



Haute école d'ingénierie et d'architecture Fribourg  
Hochschule für Technik und Architektur Freiburg

***TIC – Filière Informatique***

**Projet de semestre 6**

**2018**

# **Rapport**

---

## **S.A.S**

**Développement d'une application Web de surveillance  
et de soutien contre l'addiction en ligne**

---

Logo

**Nicolas Fuchs  
Grégory Ducrey**

---

Superviseurs : **Sandy Ingram**

**Houda Chabbi**

Mandant : **Dr. Claire Korkmaz**

---

Fribourg, Mars 2018

## Sommaire

<b>Historique des versions .....</b>	<b>3</b>
<b>Introduction .....</b>	<b>4</b>
Contexte .....	4
<b>Analyse .....</b>	<b>6</b>
Introduction .....	6
Cahier des charges .....	12
Exploration du sujet .....	7
Idéation .....	7
Brainstorming .....	7
Classement des idées .....	Erreur ! Le signet n'est pas défini.
Etat de l'art .....	8
Tests des produits existants .....	Erreur ! Le signet n'est pas défini.
Tests technologiques .....	12
Conclusion .....	12
<b>Conception .....</b>	<b>13</b>
Introduction .....	13
Architecture générale .....	14
Diagrammes de cas d'utilisation .....	14
Diagrammes de séquences .....	14
Fiches descriptives .....	14
Diagramme d'activité ? .....	14
Conclusion .....	14
<b>Implémentation .....</b>	<b>15</b>
Introduction .....	15
Conclusion .....	16
<b>Validation .....</b>	<b>16</b>
Introduction .....	16
Conclusion .....	17
<b>Conclusion .....</b>	<b>17</b>
Conclusions personnelles .....	17
<b>Annexes .....</b>	<b>17</b>
Déclaration d'intégrité .....	17
Sources .....	17

## Historique des versions

Cet historique indique à quelles dates ont eu lieu les modifications du cahier des charges :

Version	Semaine	Date	Personnes	Chapitres	Modification
0.1	A3	05.03.18	G. Ducrey N. Fuchs	1, 1.1, 1.2, 1.3	Création de la table des matières, Introduction
0.2	A4	12.03.18	G. Ducrey N. Fuchs	2, 2.5	Introduction à l'analyse, état de l'art

# 1. Introduction

Ce chapitre présente les aspects suivants du projet :

- Le contexte et motivations de réalisation du projet
- Les objectifs
- Le document

## 1.1. Contexte

Selon le monitoring suisse de l'addiction, un peu plus de 7% des jeunes Suisses entre 15 et 19 ans utilisent le Web de manière compulsive et problématique (addiction aux jeux de rôle en ligne, jeux d'argent, négligence des devoirs et des activités hors-ligne). L'objectif du projet est de concevoir et développer une application minimisant l'effet des stimuli addictifs, et redonnant le contrôle aux "consommateurs". Pour cela, un monitoring automatique des activités du consommateur (avec son consentement) doit être mise en place suivi de mesures de sensibilisation proposées en temps-réel.

Pour détecter si une personne est dépendant au jeux vidéos, il y a plusieurs critères qui sont les suivants selon wikipédia :

- Monopolisation de la pensée par le projet de comportement addictif
- Intensité et durée des épisodes plus importants que souhaités à l'origine
- Tentatives répétées pour réduire, contrôler ou abandonner le comportement
- Temps important consacré à préparer les épisodes, à les entreprendre ou à s'en remettre
- L'engagement dans le comportement est tel que la personne ne peut plus accomplir des gestes élémentaires (se laver, se nourrir) et le conduit vers un désinvestissement social, professionnel et familial
- Poursuite du comportement malgré l'aggravation des problèmes sociaux et en dépit de la connaissance des conséquences négatives
- Tolérance marquée, c'est-à-dire besoin d'augmenter l'intensité ou la fréquence pour obtenir l'effet désiré, ou diminution de l'effet procuré par un comportement de même intensité
- Agitation, irritabilité et surtout angoisse si le passage à l'acte addictif est différé, empêché

On constate que pour ces gens là, les conséquences néfastes peuvent être les suivantes :

- Appauvrissement de la vie sociale
- Manque de sommeil
- Trouble du comportement (saute d'humeur...)
- Mauvaise hygiène de vie
- Perte du sens des réalités
- Atteinte à la santé physique (maux de tête, yeux secs, douleurs au dos, manque d'activité physique, dépression, suicide)

Ces liens contiennent quelques témoignages qui permettent de comprendre l'importance de la gestion des stimuli addictifs pour les joueurs. En effet, il n'est pas néfaste en soit de jouer, mais il est absolument nécessaire de garder le contrôle.

<http://www.jeuxvideo.com/dossiers/00018270/l-addiction-aux-jeux-video-temoignages-de-joueurs-006.htm>

<https://www.vice.com/fr/article/ppvzd7/dependance-jeux-video-843>

## **1.2. But du projet**

Le projet consiste à développer un produit permettant aux utilisateurs de reprendre le contrôle lorsqu'ils sont soumis à des stimuli addictifs quand ils utilisent des jeux vidéos/internet.

L'enfant ou l'adolescent est encore en construction et il n'a pas encore tous les filtres lui permettant de comprendre les enjeux du temps passé sur un écran. C'est pourquoi cette application permettra de mettre un cadre où le joueur sera confronté à une responsabilisation de ses choix. A chaque âge le cadre doit être différent. Il sera donc plus restrictif pour des enfants que des adolescents.

Ce travail est réalisé dans le cadre du projet de semestre 6 en informatique à la haute école d'ingénieurs et d'architectes de Fribourg. Il est réalisé par M.Nicolas Fuchs et M.Grégory Ducrey pour la mandante Dr. Claire Korkmaz et il est supervisé par Mme Sandy Ingram ainsi que Mme Houda Chabbi.

## **1.3. Document**

Ce rapport fait partie intégrante du projet. Il contient des informations concernant les étapes de réalisation du produit final. La création de ce document se fait tout au long du projet. Il doit permettre au client de suivre les démarches de travail et si le projet devait être repris, le rapport donne toute les clés au développeur. Le document contient des informations sur les phases suivantes :

- Analyse
- Conception
- Implémentation
- Validation

Le rapport permet aux évaluateurs de vérifier la qualité et la rigueur du travail effectué.

## 2. Analyse

### 2.1. Introduction

Ces 5 semaines d'analyse permettent de débiter le projet et de nous diriger dans la bonne direction. Nous ne connaissons pas énormément le sujet de la prévention des addictions aux jeux vidéos et aux réseaux sociaux, c'est pourquoi il est important d'étudier la base de ce sujet avant de réfléchir à un produit pertinent.

Le client souhaite une application qui permet de monitorer et redonner le contrôle à l'utilisateur afin que ce dernier fasse des choix et en prenne l'entière responsabilité. Dans le chapitre 1.1 traitant du contexte du projet, des témoignages sont recueillis et ils attestent des dangers de ces addictions. En observant les critères d'addictions décrits, nous pouvons constater que le danger découle du temps passé sur les jeux ou les réseaux sociaux. C'est pourquoi nous allons en partie orienter nos recherches sur des moyens pour gérer le temps.

Nos recherches doivent nous aider à créer un produit répondant aux besoins de manière pertinente. Dans cette analyse nous allons effectuer les travaux suivants :

- Exploration du sujet → se renseigner sur le contexte, des statistiques
- Etat de l'art → Explorer les produits de prévention présents sur le marché
- Test de produits existants → Tester certains de ces produits
- Tests technologiques → Tester certaines méthodes qui pourraient nous aider à implémenter des fonctionnalités (Récupération des processus, récupération des URL...)
- Idéation → Sur la base du travail accompli, faire un brainstorming de ce qui serait pertinent d'implémenter pour ce produit
- Cahier des charges → après ces 5 semaines d'analyse, établir un cahier des charges final décrivant le produit que nous allons réaliser en ayant une meilleure connaissance du sujet

Les enjeux de cette analyse sont assez grands. C'est pourquoi elle dure 5 semaines sur les 12 prévues pour le projet.

## 2.2. Exploration du sujet

### 2.3. Idéation

Pour commencer ce projet, nous nous sommes dans un premier temps renseignés sur le sujet des addictions (voir chapitre « 1 introduction ») afin d’avoir une meilleure vue d’ensemble. Une fois fait, nous avons effectué un brainstorming des idées de fonctionnalités qui pourraient être intéressantes lors du développement de l’application. Ce brainstorming est effectué avant les tests d’applications existantes et de tests technologiques. Il a pour but de laisser aller notre créativité sans être limité par des recherches déjà effectuées.

#### 2.3.1. Brainstorming

Voici les résultats du brainstorming, nous avons classé les idées par catégories :

##### Concept de l’application

- Contrôle des sites visités
- Gestion du temps
- Architecture client/serveur et paramétrisation de l’application native depuis la page web du serveur
- Système de récompense
- Contrôle parental
- encouragement à la mobilité physique
- Blocage de certains processus en fonction d’une localisation GPS
- Validation par l’utilisateur

##### Fonctionnalités concrètes

- Monitoring du temps
  - Paramétrer en fonction de l’âge
- Module statistique —> pour l’utilisateur et/ou contrôleur
  - Temps passé sur une semaine, et sur quel sujet
- Alerte visuelles et sonores ET Avertissement sur les dangers
  - Forcer des pauses
  - Vidéo de sensibilisation
  - Blocage du processus durant la vidéo
  - L’utilisateur est prévenu de l’interruption
- Filtrer les sites visités (avec une liste, ou avec un thème)
- Vérification de l’USB (Si le jeu est lancé par disque)

##### Moyens techniques

- Récupération des processus
- Chronométrage du temps d’activité des processus
- Interruption de processus
- Récupération d’adresse IP et de localisation

##### Plateforme

- Application mobile multiplateforme
- Natif mac os
- Natif PC
- Natif Linux
- Jeux vidéos WEB

## Moyens de prévention

- Liste des sites/processus sensibles a permettre/interdire
- Jeux

### À analyser:

- Si l'on peut récupérer les processus sur les téléphones mobile
- Si on peut connaître le contenu des pages web ou des URL? (API, traitement de l'html...)
- Existe t'il des vidéos de prévention que l'on à le droit d'utiliser?

## 2.4. Etat de l'art

Nous avons exploré plusieurs applications existantes permettant de mieux gérer le temps passé sur l'ordinateur ou le smartphone. Le but de cette observation est de se rendre compte de ce qui existe sur le marché et réfléchir à des fonctionnalités que nous pourrions apporter en plus. Pour pouvoir analyser correctement, nous avons examiné les aspects suivants :

- Le type de blocage
- Orienté web/natif/mobile → Si l'application travaille sur les navigateurs, sur les mobiles ou en natif sur l'ordinateur. Il est possible qu'une application native monitore des navigateurs.
- La plateforme sur laquelle le logiciel fonctionne
- Base volontaire ou restrictions → est-ce que l'application a tendance à interdire ou à sensibiliser
- Public cible → quel type de personne est susceptible d'utiliser le logiciel ?
- Paramétrer en fonction de l'âge → Est-ce possible de changer le monitoring ou les restriction en fonction de l'âge de l'utilisateur ?
- Redonne le contrôle → est-ce que l'utilisateur peut décider ce qu'il fait ?
- Difficulté de prise en main → critère subjectif
- Administration depuis la même machine
- Fournit des statistiques d'utilisation
- Avis des utilisateurs

Ainsi, sur la base de ces observations nous pouvons comparer différentes applications et nous rendre compte de l'utiliter des fonctionnalités pour notre client. Nous ne souhaitons pas plagier mais nous inspirer de ce qui existe déjà et créer un produit adapté aux besoins de nos clients.

Les applications testées proviennent des sites suivants :

<http://humanetech.com/take-control/>

<http://selfcontrolapp.com/index.html>



Self control	
Utilisation	
L'utilisateur choisit les sites webs ou les services mail à bloquer. Il choisit également la durée. Une fois fait il active la restriction et tant que le temps n'est pas écoulé c'est impossible d'accéder à ce qui est bloqué. (même en cas de suppression de l'application où de redémarrage).	
Critère	Observation
Blocage	Bloque les sites web (black list ou white list). Bloc les mails. Ne bloque pas des applications
Orienté web/natif/mobile	Application native orientée web
Plateforme	Fonctionne sur Mac OS
Base volontaire ou restrictions	L'utilisateur décide lui même ce qu'il autorise ou non
Public cible	Personnes ayant la maturité de savoir ce qui est bon pour lui ou non. L'administration depuis une autre machine n'est pas possible
Paramétrer en fonction de l'âge	Il est possible d'adater la liste des sites à bannir.
Redonne le contrôle	Redonne le contrôle au bout d'un certain temps
Difficulté de prise en main	Très facile à utiliser
Administration depuis la même machine	Il faut activer le logiciel sur la session à bloquer
Fournit des statistiques d'utilisation	Non, il ne fournit pas de statistiques
Avis des utilisateurs	Bon logiciel
Remarque complémentaire	
L'outil est vraiment très simple. Il serait certainement utile pour se couper des distractions durant une journée de travail par exemple. L'utilisateur doit avoir une certaine maturité. <b>On a accès au code de l'application</b>	

Contrôle parental Mac os	
Utilisation	
L'utilisateur de la session administrateur donne des droits aux utilisateurs des autres sessions en activant le contrôle parental.	
Critère	Observation
Blocage	Assignation de plages horaires et de durée d'utilisation de l'ordinateur. Black-List/white-List) de sites web et limitation des sites web pour adultes. Blocage d'applications et de stores
Orienté web/natif/mobile	Application native
Plateforme	Fonctionne sur Mac OS
Base volontaire ou restrictions	Ne fonctionne que sur la base de restrictions. L'utilisateur de la session contrôlée ne peut pas changer quoi que ce soit aux restrictions, il subit des interdictions.
Public cible	Les enfants particulièrement. Ce serait plutôt sur un ordinateur familial où il y a plusieurs sessions que le contrôle parental serait pertinent
Paramétrer en fonction de l'âge	Tout est adaptable en fonction de ce que l'administrateur souhaite pour l'utilisateur
Redonne le contrôle	Ne donne aucun contrôle. L'application interdit mais n'apprend pas à gérer
Difficulté de prise en main	Simple d'utilisation, mais beaucoup d'options
Administration depuis la même machine	Les restrictions sont élaborées depuis la session administrateur de la machine
Fournit des statistiques d'utilisation	Il conserve les historiques de consultation de site webs
Avis des utilisateurs	
Remarque complémentaire	
Ce logiciel est très solide et permet de bien gérer d'un point de vue administrateur. Mais il ne permet pas à l'utilisateur de prendre conscience du temps qu'il passe sur telle ou telle application. L'idéal serait qu'il sorte des statistiques d'utilisations et qu'il permette des alertes sans créer de blocage	

Rescue time	
Utilisation	
<p>L'utilisateur installe l'application sur son appareil. Ensuite il paramètre la surveillance sur la page web. L'application répertorie tout le temps passé sur chaque application par l'utilisateur. Elle permet de fixer des objectifs et en fonction de ceux-ci, elle affiche des alertes. L'application ne bloque rien</p>	
Critère	Observation
Blocage	Ne bloque rien, fournit des statistiques
Orienté web/natif/mobile	Application native dont les statistiques sont disponibles sur une page web
Plateforme	Fonctionne sur Mac os, Linux, Windows et Android. Une version iOS est en cours de développement
Base volontaire ou restrictions	Base volontaire. Le "dashboard" ne bloque rien, il permet de fixer des objectifs donne des alertes. Ex: Objectif, <2h sur facebook. Si le temps est atteint, une alerte approche
Public cible	Tout public
Paramétrer en fonction de l'âge	Oui, le parent pourrait fixer des objectifs pour l'enfant, et ce dernier ne verrait que les alertes.
Redonne le contrôle	Il redonne le contrôle grâce aux alertes, cela met l'utilisateur devant un choix.
Difficulté de prise en main	Il y a quelques options à décider, et il faut indiquer pour certain sites web s'ils sont sources de distraction ou non
Administration depuis la même machine	L'application est installée sur une machine, et on peut voir les statistiques sur une page web.
Fournit des statistiques d'utilisation	Donne des statistiques à la seconde près sur le temps passé sur les pages web, les applications.
Avis des utilisateurs	Très bon logiciel
Remarque complémentaire	
<p>Il pourrait être intéressant que lors d'une alerte, l'utilisateur ait le choix "ok", "continuer", "bloquer". Ainsi, il pourrait décider de ne pas continuer d'aller sur facebook et de se battre lui-même contre son envie, ou alors il clique sur bloquer et la page web se bloque temporairement (à paramétrer à l'avance). On pourrait aussi envoyer un mail au parent si l'enfant dépasse le temps imparti sur telle ou telle application/site etc. Cette application correspond beaucoup à ce que l'on souhaite faire : Redonner le contrôle.</p> <p><b>Une API est disponible</b> pour travailler avec les données récupérées par ce dashboard. Nous allons explorer les possibilités dans le chapitre « 2.5 tests technologiques »</p>	

Moment	
Utilisation	
L'utilisateur télécharge l'application sur son produit iOS. Il l'ouvre et il autorise les accès par l'app aux photos ainsi qu'à la localisation. Une fois fait, il doit encore activer le traçage des apps utilisées.	
Critère	Observation
Blocage	Ne bloque rien, monitore
Orienté web/natif/mobile	Application native pour iOS. Monitore les applications, non pas les sites web.
Plateforme	iOS
Base volontaire ou restrictions	Base volontaire. Ce n'est que du monitoring. Pas de blocage.
Public cible	Toute personne utilisant un produit avec iOS
Paramétrer en fonction de l'âge	Non
Redonne le contrôle	Oui, car il peut donner des alertes
Difficulté de prise en main	Très simple
Administration depuis la même machine	Les statistiques apparaissent sur le mobile
Fournit des statistiques d'utilisation	Oui
Avis des utilisateurs	Bonne application (4/5 sur l'apple store)
Remarque complémentaire	
L'application affiche le temps passé par app. Et elle donne un fil rouge pour la journée. Cependant elle n'est pas capable de filtrer le contenu web. Par contre, étant donné que les réseaux sociaux ont une app en général, c'est tout de même intéressant si les gens l'utilisent.	

## 2.5. Tests technologiques

## 2.6. Cahier des charges

## 2.7. Conclusion

### **3. Conception**

#### **3.1. Introduction**

### **3.2. Architecture générale**

### **3.3. Diagrammes de cas d'utilisation**

### **3.4. Diagrammes de séquences**

### **3.5. Fiches descriptives**

Avec les besoins IHM. Peut-être regrouper les diagrammes de séquences les fiches dans un seul chapitre.

### **3.6. Diagramme d'activité ?**

### **3.7. Conclusion**

## **4. Implémentation**

### **4.1. Introduction**

#### **4.2. Conclusion**

### **5. Validation**

#### **5.1. Introduction**



## **5.2. Conclusion**

# **6. Conclusion**

## **6.1. Conclusions personnelles**

# **7. Annexes**

## **7.1. Déclaration d'honneur**

## **7.2. Sources**

<http://www.ot-lab.ch/?p=5605>

[https://fr.wikipedia.org/wiki/Dépendance\\_au\\_jeu\\_vidéo](https://fr.wikipedia.org/wiki/D%C3%A9pendance_au_jeu_vid%C3%A9o)

<http://www.jeuxvideo.com/dossiers/00018270/l-addiction-aux-jeux-video-impact-de-l-addiction-aux-jeux-video-sur-la-vie-quotidienne-005.htm>

<http://tpe-addiction-jeux.e-monsite.com/>

<http://humanetech.com/problem#team>