *International Journal of Creativity and Problem Solving*, 25(1), 61-77.
3. Bouffard, T. (1997). Self-regulation and academic achievement. *Journal of Educational Psychology*, 89(4), 701-708.
4. Courbet, D., Fourquet-Courbet, M.-P., & Amato, S. (2020). *Studies*, 13(1), 209-235.
5. Davidson, C., & Maso, P. (2002). *Dépendances et changements : Un autre regard*. Éditions Carrefour Prévention.
6. Gaillard, M. (2010). *Les nouvelles addictions* (p. 54). Odile Jacob.
7. Izard, C. E. (1991). *The psychology of emotions*. Plenum Press.
8. Mercklé, P. (2011). *Sociologie des réseaux sociaux*. Paris, France: La Découverte.
9. Mercklé, P. (2013). *La « découverte » des réseaux sociaux*, (n°182), p. 187-208. Cairn.
10. Morel, A. Couteron. (2008). *Les conduites addictives (comprendre, prévenir, soigner)*. Paris, France: [Éditeur].
11. Nicolas, T. (2015). *Les réseaux sociaux : un outil de réinsertion pour les chômeurs désavantagés* (Thèse). Université de Lausanne.
12. Peele, S. (1998). *The meaning of addiction: An unconventional view* (Original work published 1985, p. 20). Jossey-Bass.
13. Picard Ramage. (2023, April 12). Exploring social media addiction.
14. Salceanu, C., & Matei, M. (2017). *Psychosocial risks of online interactions*. Lambert Academic Publishing.
15. Schmitt Lupo. (2023, April 12). The psychological impact of excessive screen time.
16. Sgard, F., & Hoyaux, A. (2006). *Les addictions aux jeux vidéo*. Presses Universitaires de Grenoble.
17. Young, K. S. (1998). Internet addiction: The emergence of a new clinical disorder. *CyberPsychology & Behavior*, 1(3), 237-244.
18. . (Kuss, D. J., & Griffiths, M. D. (2011).

Sites internet:

1. https://startupo.fr/question/4005/quels_sont_les_objectifs_de_facebook
2. <https://fr.wikihow.com/vaincre-son-addiction-%C3%A0-Facebook>
3. <http://www.economiesolidaire.com/2013/04/16/pour-ou-contre-facebook-avantages-et-inconvenients-de-facebook>
4. <https://www.sciencedirect.com/science/article>
5. <https://amu.hal.science>
6. <https://www.cachem.fr/reseaux-sociaux-impacts>
7. <https://www.cairn.info/revue-enfance2-2017-1-page-81.htm>
8. <https://www.cairn.info/revue-d-economie-du-developpement-2013-1-page-127.html>
9. <https://ecolebranchee.com/medias-sociaux-a-lecole-atout-leducation/>
10. <https://www.autonome-solidarite.fr/articles/lusage-des-reseaux-sociaux-a-lecole-interets-risques-et-obligations/>

Annexes

Annexe 01 : « Questionnaire d'addiction à Facebook »

Nom :

Age :

Sexe : Fille

☐

Garçon

☐

Filière :

Niveau : 1AS

☐

2AS

☐

3AS

☐

Moyenne : 1er semestre

☐

2^{ème} semestre

☐

- Chers élèves, ce questionnaire est destiné pour une utilisation purement scientifique, et il faut savoir que toutes vos réponses sont juste, c'est-à-dire il y'aurait pas de bonne ou de mauvaise réponse.

- Veuillez cochez (X) la bonne réponse s'il vous plait, et merci d'avance pour votre collaboration :

Questions :	Vrais	Faux
1. Je passe beaucoup de temps sur Facebook – dans la plupart du temps plus que j'ai eu l'habitude.		
2. Je suis toujours fatigué le matin parce que je reste éveillé la nuit en passant du temps sur Facebook.		
3. Ma famille ou mes amis (es) commentés que je passe trop de temps sur Facebook,		
4. Je passe plus de deux heures par jour sur Facebook pour des raisons qui n'ont pas de relation avec mon travail ou mes études.		
5. J'ai eu l'habitude d'utiliser Facebook à l'école malgré que cela est interdit.		
6. Je trouve que c'est difficile à moi si je n'aurai pas accès à mon Facebook pendant une journée.		
7. J'ai fait un effort pour avoir un maximum d'amis (es) sur Facebook		
8. Beaucoup de mes amis (es) sur Facebook ne sont pas mes amis (es) dans la vie réelle.		
9. Mes compétences intellectuelles sont réduites à cause de l'utilisation de Facebook.		

10. Mes relations (généralement) sont réduites à cause de l'utilisation de Facebook.		
11. Je passe trop de temps à jouer des jeux sur Facebook.		
12. Lorsque je partage quelque chose sur Facebook, je me sens très déçu si quelqu'un ne fait pas un commentaire.		
13. Je préfère toujours parler avec les personnes sur Facebook qu'en réalité.		
14. J'ai essayé (e) de réduire le taux du temps de l'utilisation de Facebook mais je ne suis pas arrivé (e).		
15. Je passe trop de temps à utiliser Facebook en comparant à d'autres activités.		
16. J'utilise toujours Facebook afin d'éviter d'autres responsabilités (travail, tâches ménagères, devoirs à la maison).		
17. Depuis mon utilisation du réseau Facebook, je passe peu de temps à faire d'autres activités que j'ai eu l'habitude de faire (sport, exercices, loisirs...etc.).		
18. Malgré que j'aie beaucoup d'amis (e) sur Facebook, mais je suis toujours seul.		
19. J'ai eu l'habitude de connecter sur Facebook quand je n'ai pas avec qui parler.		
20. Vérifier mon compte Facebook est la première chose que je fais le matin.		
21. Vérifier mon compte Facebook est la dernière chose que je fais la nuit.		
22. J'utilise Facebook lorsque je me sens stressé, déprimé, afin de me sentir mieux.		
23. Je suis toujours en retard pour l'école, les rendez-vous à cause de l'utilisation de Facebook.		
24. Je me sens perturbé (e) si un ami (e) ne m'ajoute pas sur Facebook.		
25. J'ai réglé mon Facebook pour que je reçoive les notifications de mes amis et ce qu'ils disent sur Facebook.		
26. Ça me rend mal si quelqu'un a plus d'amis (e) que moi sur Facebook		
27. Je pense que c'est virtuellement impossible à moi d'abandonné Facebook pour une durée d'un mois.		
28. Je trouve qu'il y'a une différence entre ce que m'ait dit de la part de quelqu'un en réalité et ce qui il m'avait dit sur Facebook.		

Annexe 02 : « Questionnaire d'addiction à Facebook » traduit en Kabyle

Nom :
Age :
Sexe : Fille Garçon ☐
Filière :
Niveau : 1AS ☐ 2AS ☐ 3AS ☐
Moyenne : 1er semestre ☐ 2^{eme} semestre ☐

- Chers élèves, ce questionnaire est destiné pour une utilisation purement scientifique, et il faut savoir que toutes vos réponses sont juste, c'est-à-dire il y'aurait pas de bonne ou de mauvaise réponse.

- Veuillez cochez (X) la bonne réponse s'il vous plait, et merci d'avance pour votre collaboration :

Isseqessiyeu:	Isseha	ikhdha
1. Tawigh attass n lwaqeth g l facebook – tikwal kethar n waken l youghagh tanumi		
2. 3agugh attass sevah akhar tawigh attass n lwaqeth la3echa g facebook		
3. Lehevaviw ak tefamiltiw qareneɛ dh akken tawigh attass n lwaqeth g l facebook		
4. Se3adayagh kethar n senath n swaya3 iwass g facebook bla sseba		
5. Ssekhedhamagh dayman facebook g lecole ghass akken interdit		
6. Tafagh dh akken you3ar-iyi lehal ma oukechimeghara ar l facebook		
7. Khemagh attass n les efforts iwakken idejeme3agh attass “yimedoukal” g facebook		
8. Attass n yimdukaliw dhi l facebook ur linara dhimdoukaliw nessah		
9. Leqrayaw djighet feldjala n ussekhedhem n facebook		

10. Le3alaqathi akith djighent fedjala n ussekhdhem n l facebook		
11. Tawigh attass n lwaqeth g thurarth g facebook		
12. Iteghidhiyi lehal ma ad publiyigh lehadja g facebook hed udeyari fellass		
13. Hemlagh adhehadheragh d l3ivadh g facebook walla g essah		
14. Ssiyagh adhesseneqessagh lwaketh itawigh g facebook ma3na ouzemiregh-ara		
15. Tawigh attass n l waqeth g ussekhdhem n l facebook kethar n lecheghal nidhen		
16. Tawigh attass n lwaqeth g facebook aken adh wakheragh af les responsabilité nidhen		
17. Gmi issekhdham-agh facebook djigh lecheghaliw inoumagh dhahough (sport , tighimith dh lehvav)		
18. Ghass akken se3igh attass les amis (e) g l facebook , tehussugh imaniw dawehidh		
19. Ketchemagh ar facebook mechki ur yelli hed zathi		
20. Ketchmagh ar facebook mkoul ma adakigh sevah		
21. Aketchum ar facebook dh lehadja tamegaruth ikhedmagh la3cha		
22. Sekhdhamagh facebook mechki iteqalqagh iwakken adhehoussagh imaniw bien		
23. Te3atilagh dayman af lecole sebba n ussekhdhem n facebook		
24. Tehoussough imaniw noughenagh mechki uyeqivelara hed dhi facebook		
25. Rigligh facebook iw iwakken ayiditawedh ujedhidh n yimdukaliw		
26. Uyi3edjevara lehal mechki izerigh hed isse3a imedoukal g l facebook akethar iw		
27. Zaragh dh akken dh lemouhal adhe3ichagh chehar bghir facebook		
28. Dayman tafagh daken yellah lekhilaf gayen izaragh g facebook ak g essah		

Résumé

L'addiction à Facebook peut avoir des effets significatifs sur le rendement scolaire des lycéens. Passer trop de temps sur la plateforme peut entraîner une diminution de la concentration, une gestion du temps inefficace, et une réduction du temps consacré aux études.

Nous avons essayé à travers cette étude de décrire et de mesurer l'addiction à Facebook chez les lycéens d'un côté, et de savoir s'il existe une différence concernant l'utilisation du Facebook selon le genre (filles et garçons), ainsi de vérifier le rendement scolaire des lycéens d'un autre côté, afin de confirmer ou infirmer s'il est affecté vraiment par l'addiction à Facebook.

Pour cela, nous avons procédé à une enquête par un Test d'addiction à Facebook, que nous avons distribués à 60 lycéens de différents niveaux (1AS, 2AS, 3AS) et différentes filières.

Nos résultats font ressortir que l'addiction à Facebook n'affecte pas forcément le rendement scolaire des lycéens, ce qui infirme notre première hypothèse, et que les filles sont les plus marquées et touchées par une utilisation addictive et obsessionnelle de réseau Facebook, ce qui rend confirme notre deuxième hypothèse.

Mots clés : Addiction à Facebook - Rendement scolaire – Lycéens.

Abstract

Addiction to Facebook can have significant effects on the academic performance of high school students. Spending too much time on the platform can lead to decreased concentration, ineffective time management, and reduced time spent on studies.

We tried through this study to describe and measure Facebook addiction among high school students on the one hand, and to know if there is a difference in the use of Facebook according to gender (female, male), as well as to verify the academic performance of high school students on the other hand, in order to confirm or deny whether it is really affected by Facebook addiction.

For this, we have preceded an investigation via a Facebook Addiction quiz, which we have distributed to 60 high school students of different levels (1AS, 2AS, and 3AS) and different specialties.

Our results show that Facebook addiction does not necessarily affect the academic performance of high school students, which invalidates our first hypothesis, and that girls are the most marked and affected by addictive and obsessive use of the Facebook network, which confirms our second hypothesis.

Key words:

Facebook addiction- Academic performance - High school students.