



Sous la direction du Professeur René Patesson
Institut de Sociologie - Université Libre de Bruxelles

CONTENU

EDITO	2
-------	---

AVANT-PROPOS	3
--------------	---

1. INTRODUCTION	4
-----------------	---

1.1 CONTEXTE DE L'ÉTUDE	6
1.2 SMARTPHONE, DÉPENDANCE ET RELIANCE	8
1.2.1 Le smartphone	8
1.2.2 La dépendance au smartphone	8
1.2.3 La reliance	10
1.3 MÉTHODOLOGIE	11
1.3.1 Actualisation de la problématique par la tenue de 4 focus groups	11
1.3.2 Suivi des comportements et usages quotidiens du smartphone dans un groupe de jeunes	11
1.3.3 Enquête quantitative par questionnaire auto-administré	11
1.4 L'ENQUÊTE QUANTITATIVE	12
1.4.1 Population, échantillon	12
1.4.2 Confiance statistique, marges d'erreur, outils statistiques	13
1.4.2.1 Marge d'erreur	13
1.4.2.2 Outils statistiques utilisés	13
1.4.3 Descripteurs contextuels des jeunes interviewés, style de vie, habitudes...	13

2. LE SMARTPHONE ET LES JEUNES	16
--------------------------------	----

2.1 LE SMARTPHONE DES JEUNES	17
2.1.1 Possession d'un smartphone	17
2.1.2 Marque et mode d'acquisition du smartphone	18
2.1.3 Date d'acquisition du smartphone	18
2.1.4 Budget consacré au smartphone	18
2.1.5 Type d'abonnement	19
2.1.6 Qui paie l'abonnement ?	19
2.1.7 Chargeur et batterie de recharge	19
2.2 LES USAGES DU SMARTPHONE PAR LES JEUNES	20
2.2.1 Durée d'utilisation quotidienne	21
2.2.2 Moment où le smartphone est utilisé la première fois après le lever	21
2.2.3 Fonctions d'un smartphone vues par les jeunes	21
2.2.4 Applications utilisées	22
2.2.5 Applications utilisées après le lever	23
2.2.6 Consultation de sites pornographiques avec le smartphone et sexting	23
2.2.7 Autres moyens informatiques qu'utilise le jeune	24
2.2.7.1 Usage d'un PC, d'une tablette, d'une console de jeux	24
2.2.7.2 Applications utilisées sur PC et tablettes	24
2.2.7.3 Console de jeux	25
2.3 LE SMARTPHONE À L'ÉCOLE	26
2.3.1 Usages autorisés (ou non)	26
2.3.2 Conséquences d'un usage non autorisé à l'école	27
2.3.3 Confiscation du smartphone par l'école	27
2.4 COMPORTEMENTS LIÉS À L'USAGE DES SMARTPHONES	28
2.5 ALLÉGATIONS CONCERNANT LES SMARTPHONES	30

3. DÉPENDANCE AU SMARTPHONE **32**

3.1 ESTIMATION DE LA DÉPENDANCE	33
3.2 DÉPENDANCE ET COMPORTEMENTS SPÉCIFIQUES DANS L'USAGE DES SMARTPHONES	34
3.3 NATURE DE LA DÉPENDANCE	34
3.4 ANALYSE DE LA DÉPENDANCE SELON DIFFÉRENTES VARIABLES SOCIODÉMOGRAPHIQUES ET AUTRES CRITÈRES GÉNÉRAUX	35
3.4.1 Sexe et âge	35
3.4.2 Dépendance et obésité	35
3.4.3 Dépendance, noyau familial et relations avec les parents	35
3.4.4 Livres lus depuis un an	36
3.4.5 Autres critères	36
3.5 DÉPENDANCE ET USAGE DES SMARTPHONES	37
3.5.1 Moment où le smartphone est consulté la première fois après le lever	37
3.5.2 Durée d'utilisation du smartphone par jour	37
3.5.3 Dépendance et santé physique	37
3.5.4 Dépendance, dépassement du forfait, budget et qui paie	38
3.5.5 Dépendance, chargeur et batterie de recharge	38
3.6 DÉPENDANCE ET APPLICATIONS UTILISÉES	39
3.6.1 Fréquence d'usage des applications	39
3.6.2 Premières applications utilisées après le lever	39
3.6.3 Fonctions d'un smartphone	40
3.6.4 Dépendance et école	40
3.6.4.1 Intérêt pour l'école	40
3.6.4.2 Performances scolaires	40
3.6.4.3 Dépendance et déjà séché des cours	41
3.6.5 Confiscation du smartphone par les parents et/ou par l'école	41
3.6.6 Dépendance et comportements spécifiques	42
3.6.6.1 Consommation de certains produits et substances	42
3.6.6.2 Consommations croisées	43
3.6.7 Dépendance et consultation de sites pornographiques	43
3.6.8 Dépendance et sexting	43
3.7 DÉPENDANCE AUX SMARTPHONES ET USAGE DES PC, TABLETTES ET CONSOLES DE JEUX	44
3.7.1 Les PC	44
3.7.2 Les tablettes	44
3.7.3 Les consoles de jeux	44

4. ET CEUX QUI N'ONT PAS DE SMARTPHONE ? **46**

5. RÉFLEXIONS POUR L'AVENIR **50**

6. BIBLIOGRAPHIE **54**

7. REMERCIEMENTS **56**



EDITO

A l'ère des nouvelles technologies, l'usage du smartphone s'est installé dans le quotidien des jeunes. Grâce à l'hyperconnectivité, le mobile est rassembleur : il crée du lien et permet de s'intégrer dans un système de relations virtuelles. En tant qu'outil interactif et instrument de socialisation, il permet à son utilisateur de transporter son réseau de relations à tout endroit, à tout moment. Au réveil ou à l'école, le jeune profite d'un ensemble de services mis à sa disposition avec plus ou moins de ferveur. Quant aux applications multiples, elles aident à la création d'une ambiance particulière qui permet notamment de passer le temps ou de profiter de contenus audiovisuels à l'infini. C'est sans parler des réseaux sociaux où les curiosités s'attisent au sein du cercle des « amis », au milieu de photos de soirée ou de vacances, laissant les émotions de chacun s'exprimer dans les commentaires.

Ce petit objet s'avère bien pratique... et la jeunesse ne le sait que trop bien : elle est équipée et connaît ses rouages !

Compte tenu de ces considérations, comment s'en passer ? Au-delà de son aspect pratique, nous pouvons craindre un aspect plus addictif. La jeunesse serait-elle devenue dépendante ? Connait-elle les risques d'une utilisation naïve ou malencontreuse du smartphone ?

Cette étude fait le point sur l'usage de ce moyen de communication et aborde les questions de dépendance à travers une analyse quantitative des réponses données par plus de 1500 jeunes francophones de 12 à 18 ans.

SMART.USE 2016 est la concrétisation d'un véritable travail d'équipe. Initiée par l'organisation de jeunesse ReForm ASBL, avec l'aide du Professeur René Patesson de l'ULB, elle est également le fruit de l'implication de nombreux jeunes qui ont oeuvré ensemble à la construction du questionnaire.

Quand un travail de Citoyens, Responsables, Actifs, Critiques et Solidaires s'associe avec celui d'un Professeur, et ce grâce aux cadres offerts par une structure de jeunesse, le ménage est productif : le rapport final commence ici, chers lecteurs, et reflète le sérieux de l'équipe.

Belle lecture,

Isabelle Simonis
Ministre de la Jeunesse

AVANT-PROPOS

L'asbl ReForm a le plaisir de vous présenter son enquête sur l'usage du smartphone chez les jeunes de 12 à 18 ans.

A l'origine, cette initiative n'était sans doute qu'un constat empirique que nous avions un jour ou l'autre tous posé : les adolescents d'aujourd'hui sont « accros » à leur smartphone. L'appareil semble le prolongement naturel de leurs mains et de leurs doigts. Les réseaux sociaux auxquels il les connecte, sont un substitut commode à leur langue et à leurs lèvres, et ses multiples applications prolongent naturellement leur cerveau et leur esprit, quand elles ne les remplacent pas.

Mais dans la réalité, dans la « vraie vie », en va-t-il réellement de la sorte ?

C'est à cette question que ReForm a tenté de répondre en menant une enquête scientifique sur ce thème avec la collaboration du Professeur René Patesson de l'Université Libre de Bruxelles.

Avec cette enquête, notre association se projette non seulement dans l'avenir mais renoue également avec son passé. En effet, conformément à ses missions statutaires, ReForm a toujours eu l'ambition de mener des enquêtes sur d'importants faits de société, essentiellement liés au monde de la jeunesse.

Ainsi, forte de l'expérience de ses représentants au sein de la Commission de Contrôle du Film, les études « Attention les enfants regardent » et « Les jeunes et le contrôle de l'image » à propos de la pertinence des règles relatives aux limitations d'accès aux films en fonction de l'âge avaient pour but d'examiner les pistes de réforme de la législation et des procédures en matière de contrôle des films cinématographiques.

L'enquête « Zoom sur ta commune » abordait la question de la participation des jeunes à la vie locale et la perception qu'en avait un échantillon représentatif de plus de 1500 jeunes.

Fidèle à ces actions du passé menées dans d'autres domaines, notre association a résolument souhaité s'inscrire, en tant qu'organisation de jeunesse, dans des réflexions et des enjeux d'avenir portés par les jeunes générations elles-mêmes.

Notre préoccupation demeure donc celle d'accompagner les jeunes en les aidant à trouver les outils qui feront d'eux des citoyens responsables de leur devenir ; qui leur donneront l'envie d'être des citoyens actifs dans le monde dans lequel ils évoluent ; qui leur confieront des clefs pour exercer efficacement leur esprit critique à l'égard de tout ce qui les entoure ; qui feront de ces jeunes de notre temps des personnes soucieuses de plus de solidarité. En un mot, des adultes de demain.

Enfin, nous avons la conviction que le fruit de cet imposant travail pourra constituer une base rigoureuse pour nourrir ultérieurement études et analyses sur la place, le rôle et l'influence des jeunes dans nos sociétés modernes et en constants changements en ce début de 21^{ème} siècle.

Nous souhaitons que le document que vous tenez entre vos mains réponde à quelques-unes de vos interrogations sur le sujet mais surtout qu'il suscite chez vous encore plus de nouveaux questionnements que nous considérerons toujours comme autant de nouveaux champs ouverts à de nouvelles explorations.



Olivier Crine
Coordinateur général

Bernard Ligot
Président

1

INTRODUCTION

L'étude SMART.USE 2016 montre que le smartphone est aujourd'hui un artefact détenu par pratiquement tous les jeunes (95,6%) de 12 à 18 ans en Belgique francophone. En corollaire, le budget moyen mensuel qui lui est consacré est de 20,33 € et c'est principalement pour des raisons financières que ceux qui ne possèdent pas de smartphone (4,4%) optent pour un GSM ou n'ont pas d'appareil du tout. Le smartphone est utilisé en moyenne pendant 3h45 par jour de semaine, 4h20 le week-end, et à bien d'autres choses qu'à téléphoner ou envoyer des SMS.

Les filles l'utilisent significativement plus que les garçons.

Notre étude aborde ici la **question des usages normaux et abusifs du smartphone** en questionnant 1.589 jeunes dans l'ensemble de la Fédération Wallonie-Bruxelles. Elle se veut donc être un **bilan à la fois de son usage, de ses éventuelles formes et des conséquences de son emploi excessif**.

Sur le plan du bilan, nous examinons les modes d'acquisition du smartphone (acheté, reçu, récupéré...), les marques, la période de détention, les moments et les durées d'utilisation, les applications utilisées, leur fréquence, intensité, importance accordée, les réactions des parents et des milieux éducatifs, la confiscation, les résultats scolaires, etc. Ces résultats apportent des renseignements significatifs et scientifiquement valides pouvant servir aux différents acteurs concernés.

On montre aussi que les jeunes considèrent qu'il assure un ensemble de fonctions dont l'intérêt et l'importance sont attendus par tous, déjà dès 12 ans. Le smartphone n'assurerait donc pas des fonctions spécifiques à l'âge, du moins entre 12 et 18 ans. Ce serait donc pour notre population un produit trans-âge. Toutefois, d'une manière générale, avec l'âge, l'usage plus fréquent d'applications opérationnelles va se faire au détriment d'applications ludiques. Pour les plus âgés, le smartphone devient plus fréquemment un outil et moins un jouet.

L'analyse des usages excessifs ou abusifs révèle qu'ils se traduisent fréquemment par la question de la dépendance. Elle est posée tant dans le milieu familial, social, éducatif que dans celui de la santé. Cette notion est toutefois mise en question d'un point de vue scientifique dans la mesure où tous les critères psychiatriques de dépendance ne sont pas remplis, notamment les aspects physiques tels ceux qu'on observe dans l'addiction au tabac ou aux autres drogues. On parlera alors plus souvent de l'usage abusif ou excessif du smartphone dans un contexte donné. Néanmoins, par facilité, nous employons également dans ce texte le terme de dépendance.

Il apparaît que la dépendance est une notion relative. En effet, contrairement à l'addiction aux substances, on ne peut trouver un seuil limite objectivable (comme pourrait l'être le temps d'utilisation) au-delà duquel le jeune rentrerait dans la catégorie « dépendant ». En effet, les usages et domaines d'application du smartphone ne cessent de croître et, avec eux, le temps passé à son emploi. La question ne se pose alors pas en termes d'une durée frontière au-delà de laquelle il serait excessif, mais bien en termes des conflits que son usage génère, à la fois pour le vécu de l'individu, son entourage ou avec d'autres activités qu'il restreindrait ou empêcherait. Les réactions de l'entourage sont à considérer dans leur contexte.

Nous avons estimé le degré de dépendance au moyen d'un instrument de type questionnaire validé scientifiquement (SAS-SV), complété par des items issus des phases préalables de notre étude (focus groups et suivi quotidien d'un groupe de jeunes). À partir de cette mesure, 21,1% des jeunes seraient dépendants, 45,5% dans un état intermédiaire et 33,4% non-dépendants. Parmi les dépendants, on trouve plus de filles (64,2%) que de garçons (35,8%). Par ailleurs, un pic apparaît dans la classe d'âge des 14-16 ans.

L'étude montre que le smartphone est avant tout un instrument polyvalent d'interaction avec les autres et avec l'environnement. Il assure de plus en plus de fonctions différentes, mais surtout il transforme les formes et les modes de communication entre les individus. Face à cet accroissement et cette généralisation de son usage dans toute la population, la question est d'établir les comportements qui peuvent être considérés comme devenus normaux et habituels avec un smartphone par rapport à ceux déviants, caractérisant un usage abusif ou dépendant. La question de « qu'est-ce que communiquer ? » se pose naturellement devant ces usages intensifs et nouveaux du smartphone. On voit que la communication directe (dont en face à face) pour des sujets qui s'y prêtent naturellement est de plus en plus souvent remplacée par la communication médiatisée au travers du smartphone. Côte à côte, des jeunes s'envoient des messages. Pourquoi ?

Nous montrons que certaines pratiques dans l'usage du smartphone - contrairement à certains clichés circulant dans le public - ne sont pas spécifiques d'une dépendance : le fait de ne pas éteindre son smartphone la nuit, l'utiliser quand on mange seul, l'utiliser au WC, dans son lit, plus longtemps que prévu, en regardant un programme TV ou en étant sur son PC, se priver de télévision pour l'utiliser, etc. Ces pratiques partagées par la grande majorité des jeunes ne sont dès lors pas des indicateurs de dépendance, mais bien ce qui relève de l'usage normal d'un smartphone aujourd'hui.

Par contre, ce qui relève de la dépendance renvoie à des impacts sur la santé mentale du jeune, se traduisant par des ressentis émotionnels pénibles, une souffrance, de l'anxiété, du stress en réaction à la présence d'obstacles à son usage, à des réactions négatives de l'entourage, à l'existence d'une latence pour utiliser son smartphone, à l'impossibilité ou aux difficultés de son usage ou à la perspective de sa perte. Irritable quand on ne peut pas l'utiliser, réticent à l'idée de s'en séparer, même fatigué on l'utilise. A l'autre extrémité, une satisfaction et un sentiment de bien-être lorsqu'il est utilisé renforcent son utilisation : on se sent bien quand on l'utilise et donc on cherchera à l'utiliser pour continuer à se sentir bien. Mais ces critères sont relatifs et dépendent du contexte et du background psychologique de l'individu.

Au centre de cette dépendance, l'étude montre l'importance déterminante des réseaux sociaux, ce qui nous amène à renforcer le constat que **la dépendance aux smartphones ne porte pas sur l'artefact lui-même mais bien sur les applications utilisées participant d'une reliance par les réseaux sociaux**. La dépendance serait fortement contingente de la satisfaction de besoins tels qu'afficher et même étaler l'image de soi, renforcer son appartenance à un groupe, être reconnu par les autres et obtenir leur estime (like !), s'affirmer au travers des autres, réduire son anxiété liée à l'isolement et aux incertitudes sur soi. Les réseaux apparaissent comme un amplificateur de l'ego et donc de la satisfaction de soi. On en conclura d'ailleurs qu'**en supprimant le réseau, on supprime la dépendance**. Cette conclusion est renforcée par le fait que si le jeune n'utilise pas son smartphone, c'est avec le PC ou la tablette qu'il poursuit ces objectifs.

Plusieurs autres résultats mettent le doigt sur des aspects touchant à la fois aux côtés obscurs et aux côtés pédagogiques de l'emploi du smartphone.

Les écoles ont des attitudes très différentes l'une de l'autre en ce qui concerne le smartphone : certaines le considèrent comme un parasite ou un objet de luxe qui interfère avec la pédagogie, alors que d'autres sont permissives et intègrent le smartphone dans l'enseignement. Ceci traduit un manque de concertation et de

réflexion globale des milieux éducatifs sur la place que pourrait occuper le smartphone à l'école et, au-delà, un silence sur cette question de la part des pouvoirs organisateurs et de la gouvernance de l'enseignement francophone. 40,2% des jeunes déclarent que leur école interdit l'usage du smartphone dans l'enceinte de l'établissement, contre 35,2% pour lesquels il est autorisé partout sauf pendant les cours. Pour certains jeunes (49%), des professeurs l'autorisent pour certains travaux, alors qu'il est banni par d'autres. En cas d'un même usage non autorisé, 29,3% s'exposent à une remarque sans conséquences tandis que 48,6% se voient confisquer leur smartphone pendant un cours ou jusqu'à une semaine. D'une manière plus générale, la question de la place du smartphone en classe reste posée. Le taux d'équipement des écoles secondaires francophones est d'environ 10 ordinateurs (pas toujours récents) pour 100 élèves, réunis dans des salles informatiques où les jeunes se relayent, alors que tous ont des smartphones récents avec eux dans chaque classe. Et les résultats montrent qu'actuellement, de nombreuses écoles semblent ne pas prendre en compte l'intérêt qu'il pourrait représenter ou ne pas avoir examiné comment l'intégrer harmonieusement et efficacement dans l'enseignement. Ainsi, elles ne valorisent pas sur le plan pédagogique un des outils technologiques favorisés et privilégiés que chaque jeune possède et maîtrise.

L'autre résultat concerne la face obscure des smartphones. On aperçoit chez les jeunes une certaine légèreté ou une insouciance face aux côtés obscurs des applications qui structurent et enregistrent les traces de leurs activités et stockent les informations échangées ou consignées. L'atteinte à la vie privée n'est pas au centre des préoccupations des jeunes. Plus d'un tiers d'entre eux (33,9%) ignorent qu'ils peuvent être espionnés lors de l'usage de leur smartphone. 34,6% ne font pas de liens entre les publicités qui surgissent sur leur écran et leurs activités antérieures avec le smartphone. 26,4% ne savent pas que des traces de leurs activités avec le smartphone sont collectées et stockées. Last but not least, près des deux tiers (64,1%) pensent que les entreprises de réseautage (comme Google, Facebook, YouTube,...) doivent avoir leur autorisation explicite pour utiliser leurs informations personnelles. Pratiquement tous ignorent que Facebook lit leurs SMS. Ces résultats traduisent donc soit un manque de préoccupation d'une part importante des jeunes pour ces questions, soit un manque d'information étayée et fiable, soit une certaine naïveté. En termes de gouvernance, cela montre la nécessité de mener des actions d'information pour les jeunes (p.e. dans les établissements d'enseignement) sur les risques liés aux smartphones (atteinte à la vie privée, harcèlement publicitaire, usage de données personnelles à des fins commerciales ou autres, éventuellement risques pour la santé,...).

Cette étude montre aussi que nous ne savons que peu de choses sur l'usage des smartphones par les jeunes. Le point de vue des enseignants serait très utile à examiner. Comme l'évolution des usages et de la technologie s'accélère, refaire périodiquement le point sur ces questions s'avère pertinent, surtout pour les milieux concernés qui peuvent en tirer des enseignements pour orienter leurs actions. Par ailleurs, un certain nombre de problèmes apparaissent aujourd'hui comme critiques pour les jeunes : la question du harcèlement, des dérives et des dangers liés à l'usage de certaines applications (smombies, usage au volant ou au guidon, etc.), les dérives financières, les dérives d'usage (vie privée, sleep texting), etc.

Professeur René Patesson,
Directeur scientifique de l'enquête

1.1 CONTEXTE DE L'ÉTUDE

En Belgique, selon l'AWT¹, (2015) une majorité de jeunes (97% des 15-19 ans) posséderait un GSM et 58% d'entre eux détiendraient un smartphone².

L'ASBL ReForm³ qui a pour mission principale, en tant qu'organisation de jeunesse, de former des CRACS (Citoyens Responsables, Actifs, Critiques et Solidaires) a décidé d'entreprendre une vaste enquête auprès des jeunes de 12 à 18 ans pour faire le point - un état des lieux - à la fois sur l'usage des smartphones par les jeunes et sur les questions de dépendance aux smartphones en partant des constats suivants :

- Peu d'informations sur les usages des smartphones par les jeunes belges francophones de 12 à 18 ans ;
- Peu ou pas de recherches sur la dépendance au smartphone en Belgique chez les adolescents ;
- Technologie de plus en plus présente dans l'environnement quotidien, surtout chez les jeunes qui vivent avec les NTIC⁴ depuis leur naissance ;
- Technologie hybride qui réunit les avantages et désavantages de la téléphonie mobile et de l'internet sur le même appareil ;
- Peu d'initiatives en vue de prévenir une dépendance au smartphone ;
- Peur accrue de la cyberdépendance car rupture entre les générations (les nouvelles technologies arrivent très rapidement et creusent l'écart...) ;
- Peu ou pas de questionnement dans les milieux enseignants sur le rôle et la place du smartphone dans l'éducation.

ReForm s'est adressée à notre centre de recherches universitaire, spécialisé dans le domaine des enquêtes sur les questions de société.

Si l'usage des smartphones par les jeunes est problématique, abusif, addictif, récréatif, bienfaisant, socialisant ou encore bien d'autres choses qui restent à explorer, il participe néanmoins de l'évolution sociétale engendrée par les NTIC. Comme d'autres objets, il caractérise l'évolution technologique et est assimilé par tous. Cette assimilation généralisée n'est bien entendu pas indépendante des intérêts industriels et commerciaux. Se développent alors des technologies captives (notamment les applications) pour persuader les jeunes de s'équiper et d'y recourir au détriment d'autres ressources. Ces questions d'usage abusif et de dépendance sont donc intimement reliées aux pratiques des industriels qui, sciemment, les favorisent.

L'usage problématique n'est pas un épiphénomène mais bien une conséquence de l'évolution des

NTIC, voulue par les constructeurs et leur marketing (comme la consommation du tabac problématique pour la santé est voulue par les cigarettiers). Les techniques persuasives (Nemery, 2012) - thème que nous n'aborderons pas plus ici - ne sont pas étrangères à ces formes d'usages problématiques. Que ce soit Facebook, Instagram, Youtube et bien d'autres, les jeunes ne peuvent plus s'en passer et ces applications apparaissent comme étant incitatives à cette forme de dépendance. Comme par analogie avec une substance, ces applications contiennent en elles-mêmes les composants sans cesse renouvelés de la sujétion des jeunes (et d'autres), élaborés avec beaucoup de dextérité par les développeurs et leurs neuropsychologues, jouant sur les processus conduisant à renforcer l'utilisateur comme « acteur » permanent en place d'être un consommateur passif.

En tant qu'acteur, il ne peut plus abandonner, il joue un rôle attendu et reconnu par les autres, avec les moyens que les développeurs lui concoctent pour qu'il n'abandonne pas, qu'il soit en confiance. Serait-ce donc cela le fondement de la dépendance en question ? Comme l'écrit Nemery (2012) : « Les concepteurs d'interfaces ont un besoin sans cesse évoluant d'influencer les utilisateurs. Dans n'importe quel domaine, de la vente à l'écologie en passant par l'éducation, les interfaces se font de plus en plus intelligentes, adaptatives et interactives afin d'inciter les individus à modifier leur attitude, voire leur comportement ».

De notre point de vue, le smartphone n'est qu'un moyen, un intermédiaire, un média permettant différentes actions favorables à son utilisateur qui, si elles se répètent d'une manière compulsive, peuvent alors entraîner un usage problématique.

Les questions soulevées par cette dépendance, si elle se confirme, sont nombreuses. Parmi elles :

- Est-ce une réelle dépendance à l'artefact smartphone ou une dépendance à ce que l'on « accomplit », ce qui procure « satisfaction », ou ce que l'on « consomme » au travers du smartphone ?
- Le smartphone devient un outil polyvalent d'interactions multiples et distinctes, avec les autres et l'environnement, assurant donc de plus en plus de fonctions différentes s'écartant de la téléphonie. A partir de quel seuil peut-on parler de dépendance ? Quels sont les critères d'une dépendance face aux usages multiformes du smartphone ?
- La dépendance se définit notamment (DSM-IV) par la notion d'utilisation inadaptée d'une « substance » conduisant à une altération du fonctionnement ou une souffrance, cliniquement significative. C'est bien l'idée sous-jacente à ce que l'on place dans la dépendance au smartphone. Mais qu'est-ce qu'une utilisation inadaptée d'un smartphone ?

1. AWT : Agence du Numérique (AdN) - ex. : Agence Wallonne des Télécommunications

2. On verra plus loin que ce taux est très inférieur aux résultats obtenus dans notre enquête SMARTUS et aussi très inférieur aux taux observés dans d'autres pays européens tels la Suisse, l'Allemagne ou la France.

3. ReForm est une association de jeunesse reconnue par la Fédération Wallonie-Bruxelles. www.reform.be

4. Nouvelles Technologies de l'Information et de la Communication

- La dépendance a pour finalité de réaliser par soi et pour soi un état idéal de satisfaction en utilisant différents objets transitoires, dont des substances. Lorsque cet état subjectif diminue, il entraîne des comportements visant à le relever. En ce qui concerne la dépendance aux smartphones, la question est de savoir de quelles satisfactions il est question ?

Concernant cette dernière question, nous pensons et formulons comme hypothèse que les besoins que l'on satisfait au travers de cette dépendance relèvent principalement :

- **d'un besoin de reliance** (R.Clause et surtout M.Bolle de Bal - 1996, 2003) : sortir de l'isolement, s'insérer dans un système, s'affilier (comme dans les groupes sur Facebook). Les réseaux sociaux permettent de se « relier » aux amis et de s'intégrer en permanence dans un système de relations virtuelles.
- **d'un besoin de réduction de l'anxiété** : liée à l'isolement, aux incertitudes de l'image de soi dans ses rapports aux autres (comme dans la recherche des... likes). Le feed-back sur ce qu'on fait au quotidien, sur ce que l'on pense être ou ce que l'on veut être aux yeux des autres, sur la manière dont les autres nous perçoivent, cherchant par là une forme d'approbation de nos actions.
- **de besoins voyeuristes/exhibitionnistes** : voir et savoir ce que font les autres, comment ils le font, ce qu'ils aiment ou détestent, ce qu'ils éprouvent pour eux-mêmes et face à des questions qu'ils se posent, entrer dans leur intimité. En miroir, se dévoiler aux autres sur les mêmes sujets, leur montrer ce que l'on fait. On peut aussi parler ici de pornographie sentimentale ou émotionnelle. Surtout dans la mesure où le cercle des amis est flou, certains étant parfois peu connus ou inconnus. Et au delà, les consultations d'images et vidéos pornographiques qui sont aussi une forme de réduction (ou d'accroissement) de l'anxiété face à la sexualité.
- **de besoins de s'affirmer, de se distinguer, de se différencier, de se montrer autonome, de montrer son appartenance** (à un réseau). En informant notamment de ses envies, ses réalisations, ses conquêtes, des événements rares, inattendus et originaux que l'on vit. Mais comportant aussi une autre face : celle de mettre d'autres à l'écart pour leurs distinctions : le syndrome de l'isolement dans la cour de récréation, du harcèlement, de la persécution collective (association de malfaiteurs...) de qui n'est pas comme les autres, pouvant conduire à des issues graves. Tous les besoins que Maslow (1943) place dans les strates se situant au centre de sa pyramide.
- **d'un besoin de s'accomplir** : apprendre, se développer, décider ensemble, être consulté et donner son avis,...
- **d'un besoin d'être informé** : savoir ce qui se passe près de chez soi mais aussi dans le monde.

La dépendance est donc examinée, dans cette étude, à la fois par rapport aux conséquences psychologiques et sociales qu'elle peut engendrer chez le jeune (perte de performance, instabilité émotionnelle, problèmes relationnels avec l'entourage, etc.) et sur le plan de la communication. En effet, le smartphone devient principalement, pour une majorité d'utilisateurs, un moyen de communiquer sur soi, sous diverses formes, avec des proches mais aussi avec des inconnus ou des gens moins connus. Cette étude

soulève également la question plus fondamentale de savoir « **ce qu'est communiquer** » face à ces nouveaux moyens d'être mis en relation avec les autres.

A côté de cela, le smartphone assure de nombreuses fonctions. Ce qui distingue le smartphone d'autres types d'appareils, c'est qu'il est un objet comportant à la fois un aspect pratique devenu incontournable et un aspect apparemment addictif. Il offre une voie nouvelle dans la satisfaction de certains besoins qui se réalisaient par d'autres moyens auparavant. Il y a là un effet de concentration des moyens sur un artefact technologique.



1.2 SMARTPHONE, DÉPENDANCE ET RELIANCE

1.2.1 LE SMARTPHONE

Le smartphone, téléphone intelligent, est un produit des nouvelles technologies de l'information et de la communication qui équipe un très grand nombre de personnes.

Le smartphone est omniprésent. On considérerait qu'en Belgique, en 2014, 95% des personnes à partir de 15 ans utilisaient un téléphone mobile (GSM ou smartphone)⁵. L'âge reste un facteur discriminant, même si les écarts s'estompent dans le temps : 95% des jeunes (15-24 ans) utilisent la téléphonie mobile, contre 79% des seniors.

Le smartphone est comparable à d'autres systèmes informatiques éloignés du téléphone, principalement des ordinateurs et PC dans la mesure où il fonctionne avec un operating system (OS) qui peut être régulièrement mis à jour et des applications pour la plupart non fixes, téléchargeables et elles-mêmes pouvant être mises à jour. C'est ce qui le différencie principalement du GSM. En janvier 2015, on estimait les applications pour smartphones et tablettes à environ 1,21 millions dans l'Apple Store et 1,43 millions chez Google Play⁶.

Le smartphone n'est pas qu'un téléphone portable : il s'en éloigne de plus en plus. Ses fonctions et ses usages ne cessent de s'accroître. C'est un panneau-instrument de commande. Il assure alors une fonction de télécommande : comme piloter un drone, garer sa voiture, contrôler sa chaîne hi-fi, contrôler et commander des fonctions dans sa maison (four, chauffage, lumières, etc.), c'est une manette de jeu, une discothèque/vidéothèque, un appareil photo, une caméra, une radio, un interphone. C'est aussi un poste de contrôle permettant une surveillance à distance, un système de téléassistance, un espion, un enregistreur, un GPS. Et aussi un terminal de paiement, un réveil, un organis(at)eur, un téléviseur portable, etc. Le nombre d'usages possibles du smartphone ne cesse de croître.

Le smartphone devient donc un outil indispensable dans la vie quotidienne, d'autant plus que les constructeurs conçoivent de plus en plus souvent des appareils et du matériel connectables à un smartphone.

Il est dès lors naturel que son usage devienne de plus en plus fréquent et même nécessaire. Le temps passé à utiliser son smartphone n'est pas alors un critère de dépendance mais découle de ses multiples fonctions.

Le smartphone est aussi un objet de plaisir, suscitant une satisfaction dans sa manipulation, c'est une sorte d'objet transitionnel. Nombre d'utilisateurs ne placent pas leur smartphone dans des coques

protectrices qui pourraient leur faire perdre le caractère sensuel du contact avec l'objet. Apple a été le premier à particulièrement soigner le design de son iPhone, notamment les angles et les arêtes pour les rendre lisses et douces au toucher. Le contact et le glissement dans la main a aussi été l'objet d'une attention particulière par les concepteurs.

Dans ce contexte, la dépendance au smartphone, si elle existe, est complexe et sans commune mesure avec les dépendances à des substances.

1.2.2 LA DÉPENDANCE AU SMARTPHONE

La dépendance des jeunes aux smartphones serait couramment évoquée comme cause pour expliquer une série de problèmes qui se rencontrent dans les milieux éducatifs, mais aussi sociaux et familiaux.

Le smartphone apparaît dans la littérature scientifique comme l'objet le plus récent focalisant l'origine des troubles comportementaux et cognitifs liés aux NTIC (Nouvelles Technologies de l'Information et de la Communication) chez les jeunes. Avant cela, et encore aujourd'hui, c'étaient les jeux vidéos.

Le smartphone n'est pas en lui-même un objet d'addiction tel que le serait un produit addictif comme le tabac, l'alcool, le cannabis, etc. L'OFDT⁷, tout comme l'OMS, ne reprennent pas le smartphone (ou les écrans, Internet, les jeux vidéos, etc.) dans leur liste (OFDT, 2015) des produits addictifs. Le DSM IV⁸ (2003) ne parle que de la dépendance à une substance : « la caractéristique essentielle de la dépendance à une substance est un ensemble de symptômes cognitifs, comportementaux et physiologiques, indiquant que le sujet continue à utiliser la substance malgré des problèmes significatifs liés à la substance. Il existe un mode d'utilisation répétée qui conduit, en général, à la tolérance, au sevrage et à un comportement de prise compulsive ». On voit donc que dans cette définition, la dimension physiologique de la dépendance est importante, dont les effets internes de la substance elle-même sur le fonctionnement du sujet. C'est pourquoi certains spécialistes hésitent à qualifier en tant que telle une dépendance au smartphone.

Dans son message posté le 7 avril 2014, Serge Tisseron (2014) reprend sur son blog divers arguments démontrant que l'usage abusif des smartphones ne peut être assimilé à une dépendance ou une addiction, dont le fait que les circuits biologiques du plaisir activés par ces usages ne seraient pas les mêmes que ceux activés par une substance.

Des disputes sur cette question de l'addiction, en particulier sur la nécessité de se référer à une substance pour parler de la dépendance ou de l'addiction, apparaissent dans la littérature. On en trouvera un résumé chez Vallejo (2011) qui met l'accent sur la notion d'« activités addictives », consistant soit à prendre des substances psychoactives, soit à adopter des comportements générant une activité

5. Baromètre de la Société de l'Information [2015]. Service public fédéral Economie, P.M.E., Classes moyennes et Energie. Bruxelles.

6. <http://blog.appfigures.com/app-stores-growth-accelerates-in-2014/>

7. Observatoire Français des Drogues et des Toxicomanies

8. DSM-IV-TR : « Manuel diagnostique et statistique des troubles mentaux »

cérébrale. Elles seraient spécialisées pour la gestion hédonique (besoin de régulation psychologique de l'humeur, des émotions, des états mentaux pour soulager sa souffrance, se donner du plaisir, se détendre, s'exciter,...) comme l'alcool, le tabac, les jeux, les distractions ou participeraient à la satisfaction de besoins adaptatifs, pragmatiques avec comme conséquence secondaire cette valeur hédonique (ce serait le cas du travail, des études, de la sexualité,...).

Il n'empêche que, dans la littérature, certains auteurs considèrent qu'on peut parler de l'existence d'une addiction ou d'une dépendance aux smartphones et aux autres produits relevant des NTIC (Karila & all. (2013) ; Andreassen & all.(2012) ; Passeron (2015) ; Park & Park (2014) ; Lin & all. (2014) ; Kwon & all. (2013)...).

Certains parleront d'un besoin excessif, incontrôlable, voire obsessionnel d'utiliser son smartphone avec une série de conséquences néfastes sur la vie quotidienne de la personne.

L'impatience à consulter son smartphone est aussi évoquée comme un indicateur de dépendance (Kana, 2014). Dans une étude menée par cette entreprise privée sur un échantillon britannique de personnes de 18 à 64 ans pendant 10 jours, on mesure le temps qui s'écoule entre deux consultations du smartphone, principalement pour examiner les réponses à des communications :

18-24	Every 9 minutes, 50 seconds
25-34	Every 9 minutes, 55 seconds
35-44	Every 21 minutes
45-54	Every 36 minutes
65+	Every 47 minutes
55-64	Every 1 hour, 30 minutes

Nous montrerons que ce besoin excessif est contextuel ; il est surtout lié à la présence potentielle en ligne des autres et donc ne se manifeste que quand d'autres sont aussi connectés. Il n'est pas incontrôlable dans l'absolu (comme dans le cas d'une addiction à certaines substances) puisque dépendant d'un contexte favorable.

Pour notre part, nous avons adopté pour l'instant le concept d'« usage abusif » ou « usage excessif » du smartphone à la place de dépendance ou d'addiction, même si, par facilité, nous utilisons le terme de « dépendance » dans le texte du rapport. Plusieurs auteurs en font état en ces termes (Favresse & de Smet, 2008 ; Fourati 2014 ; Merlo et all. 2013). Nous nous référons ici à la description qui en est donnée par Favresse et de Smet (2008) dans leur rapport sur l'enquête HSBC 2006 en Belgique : « la prolifération des nouvelles technologies et la démocratisation financière des nouveaux médias ont transformé les activités de loisirs. Si l'émergence de ces nouvelles activités ne perturbe pas le quotidien de bon nombre de jeunes, elle peut néanmoins entraîner, pour une part d'entre eux, un besoin important d'user et abuser de ces technologies. Un tel usage peut se faire au détriment d'autres activités de loisirs éventuels (sport, lecture, cinéma, etc.) d'une part et des performances scolaires d'autre part (Louacheni et al., 2007 ; Murali et al., 2007) ».

C'est également le point de vue développé par certains auteurs qui se sont penchés sur cette question de la dépendance aux smartphones : elle est définie principalement par rapport aux conséquences psychologiques et sociales de l'usage abusif. Et non par rapport aux effets « internes » de l'artefact en lui-même sur

l'individu, le conduisant à cette propension excessive de l'usage (pour une vue d'ensemble : Kuss DJ, Griffiths MD (2011), O.Lopez-Fernandez & all.(2013)).

Remarquons aussi, par ailleurs, que la notion de dépendance ne différencie pas les produits autorisés et non autorisés. On peut être dépendant de produits autorisés et de produits interdits. Cette distinction conduit à inclure (produits autorisés) ou non (produits interdits) la notion de seuil de dépendance.

L'alcool, le tabac sont des produits en vente libre, autorisés. On admettrait donc des usages normaux de ces produits par rapport à des usages dépendants, abusifs, addictifs. Ce qui n'est pas le cas pour la cocaïne ou l'héroïne pour lesquelles aucun usage ne peut être qualifié de socialement « normal » (en dehors de certaines applications médicales). Des produits sont donc en vente libre et autorisés, mais passé un certain seuil dans leur usage, ils seront considérés par la société comme relevant d'un abus. La notion d'abus ou d'usage abusif serait donc mieux appropriée à la consommation ou à l'usage de produits autorisés, ce qui donnerait un éclairage différent à la notion de dépendance. Pour les smartphones, on se situe dans cette logique : un objet courant pour lequel on définirait a priori un usage normal qui, passé un certain seuil, deviendrait anormal ou abusif. On verra que définir la notion d'usage normal du smartphone n'est pas évident. Aucune définition de l'usage normal du smartphone n'existe, si ce n'est dans l'intuition d'un certain nombre de personnes ou dans l'imagination collective. Face à un certain type d'usage du smartphone et selon une équation personnelle, on le qualifiera d'abusif ou non.

C'est un produit qui évolue, qui se diversifie, qui assure de plus en plus de fonctions différentes et par là, qui accroît l'usage qui peut en être fait et le temps qu'on y consacre, donc la dépendance apparente. Mais comme nous l'avons déjà écrit, le temps passé sur son smartphone n'est sans doute pas un bon critère d'usage abusif et donc de dépendance.

À côté de l'usage abusif, relevons le néologisme de « nomophobie » inventé au Royaume-Uni dans le cadre d'une étude de marché, qui exprime la peur excessive d'être séparé de son smartphone. Pour nous, et certains résultats de notre étude le montrent, ce serait plutôt la peur de ne plus pouvoir communiquer - provisoirement - avec les autres, et donc celle d'être séparé des autres, le smartphone n'en étant que l'instrument reliant.

Les symptômes de l'usage abusif sont définis par différents auteurs selon le contexte.

Pour le smartphone, et à titre d'illustration, Karila (2013) considère que les symptômes de l'usage abusif du smartphone diffèrent peu de ce que l'on connaît pour l'addiction aux drogues ou à certains comportements comme le sexe ou les jeux de hasard et d'argent :

- ne penser qu'à son smartphone ;
- l'utiliser de manière compulsive, excessive ;
- passer beaucoup de temps à l'utiliser ;
- avoir des signes de sevrage ou de manque comme ne pas se sentir bien, éloigné de l'appareil ; être irritable, énervé, impatient par exemple ;
- augmenter les doses de connexions pour retrouver le plaisir des premières fois ou essayer de contrôler son usage sans y arriver (on parle de phénomène de tolérance) ;
- l'urgence de se connecter, de répondre, de vérifier ; l'envie « à crever » de l'utiliser ;

- l'utilisation excessive du smartphone à visée autothérapeutique : pour éviter de penser à des choses désagréables, problématiques.

Notons qu'en Belgique, la Fédération Wallonie-Bruxelles, dans sa page consacrée à un plan communautaire de promotion de la santé⁹, évoque parmi les cibles la notion de dépendances « sans produit psychotrope » telles que les dépendances aux jeux, à internet, à l'utilisation d'un téléphone mobile, à la sexualité... ».

Cela reste des analogies, des apparences.

Le DSM-IV (2003) énonce les manifestations de la dépendance à une substance. Principalement :

1. tolérance (besoin de quantités plus fortes pour obtenir le même effet),
2. symptômes de sevrage,
3. désir et efforts infructueux pour réduire sa consommation,
4. quantités consommées plus importantes que prévu,
5. temps consacré à se procurer la substance,
6. activités sociales réduites,
7. consommation de la substance alors qu'on sait qu'elle est problématique.

Même si certaines apparences de forme sont présentes, le lien avec l'usage addictif d'un smartphone est difficile à établir selon ces critères, comme par exemple pour la tolérance, le sevrage à l'artefact lui-même et les critères 3, 4 ou 5.

Si, comme nous le montrerons, la dépendance est reliée à la présence passive ou active des autres dans les réseaux, ces critères et donc la dépendance en devient contingente et la règle. Ce qui n'est pas le cas pour la dépendance à une substance.

La dépendance avec le smartphone en main se situerait alors dans un système de type réseau. En supprimant le réseau, on supprime la dépendance. Elle ne tient que par le réseau : on s'adresse aux autres et on attend les réactions des autres, c'est cette dynamique qui assurerait la dépendance et non le smartphone comme artefact.¹⁰

La littérature courante sur ces questions abonde souvent dans le sens des addictions aux NTIC, et moins sur les avantages et effets positifs qu'ils peuvent entraîner. Dans l'enquête PELLEAS¹¹ (2014) portant sur les écrans et jeux vidéo à l'adolescence, les auteurs concluent aussi sur des avantages liés à ces pratiques. Ces observations montrent que la pratique des jeux vidéo n'a pas nécessairement un effet délétère : 14 % des joueurs hebdomadaires peuvent être considérés comme problématiques, mais ceux qui en ont un usage strictement ludique sont les plus nombreux. Il faut donc éviter de « pathologiser » la pratique du jeu vidéo, qui ne constitue pas, en soi, un comportement problématique à l'adolescence. L'activité de jeu comporte des bienfaits incontestés et la pratique du jeu vidéo, en contribuant à alimenter, voire stimuler,

les échanges avec les pairs, constitue une forme de sociabilité, même si celle-ci reste le plus souvent marquée par la faiblesse de l'engagement affectif, du fait du confinement de la relation sociale dans l'univers du jeu. Il ne s'agit donc pas de diaboliser le jeu vidéo chez l'adolescent, ce qui risquerait de surcroît d'altérer les liens parents-enfant et son développement, mais bien de relever que pour certains adolescents en situation de vulnérabilité psychique, un excès d'activités vidéo-ludiques peut engendrer isolement et retrait social.

Nous pensons, au regard des résultats déjà obtenus à ce jour dans notre étude, que de pareilles conclusions pourront être tirées en ce qui concerne l'usage du smartphone.

1.2.3 LA RELIANCE

A l'origine, ce concept est proposé par Roger Clausse (1963), puis repris et développé par Marcel Bolle de Bal à partir de 1970 (Bolle de Bal, 1996 ; 2003).

La reliance contient une notion sociologique de relation interpersonnelle, renvoie à un état de ce qui est relié, connecté. Pour Bolle de Bal, la reliance possède une double signification conceptuelle : l'acte de relier ou de se relier (ou la reliance réalisée), et le résultat de cet acte (ou la reliance vécue). Dans ce contexte, pour l'auteur, relier c'est « créer ou recréer des liens, établir ou rétablir une liaison entre une personne et soit un système dont elle fait partie, soit l'un de ses sous-systèmes ».

En outre, l'auteur va plus loin en précisant que l'idée de reliance dépasse les besoins et désirs qu'éprouveraient les individus de nouer ou renouer des relations affectives (liens sociaux) avec autrui. La dimension sociologique du concept saute aux yeux dès que l'on désire prendre en considération le fait que l'acte de relier implique toujours une médiation, un système médiateur, qu'il s'agisse d'une institution sociale ou d'un système culturel de signes ou de représentations collectives. Il nous semble qu'au travers des réseaux sociaux, se construisent des représentations collectives distinctes auxquelles les jeunes souscrivent progressivement et s'adaptent. Ils les font évoluer, usant de systèmes de signes appropriés, rendant la communication dans les réseaux sociaux spécifique et originale, s'écartant de ce qu'elle serait en face à face. Par les réseaux sociaux, on rentre dans d'autres formes (et contenus) de communication avec les autres.

La communication directe (donc en face à face) sur des sujets qui s'y prêtent naturellement serait d'ailleurs de plus en plus souvent remplacée par la communication médiatisée au travers du smartphone.

Pour nous, ces différents éléments sont présents dans ce que recherchent les personnes au travers des réseaux sociaux et peuvent constituer l'armature de la dépendance si elle vise à satisfaire des besoins et entraîner les satisfactions qui y correspondent.

9. <http://www.sante.cfwb.be/index.php?id=assutudes0>

10. Pour faire une comparaison qui vaut ce qu'elle vaut : on parle parfois de porno-dépendance (même si cette dépendance est elle-même sujette à dispute). Dans ce cas, ce qui est visé, c'est le contenu de la dépendance et non le média puisqu'on peut utiliser : film, CD, revue, magazines, internet et donc smartphone, ordinateur, etc. Cette dépendance porte non sur le média mais bien sur l'objet au centre de l'intérêt en question, la pornographie. Pour le smartphone, ce serait aussi le cas. La dépendance ne porte pas sur le média mais bien sur le contenu médiatisé - avec la nuance que plusieurs objets différents peuvent être concernés - ici, en l'occurrence, plus spécifiquement la relation avec les autres pour la satisfaction de besoins tels que nous les avons énoncés en introduction.

11. Programme d'Étude sur les Liens et l'Impact des Écrans sur l'Adolescent Scolarisé.

1.3 MÉTHODOLOGIE

Cette étude vise principalement à faire un état des lieux à la fois des usages des smartphones par les jeunes de 12 à 18 ans, mais aussi à examiner la question de la dépendance ou de l'usage excessif. Pour y parvenir, nous mettons en œuvre une méthodologie par enquête en trois volets.

1.3.1 ACTUALISATION DE LA PROBLÉMATIQUE PAR LA TENUE DE 4 FOCUS GROUPS

L'objectif est de cerner les usages actuels et réels des smartphones dans la population des jeunes francophones belges pour la préparation des volets suivants de l'étude.

4 focus groups ont été organisés. Les résultats ont fait l'objet d'un rapport séparé.

Lieu	Date	Heure	Age	Nombre de participants
Bruxelles	7/4/2015	10h30	16-18 ans	9
Namur	7/4/2015	15h	14-16 ans	7
Namur	7/4/2015	16h30	14-16 ans	7
Silly	8/4/2015	10h30	12-14 ans	8

1.3.2 SUIVI DES COMPORTEMENTS ET USAGES QUOTIDIENS DU SMARTPHONE DANS UN GROUPE DE JEUNES

Il s'agit d'une méthode d'auto-observation par carnets de bord remplis quotidiennement. Il est demandé à un échantillon de 12 jeunes de tenir pendant 15 jours un carnet de bord de leurs usages quotidiens du smartphone. Pour certains utilisant des smartphones avec l'OS Android, il leur est demandé de charger et d'utiliser l'application « Quality Time » qui permet de mémoriser minute par minute tout ce qui est fait quotidiennement avec le smartphone.

L'objectif est d'obtenir des renseignements plus précis sur la dynamique réelle des usages quotidiens du smartphone (dont les durées exactes et moments de la journée, les contenus, l'importance relative des différents usages, les lieux, le passage d'une fonction à l'autre, les effets « boule de neige », les attitudes de l'environnement (parents, éducateurs, amis,...)).

Les résultats ont fait l'objet d'un rapport séparé.

1.3.3 ENQUÊTE QUANTITATIVE PAR QUESTIONNAIRE AUTO-ADMINISTRÉ

L'objectif est d'obtenir des données statistiques valides sur les différents usages des smartphones dans un large échantillon représentatif. Les résultats sont traduits en fonction des besoins et attentes, et de l'usage qui en sera fait : familial, milieux scolaires, milieux sociaux, éventuellement opérateurs téléphoniques (s'ils sponsorisent la recherche), milieux politiques.

Les jeunes sont interrogés par classe entière dans leurs écoles (toutes les écoles francophones de tous les réseaux ont été contactées pour participer à l'enquête) sous l'administration et la supervision de nos enquêteurs. L'échantillon primaire retenu est de 1500 jeunes de 12 à 18 ans. Le questionnaire est auto-administré.

Le questionnaire est construit à partir des résultats des volets précédents et intègre diverses échelles d'addiction aux smartphones validées dont la forme réduite du SAS-SV (Kwon & all. 2013).



1.4 L'ENQUÊTE QUANTITATIVE

1.4.1 POPULATION, ÉCHANTILLON

La population de référence est l'ensemble des jeunes de 12 à 18 ans scolarisés dans l'enseignement francophone à Bruxelles et en Région wallonne. Tous les établissements d'enseignement répertoriés au niveau de la Fédération Wallonie-Bruxelles ont été contactés. Une majorité nous a répondu être favorable pour accueillir nos enquêteurs. A partir de là, nous avons sélectionné des établissements de manière telle à obtenir un échantillon représentatif tant sur le plan des réseaux que sur celui des niveaux et types d'enseignement (général, technique, artistique et professionnel). Dans chaque cas, nous avons déterminé ensuite des catégories d'âge à interroger et donc des classes de chaque degré pour obtenir la représentativité sur ce critère. La liste des établissements visités est présentée dans le rapport complet. Les enquêtes se sont déroulées de début novembre 2015 à fin janvier 2016. 12 enquêteurs, membres du personnel de ReForm, ont été mobilisés.

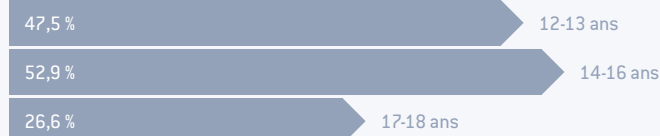
Les enquêtes de type auto-administrées ont été réalisées directement par nos enquêteurs dans les classes sélectionnées, après prise de rendez-vous avec la direction de l'école. La présence des enseignants n'était pas requise. Le temps consacré à l'enquête était d'une heure. Au total, 1589 jeunes ont été interviewés par questionnaire. Deux questionnaires ont été utilisés selon que le jeune avait ou non un smartphone. 70 jeunes de cet échantillon ont rempli le questionnaire correspondant à la non possession d'un smartphone. Au total 37 écoles secondaires ont été visitées.

TG1. RÉPARTITION DE L'ÉCHANTILLON DE 1.589 JEUNES PAR SEXE, ÂGE, TYPE D'ENSEIGNEMENT ET PROVINCE¹²

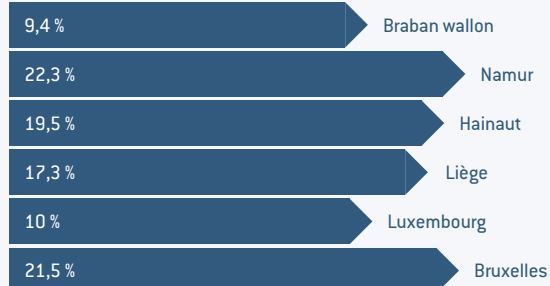
PAR SEXE



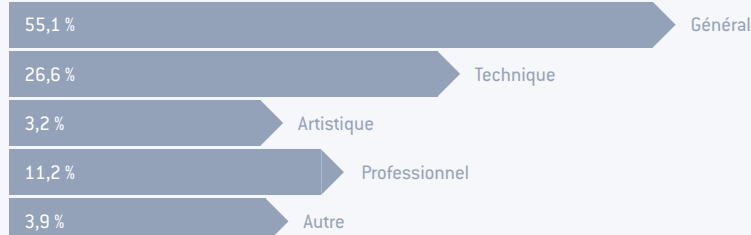
PAR ÂGE



PAR PROVINCE



PAR TYPE D'ENSEIGNEMENT



12. Les non réponses ne sont pas comptabilisées dans le graphique. Un certain nombre de jeunes n'ont pas répondu à certaines questions, y compris les questions d'identification comme l'âge ou le sexe. Certains totaux marginaux peuvent donc ne pas être égaux à 100% dans la mesure où les « sans réponse » ont été exclus des graphiques pour ne pas les alourdir.

13. Soit 95% de chance de ne pas se tromper pour cette valeur des réponses.

14. Voir détails dans le rapport complet.

1.4.2 CONFIANCE STATISTIQUE, MARGES D'ERREUR, OUTILS STATISTIQUES

1.4.2.1 Marge d'erreur

Pour calculer une marge d'erreur, il faut que certaines conditions statistiques soient respectées, dont principalement le tirage aléatoire de l'échantillon. Les écoles et les classes ont été sélectionnées aléatoirement parmi les écoles contactées et ayant répondu positivement.

La marge d'erreur statistique dans un échantillon de 1589 personnes avec une confiance statistique de .9545 (probabilité de ne pas se tromper) peut être évaluée de la sorte :

- Si un caractère « dichotomique » est présent (résultat chiffré) dans une proportion de 10%/90%, l'intervalle de confiance autour de la valeur sera de +/- 1,48%.
- Si un caractère « dichotomique » est présent (résultat chiffré) dans une proportion de 30%/70%, l'intervalle de confiance autour de la valeur sera de +/- 2,25%.
- Si un caractère « dichotomique » est présent (résultat chiffré) dans une proportion de 50%/50%, l'intervalle de confiance autour de la valeur sera de +/- 2,46%.

D'une manière générale, on calcule la marge d'erreur d'un sondage en prenant le pourcentage d'erreur sur une proportion de réponse dichotomique de 50 % avec une confiance statistique au niveau de probabilité .95¹³. Dans ce cas, la marge d'erreur la plus forte sur la valeur obtenue serait d'environ 2,46 % (sur 1589 personnes).

Les questionnaires sont remplis par des jeunes qui décrivent leurs habitudes, leurs opinions, leur manière de percevoir et ressentir les choses.

Les proportions qui sont données dans le rapport, surtout quand elles soulignent une tendance observée dans un groupe, ne doivent pas faire oublier qu'elles traduisent le fait qu'un certain nombre de personnes de ce groupe présentent plus ou moins la caractéristique par rapport aux autres de ce même groupe qui ne la présentent pas.

Ainsi, si on montre que parmi les dépendants au smartphone, on observe 64,2% de filles et 35,8% de garçons cela ne signifie pas que les filles (toutes !) sont plus dépendantes, mais bien que parmi les dépendants, on trouve plus de filles que de garçons.

1.4.2.2 Outils statistiques utilisés¹⁴

Logiciels d'analyses statistiques :

- IBM SPSS Statistics Version 23 sur Mac
- XLSTAT - Addinsoft - version 2016 sur Mac

Méthodes d'analyse et tests statistiques :

- Test du χ^2 (ou CHI2)
- ANOVA - Analyse de la variance (comparaison de moyennes)
- AFC : Analyse factorielle des correspondances
- ACM : Analyse en composante multiple
- Typologie par la méthode des nuées dynamiques

En principe, dans ce rapport-ci, tous les résultats présentés (notamment, les comparaisons entre groupes et à l'intérieur d'un critère d'analyse comme le sexe, le niveau de dépendance, l'âge, etc.) sont statistiquement significatifs. Pour ne pas alourdir ce rapport, nous ne mentionnons pas les seuils de signification statistique mais ils sont repris dans le rapport complet.

1.4.3 DESCRIPTEURS CONTEXTUELS DES JEUNES INTERVIEWÉS, STYLE DE VIE, HABITUDES...

Un certain nombre de questions sont posées pour cerner les jeunes, leurs habitudes, leur cadre familial, les styles de vie et attitudes face à l'école afin de les mettre en relation avec les usages qu'ils font du smartphone et éventuellement avec leur dépendance. Ces questions sont issues des étapes préalables à l'enquête quantitative et proviennent donc des résultats obtenus à la fois dans les focus groups et dans le suivi quotidien.

Ces descripteurs sont détaillés dans le rapport complet de l'étude. Nous ne reprenons ici que les éléments principaux :

- **Famille** : Près des 2/3 des jeunes de l'échantillon vivent chez leurs parents. 30,3% vivent avec un de leurs deux parents ou en garde alternée.
- **Frères/sœurs** : 23% des jeunes n'ont ni frère (demi-frère), ni sœur (demi-sœur). 30% ont au moins un frère ou une sœur. 23% deux.
- **Chambre** : 77,1% des jeunes déclarent disposer d'une chambre pour eux seuls. Cette proportion est de 87,7% s'ils ont un ou deux frères et sœurs, 78,2% si 2 ou plus. Mais ensuite cette proportion décroît selon le nombre d'enfants de la famille : 62,7% si 3 (en plus), 58,2% si 4 et 58,3% si 5 et plus.
- **Communication avec les parents** : un peu plus d'un tiers des jeunes déclarent parler facilement avec leurs parents des difficultés qu'ils rencontrent. Un tiers des jeunes parlent « parfois » de cela avec les parents. Plus de garçons (42,7%) que de filles (35,6%) semblent pouvoir parler facilement avec leurs parents. Parmi les « non », 27,5% sont des filles et 21,7% des garçons.
- **Règles à respecter à la maison, imposées par les parents** : chez plus de 50% des jeunes, c'est avant tout sur l'heure de rentrer après une sortie que des règles sont imposées (66,2%). Puis pour la prise en commun des repas (63,9%), les devoirs (58,8%) et les sorties avec les amis (53,7%).
- **Association de jeunes** : 19% des jeunes (1 sur 5) seraient membres d'une association de jeunes, scout, asbl, etc. Il n'y a aucune différence significative selon le sexe et l'âge.
- **Sport** : plus de 2 jeunes sur 3 déclarent pratiquer un sport. Plus de garçons (73,2%) que de filles (66,8%). Selon l'âge, la différence est également significative et relativement importante : 84,8% des 13 ans et moins, 69,7% des 14-16 ans et 58,7% des plus de 16 ans. L'intérêt pour une activité sportive semble donc s'estomper avec l'âge.
- **Lectures** : plus d'un jeune sur 10 déclare ne lire aucun livre (par an). Près d'un sur deux (49,3%) lirait entre 2 et 5 livres

par an. Près d'un sur 5 plus de 10 livres. Près de la moitié (43,9%) déclare lire des livres sans images parce que l'école les oblige à le faire.

- **Boissons alcoolisées** : plus de 4 jeunes sur 10 (41,9%) déclarent consommer des boissons alcoolisées. Quand ils en consomment, 42,9% d'entre eux se limitent à un verre par semaine. Mais 8,5% consomment plus de 14 verres, soit plus de 2 verres par jour.
- **Boissons énergisantes** : 4 jeunes sur 10 consomment des boissons énergisantes. Quand ils en consomment c'est - pour 42,9% d'entre eux - 1 canette par semaine. 3,2% consomment plus de 14 canettes par semaine, soit plus de 2 par jour. La consommation est plus fréquente chez les garçons (48,1%) que chez les filles (36,4%). Mais plus forte chez les jeunes de 14 à 16 ans que pour les autres catégories d'âge.
- **Cannabis** : 23,9%, soit près d'un jeune sur 4 déclare avoir déjà consommé du cannabis. Ces chiffres sont vraisemblables et dans la norme. Par comparaison, l'enquête HIS 2008 (Health Interview Survey) réalisée par l'Institut Scientifique de Santé Publique établit une prévalence de 26,8% chez les jeunes de 15-24 ans. Dans son rapport¹⁵, l'ISP établit que « l'âge moyen de la première consommation de cannabis chez les jeunes scolarisés est de 15,4 ans ». Nos données montrent qu'il y a une inflexion vers le haut de la courbe essai/consommation entre 15 et 16 ans. On passe de 15,6% des jeunes de 15 ans à 33% des 16 ans. Ce qui va dans le sens des résultats publiés par l'ISP et conforte les nôtres.
- **Intérêt pour l'école** : plus de 35% des jeunes déclarent ne pas manifester un grand intérêt pour l'école. Cette attitude est surtout présente chez les garçons plus jeunes (≤16 ans).
- **Performances scolaires** : 45,5% des jeunes estiment leurs performances scolaires bonnes ou excellentes, tandis que près d'un jeune sur 2 (48,7%) les estime moyennes à médiocres. Dans ce cas, 37% de ceux-ci estiment que le smartphone est la cause principale ou contribue à leurs performances moyennes ou médiocres.
- **Sécher un cours** : plus d'un tiers des jeunes (34,6%) déclare déjà avoir séché un cours. C'est le cas pour un peu plus de garçons (51,5%) que de filles (48,5%) et, comme il faut s'y attendre, il y a plus de 16-18 ans (42%) parmi ceux qui ont séché que de 13 ans et moins (6,7%).



15. ISP, Rapport National sur les Drogues 2014 [Données 2013]. 216p.



2

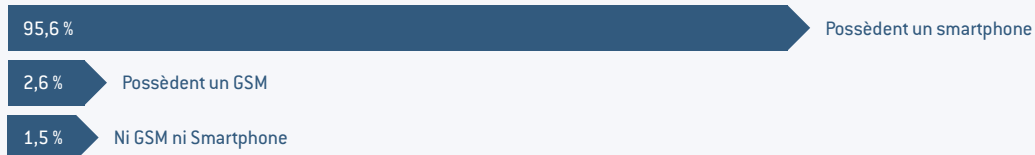
Le SMARTPHONE ET LES JEUNES



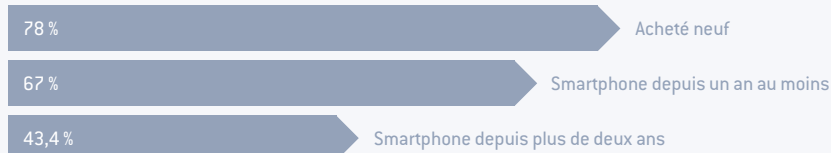
2.1 Le smartphone des jeunes

TG2. CHIFFRES CLÉS SUR LA POSSESSION D'UN SMARTPHONE¹⁵

PROPORTION DES JEUNES DÉTENANT UN SMARTPHONE



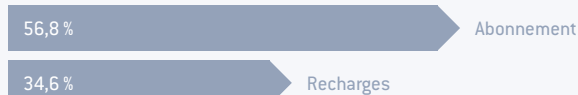
MODE D'ACQUISITION DU SMARTPHONE



MARQUE DU SMARTPHONE



TYPE D'ABONNEMENT



QUI PAIE L'ABONNEMENT (OU LES RECHARGES) ?



CHARGEUR ET BATTERIE DE RECHARGE

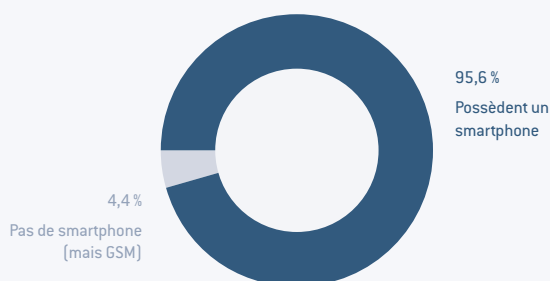


2.1.1 POSSESSION D'UN SMARTPHONE

Sur les 1.589 jeunes de 12 à 18 ans qui ont été interrogés et qui ont répondu à l'un des deux questionnaires, 1.519 possèdent un smartphone, soit 95,6% de l'échantillon. Ce taux de pénétration du smartphone parmi les jeunes francophones de 12 à 18 ans est donc très important mais reste dans la norme européenne.

L'étude JAMES 2014 relève que 92% des jeunes Suisses de 12 à 19 ans possèdent un smartphone. En Allemagne, une étude de 2014 (Feierabend & all, 2014) relève un taux de 88% de smartphones chez les jeunes. En France, l'étude IPSOS Junior Connect 2016 mentionne un taux d'équipement de 77% en smartphones chez les jeunes de 13 à 19 ans. Ce taux est sans doute inférieur à la réalité et est dû aux biais introduits par les méthodes de sondage qu'utilise cette entreprise.

TG3. PROPORTION DE JEUNES DE 12 À 18 ANS DÉTENANT UN SMARTPHONE



16. Les non réponses ne sont pas comptabilisées dans le graphique. Un certain nombre de jeunes n'ont pas répondu à certaines questions, y compris les questions d'identification comme l'âge ou le sexe. Certains totaux marginaux peuvent donc ne pas être égaux à 100% dans la mesure où les « sans réponse » ont été exclus des graphiques pour ne pas les alourdir.

2.1.2 MARQUE ET MODE D'ACQUISITION DU SMARTPHONE

Ce sont les smartphones Apple (iPhone) et Samsung qui sont les plus détenus (total : 69,1%) par les jeunes. Ces deux marques ne semblent pas spécifiques à l'une ou l'autre catégorie sociodémographique, comme l'âge ou le sexe. Autant de plus jeunes que de plus âgés détiennent soit des iPhones, soit des Samsung.



Pour plus de 78% des jeunes, les smartphones détenus ont été achetés neufs. Si ce nombre paraît important il ne faut pas négliger les pratiques commerciales des opérateurs téléphoniques qui proposent un nouvel appareil à prix très réduit avec une souscription à un abonnement.

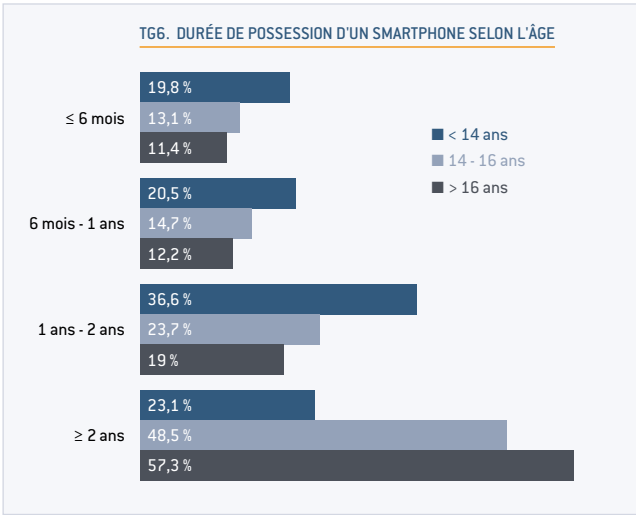
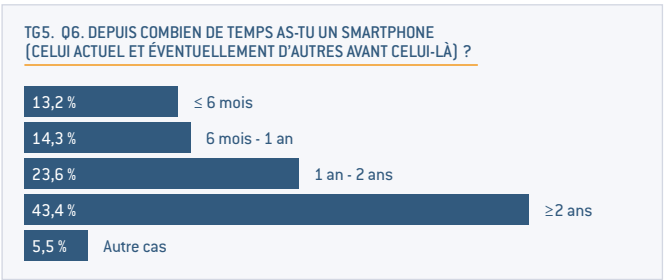
Pour 50,8% des jeunes, il a été acquis par les parents (ou la famille), pour 20,6% à partir des économies du jeune et pour 7,1% avec l'argent gagné par un travail occasionnel.

Dans 1 cas sur 10 il s'agit d'un ancien smartphone reçu.

2.1.3 DATE D'ACQUISITION DU SMARTPHONE

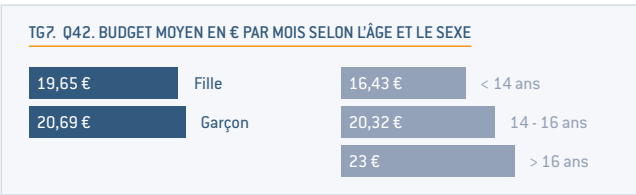
67% des jeunes détiennent un smartphone depuis plus d'un an, et plus de 4 sur 10 (43,4%) depuis plus de deux ans. Ils sont acquis tôt dans la vie du jeune. Ainsi pour les moins de 14 ans : 19,8% le détiennent depuis 6 mois ou moins, 59,7% depuis plus d'un an, et 23,1% depuis deux ans ou plus.

Le smartphone est donc un appareil acquis très tôt dans la vie des jeunes d'aujourd'hui.



2.1.4 BUDGET CONSACRÉ AU SMARTPHONE

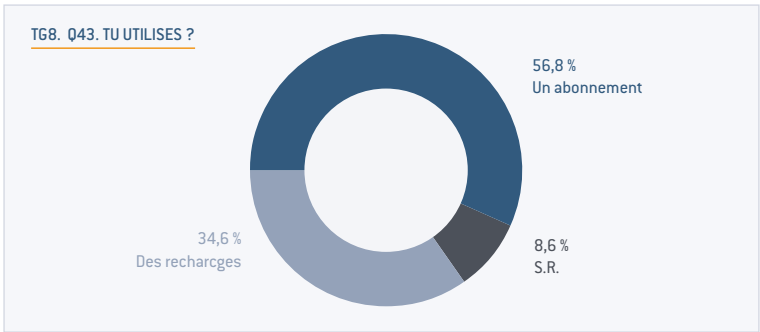
Le budget mensuel moyen est de 20 € (20,33 €). Il devient plus important avec l'âge : de 16,43 € / mois pour les moins de 14 ans, à 23 € pour les plus de 16 ans.



2.1.5 TYPE D'ABONNEMENT

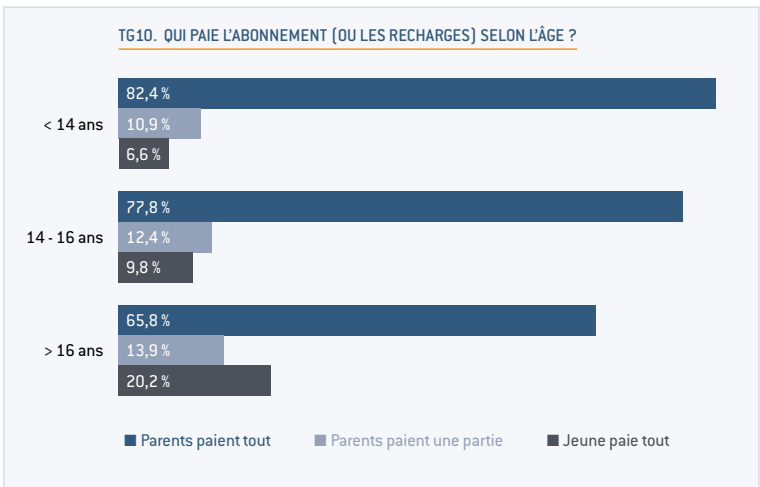
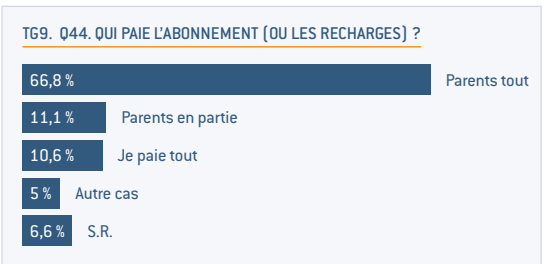
La majorité des jeunes (56,8%) dispose d'un abonnement. Plus d'un tiers utilise des recharges. Le budget mensuel moyen selon le type d'abonnement varie : il est de 22,02 € dans le cas d'un abonnement et de 17,62 € dans le cas de recharges.

Lorsque certains jeunes doivent payer eux-mêmes, un plus grand nombre d'entre eux (53,9%) adopteront des recharges. Les recharges correspondraient donc à des budgets plus serrés.



2.1.6 QUI PAIE L'ABONNEMENT ?

Pour plus de 2 jeunes sur 3, ce sont les parents qui paient tout. Et ils reçoivent de l'argent de poche en plus. 10,6% des jeunes déclarent tout payer eux-mêmes. S'il n'y a pas de différence entre filles et garçons, plus on avance en âge, plus un grand nombre de jeunes intervient personnellement dans les frais d'utilisation du smartphone.



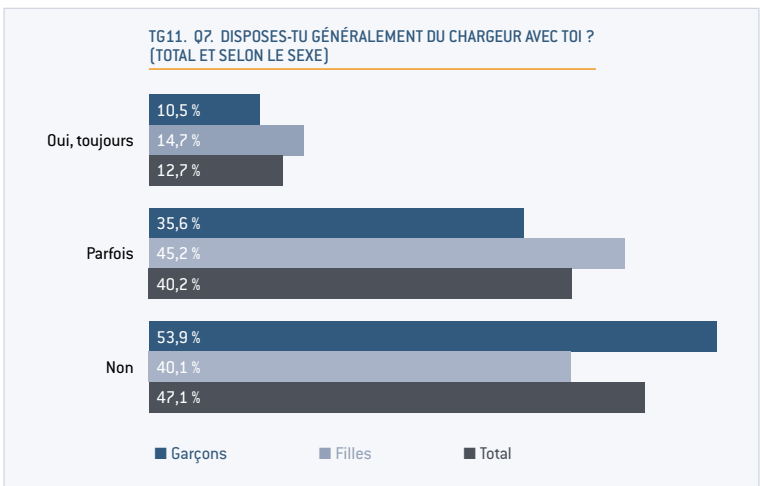
2.1.7 CHARGEUR ET BATTERIE DE RECHARGE

52,9% des jeunes disposent toujours ou parfois du chargeur avec eux.

S'il n'y a pas de différence statistiquement significative selon l'âge (à tout âge, la même proportion de jeunes ont leur chargeur avec eux), il y a une forte différence entre filles et garçons. Plus de filles (59,9%) que de garçons (46,1%) ont leur chargeur toujours ou parfois avec eux.

En outre, 17,7% (soit un jeune sur 6) auraient parfois ou toujours une batterie portable de recharge avec eux. Ici, aucune différence selon l'âge ou le sexe.

13,6% (soit un jeune sur 7) ont toujours ou parfois à la fois leur chargeur et une batterie portable avec eux.



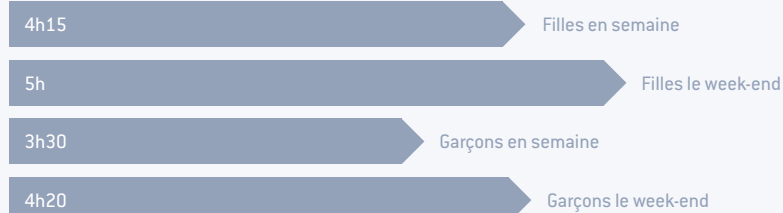
2.2 LES USAGES DU SMARTPHONE PAR LES JEUNES

TG13. CHIFFRES CLÉS : TEMPS D'UTILISATION (EN HEURES) DU SMARTPHONE PAR JOUR : TOTAL, PAR SEXE ET PAR ÂGE

TOTAL



PAR SEXE



< 14 ANS



> 16 ANS

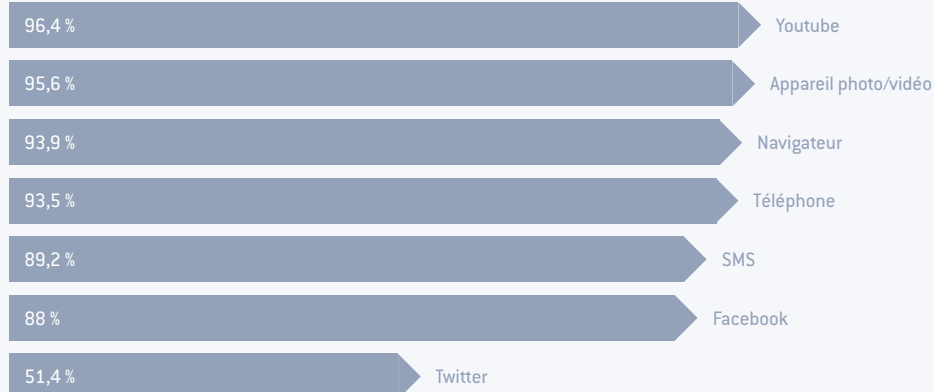


TG14. CHIFFRES CLÉS : UTILISATION DU SMARTPHONE ET DES (CERTAINES) APPLICATIONS¹⁷

UTILISATION APRÈS LE LEVER



APPLICATIONS UTILISÉES



17. Les non réponses ne sont pas comptabilisées dans le graphique. Un certain nombre de jeunes n'ont pas répondu à certaines questions, y compris les questions d'identification comme l'âge ou le sexe. Certains totaux marginaux peuvent donc ne pas être égaux à 100% dans la mesure où les « sans réponse » ont été exclus des graphiques pour ne pas les alourdir.

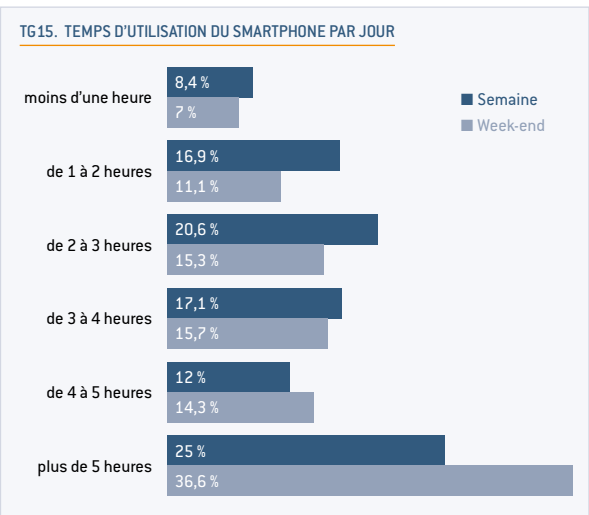
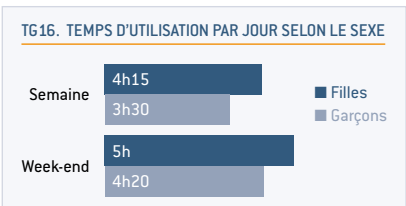
2.2.1 DURÉE D'UTILISATION QUOTIDIENNE

En moyenne, par jour de semaine, les jeunes utilisent leur smartphone pendant un peu moins de 4 heures (3h45') et un peu plus (4h20') pendant le week-end.

Le smartphone est utilisé plus de 5h par jour de semaine chez un jeune sur 4 (25%) et, le week-end, par plus d'un jeune sur 3 (36,6%).

D'une manière générale, les filles utilisent pendant plus longtemps leur smartphone que les garçons. Pour les filles ± 4h15' par jour en semaine et 5h le week-end et pour les garçons ± 3h30' en semaine et 4h20' le week-end.

La durée d'utilisation s'accroît également avec l'âge : elle passe de près de 3h en semaine pour les 13 ans et moins, à 4h15' pour les plus de 16 ans et le week-end de 4h (13 ans et moins) à 4h45' (16 ans et +).



2.2.2 MOMENT OÙ LE SMARTPHONE EST UTILISÉ LA PREMIÈRE FOIS APRÈS LE LEVER

Plus de 6 jeunes sur 10 consultent leur smartphone dans les 15 premières minutes après le lever. Et 77,2% (soit près de 8 sur 10) dans les 30 minutes qui le suivent.

On observe un effet significatif selon l'âge : 41,3% des moins de 14 ans le consultent dans les 15 premières minutes contre 73,2% des 16-18 ans.

L'effet est aussi un peu plus marqué chez les filles, qui consultent leur smartphone en moyenne un peu plus tôt après le réveil que les garçons.



2.2.3 FONCTIONS D'UN SMARTPHONE VUES PAR LES JEUNES

Le graphique ci-contre reprend la proportion de jeunes ayant cité en première, deuxième ou troisième position la fonction comme étant importante à leurs yeux. On constate que ce sont principalement les fonctions de base des GSM qui semblent être les plus importantes : « envoyer et recevoir des messages », « téléphoner ». Viennent ensuite « écouter de la musique » et « être relié aux autres ». Ces 4 fonctions représentent une importance significative pour plus de 50% des jeunes.

En examinant les résultats selon l'âge et le sexe, on observe peu de différence.

Une importance un peu plus grande est donnée par les filles à « l'envoi et la réception de messages » et par les garçons à « regarder des vidéos, des séries, des films ». En fonction de l'âge, il n'y a pratiquement aucune différence, sauf pour « prendre des photos, des vidéos », plus important chez les plus âgés.

Ce résultat significatif montrerait aussi que le smartphone est considéré, dès 12 ans, comme assurant un ensemble de fonctions dont l'intérêt et l'importance sont perçus et attendus indépendamment de l'âge. Il n'y aurait donc pas de fonctions spécifiques à l'âge, du moins entre 12 et 18 ans, associées à un smartphone.



2.2.4 APPLICATIONS UTILISÉES¹⁸

Nous avons utilisé deux critères d'examen : le fait d'utiliser l'application (dans une liste préétablie soumise aux jeunes) et l'intensité d'utilisation de cette application évaluée selon 4 catégories¹⁹ : très souvent, souvent, parfois, rarement.

On peut aussi distinguer deux formes dans les applications : celle inhérente au matériel et/ou correspondant à des fonctions indissociables du smartphone (téléphone, appareil photo, SMS) et les applications téléchargeables (ou déjà chargées par le constructeur dans l'OS), par exemple YouTube, Snapchat, Facebook,...

YouTube est l'application utilisée par le plus grand nombre²⁰ de jeunes (96,4%). Toutefois, l'appareil photo ou vidéo, les recherches sur internet et le téléphone sont aussi très utilisés par jeunes (plus de 90%). L'application utilisée relativement par le moins de jeunes est Twitter, soit par 51,4%.

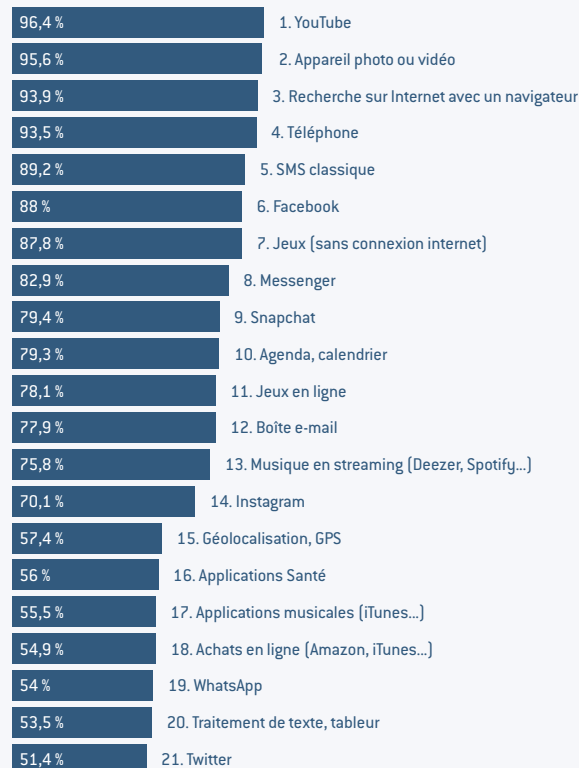
On voit que les fonctions de base du smartphone (téléphone, SMS, appareil photo) sont utilisées par une grande majorité des jeunes, soit au moins 90%.

En ce qui concerne la fréquence ou l'intensité d'usage, elle concerne surtout des applications chargées telles Facebook (8,20/10), YouTube (7,44/10), Messenger (8,18/10).

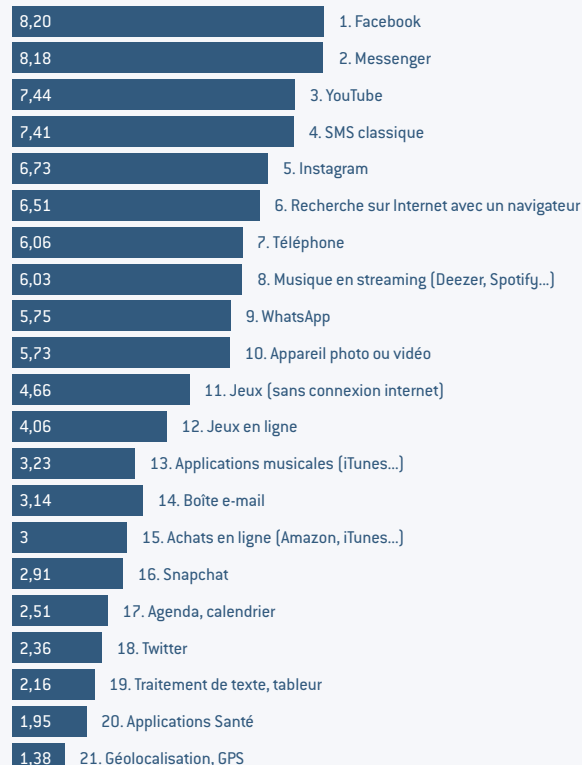
D'une manière générale, les différentes applications et fonctions sont utilisées de la même manière par les filles que par les garçons. Toutefois, certaines différences apparaissent : une plus grande proportion de filles utilisent Snapchat, Instagram (+10,6%), un agenda. Un plus grand nombre de garçon utilisent Facebook, les achats en ligne, le GPS et surtout les jeux en lignes (+15,5%) ou hors ligne (+10%).

Selon l'âge, ce n'est pas Facebook qui est utilisé par le plus grand nombre de jeunes, mais lorsqu'il est utilisé, il l'est très fréquemment. Ce pourrait être probablement en raison de la limite d'âge imposée par le réseau social et à laquelle se conforment certains jeunes. En effet, 72% des jeunes de 12 et 13 ans utilisent Facebook, 91% des 14-16 ans et 94% des plus de 16 ans. L'utilisation de Snapchat, Messenger ou le GPS augmente également avec l'âge.

TG19. Q12. PROPORTION DE JEUNES UTILISANT L'APPLICATION OU LA FONCTION



TG20. Q12. INTENSITÉ D'UTILISATION DE L'APPLICATION OU DE LA FONCTION PAR LES JEUNES QUI L'UTILISENT SUR UNE ÉCHELLE COMPRISE ENTRE 0 ET 10



18. L'étude par enquête ayant été menée de fin 2015 à début 2016, l'application Pokémon Go n'était pas encore sur le marché, et n'a pu être incluse dans l'étude.

19. Pour rendre plus facile à lire cette intensité, nous l'avons ramenée sur une échelle variant de 0 à 10.

20. Il faut donc distinguer dans ce sondage « le taux de pénétration ou plus grand nombre » et « l'intensité ». Les % mentionnés reflètent des nombres de personnes. Ainsi si 89,2% utilisent des SMS classiques et 96,4% YouTube, cela signifie qu'un plus grand nombre de personnes dans l'échantillon utilisent YouTube. Parfois on confond intensité et taux de pénétration. L'intensité dans ce cas correspond à la fréquence d'utilisation de l'application par une personne. Ici YouTube est utilisé par le plus grand nombre de jeunes (96,4%) mais parmi ceux qui utilisent Facebook, c'est Facebook qui est le plus souvent utilisé (2,461) parmi toutes les applications proposées et non YouTube.

21. Envoi ou réception de messages ou images sexuellement suggestives d'un smartphone à un autre.

Ces différences restent mineures et localisées, ce qui signifierait que, quel que soit l'âge, dès que l'on dispose d'un smartphone, on utilise (toutes choses étant égales par ailleurs) toutes les applications disponibles. Ce serait l'effet « convergent » du smartphone pour les applications numériques et de communication.

Mais ce résultat reflète surtout le fait que l'âge n'est pas un critère qui segmente les applications utilisées par les jeunes, comme pour certains produits culturels ou même certaines applications sur PC.

En ce qui concerne l'intensité d'usage, on observe un accroissement selon l'âge pour l'usage du téléphone, des SMS classiques, l'emploi de l'appareil photo/video, du navigateur Internet, du GPS, des e-mails et de l'agenda. On observe une décroissance pour iTunes, les jeux en ligne et hors ligne, le traitement de texte/tableur, les achats en ligne (principalement iTunes).

D'une manière générale, c'est l'accroissement avec l'âge de l'usage plus fréquent d'applications opérationnelles au détriment d'applications ludiques. Avec l'âge, le smartphone devient plus fréquemment un outil et moins souvent un média ludique.

2.2.5 APPLICATIONS UTILISÉES APRÈS LE LEVER

Par cette question, il est demandé au jeune quelle application il utilise en premier (puis en deuxième et en troisième) dès qu'il se lève.

C'est manifestement Facebook qui est l'application ouverte en premier par 33,6% (soit 1/3 des jeunes). 2 jeunes sur 3 (66,5%) l'utilisent en 1^{er}, 2^{ème} ou 3^{ème} lieu. Pour d'autres (> 1/4 des jeunes), c'est l'examen des SMS, mais plus de 50% des jeunes les examinent en 1^{er}, 2^{ème} ou 3^{ème} lieu. YouTube, Messenger et Snapchat sont aussi des applications utilisées très vite après le lever, au moins par 40% des jeunes.

Il y a peu de différences entre filles et garçons, sauf que les garçons écoutent davantage la musique en streaming après le lever ou jouent en ligne. Un peu plus de filles consultent leurs SMS en premier lieu.

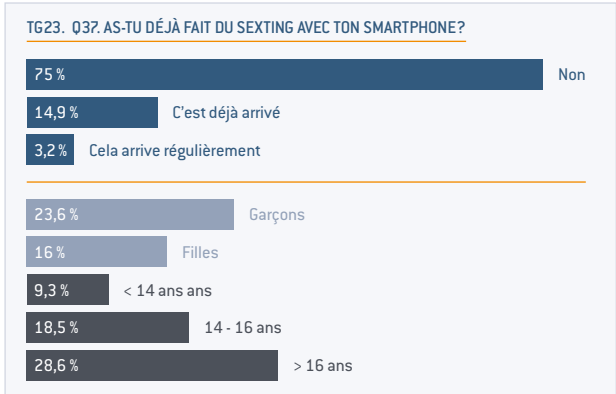
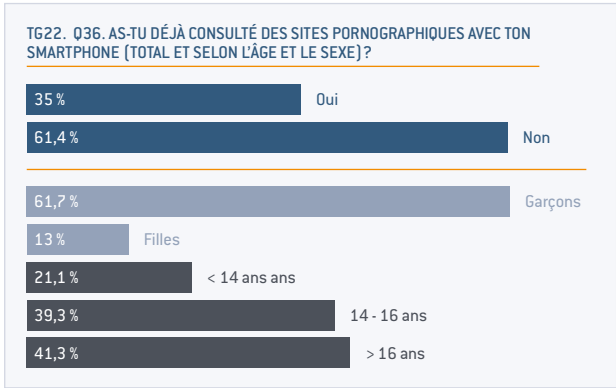
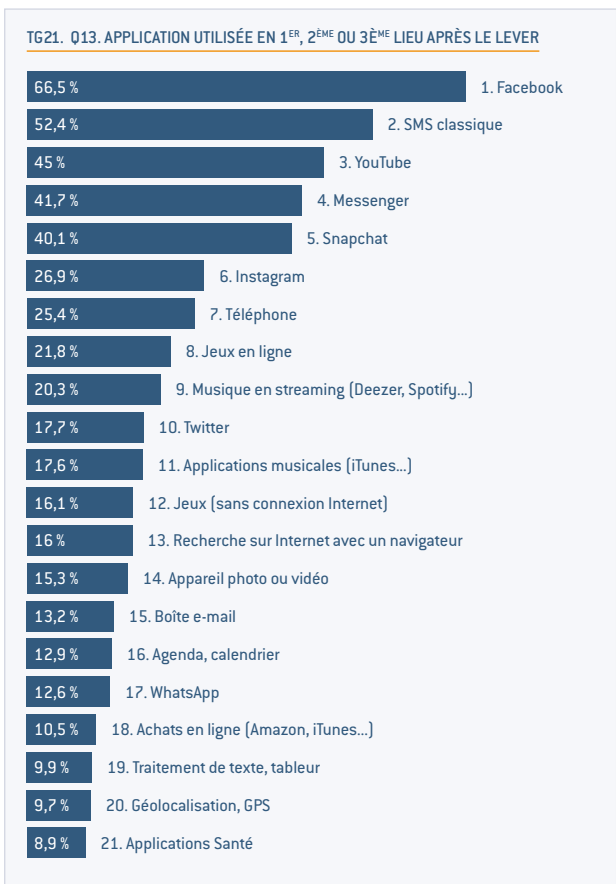
Selon l'âge, on observe peu de différences. Instagram et les jeux en lignes sont ouverts un peu plus vite chez certains plus jeunes. L'agenda est ouvert plus tôt par davantage de plus âgés.

Il y aurait donc une assez nette uniformisation des comportements et habitudes dans l'usage des smartphones chez les jeunes, et ce indépendamment du sexe ou de l'âge.

2.2.6 CONSULTATION DE SITES PORNOGRAPHIQUES AVEC LE SMARTPHONE ET SEXTING

Plus d'un jeune sur 3 déclare avoir déjà consulté un site pornographique avec son smartphone. Ce sont surtout les garçons qui le déclarent (61,7%) et seulement 13% des filles. Comme on pouvait s'y attendre, il y a accroissement selon l'âge mais c'est surtout dans la classe d'âge 14-16 ans que l'accroissement est relativement le plus important.

Concernant le sexting²¹, près d'un jeune sur 5 (18,1%) aurait déjà fait ou vécu du sexting avec son smartphone. Ici également, plus de garçons (23,6%) que de filles (16%). Il y a aussi un accroissement avec l'âge, surtout chez les jeunes âgés de plus de 16 ans (28,6%).



2.2.7 AUTRES MOYENS INFORMATIQUES QU'UTILISE LE JEUNE

2.2.7.1 Usage d'un PC, d'une tablette, d'une console de jeux

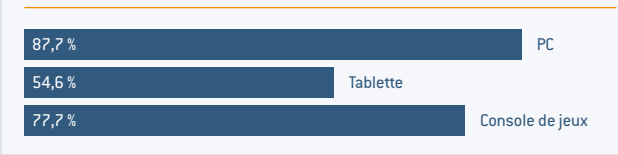
87,7% des jeunes détenant un smartphone utilisent également un ordinateur à domicile. 54,6% une tablette et 77,7% une console de jeux.

Parmi ceux utilisant un PC, 19,9% déclarent l'utiliser plus que leur smartphone, 17,4% de la même manière et 62,8% moins. Parmi ceux utilisant une tablette, 16% déclarent l'utiliser plus que leur smartphone, 20,5% de la même manière et 63,5% moins. Les chiffres PC/tablette sont quasi identiques, ce qui signifierait que lorsqu'on détient l'appareil (PC ou tablette) chez soi, on n'accorde pas une préférence particulière à l'un ou l'autre en regard de l'usage du smartphone.

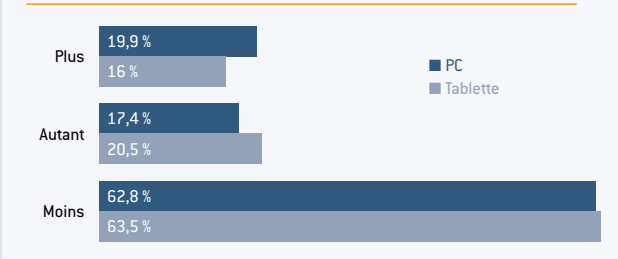
Le PC semble donc avoir moins la cote auprès des jeunes lorsqu'ils sont chez eux et qu'ils disposent de smartphones et/ou tablettes. Principalement en raison des applications plus attirantes sur smartphone, de la portabilité ou du nomadisme (dont dans l'habitation) et donc par là, la continuité des usages d'une application (maison / hors maison) qu'il permet par rapport au PC.

Ce résultat est également à mettre en correspondance avec ce que nous évoquions précédemment, l'usage potentiel des smartphones à l'école en regard de l'équipement en PC des établissements d'enseignement.

TG24. PROPORTION DE JEUNES UTILISANT UN PC, UNE TABLETTE, UNE CONSOLE DE JEUX CHEZ EUX



TG25. PROPORTION DE JEUNES UTILISANT UN PC ET/OU UNE TABLETTE CHEZ EUX, DÉCLARANT L'UTILISER PLUS, AUTANT OU MOINS QUE LEUR SMARTPHONE



2.2.7.2 Applications utilisées sur PC et tablettes

Ce sont les applications utilisées sur PC et/ou tablette qui font la différence :



Ce sont principalement les applications vidéo (75,3% - moyenne 111 minutes) qui sont les plus utilisées par les jeunes sur PC. Vraisemblablement parce que les écrans sont plus grands que ceux des smartphones et peut-être aussi parce que les connexions Wi-Fi des PC sont parfois plus fiables et rapides. Ensuite le PC est utilisé pour des travaux scolaires (67,4% - 72 minutes). Le fait qu'un PC comporte un clavier doit jouer sur le confort d'usage.

On utilise moins le PC pour les jeux en ligne (46,7% - 93 minutes). Le grand écran, le clavier ou la possibilité de connecter des manettes favorisent l'utilisation du PC pour ce type de jeux.

TG26. Q15C. APPLICATIONS UTILISÉES SUR PC ET DURÉE MOYENNE D'UTILISATION PAR JOUR : TOTAL, SELON LE SEXE ET L'ÂGE

Applications utilisées sur PC	% utilise	Durée moyenne par jour	Garçon	Fille	< 14 ans	14-16 ans	> 16 ans
Vidéos (you tube, séries, films,...)	75,3 %	111'	112'	110'	99'	113'	116'
Devoirs, travail pour l'école (traitement de texte, recherches sur internet, etc.)	67,4 %	72'	64'	79'	68'	68'	83'
Réseaux sociaux (facebook, twitter, instagram...)	63,2 %	85'	85'	85'	82'	85'	87'
Mails, Snapchat, Messenger,...	56,4 %	66'	65'	67'	61'	66'	73'
Jeux en ligne	46,7 %	93'	106'	72'	81'	97'	97'
Autre(s) application(s)	17,7 %	95'	96'	92'	78'	96'	104'

La différence entre garçons et filles : plus de garçons utilisent (plus longtemps) le PC pour des jeux en ligne mais plus de filles utilisent (plus longtemps) le PC pour des travaux scolaires.

On observe également des évolutions avec l'âge : les plus âgés (> 16 ans) utilisent le PC plus longtemps pour leurs devoirs et travaux scolaires. De même, plus on est âgé, plus souvent on utilisera le PC pour des vidéos (YouTube) et des jeux en ligne.

Les réseaux sociaux sont utilisés à la même hauteur sur PC, quels que soient l'âge et le sexe.



Comme pour les PC, les applications vidéo (73,3% - 94 minutes) sont les plus utilisées par les jeunes sur tablettes. Ici aussi parce que les écrans sont plus grands que ceux des smartphones. Ensuite, la tablette est utilisée pour les réseaux sociaux (59,9% - 80 minutes) et les autres applications communicationnelles - mails, Snapchat, Messenger (58,4% - 65 minutes). Les travaux scolaires (44,8%) viennent après les jeux en ligne (47,5%). L'absence de clavier joue sans doute un rôle pour ces usages sur tablette.

TG27. Q16C. APPLICATIONS UTILISÉES SUR TABLETTE ET DURÉE D'UTILISATION PAR JOUR : TOTAL, SELON LE SEXE ET L'ÂGE

Applications utilisées sur tablette	% utilise	Durée moyenne par jour	Garçon	Fille	< 14 ans	14-16 ans	> 16 ans
Mails, Snapchat, Messenger,...	58,4 %	65'	62'	68'	65'	64'	65'
Devoirs, travail pour l'école (traitement de texte, recherches sur internet, etc.)	44,8 %	55'	50'	61'	55'	51'	64'
Réseaux sociaux (Facebook, Twitter, Instagram...)	59,9 %	80'	74'	85'	80'	82'	73'
Jeux en ligne	47,5 %	72'	77'	65'	79'	70'	63'
Vidéos (YouTube, séries, films...)	73,3 %	94'	96'	91'	91'	96'	87'
Autre(s) application(s)	16,1 %	79'	78'	80'	63'	77'	111'

Sur le plan de l'âge, aucune différence statistiquement significative n'apparaît ici. Quel que soit l'âge du jeune, il utilise la tablette pour les mêmes usages.

Entre filles et garçons : plus de filles utilisent plus longtemps la tablette pour les travaux scolaires et pour les réseaux sociaux. Comme pour les PC, plus de garçons les utilisent plus longtemps pour les jeux en ligne.

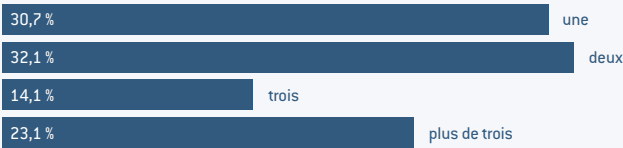
Ces résultats sont également à mettre en parallèle avec ce que nous évoquions précédemment, l'usage potentiel des smartphones à l'école en regard de l'équipement en PC des établissements d'enseignement.

2.2.7.3 Console de jeux

Quand le jeune possède une console de jeux, c'est rarement une console unique, mais plusieurs. 30,7% disposent d'une seule console, 32,1% en détiennent deux, 14,1% trois et enfin 23,1% plus de trois. Ce dernier résultat est très significatif d'une invasion des consoles de jeux, très probablement différentes selon la marque, et traduisant l'effet du marketing dont les jeunes font l'objet.

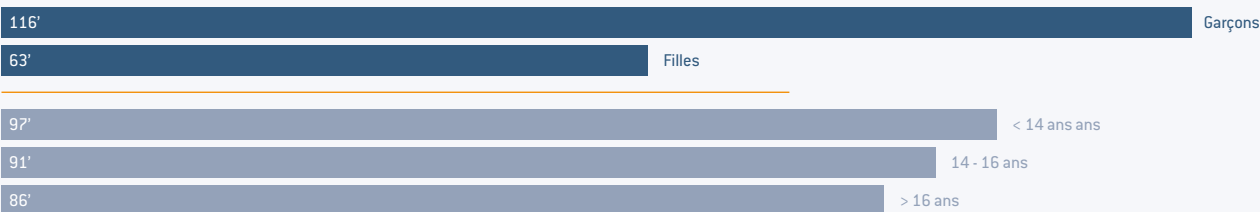
Parmi ceux qui détiennent une console de jeu, le temps moyen (estimation haute) d'utilisation semble important : les jeunes utilisent leur console en moyenne 1h30 par jour.

TG28. Q17B. COMBIEN DE CONSOLES DIFFÉRENTES



La différence entre filles et garçons est statistiquement significative : les garçons jouent en moyenne plus longtemps (116'/jour) que les filles (63'/jour). On constate une légère différence statistique selon l'âge : une tendance à jouer un peu moins lorsqu'on est plus âgé.

TG29. TEMPS MOYEN (EN MINUTES) QUOTIDIEN PASSÉ SUR UNE CONSOLE DE JEUX SELON LE SEXE ET L'ÂGE



2.3 LE SMARTPHONE À L'ÉCOLE

TG30. CHIFFRES CLÉS SUR LE SMARTPHONE À L'ÉCOLE

USAGES AUTORISÉS (OU NON) À L'ÉCOLE



CONSEQUENCES D'UN USAGE NON AUTORISÉ À L'ÉCOLE



SMARTPHONE DÉJÀ CONFISQUÉ PAR L'ÉCOLE



2.3.1 USAGES AUTORISÉS (OU NON)

La tendance générale dans les établissements scolaires serait celle de la non-autorisation de l'usage du smartphone à l'école. Certains professeurs le tolèrent pour certains travaux.

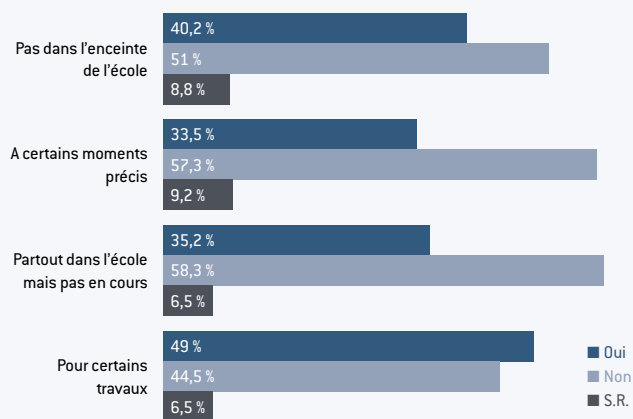
De nombreuses variantes apparaissent. On peut différencier les écoles selon le type d'autorisation de l'usage du smartphone. Des écoles sont très permissives, d'autres intolérantes. **On constate donc une très nette hétérogénéité entre écoles.**

Pour 40,2% des jeunes, le smartphone serait interdit dans l'enceinte de l'école, tandis que pour 35,2%, il est autorisé partout mais pas pendant les cours. Pour 49% des jeunes, le smartphone serait autorisé pour certains travaux en classe, tandis que pour 44,5% ce ne serait pas le cas.

Ce résultat pose la question de la place du smartphone dans le milieu scolaire et dans l'éducation. L'école est-elle suffisamment équipée en moyens informatiques permettant des travaux requérant ces moyens ? Dans l'affirmative, elle pourrait considérer que le smartphone est inutile. Par contre, si l'école est insuffisamment équipée en moyens informatiques, le smartphone pourrait prendre le relais.

D'un autre point de vue, un usage et une intégration du smartphone dans le système scolaire permettraient à la fois des usages plus nombreux ou plus fréquents (comme ne pas devoir se rendre en salle informatique pour réaliser certains travaux ou consultations). Ou encore une économie substantielle de moyens pour l'école. Il ne faut pas oublier que notre enquête montre que plus de 95% des jeunes de 12 à 18 ans

TG31. Q46. RÉPOND PAR OUI OU NON AUX QUESTIONS SUIVANTES



D'un autre point de vue, un usage et une intégration du smartphone dans le système scolaire permettraient à la fois des usages plus nombreux ou plus fréquents (comme ne pas devoir se rendre en salle informatique pour réaliser certains travaux ou consultations). Ou encore une économie substantielle de moyens pour l'école. Il ne faut pas oublier que notre enquête montre que plus de 95% des jeunes de 12 à 18 ans sont équipés de smartphones. Il faut mettre ce chiffre en balance avec l'équipement informatique des écoles. Selon l'AWT (2013), l'équipement en ordinateurs des établissements d'enseignement est faible en Wallonie : « Notre Région est notamment loin des pays nordiques qui ont depuis longtemps mis à disposition des élèves un nombre considérable d'ordinateurs pour atteindre un pour trois dans le primaire, voire un pour deux au début du secondaire, et un par élève ensuite ». Les chiffres de l'AWT parlent d'eux-mêmes :

TG32. RÉPARTITION DES ORDINATEURS DANS LES ÉTABLISSEMENTS D'ENSEIGNEMENT DE LA RÉGION WALLONNE, SELON LA PROVINCE (SOURCE : ATW - 2013)

Taux d'ordinateurs pour 100 élèves	Fondamental ordinaire	Secondaire ordinaire	Spécialisé (fondamental et secondaire)	Promotion sociale	Globalement
Brabant wallon	4,2	9,7	16,6	5,2	6,8
Hainaut	4,1	14,6	8,5	7,1	8,3
Liège (FR)	5,4	14,2	13,9	6	8,7
Communauté germanophone	8,7	19,5	32,2	-	13,5
Luxembourg	7,1	14,9	14,9	5,2	9,6
Namur	5,4	13,3	14,4	4,4	8,2

Dans le secondaire et selon les provinces (hors Communauté germanophone), on atteindrait un taux de 8,5 à 16,6 ordinateurs par 100 élèves. Alors que le taux de smartphones est proche de 100%. Même si on ne peut pas faire avec un smartphone tout ce qu'on peut faire avec un PC (qui comporte un clavier alors que le smartphone n'en a pas), on peut néanmoins faire de nombreuses choses, dont des recherches thématiques, ce qui mérite réflexion.

D'une manière plus générale, la question de la place du smartphone en classe reste posée. Et les résultats montrent qu'actuellement, dans une majorité de cas, les écoles semblent ne pas prendre en compte l'intérêt qu'il peut représenter ou ne pas avoir examiné comment l'intégrer harmonieusement et efficacement dans l'enseignement. Elles ne valorisent pas, sur le plan pédagogique, un des outils technologiques favori et privilégié par les jeunes. Pour trop d'écoles, il reste un artifice, un parasite, un objet de distraction. Pour certains lycées, il est même considéré comme un « objet ou un accessoire de luxe »²².

L'analyse des réponses selon l'âge du jeune montrerait une certaine évolution. Des professeurs seraient favorables à son usage pour certains travaux chez les >16 ans (61,8%), davantage que les <14 ans (39,9%). De la même manière, l'usage partout dans l'école présente des différences absolues moins importantes, quoique statistiquement significatives selon l'âge. Cette tendance se retrouve aussi corrélée avec les mesures que prend l'école en cas d'usage du smartphone. Plus l'école est tolérante sur les formes d'usages permises du smartphone, moins elle sera sévère en cas d'usage non-autorisé.

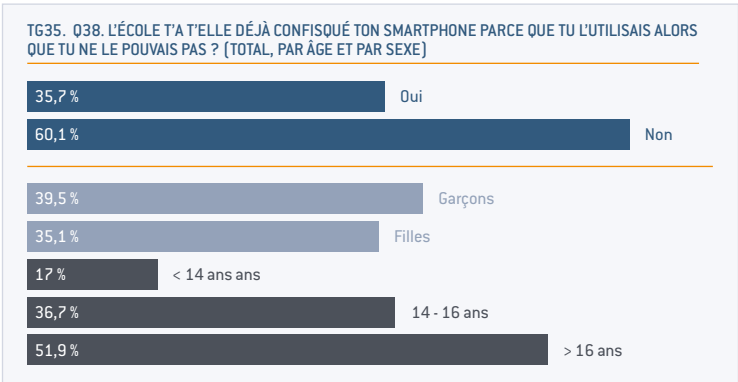
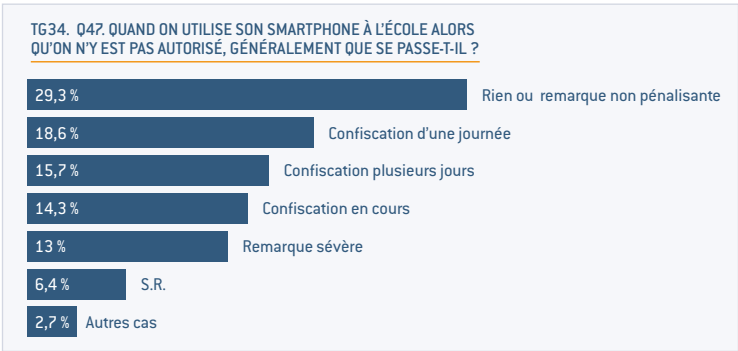
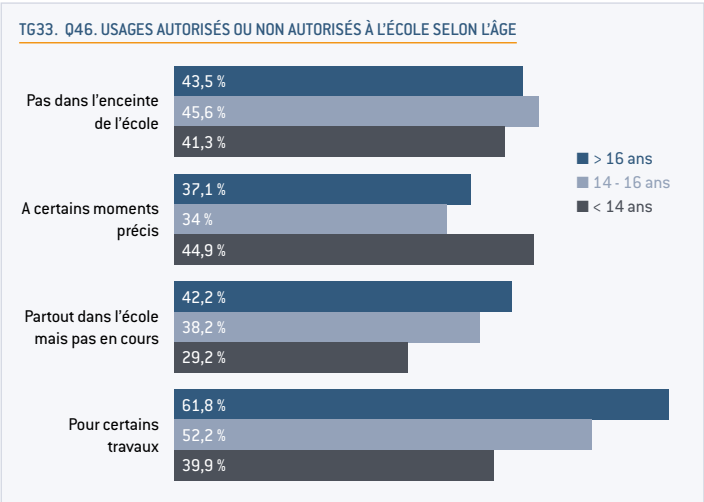
2.3.2 CONSÉQUENCES D'UN USAGE NON AUTORISÉ À L'ÉCOLE

Parmi les réactions de l'école en cas d'un usage non autorisé, le plus souvent (29,3%), le jeune s'expose à une remarque non pénalisante. Puis une confiscation pendant une journée (18,6%). Ensuite confiscation pendant plusieurs jours (15,7%), pendant un cours (14,3%), pendant un cours (14,3%) ou remarque sévère (13%).

Ce résultat reflète une certaine non homogénéité pédagogique et disciplinaire entre les écoles puisqu'on passe d'une remarque non pénalisante à la confiscation pendant plusieurs jours pour une même faute. Dans le cas d'une confiscation, des problèmes peuvent apparaître : le jeune ne peut plus contacter personne, a fortiori ses parents. Ce qui peut poser des problèmes d'organisation et même de sécurité. Dans ce dernier cas, un jeune face à une situation difficile ou même dangereuse ne peut plus contacter personne en cas de nécessité.

2.3.3 CONFISCATION DU SMARTPHONE PAR L'ÉCOLE

Plus d'un jeune sur 3 (35,7%) se serait déjà vu confisquer son smartphone par l'école. Un peu plus de garçons (39,5%) que de filles (35,1%). De même, mais cela semble logique, on constate un accroissement selon l'âge (lié bien entendu au nombre d'années passées dans le milieu scolaire).



22. A titre d'exemple, extrait du règlement intérieur d'un établissement du Brabant wallon : « L'élève évitera d'emporter des objets de valeur à l'école. Toute infraction à cette règle peut entraîner une confiscation d'une semaine de l'objet concerné ». C'est l'argument du règlement intérieur généralement avancé par l'école pour motiver la confiscation d'un smartphone (objet de valeur). Les sanctions en vigueur : la confiscation du GSM, des écouteurs-baladeurs, pour une durée d'une semaine (durant le temps de confiscation, l'élève ne peut récupérer sa carte SIM).

2.4 COMPORTEMENTS LIÉS À L'USAGE DES SMARTPHONES

La détention d'un smartphone va s'accompagner d'un certain nombre de traceurs comportementaux (habitudes, pratiques, opinions, sentiments, manières d'agir, d'être, de penser,...) qui vont caractériser ses usages et selon le cas, en déterminer leurs spécificités.

La question centrale est ici de cerner les comportements habituels liés à l'usage des smartphones et surtout de tenter d'établir ceux qui sont devenus normaux et même ordinaires pour l'ensemble des jeunes par rapport à ceux déviants, pouvant caractériser une dépendance.

Ainsi, le fait de ne pas éteindre son smartphone pendant la nuit, est-il un indicateur de dépendance si près de 90% des détenteurs ne l'éteignent pas ? Surtout qu'en général, on ne coupe pas sa ligne téléphonique fixe pendant la nuit.

La question n'est pas simple mais, plus loin, nous tenterons d'apporter une réponse en examinant les critères de dépendance.

Dans un premier temps, sur la base à la fois de l'analyse de la littérature menée en amont de cette étude, le résultat des focus groups avec les jeunes et le suivi quotidien de quelques-uns, nous avons établi une liste de traceurs comportementaux. Elle est soumise aux jeunes qui doivent se situer pour chacun des comportements mentionnés sur une échelle d'intensité variant de 0 (ne s'applique pas à lui) à 10 (s'applique tout à fait).

Le tableau ci-contre reprend la liste exhaustive des traceurs, avec le pourcentage de jeunes se disant concernés par l'item (donc n'ayant pas répondu « 0 ») et les moyennes sur l'échelle d'intensité.

Les 10 premiers traits comportementaux liés à l'usage habituel des smartphones chez les jeunes et qui concernent plus de 80% d'entre eux (en tenant compte de l'intensité d'application à leur cas personnel > à 6 sur l'échelle) sont dans l'ordre d'importance :

1. *Je n'éteins pas mon smartphone mais le mets sur silence ou vibreur dans des lieux où on devrait l'éteindre (cinéma, en classe pendant un cours, etc.)*
2. *J'utilise mon smartphone quand je suis dans mon lit avant de m'endormir*
3. *J'utilise mon smartphone quand je mange seul*
4. *Je laisse mon smartphone allumé près de moi pendant la nuit*
5. *J'utilise parfois mon smartphone plus longtemps que je n'en ai l'intention*
6. *J'utilise mon smartphone pendant que je suis au WC*
7. *J'utilise mon smartphone tout en regardant la télévision même quand cela m'intéresse à la télé*
8. *Il m'arrive d'utiliser mon smartphone en cachette*
9. *Je ne m'imagine pas être sans un smartphone*
10. *Je vérifie constamment mon smartphone pour ne pas manquer les conversations entre d'autres personnes sur les réseaux*

Compte tenu de la fréquence et de l'intensité des réponses, ces 10 comportements pourraient être considérés comme étant rentrés dans les mœurs caractérisant l'usage « normal » d'un smartphone et donc n'auraient pas ou moins la valeur d'indices d'une dépendance. Ils constitueraient des comportements dans la norme sociale chez les jeunes pour l'usage des smartphones. On ne l'éteint en général pas, ni même la nuit, on l'utilise dans son lit et au WC, on l'utilise quand on est seul, parfois plus longtemps que prévu, en cachette,... C'est un compagnon.

On remarque également en 11^{ème} position l'item : *En général j'utilise moins mon smartphone que mes amis.*

L'examen de la réponse à cet item en fonction du nombre d'heures d'utilisation par jour semble montrer que, globalement, cette autoévaluation comparative serait relativement cohérente. Ainsi, ceux qui déclarent n'utiliser que moins d'une heure par jour leur smartphone affichent une moyenne de 6,27 sur l'échelle tandis que ceux l'utilisant plus de 5h par jour affichent 3,97 (pour les jours de semaine). Globalement, les jeunes auraient donc une certaine lucidité, une certaine conscience du temps qu'ils consacrent à leur smartphone en comparaison avec ce que font leurs amis. Ce résultat renforce également la validité et la cohérence des jugements émis par les jeunes dans l'enquête.

Une analyse multivariée (composante principale) dégage un premier facteur important opposant les items (nous reprenons ici les 10 premiers vs 10 derniers) :

1. *Je pense être accro à mon smartphone*
2. *Je suis irritable et impatient quand je ne peux pas utiliser mon smartphone*
3. *Je me sens bien quand j'utilise mon smartphone*
4. *Je suis réticent(e) à l'idée de me séparer de mon smartphone*
5. *Je ne m'imagine pas être sans un smartphone*
6. *Il m'arrive de préférer utiliser mon smartphone à des choses peu utiles plutôt que de faire un travail ou quelque chose d'utile que je pourrais faire*
7. *Même si je suis fatigué, je continue à utiliser mon smartphone*
8. *Je ne renoncerais pas à utiliser mon smartphone même si son utilisation me porte préjudice dans la vie quotidienne*
9. *J'utilise de plus en plus mon smartphone qu'il y a quelque temps*
10. *J'utilise mon smartphone tout en regardant la télévision même quand cela m'intéresse à la télé*

1. *En général, j'utilise moins mon smartphone que mes amis*
2. *Mes parents surveillent ce que je fais avec mon smartphone*
3. *Mes parents ou l'un d'eux (père ou mère) sont accros à leur smartphone*
4. *J'ai parfois mal à la tête pendant que j'utilise mon smartphone*
5. *J'ai été harcelé au travers de mon smartphone (par des étrangers que je ne connais pas ou par des personnes que je connais)*
6. *Je ressens parfois des douleurs dans les poignets, dans le cou ou dans les épaules pendant que j'utilise mon smartphone*
7. *Mes parents (père, mère ou les deux) utilisent leur smartphone pour se divertir et aller sur les réseaux sociaux*
8. *Je favorise parfois mon smartphone à la place de faire ma toilette (douche, bain, me laver, me maquiller,...)*
9. *J'ai déjà utilisé mon smartphone à faire des choses que j'ai regrettées par la suite*
10. *Je n'éteins pas mon smartphone mais le mets sur silence ou vibreur dans des lieux où on devrait l'éteindre (cinéma, en classe pendant un cours, etc.)*

Les premiers items renvoient pour la plupart à des ressentis, des émotions, des effets ou symptômes psychologiques affectant la personne et liés à l'usage du smartphone ou à son non usage.

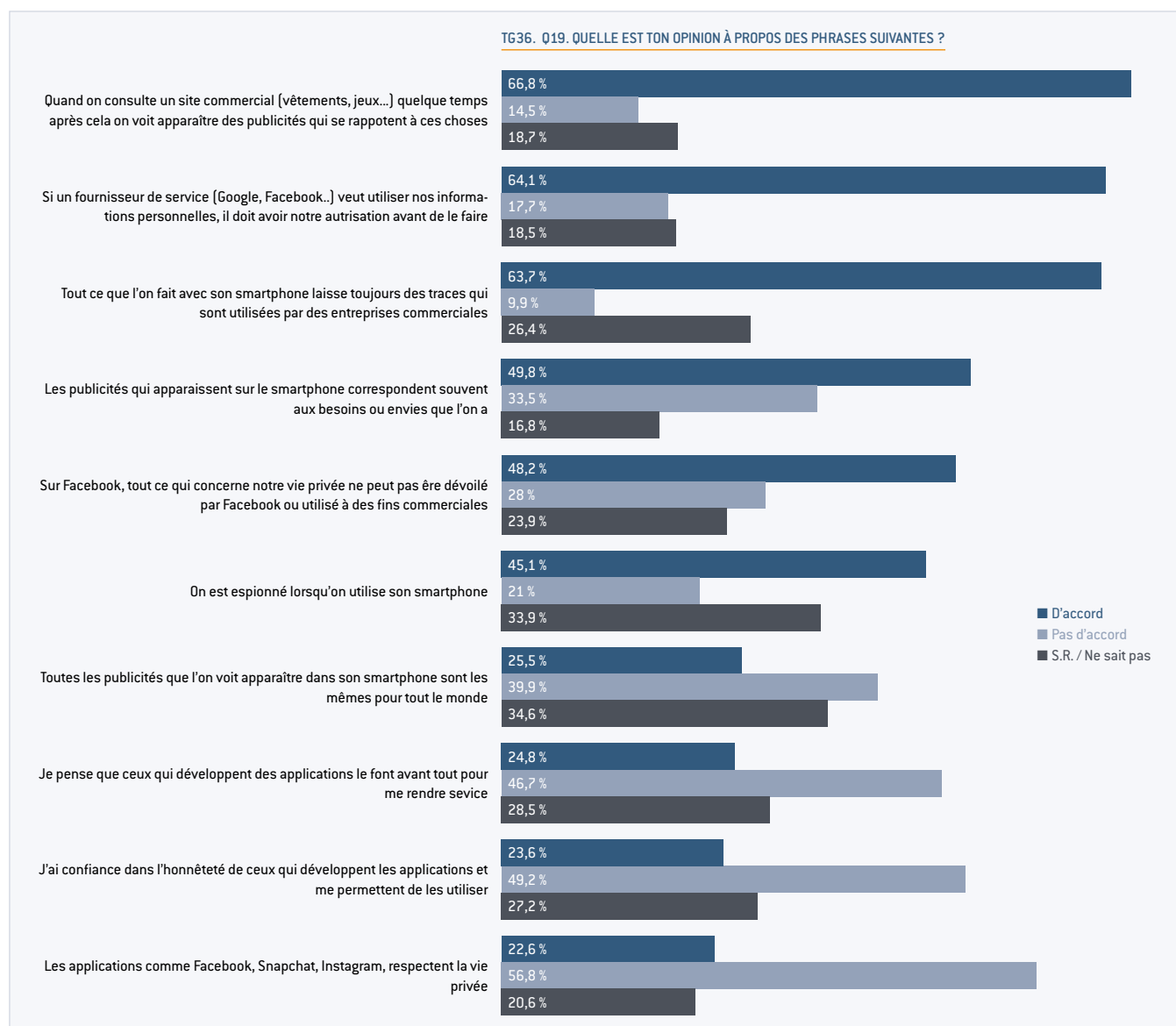
Tandis que les seconds sont plus factuels. Les symptômes physiques de l'usage du smartphone se rangent également dans ce second ensemble, laissant supposer qu'ils ne sont pas associés par les jeunes aux symptômes psychologiques. Ces résultats seront exploités plus en détail dans la partie consacrée à l'analyse de la dépendance.

ITEMS	% CONCERNÉS	MOYENNE SUR 10 DES CONCERNÉS
J'utilise mon smartphone quand je suis dans mon lit avant de m'endormir	89,4	7,87
J'utilise parfois mon smartphone plus longtemps que je n'en ai l'intention	88,9	7,19
J'utilise mon smartphone quand je mange seul	88,1	7,55
J'utilise mon smartphone tout en regardant la télévision même quand cela m'intéresse à la télé	87,8	6,40
Je n'éteins pas mon smartphone mais le mets sur silence ou vibreur dans des lieux où on devrait l'éteindre (cinéma, en classe pendant un cours, etc.)	87,1	8,30
Je ne m'imaginer pas être sans un smartphone	85,5	6,30
Quand je reçois un message, une notification ou qu'un ami publie quelque chose, je réagis le plus vite possible ou que je sois.	82,9	5,60
J'utilise mon smartphone pendant que je suis au WC	82,7	7,05
Je vérifie constamment mon smartphone pour ne pas manquer les conversations entre d'autres personnes sur les réseaux	82	6,02
Je laisse mon smartphone allumé près de moi pendant la nuit	81,8	7,29
En général, j'utilise moins mon smartphone que mes amis	81,6	5,83
Il m'arrive d'utiliser mon smartphone en cachette	80	6,34
Autour de moi (famille, mes parents, amis, etc.), on dit que je me sers trop de mon smartphone	79,4	5,67
Quand on me parle et que j'utilise mon smartphone, je n'arrête pas et réponds tout en continuant à l'utiliser	79,1	5,36
Il m'arrive de préférer utiliser mon smartphone à des choses peu utiles plutôt que de faire un travail ou quelque chose d'utile que je pourrais faire	77,4	5,26
Je suis réticent(e) à l'idée de me séparer de mon smartphone	75,8	5,30
Même si je suis fatigué, je continue à utiliser mon smartphone	75,8	5,08
Je fais parfois des choses inutiles avec mon smartphone uniquement pour le plaisir de l'utiliser	75,3	4,88
Je n'ai pas fait des travaux prévus pour l'école parce que j'utilisais mon smartphone	75,2	3,97
Je me sens bien quand j'utilise mon smartphone	74,9	5,72
Mes parents (père, mère ou les deux) utilisent leur smartphone pour se divertir et aller sur les réseaux sociaux	74,7	5,03
Il m'est arrivé d'avoir des difficultés à me concentrer en classe ou en travaillant pour l'école parce que j'utilise ou pense à mon smartphone	74,4	3,83
J'utilise de plus en plus mon smartphone qu'il y a quelque temps	74,1	5,59
Je trouve que j'utilise trop mon smartphone	73,9	5,38
Je lis moins de livres ou je me m'intéresse moins à d'autres choses que je ne le voudrais à cause de mon smartphone	73,6	4,93
Je dors moins à cause de mon smartphone	72,9	5,03
Je pense être accro à mon smartphone	72,4	5,05
Je suis irritable et impatient quand je ne peux pas utiliser mon smartphone	70,8	4,39
Je ressens parfois des irritations ou des maux aux yeux pendant que j'utilise mon smartphone	70	3,80
J'utilise mon smartphone dans la salle de bain pendant que je fais ma toilette	69,4	5,28
Utiliser mon smartphone me permet d'oublier des problèmes personnels	69,3	5,09
Je laisse passer ou oublie des choses importantes (devoir pour l'école, réunion de famille) sans m'en apercevoir parce que je suis absorbé par mon smartphone	68,8	4,19
Je ne renoncerais pas à utiliser mon smartphone même si son utilisation me porte préjudice dans la vie quotidienne	68,6	4,61
J'aime prendre connaissance sur Facebook de ce que les autres font, ce qu'ils ressentent et ce qu'ils aiment, même si ce sont des choses personnelles	68,2	5,42
J'ai mis au point des techniques pour utiliser mon smartphone en classe sans que les profs ne le voient	67,1	5,40
J'utilise mon smartphone quand je mange avec d'autres (amis, en famille, etc.)	66,8	3,52
Chez moi, je commence à travailler pour l'école quand je n'ai plus rien à faire avec mon smartphone	66,4	4,13
Je communique avec mon smartphone avec d'autres dans la maison ou avec d'autres même quand je suis près d'eux ou en face d'eux	65,4	4,13
Je pense à mon smartphone et à ce que je peux faire avec lui quand je ne l'utilise pas	63,7	3,62
Je ressens parfois des douleurs dans les poignets, dans le cou ou dans les épaules pendant que j'utilise mon smartphone	63,3	3,02
J'ai parfois mal à la tête pendant que j'utilise mon smartphone	62,8	2,82
Mes parents surveillent ce que je fais avec mon smartphone	61,8	3,68
J'ai déjà préféré pouvoir utiliser mon smartphone plutôt que participer à des activités avec d'autres (chez moi ou entre amis)	60,9	3,18
Il m'arrive d'être en retard (quelque part, à table, à l'école, ...) à cause de mon smartphone.	60,5	3,47
J'ai déjà essayé de réduire mon utilisation du smartphone mais je n'ai pas réussi	59,8	4,24
Je dépasse le budget qu'on me permet pour pouvoir continuer à utiliser mon smartphone	58,6	3,37
J'ai déjà utilisé mon smartphone à faire des choses que j'ai regrettées par la suite	57,6	3,98
Mes parents ou l'un d'eux (père ou mère) sont accros à leur smartphone	57,3	3,71
Je n'hésite pas à mettre sur Facebook ce que j'aime, ce que je ressens et ce que je fais même si ce sont des choses personnelles	55,5	3,33
Je ne fais plus certaines choses que je faisais avant pour avoir plus de temps pour utiliser mon smartphone	53,7	3,64
Je peux me passer d'un repas lorsque j'utilise mon smartphone	53,4	2,90
J'ai été harcelé au travers de mon smartphone (par des étrangers que je ne connais pas ou par des personnes que je connais)	51,4	3,33
Je favorise parfois mon smartphone à la place de faire ma toilette (douche, bain, me laver, me maquiller, ...)	48,7	2,57

2.5 ALLÉGATIONS CONCERNANT LES SMARTPHONES

Il est demandé aux jeunes leur opinion à propos d'un certain nombre d'allégations concernant le smartphone et ses applications :

1. *Tout ce que l'on fait avec son smartphone laisse toujours des traces qui sont utilisées par des entreprises commerciales*
2. *Les publicités qui apparaissent sur le smartphone correspondent souvent aux besoins ou envies que l'on a*
3. *Quand on consulte un site commercial (vêtements, jeux, accessoires, etc.), quelque temps après cela on voit apparaître dans son smartphone des publicités qui se rapportent à ces choses*
4. *Sur Facebook, tout ce qui concerne notre vie privée ne peut pas être dévoilé par Facebook ou utilisé à des fins commerciales*
5. *On est espionné lorsqu'on utilise son smartphone*
6. *Toutes les publicités que l'on voit apparaître dans son smartphone sont les mêmes que celles que tout le monde reçoit*
7. *Les applications comme Facebook, Snapchat, Instagram respectent la vie privée*
8. *J'ai confiance dans l'honnêteté de ceux qui développent les applications et me permettent de les utiliser*
9. *Je pense que ceux qui développent des applications le font avant tout pour me rendre service*
10. *Si un fournisseur de service (comme Google, Facebook, etc) veut utiliser nos informations personnelles, il doit avoir notre autorisation avant de le faire*



On s'aperçoit que de nombreux jeunes n'ont pas d'opinion ou ne savent pas ce qu'il en est réellement de certaines choses lors de l'usage des smartphones.

Par exemple, est-on « espionné » lorsqu'on utilise le smartphone ? Plus d'un jeune sur 3 (33,9%) n'en sait rien, ce qui traduirait une forme de désintérêt, voire un manque de réflexion (ou connaissance) sur la question de la traçabilité.

De même, « Toutes les publicités que l'on voit apparaître dans son smartphone sont les mêmes que celles que tout le monde reçoit », 34,6% des jeunes n'en savent rien, alors que cette allégation est reliée à la précédente.

Le manque de questionnement de certains jeunes apparaît évident quand on regarde le résultat à la question « Les publicités qui apparaissent sur le smartphone correspondent souvent aux besoins et envies que l'on a ». Ici, seulement 16,8% n'en savent rien, alors que cela découle des deux allégations citées précédemment. Pour environ un jeune sur 5, les « liens » ne se font pas. De même, 26,4% ne savent rien des traces laissées par l'usage du smartphone..

Ces résultats traduisent soit un manque de préoccupation d'une part importante des jeunes pour ces questions, soit un manque d'information étayée et fiable, soit une certaine naïveté. Il est donc nécessaire de mener des actions d'information pour les jeunes (p.e. dans les établissements d'enseignement) sur les risques liés aux smartphones (atteinte à la vie privée, harcèlement publicitaire, usage de données personnelles à des fins commerciales ou autres, risques pour la santé,...)

Néanmoins, 2 jeunes sur 3 (63,7%) sont conscients que l'usage du smartphone laisserait des traces exploitables et 66,8% que certaines consultations apparemment « anodines » auront des conséquences sur les messages publicitaires que le jeune verra plus tard.

Mais ce qui surprend surtout, c'est le fait que 64,1% des jeunes sont d'accord avec l'allégation « Si un fournisseur de service (comme Google, Facebook, etc.) veut utiliser nos informations personnelles, il doit avoir notre autorisation avant de le faire ». Pourtant, de nombreuses mises en garde et informations sur cette question circulent dans les médias. Les jeunes se sentent protégés ou maîtres de leur profil alors qu'ils ne le sont pas. Et la plupart des jeunes ignorent que Facebook lit leurs SMS.

On pourrait néanmoins envisager que, dans un autre registre des traces, plus de jeunes pourraient se méfier des images captées (à leur insu) par des smartphones puis diffusées dans les réseaux sociaux et ainsi imprimées à jamais dans leur histoire. Ce qui pourrait les conduire à être plus prudents dans leurs débordements possibles devant d'autres et donc réduire les comportements excessifs. Curieusement, **le smartphone pourrait avoir alors une fonction de régulation sociale ou de normalisation des comportements en réunion.**

Selon l'âge et le sexe, on s'aperçoit que :

- Plus de filles se méfient moins ou ignorent davantage la problématique des traces (vs espionnage) laissées lors de l'usage de leur smartphone.
- L'âge contribue à une meilleure connaissance de certaines dérives et pratiques obscures des développeurs d'applications, notamment les traces laissées et récupérées pour des usages commerciaux, entraînant des publicités ciblées sur le profil du jeune. Le sentiment d'être espionné, le fait que les applications « réseaux sociaux » ne respectent pas vraiment la vie privée et plus généralement que les développeurs d'application poursuivraient des objectifs multiples dont la création de profils pouvant être commercialisés.

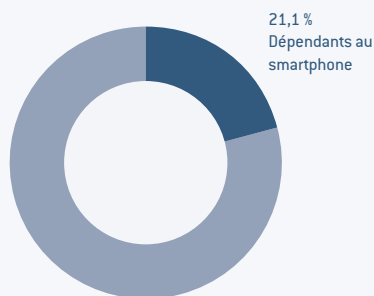


3

DÉPENDANCE²³ AU SMARTPHONE



TG37. CHIFFRES CLÉS LA DÉPENDANCE SELON LE SEXE ET L'ÂGE²⁴



PARMI LES DÉPENDANTS, POURCENTAGE SELON LE SEXE



PARMI LES DÉPENDANTS, POURCENTAGE SELON L'ÂGE



3.1 ESTIMATION DE LA DÉPENDANCE

La dépendance est mesurée par les 10 items du SAS-SV²⁵ pour évaluer son degré dans la population des jeunes interviewés. Ces items sont intégrés à la question 18 et « noyés » dans les 53 items que comporte cette question. Les items sont les suivants :

TG38. LISTE DES ITEMS (TRADUITS) DU SAV-SV

i.1	Je n'ai pas fait des travaux prévus pour l'école parce que j'utilisais mon smartphone
i.2	Il m'est arrivé d'avoir des difficultés à me concentrer en classe ou en travaillant pour l'école parce que j'utilise ou pense à mon smartphone
i.3	Je ressens parfois des douleurs dans les poignets, dans le cou ou dans les épaules pendant que j'utilise mon smartphone
i.4	Je ne m'imaginais pas être sans un smartphone
i.5	Je suis irritable et impatient quand je ne peux pas utiliser mon smartphone
i.6	Je pense à mon smartphone et à ce que je peux faire avec lui quand je ne l'utilise pas
i.7	Je ne renoncerais pas à utiliser mon smartphone même si son utilisation me porte préjudice dans la vie quotidienne
i.8	Je vérifie constamment mon smartphone pour ne pas manquer les conversations entre d'autres personnes sur les réseaux
i.9	J'utilise parfois mon smartphone plus longtemps que je n'en ai l'intention
i.10	Autour de moi (famille, mes parents, amis, etc.), on dit que je me sers trop de mon smartphone

Le jeune est invité à noter sur une échelle d'intensité allant de 0 à 10 si chaque assertion s'applique ou non à lui : 0 ne s'applique pas, 1 s'applique très peu, 10 s'applique tout à fait. Les différents scores sont cumulés et une moyenne sur 10 est calculée.

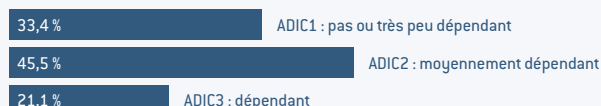
Sur le plan de la méthode (détaillée dans le rapport complet), nous utilisons deux approches pour établir le degré de dépendance : une première approche linéaire, basée sur les scores moyens mesurés au travers des 10 items de l'échelle en question. Le principe est que, plus le score moyen calculé sur les dix items est élevé, plus le jeune se rapproche de la dépendance.

Une seconde approche consiste en une analyse typologique²⁶ dont le but est de réaliser des regroupements entre répondants dont les profils de réponse à ces dix items sont les plus proches.

On s'aperçoit de la convergence entre les deux approches.

Ce résultat nous conduit à ne retenir pratiquement²⁷ que trois catégories traduisant le niveau d'addiction au smartphone. Selon cette analyse et nos critères, nous obtenons un niveau de dépendance important au smartphone pour 21,1% des jeunes de l'échantillon.

TG39. CATÉGORIES DE DÉPENDANCE ET PROPORTIONS DE JEUNES PAR CATÉGORIE



Pour nos analyses, nous adoptons cette segmentation en 3 catégories.

23. Pour des raisons de facilité, nous adoptons et utilisons la notion de dépendance dans la suite des analyses en lieu et place d'usage abusif, tout en nous rappelant que les critères de dépendance tels que repris dans le DSM IV ne sont pas vérifiés.

24. Les non réponses ne sont pas comptabilisées dans le graphique. Un certain nombre de jeunes n'ont pas répondu à certaines questions, y compris les questions d'identification comme l'âge ou le sexe. Certains totaux marginaux peuvent donc ne pas être égaux à 100% dans la mesure où les « sans réponse » ont été exclus des graphiques pour ne pas les alourdir.

25. The Smartphone Addiction Scale: Development and Validation of a Short Version for Adolescents. Min Kwon, Dai-Jin Kim, Hyun Cho, Soo Yang. Plos One, 2013, 8, 12, e83558.

26. Regroupement hiérarchique par la méthode des « nuées dynamiques ». Diday 1971.

27. Retenir 3 catégories permet des analyses statistiques avec des effectifs par catégorie importants. Par ailleurs, 3 catégories rendent les interprétations plus claires. Le but étant de montrer des tendances générales de dépendance sur une population de jeunes et non d'identifier pour un individu en particulier les problèmes qu'il rencontre (ce qui exigerait le recours à une typologie plus nuancée).

3.2 DÉPENDANCE ET COMPORTEMENTS SPÉCIFIQUES DANS L'USAGE DES SMARTPHONES

Nous avons repris les 53 items de la question 18 qui cherchent à mesurer la fréquence et l'intensité de certains comportements caractéristiques dans l'usage des smartphones.

Une première analyse examine les écarts les plus importants selon les catégories de dépendance. Le tableau ci-dessous reprend les comportements dans l'ordre de l'écart du plus au moins important. Ces écarts sont donc un indicateur de différenciation entre les non dépendants, les moins dépendants et les plus dépendants.

Il est à noter que pour tous les comportements examinés, les moyennes diffèrent significativement entre elles sur le plan statistique, entre non dépendants et dépendants.

12 traits de comportements représentent 4 points et plus d'écart entre les moins dépendants et les plus dépendants sur l'échelle se situant entre 0 et 10.

Il n'est pas anormal de trouver ce résultat dans la mesure où la typologie des dépendances est construite sur la plupart de ces items.

On constate que certains indicateurs de comportement ne se retrouvent pas dans les deux approches. Ce qui peut nous amener à caractériser les comportements spécifiques de la dépendance par rapports aux comportements habituels ou courant tels que définis plus haut dans ce rapport.

La majorité de ces indicateurs caractéristiques affecte la santé mentale du jeune dans la mesure où ils renvoient principalement à des impacts sur le fonctionnement psychologique de la personne ou l'émergence de marques de souffrance, telles qu'évoquées par le DSM-IV (irritation, effet préjudiciable sur la personne, sensation de bien-être, occupation de l'esprit,...) et qu'on trouve fréquemment dans les addictions à une substance. Ils se différencient des comportements habituels de l'usage des smartphones qui portent plus sur des modes de fonctionnement ou un contexte d'usage de l'appareil (tels : pas éteint, utilisé dans son lit, au WC, allumé pendant la nuit,...).

Même si la dépendance au smartphone n'est pas reconnue en tant que telle dans les manuels de psychiatrie (dont le DSM-IV ou par l'OMS), les symptômes et effets observables sur la personne sont du même ordre que ceux observés dans la dépendance à des substances, à certains degrés près. **Il y a souffrance et donc impact sur la santé mentale de la personne.** On n'aura sans doute jamais vu un jeune commettre un délit pour se procurer un smartphone alors qu'il est en manque depuis un certain temps. Les vols de smartphone ont le plus souvent une motivation financière.

Ce résultat converge avec d'autres résultats obtenus par certains auteurs cités dans la partie de l'analyse théorique de la dépendance : la dépendance au smartphone se matérialise par des effets psychologiques sur le jeune renvoyant à des sentiments anxieux, douloureux, faits de souffrance ou de bien-être quand on l'utilise, etc.

3.3 NATURE DE LA DÉPENDANCE

La question centrale est de déterminer la nature de la dépendance. Est-elle à l'artefact smartphone lui-même ou ce dernier est-il l'intermédiaire d'une dépendance qui se situe au-delà ? Plusieurs éléments nous conduisent à considérer que la dépendance se situe au-delà de l'objet. C'est ce que nous examinons ici.

TG40. ITEMS DIFFÉRENTIANT LES NON DÉPENDANTS DES PLUS DÉPENDANTS (ENTRE () L'ÉCART SUR UNE ÉCHELLE DE 10)

1.	Je ne m'imagine pas être sans un smartphone [5,9]
2.	Je suis irritable et impatient quand je ne peux pas utiliser mon smartphone [5,86]
3.	Je ne renoncerais pas à utiliser mon smartphone même si son utilisation me porte préjudice dans la vie quotidienne [5,67]
4.	Je vérifie constamment mon smartphone pour ne pas manquer les conversations entre d'autres personnes sur les réseaux [5,52]
5.	Autour de moi (famille, mes parents, amis, etc.) on dit que je me sers trop de mon smartphone [5,44]
6.	Je suis réticent(e) à l'idée de me séparer de mon smartphone [5,02]
7.	Je pense être accro à mon smartphone [4,94]
8.	J'utilise parfois mon smartphone plus longtemps que je n'en ai l'intention [4,55]
9.	Je me sens bien quand j'utilise mon smartphone [4,45]
10.	J'utilise mon smartphone tout en regardant la télévision même quand cela m'intéresse à la télé [4,43]
11.	Je pense à mon smartphone et à ce que je peux faire avec lui quand je ne l'utilise pas [4,41]
12.	J'utilise de plus en plus mon smartphone qu'il y a quelque temps [4,00]

TG41. ITEMS SPÉCIFIQUES CARACTÉRISANT LES DÉPENDANTS

1.	Je suis irritable et impatient quand je ne peux pas utiliser mon smartphone
2.	Je ne renoncerais pas à utiliser mon smartphone même si son utilisation me porte préjudice dans la vie quotidienne
3.	Autour de moi (famille, mes parents, amis, etc.) on dit que je me sers trop de mon smartphone
4.	Je suis réticent(e) à l'idée de me séparer de mon smartphone
5.	Je pense être accro à mon smartphone
6.	Je me sens bien quand j'utilise mon smartphone
7.	Je pense à mon smartphone et à ce que je peux faire avec lui quand je ne l'utilise pas
8.	J'utilise de plus en plus mon smartphone qu'il y a quelque temps

La question centrale est de déterminer la nature de la dépendance. Est-elle à l'artefact smartphone lui-même ou ce dernier est-il l'intermédiaire d'une dépendance qui se situe au-delà ? Plusieurs éléments nous conduisent à considérer que la dépendance se situe au-delà de l'objet. C'est ce que nous examinons ici.

3.4 ANALYSE DE LA DÉPENDANCE SELON DIFFÉRENTES VARIABLES SOCIODÉMOGRAPHIQUES ET AUTRES CRITÈRES GÉNÉRAUX

3.4.1 SEXE ET ÂGE

Beaucoup plus de filles (64,2%) que de garçons (35,8%) seraient dépendantes au smartphone. Ce résultat converge avec celui observé dans d'autres enquêtes récentes²⁸.

C'est parmi les 14-16 ans (58,8% vs 46,4%) que l'on trouve relativement le plus grand nombre de jeunes dépendants au smartphone.

3.4.2 DÉPENDANCE ET OBÉSITÉ

Nous avons confronté les modes d'usage des smartphones à l'indicateur IMC²⁹, le plus usité, malgré les défauts et limites qu'il comporte³⁰. Il s'agit d'ouvrir des pistes permettant de mettre en relation ces deux aspects des comportements et l'IMC est apparenté ici à une variable intermédiaire³¹. L'IMC est déterminé par la taille et le poids. Ces deux informations ont été demandées au jeune dans le questionnaire.

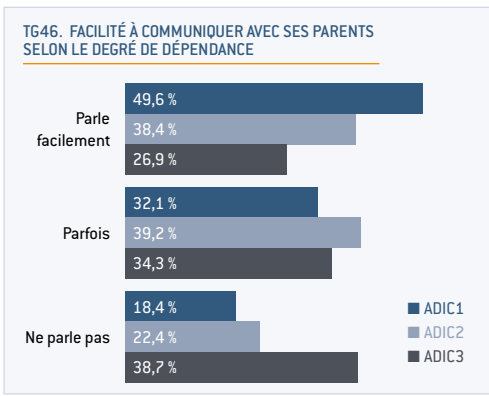
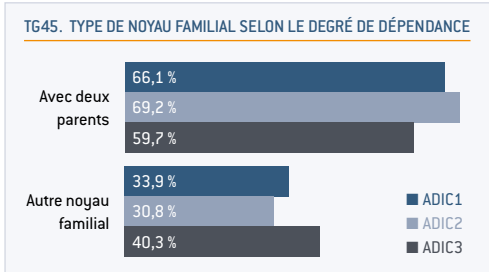
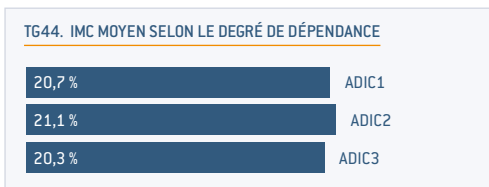
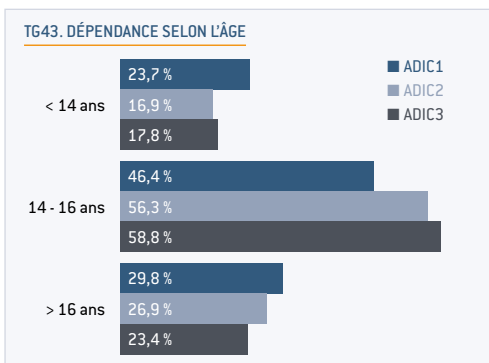
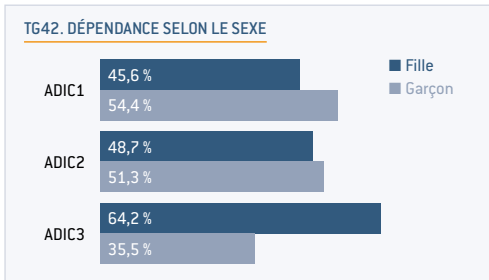
L'IMC est calculé ici à partir des réponses données par les jeunes interrogés, soit 1318 ayant répondu à cette question sur les 1519 interviewés. L'IMC moyen de l'échantillon est de 20,8. 8,8% sont en surpoids et 2,7% obèses. On n'observe pas de différences statistiques significatives pour l'IMC moyen selon le niveau de dépendance : maigre ou obèse, le jeune manifeste le même intérêt relatif pour le smartphone. Ou, en d'autres termes, les jeunes dépendants aux smartphones ne sont ni plus en surpoids, ni plus obèses.

3.4.3 DÉPENDANCE, NOYAU FAMILIAL ET RELATIONS AVEC LES PARENTS

On observe une tendance plus fréquente à la dépendance (40,3%) chez des jeunes vivant dans un noyau familial monoparental ou recomposé que chez les jeunes vivant avec leurs deux parents.

La facilité du jeune à communiquer avec ses parents semble être aussi un facteur corrélé³² avec la dépendance. Plus de jeunes dépendants (ADIC3) déclarent pouvoir moins facilement parler avec leurs parents. Seulement 26,9% des dépendants parlent facilement contre 49,6% des non-dépendants. A contrario, 38,7% des dépendants déclarent ne pas pouvoir parler avec leurs parents contre 18,4% des non-dépendants.

La qualité des relations du jeune avec ses parents, sur le plan de la communication, serait donc pour certains un facteur important de la dépendance au smartphone. Certains jeunes se réfugieraient donc dans cette dépendance, ne cherchant pas, ne pouvant pas, ou difficilement, communiquer avec leurs parents. Le smartphone pourrait-il être un substitut parental ?



ADIC1 : pas ou très peu dépendant
ADIC2 : moyennement dépendant
ADIC3 : dépendant

28. Willemse et al (2014) : Etude JAMES

29. L'indice de masse corporelle (IMC - en anglais : BMI - Body Mass Index) ou indice de Quetelet (1835) est aujourd'hui l'indicateur le plus couramment adopté (dont par l'OMS) pour établir le degré de poids relatif de l'individu en rapport avec sa taille. Il se calcule en divisant le poids exprimé en kilos, par la taille en mètres élevée au carré.

30. Par exemple cet indice ne tient pas compte de la répartition entre masse musculaire et adipeuse. Il ne tient pas compte non plus d'une typologie des morphologies.

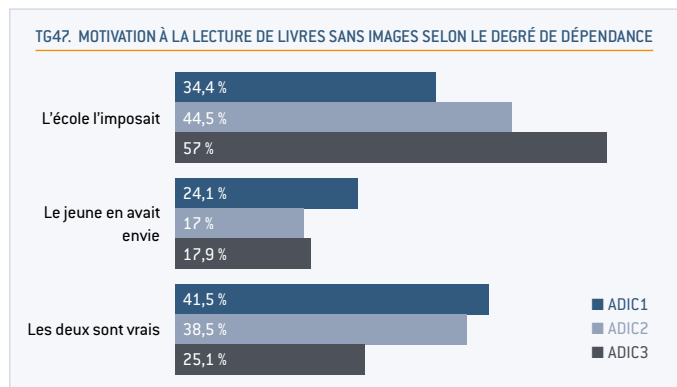
31. Une variable intermédiaire n'est pas un phénomène en soi, mais un concept qui a pour but d'établir une relation entre deux ou plusieurs phénomènes. S'apparente au rôle d'une fonction en mathématique, dont le rôle est d'établir une relation logique entre un domaine et un co-domaine. Notons également la tendance chez de nombreux auteurs à réifier certaines variables intermédiaires, c'est-à-dire à les traiter comme s'il s'agissait d'un phénomène en soi.

32. Pour mémoire, corrélé ne veut pas dire nécessairement une relation de cause à effet, mais l'existence d'un lien statistique entre les deux variables.

3.4.4 LIVRES LUS DEPUIS UN AN

Un peu plus de jeunes dépendants (ADIC3) au smartphone lisent moins de livres. 15,5% d'entre eux ne lisent aucun livre alors que pour les non-dépendants (ADIC1), c'est 9,2%. L'effet est statistiquement significatif mais finalement peu important.

Ce pourrait être relié au fait que c'est parce que l'école impose la lecture de livres que les dépendants en lisent. Ainsi, 57% des dépendants déclarent avoir lu des livres parce que l'école l'imposait contre 34,4% des non-dépendants. **On peut néanmoins estimer à partir de là que la dépendance au smartphone constitue un facteur défavorable à la lecture ou ne motive pas à lire.**



3.4.5 AUTRES CRITÈRES

- **Nombre d'enfants** : on n'observe pas de relation statistique entre le nombre d'enfants (frères, sœurs avec lesquels vit le jeune) et la dépendance au smartphone.
- **Chambre « seul »** : le fait que le jeune ait une chambre à lui seul ou partagée n'est pas non plus corrélé avec le niveau de dépendance. On aurait pu penser que si le jeune était seul dans sa chambre, cela aurait pu favoriser un usage plus important du smartphone et donc sa dépendance. Ce n'est pas le cas. 81 % des dépendants ont une chambre pour eux seuls et 80,2% des non-dépendants.
- **Pratique d'un sport** : aucune relation statistique entre la pratique ou non d'un sport et le niveau de dépendance. 70,5% des dépendants pratiquent un sport et 68,2% des non-dépendants.

Toutefois quelques indices montrent que la pratique d'un sport pourrait compenser ou réduire certains des usages excessifs envisagés. Nous avons ainsi examiné l'effet de la pratique d'un sport sur un certain nombre de variables (questions) de l'étude. On constate que :

- Plus de jeunes qui pratiquent un sport auraient tendance à consulter plus tard leur smartphone le matin.
- Alors qu'il n'y a pas de différences concernant la détention et l'usage d'un PC, un plus grand nombre de jeunes qui pratiquent un sport ne détiendraient pas de tablette ou ne l'utiliseraient pas.
- Il en est de même des consoles de jeux : un moindre usage chez certains jeunes qui pratiquent un sport. Ce qui se marque également par un moindre temps passé sur les consoles de jeux chez les sportifs.
- On remarquera également que la pratique d'un sport est corrélée avec une plus grande facilité à communiquer avec leurs parents pour certains jeunes.
- Plus de jeunes sportifs sont aussi membres d'association de jeunesse.
- Plus de jeunes sportifs consomment moins de boissons alcoolisées (l'âge y est aussi pour quelque chose) ou n'ont pas tenté le cannabis.
- Il existe un effet statistiquement significatif sur l'indice de masse corporelle : il est en moyenne de 20,47 chez les sportifs et de 21,62 chez les non-sportifs. Donc même si cette différence paraît faible (1,15 points), elle montre néanmoins une tendance, chez les jeunes de 12 à 18 ans, à une réduction potentielle de la prise de poids.

D'une manière générale, on constate que la pratique d'un sport remplacerait une tendance à utiliser plus souvent ou plus longtemps certaines des technologies considérées. Elle s'accompagnerait aussi d'autres effets positifs.

- **Membre d'une association de jeunesse** : aucune relation statistique n'est observée entre la participation à une association de jeunesse et le niveau de dépendance. 18,1% des dépendants sont membres d'une association et 19,9% des non-dépendants.

Néanmoins, des indices montrent que la participation à une association de jeunesse pourrait aussi compenser ou réduire certains des usages excessifs envisagés. On constate :

- Les jeunes membres d'une association de jeunesse utilisent en moyenne par jour de semaine et le week-end leur GSM pendant moins de temps que ceux qui ne sont pas membres.
- Alors qu'il n'y a pas de différences concernant la détention et l'usage d'un PC, un plus grand nombre de jeunes qui sont membres d'une association de jeunesse ne détiendraient pas de tablette ou ne l'utiliseraient pas.
- On remarque également que plus de jeunes membres d'une association de jeunesse ont tendance à lire un plus grand nombre de livres (sans images) et ce sans y être obligés par l'école.

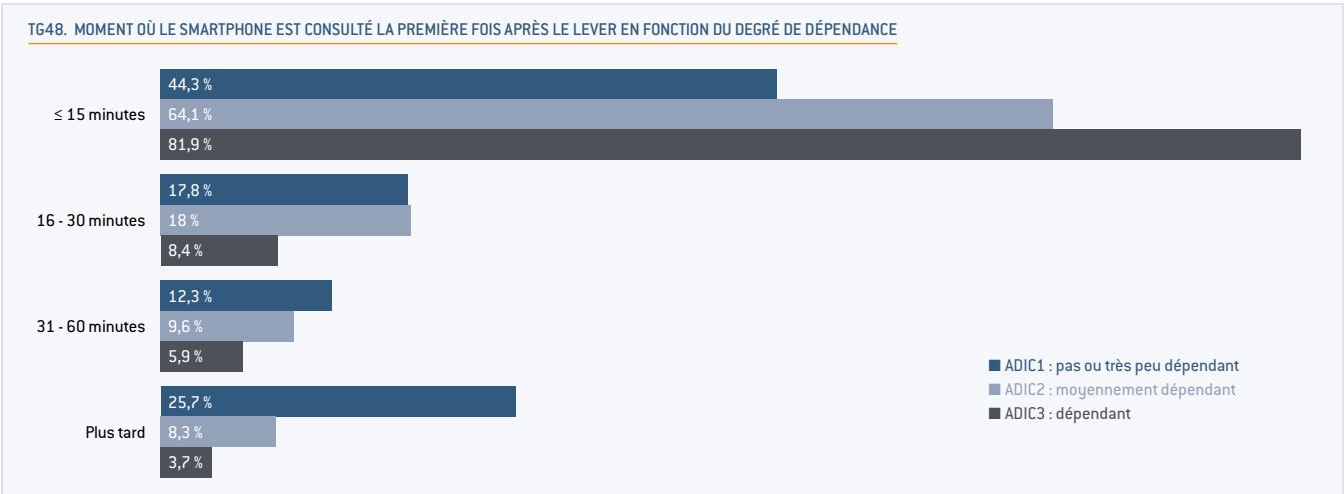
D'une manière générale, on constate que le fait d'être membre d'une association de jeunesse occupe directement ou indirectement (lecture de livres) le jeune pendant un temps qu'il ne consacrerait pas à son smartphone.

- **Sévérité, règles imposées par les parents** : aucune relation n'est constatée entre le degré de sévérité imposé par les parents (Q29 : règlement ou règles imposées par les parents) et la dépendance au smartphone.

3.5 DÉPENDANCE ET USAGE DES SMARTPHONES

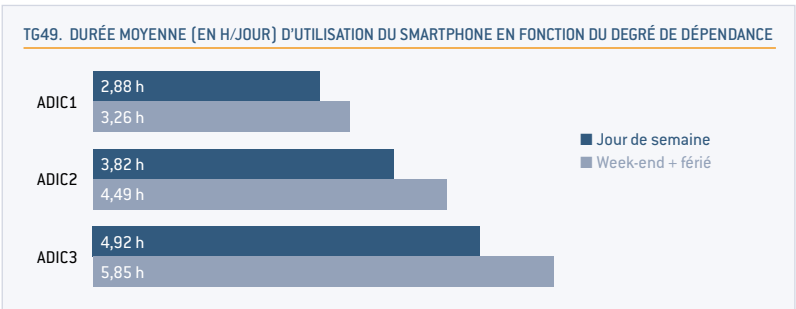
3.5.1 MOMENT OÙ LE SMARTPHONE EST CONSULTÉ LA PREMIÈRE FOIS APRÈS LE LEVER

Manifestement, plus on est dépendant, plus tôt le smartphone est consulté le matin après le lever : 81,9% des dépendants contre 44,3% des non-dépendants. On notera toutefois que le moment de consultation après le lever n'est pas exclusif d'une dépendance puisque 44,3% de ceux qu'on considère ici comme non-dépendants consultent néanmoins le plus souvent leur smartphone dans les 15 minutes qui le suivent.



3.5.2 DURÉE D'UTILISATION DU SMARTPHONE PAR JOUR

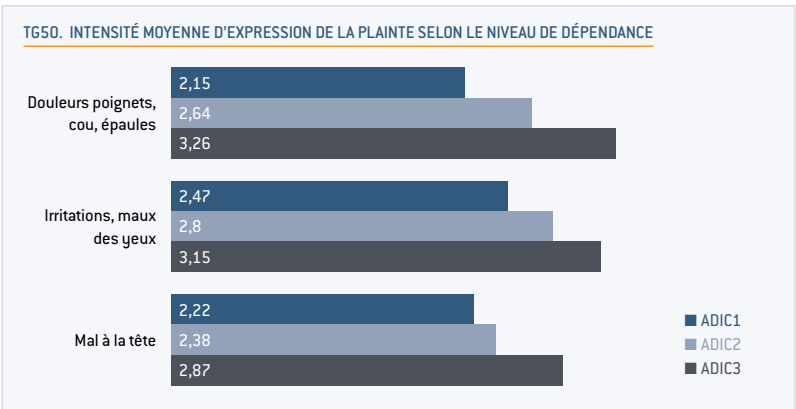
Plus on est dépendant, plus on utilise longtemps son smartphone dans la journée. Entre les non-dépendants (ADIC1) et les dépendants (ADIC3), cela peut aller du simple à près du double de temps d'utilisation : de 2,88 h/j (3,26) pour les ADIC1 et 4,92 h/j (5,85) pour les ADIC3. Les jours de week-end, tous utilisent un peu plus leur smartphone mais les écarts relatifs sont conservés.



3.5.3 DÉPENDANCE ET SANTÉ PHYSIQUE

3 items de la question 18 examinent des symptômes qui renvoient à des plaintes physiques lors de l'usage des smartphones.

- Je ressens parfois des irritations ou des maux aux yeux pendant que j'utilise mon smartphone (70% concernés - intensité : 3,8/10)
- Je ressens parfois des douleurs dans les poignets, dans le cou ou dans les épaules pendant que j'utilise mon smartphone (63,3% concernés - intensité : 3,02/10)
- J'ai parfois mal à la tête pendant que j'utilise mon smartphone (62,8% concernés - intensité : 2,82/10)



Même si on a montré plus haut que ces plaintes ne sont pas fréquentes ou ne sont pas évaluées comme importantes par les jeunes, des différences statistiquement significatives apparaissent entre dépendants et non-dépendants pour tous ces items. Dans tous les cas, l'intensité de la plainte est plus forte chez les dépendants que chez les non-dépendants.

3.5.4 DÉPENDANCE, DÉPASSEMENT DU FORFAIT, BUDGET ET QUI PAIE

Les jeunes dépendants dépassent plus souvent leur forfait. Ainsi, plus d'un jeune sur 4 (27%) très dépendant dépasse souvent son forfait, alors que chez les non-dépendants, cela n'arrive qu'à 8,2%. La dépendance conduit donc chez de nombreux jeunes à une « surconsommation » de leur smartphone qui se concrétise par un dépassement du forfait.

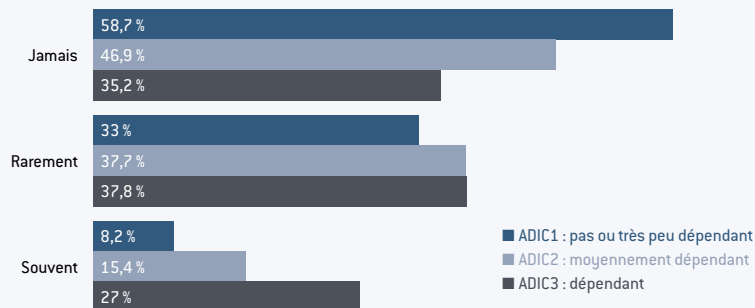
Il apparaît également que le budget mensuel consacré au smartphone est plus important pour les plus dépendants : 22€/mois en moyenne contre 19,38€ pour les non-dépendants.

On ne constate aucun effet entre le mode de paiement de l'abonnement et la dépendance. Est-ce à dire que les parents ne font pas de lien entre dépendance et paiement de l'abonnement ? On peut le penser. Sans doute de nombreux parents de jeunes dépendants ignorent cette dépendance ou ne n'en estiment pas la portée.

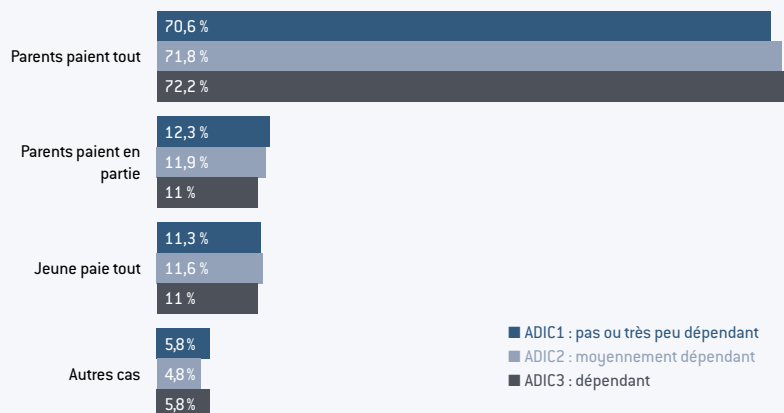
TG52. BUDGET MENSUEL MOYEN CONSACRÉ AU SMARTPHONE (EN €) EN FONCTION DU DEGRÉ DE DÉPENDANCE



TG51. DÉPASSEMENT DU FORFAIT MENSUEL ALLOUÉ AU SMARTPHONE EN FONCTION DU DEGRÉ DE DÉPENDANCE



TG53. MODE DE PAIEMENT DE L'ABONNEMENT EN FONCTION DU DEGRÉ DE DÉPENDANCE³³

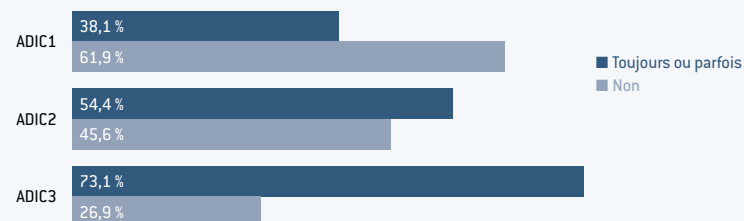


3.5.5 DÉPENDANCE, CHARGEUR ET BATTERIE DE RECHARGE

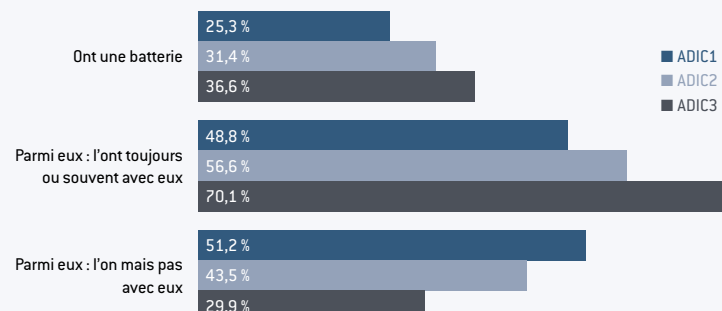
Le chargeur et éventuellement la batterie de recharge qu'on emporte avec soi peuvent être également un indicateur de dépendance, dans la mesure où ils permettent de ne pas tomber à court d'énergie pour l'emploi du smartphone. On observe que plus on est dépendant, plus on emporte avec soi les moyens de recharger son smartphone afin de ne pas tomber à court d'usage. La majorité des dépendants - 73,1% - ont toujours ou parfois leur chargeur avec eux, contre 26,9% des non-dépendants.

Plus de jeunes dépendants déclarent disposer d'une batterie portable (36,6% vs 25,3%). Un plus grand nombre de dépendants qui disposent d'une batterie l'emportent aussi avec eux (70,1% vs 48,8%). On remarque bien évidemment que l'emploi d'une batterie portable n'est pas exclusif des dépendants³⁴.

TG54. A SON CHARGEUR DE SMARTPHONE AVEC LUI EN FONCTION DU DEGRÉ DE DÉPENDANCE



TG55. DISPOSE OU NON D'UNE BATTERIE PORTABLE ET L'EMPORTE OU NON AVEC LUI SELON LE DEGRÉ DE DÉPENDANCE



3.6 DÉPENDANCE ET APPLICATIONS UTILISÉES

3.6.1 FRÉQUENCE D'USAGE DES APPLICATIONS

Les applications les plus utilisées qui émergent dans le cas d'une dépendance au smartphone sont dans l'ordre :

T656. UTILISATION DES APPLICATIONS SELON LE DEGRÉ DE DÉPENDANCE

APPLICATION	f	EFFET OBSERVÉ	ADIC1	ADIC2	ADIC3
Facebook	S. <.001	↗ dépendance	3,09	3,56	3,75
Messenger	S. <.001	↗ dépendance	3,12	3,52	3,74
Instagram	S. <.001	↗ dépendance	2,60	3,06	3,42
SMS classique (de ton opérateur téléphonique)	S. <.001	↗ dépendance	3,10	3,24	3,38
Appareil photo ou video du smartphone	S. <.001	↗ dépendance	2,49	2,71	3,07
Téléphone	S. <.001	↗ dépendance	2,71	2,80	3,02
WhatsApp	S. <.001	↗ dépendance	2,42	2,78	2,96
Musique en streaming (Deezer, Spotify,...)	S. =.001	↗ dépendance	2,62	2,85	2,96
Jeux qui ne demandent pas une connexion internet pour jouer	S. =.03	↗ dépendance	2,30	2,41	2,51
Application musicale (iTunes, etc.)	S. =.02	↗ dépendance	1,87	1,93	2,15
Twitter	S. =.03	↗ dépendance	1,61	1,68	1,87

[S : effet significatif du degré de dépendance]

ADIC1 : pas ou très peu dépendant
ADIC2 : moyennement dépendant
ADIC3 : dépendant

Ce sont donc principalement les applications de reliance de type « réseau social » : Facebook, Messenger, Instagram, SMS qui dominent dans les usages dépendants. Twitter également, même si cette application est moins utilisée dans l'ensemble, elle l'est significativement un peu plus par les dépendants.

On remarque aussi la place des jeux en 9^{ème} position. Les jeux sans connexion internet sont assez loin dans ce classement. Ce ne sont donc pas les jeux qui sont l'élément principal de la dépendance. On constate aussi que les jeux demandant une connexion internet n'apparaissent pas dans ce classement des applications associées significativement à une dépendance. Ceci renforce l'idée que les jeux sur smartphone ne sont pas un facteur contribuant à la dépendance.

On remarque aussi dans le bas du classement les applications non communicationnelles³⁵ consommatrices de moyens ou produits culturels, telles que musique en streaming, jeux « individuels » et applications musicales. Dans le même registre, YouTube, très utilisé, n'est pas spécifique de la dépendance. C'est aussi une application non communicationnelle.

A la lumière de ces résultats concernant les applications utilisées, on peut conclure que la dépendance est surtout liée aux réseaux sociaux et donc à un besoin de reliance, d'appartenance, de reconnaissance, d'affirmation de soi et d'estime, de contact, de communication. On retrouve ici la satisfaction de besoins tels que ceux des étages intermédiaires de la pyramide de Maslow³⁶. Dans ce cadre, la dépendance ne serait pas liée au produit lui-même, le smartphone, mais à la satisfaction des besoins sociaux qu'il réalise.

Le recouplement avec l'usage des applications sur PC ou tablettes que nous examinons plus loin va renforcer cette interprétation.

3.6.2 PREMIÈRES APPLICATIONS UTILISÉES APRÈS LE LEVER

En examinant le critère des premières applications utilisées après le lever, en particulier chez ceux qui utilisent leur smartphone dans les 15 premières minutes, on constate qu'il n'y a pas de différences entre dépendants et non-dépendants. Au contraire, certains non ou moins dépendants utiliseraient plus rapidement des applications informatives ou non-relationnelles après le lever tels Youtube, recherche sur Internet ou application musicale.

33. Les non réponses ne sont pas comptabilisées dans le graphique. Un certain nombre de jeunes n'ont pas répondu à certaines questions, y compris les questions d'identification comme l'âge ou le sexe. Certains totaux marginaux peuvent donc ne pas être égaux à 100% dans la mesure où les « sans réponse » ont été exclus des graphiques pour ne pas les alourdir.

34. Il pourrait être intéressant d'examiner les motivations à avoir une batterie portable et de l'emporter avec soi. Elles pourraient être différentes selon le degré de dépendance. Mais ce type de question n'a pas été posé dans l'enquête.

35. Nous entendons par « application communicationnelle » celle qui met en relation instantanée et réciproque une ou plusieurs personnes qui interagissent ou peuvent interagir. WhatsApp illustre ce type d'application. Par contre, YouTube n'en est pas une.

36. Maslow, A. [1943]. A Theory of Human Motivation, Psychological Review, vol. 50, 4, p. 370-396

Il n'y aurait donc pas une appétence particulière chez les plus dépendants à utiliser au plus vite dès le matin les applications de reliance ou communicationnelles (un peu comme si le temps s'écoulant entre la dernière utilisation et le moment du lever, très important dans ce cas, augmentait la sensation de besoin - comme cela apparaît dans la dépendance à des substances telles que le tabac ou certaines autres drogues).

Ce résultat apporte un éclairage intéressant et spécifique sur la nature de la dépendance à ces applications et en particulier au smartphone. Pour satisfaire la dépendance au smartphone avec des applications communicationnelles, il faut la présence active des autres et le moment du lever n'est peut-être pas la période la plus propice pour une majorité d'entre eux. **La dépendance est donc reliée principalement à la présence et à la disponibilité communicationnelle des autres dans le réseau, ainsi qu'au fait aussi qu'ils nourrissent presque en temps réel le réseau.**

3.6.3 FONCTIONS D'UN SMARTPHONE

On constate peu de différences selon le degré de dépendance. Ce qui pourrait se traduire par le fait que les fonctions importantes sont toutes dans le même registre pour tous les jeunes, ce serait alors la fréquence d'utilisation de la fonction qui constituerait la différence.

TG57. LES FONCTIONS IMPORTANTES (STATISTIQUEMENT SIGNIFICATIVES) D'UN SMARTPHONE SELON LE DEGRÉ DE DÉPENDANCE - MOYENNES DE : EN PREMIER, EN DEUXIÈME, EN TROISIÈME. PLUS LA MOYENNE EST BASSE, PLUS L'APPLICATION EST UTILISÉE EN PRIORITÉ

	f	EFFET OBSERVÉ	ADIC1	ADIC2	ADIC3
Pouvoir être relié en permanence aux autres, aux amis...	S.=.003	↗ dépendance	1,74	1,57	1,49
Savoir ce que font les autres	S.=.008	↗ dépendance	2,76	2,64	2,42
Avoir accès à des connaissances générales (par un navigateur)	S.=.003	↗ dépendance	2,33	2,15	1,90

[S : effet significatif du degré de dépendance]

On remarque néanmoins que pour les dépendants, la fonction de base « téléphone » serait un peu moins importante. Ce qui renforce le constat selon lequel les dépendants seraient plus dépendants des réseaux sociaux et autres systèmes de communication (dont ceux laissant des traces) que de conversations verbales directes. Ce qui se traduit par le fait que pour plus d'entre eux, c'est la fonction de reliance, et son aspect collectif, qui est plus importante dans l'usage d'un smartphone. Ce qui se traduit aussi par « savoir ce que font les autres » ou « dire aux autres ce que l'on fait ».

Paradoxalement, la fonction « avoir accès à des connaissances » serait aussi plus importante pour un plus grand nombre de dépendants. Mais est-ce un vœu pieux ? Cela ne se retrouve pas dans les usages (voir § précédents).

3.6.4 DÉPENDANCE ET ÉCOLE

3.6.4.1 Intérêt pour l'école

On observe une relation négative entre l'intérêt que certains jeunes portent à l'école et leur dépendance aux smartphones. Parmi les jeunes dépendants, on en trouve moins (18,1%) qui aiment aller à l'école, alors que parmi les jeunes non-dépendants, ils sont plus nombreux (31,5%).

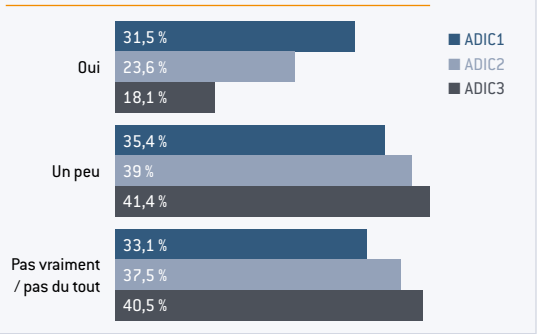
Est-ce à dire que pour certains jeunes (dépendants) le smartphone compenserait une forme de désintérêt pour l'école ? Il s'agit sans doute pour certains jeunes d'un facteur qui manifesterait leur dépendance.

3.6.4.2 Performances scolaires

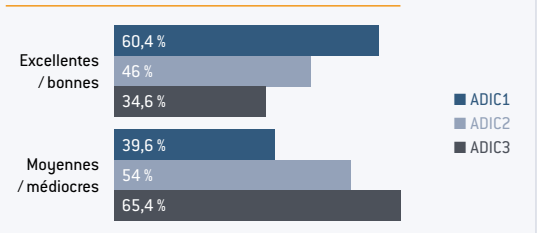
Les résultats sont très nets. Plus les jeunes sont dépendants aux smartphones, plus ils autoévaluent leurs performances scolaires comme inférieures. Ainsi, 39,6% des non-dépendants estiment leurs performances scolaires comme moyennes ou médiocres contre 65,4% des dépendants. A l'inverse, 60,4% des non-dépendants estiment leurs performances excellentes ou bonnes contre 39,6% des très dépendants.

En examinant les raisons données par les jeunes pour expliquer leurs résultats moyens ou médiocres, et en mettant en avant le smartphone, on s'aperçoit qu'un bon nombre de dépendants estiment que le smartphone contribue à leurs faibles performances scolaires. 55,6% des dépendants estiment que c'est le smartphone qui y contribue. Par contre, pour 68,7% des non-dépendants, le smartphone n'aurait aucune influence.

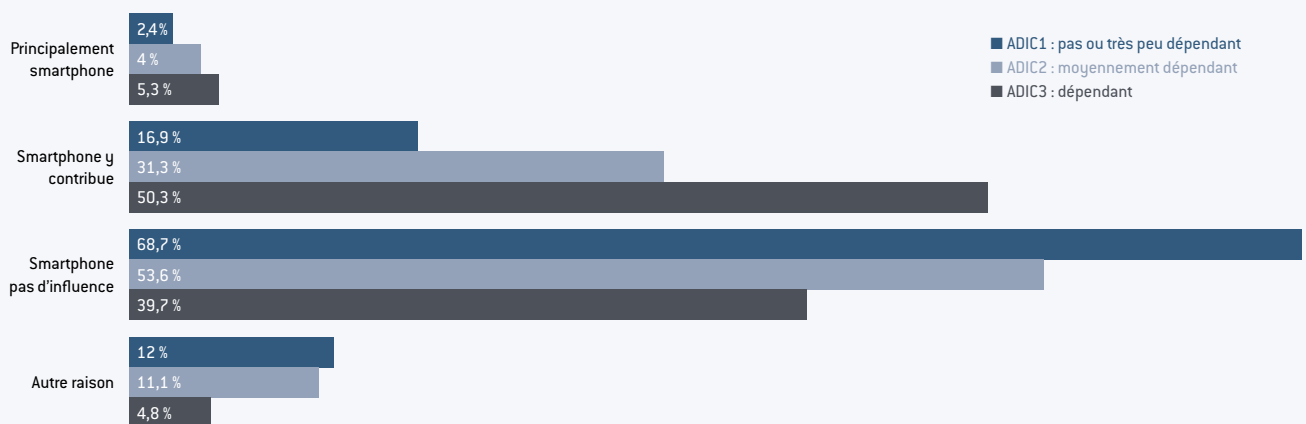
TG58. AIME ALLER À L'ÉCOLE SELON LE DEGRÉ DE DÉPENDANCE



TG59. AUTO-ÉVALUATION DES PERFORMANCES SCOLAIRES SELON LE DEGRÉ DE DÉPENDANCE



TG60. AUTO-EXPLICATION DES CAUSES DE PERFORMANCES MOYENNES OU MÉDIOCRES SELON LE DEGRÉ DE DÉPENDANCE



Les performances scolaires moyennes ou médiocres ne sont pas un critère exclusif de la dépendance aux smartphones mais y participent significativement.

3.6.4.3 Dépendance et déjà séché des cours

Plus de jeunes dépendants de leur smartphone (48,4%) déclarent avoir déjà (une fois ou plusieurs fois) séché des cours vs 29% des non-dépendants.

TG61. DÉJÀ SÉCHÉ UN COURS SELON LE DEGRÉ DE DÉPENDANCE

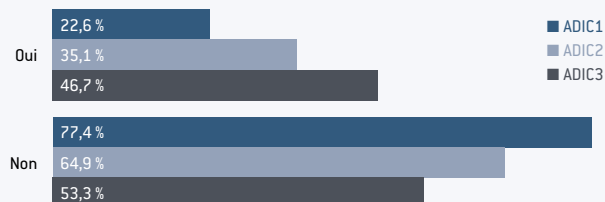


3.6.5 CONFISCATION DU SMARTPHONE PAR LES PARENTS ET/OU PAR L'ÉCOLE

TG62. CONFISCATION DU SMARTPHONE PAR LES PARENTS SELON LE DEGRÉ DE DÉPENDANCE



TG63. CONFISCATION DU SMARTPHONE PAR L'ÉCOLE SELON LE DEGRÉ DE DÉPENDANCE

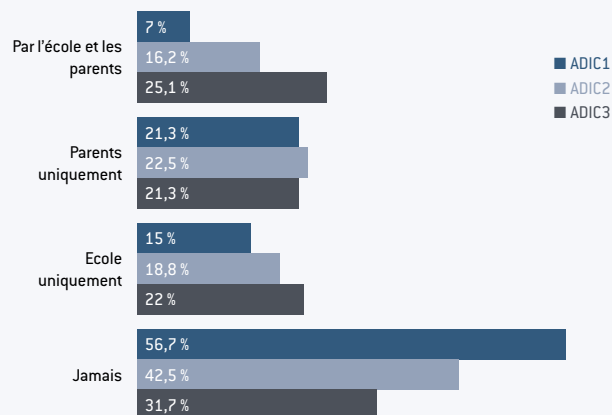


La dépendance au smartphone et sa confiscation par l'école et/ou les parents est intimement liée. Ainsi, près d'un jeune sur deux dépendant s'est vu confisquer son smartphone par ses parents (46,3%) ou par l'école (46,7%).

C'est donc une réaction sensible de l'environnement du jeune à sa dépendance qui traduit un agacement ou le franchissement d'un seuil.

En outre, un jeune sur 4 très dépendant (25,1%) s'est déjà vu confisquer le smartphone à la fois par l'école et par les parents, alors qu'ils ne sont que 7% chez les non-dépendants.

TG64. CONFISCATION DU SMARTPHONE PAR L'ÉCOLE ET/OU LES PARENTS SELON LE DEGRÉ DE DÉPENDANCE



3.6.6 DÉPENDANCE ET COMPORTEMENTS SPÉCIFIQUES

3.6.6.1 Consommation de certains produits et substances

- **Alcool** : Il existe une relation statistique entre la consommation de boissons alcoolisées par certains jeunes et la dépendance aux smartphones : 52,8% des dépendants consomment de l'alcool vs 35,9% des non-dépendants. Cette relation peut aussi s'expliquer par d'autres facteurs comme l'âge, pour lequel on constate une augmentation de la consommation de boissons alcoolisées, mais limitée dans la mesure où l'on trouve un plus grand nombre de 14-16 ans pour la catégorie de dépendance.

Toutefois, il n'y a aucune relation entre la quantité de boissons alcoolisées (nombre de verres par semaine) et le niveau de dépendance au smartphone parmi ceux qui consomment. Ce qui irait dans le sens de notre hypothèse selon laquelle la dépendance à l'alcool serait bien addictive tandis que celle au smartphone liée à la satisfaction de besoins psychologiques et relationnels, principalement de reliance.

- **Boissons énergisantes** : On observe une relation statistique entre la consommation de boissons énergisantes par certains jeunes et la dépendance aux smartphones. Ici, on observe une corrélation plus forte de dépendance entre les deux, dans la mesure où c'est aussi dans la catégorie 14-16 ans que la consommation de boissons énergisantes est la plus fréquente, tout comme l'intensité de dépendance aux smartphones.

Toutefois, lorsqu'on examine le nombre de canettes consommées par semaine, la relation s'inverse. Plus de jeunes dépendants consommateurs de boissons énergisantes en consomment en moyenne moins que les non-dépendants. La consommation plus importante de boissons énergisantes ne serait donc pas directement corrélée avec la dépendance aux smartphones chez certains jeunes consommateurs.

- **Cannabis** : On observe une relation statistique positive avec la consommation ou l'essai de cannabis chez certains jeunes dépendants aux smartphones. Plus de jeunes dépendants auraient déjà essayé ou déjà consommé du cannabis. Ce résultat doit néanmoins être relativisé. En effet, on sait que plus le jeune est âgé, plus la probabilité qu'il ait déjà essayé ou consommé du cannabis est importante. Si plus de jeunes de 14 à 16 ans sont dépendants du smartphone, un plus grand nombre de ceux-ci peuvent aussi déjà avoir essayé du cannabis.

Quand on examine la fréquence de consommation du cannabis, on constate que les jeunes dépendants au smartphone ne sont pas des consommateurs réguliers. Toutes les dépendances ne convergent pas entre elles.

TG65. CONSOMMATION DE BOISSONS ALCOOLISÉES SELON LE DEGRÉ DE DÉPENDANCE



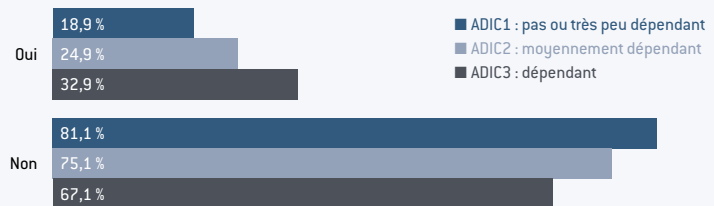
TG66. CONSOMMATION DE BOISSONS ÉNERGISANTES SELON LE DEGRÉ DE DÉPENDANCE



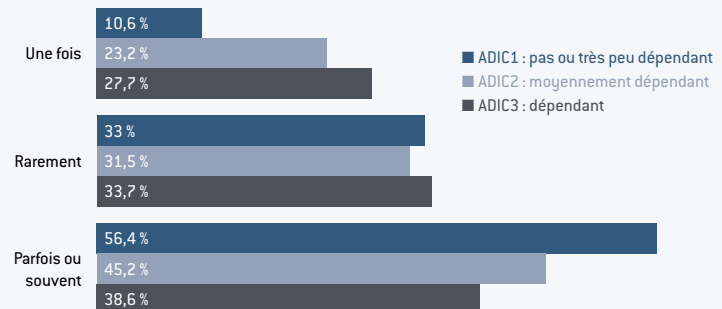
TG67. NOMBRE MOYEN HEBDOMADAIRE DE CANNETTES DE BOISSONS ÉNERGISANTES CONSOMMÉES SELON LE DEGRÉ DE DÉPENDANCE



TG68. CONSOMMATION OU ESSAI DE CANNABIS SELON LE DEGRÉ DE DÉPENDANCE

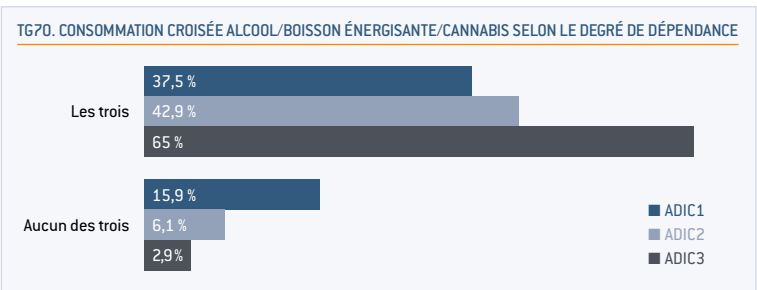


TG69. FRÉQUENCE DE CONSOMMATION DE CANNABIS SELON LE DEGRÉ DE DÉPENDANCE



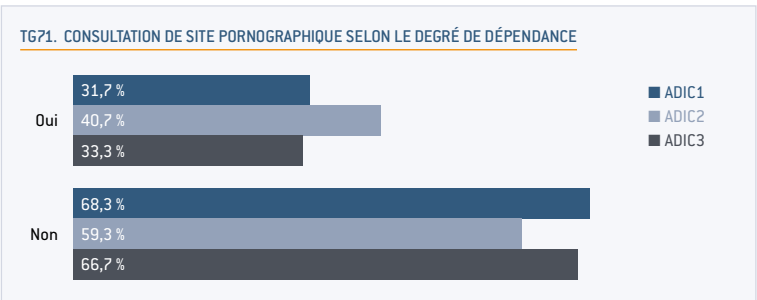
3.6.6.2 Consommations croisées

Quand on examine les consommations croisées (alcool + boissons énergisantes / alcool + boissons énergisantes + cannabis), on s'aperçoit que plus de jeunes dépendants aux smartphones ont réalisé un essai de consommation de ces produits. Ainsi, 65% des dépendants déclarent une consommation ou un essai des trois contre 37,5% des ADIC1. La dépendance s'accompagnerait aussi plus souvent chez plus de jeunes de la consommation ou de l'essai de consommation combinée de plusieurs produits. Le facteur âge du jeune contribue néanmoins à accentuer ce résultat.



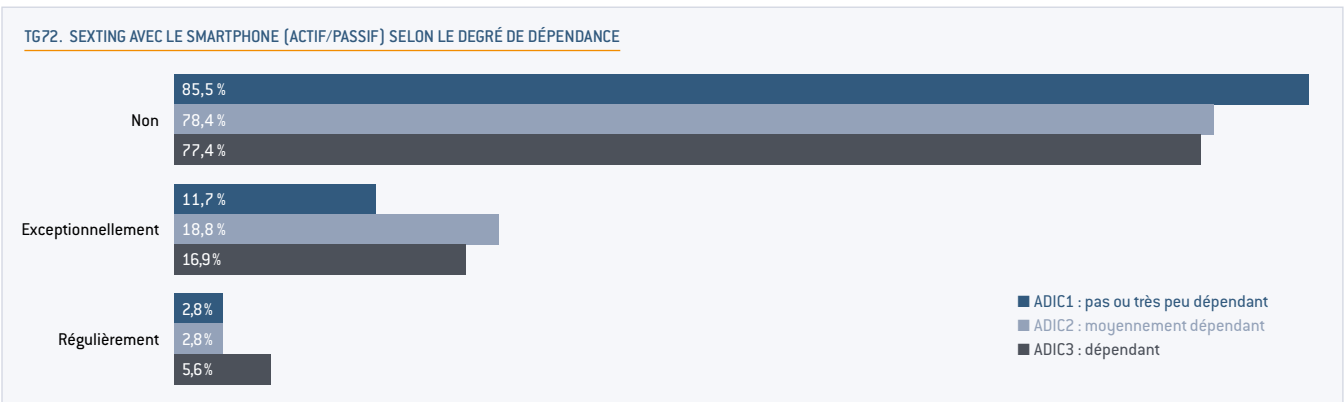
3.6.7 DÉPENDANCE ET CONSULTATION DE SITES PORNOGRAPHIQUES

Les dépendants ne seraient pas ceux qui auraient le plus souvent déjà consulté un site pornographique et ceci malgré le fait qu'il y a peu de différence concernant cette consultation quand on compare les 14-16 ans aux plus de 16 ans. On peut donc penser que la consultation de sites pornographiques et la dépendance aux smartphones ne seraient pas liées pour la plupart des jeunes dépendants. Ou encore les sites pornographiques ne seraient pas une des causes possibles de la dépendance pour la majorité des jeunes dépendants. Cela irait dans le sens de notre hypothèse qu'une dépendance ne se marque pas par l'usage tous azimuts du smartphone, mais bien qu'elle se concentre dans les réseaux sociaux.



3.6.8 DÉPENDANCE ET SEXTING

Il y a une très légère tendance au sexting (actif/passif) selon le degré de dépendance mais cela ne touche qu'un très petit nombre de jeunes, de l'ordre de 3,4% de l'ensemble des jeunes interviewés. Il est vrai que plus on utilise son smartphone, plus il est probable d'être sujet de cette pratique, du moins passivement.



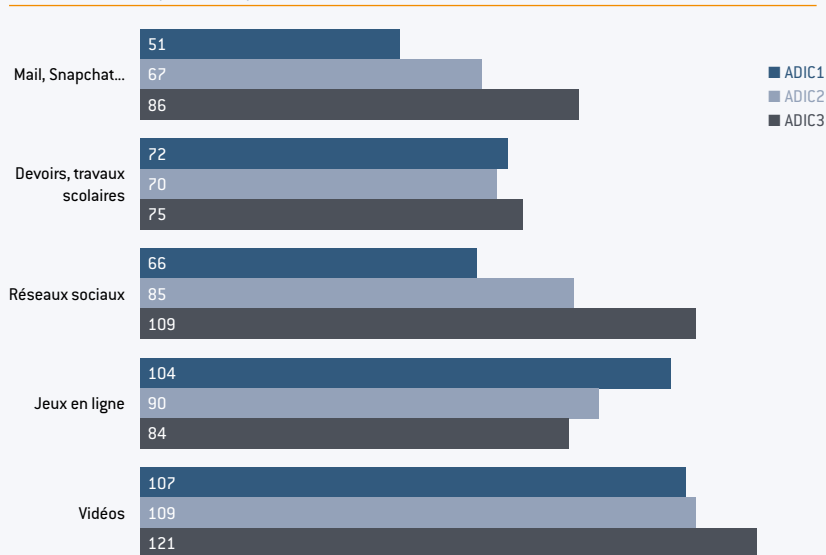
3.7 DÉPENDANCE AUX SMARTPHONES ET USAGE DES PC, TABLETTES ET CONSOLES DE JEUX

3.7.1 LES PC

On constate de sensibles différences dans l'usage des PC selon le niveau de dépendance aux smartphones. Plus on est dépendant au smartphone, plus on utilisera longtemps le PC pour des applications communicationnelles : envoyer des mails, Snapchat, Messenger,... et surtout les réseaux sociaux.

Ce résultat renforce notre hypothèse selon laquelle la dépendance aux smartphones n'est pas à proprement parler liée à l'artefact, mais bien à ce qu'il permet, en particulier sur le plan relationnel et communicationnel. Le besoin de reliance se manifeste aussi au travers de l'usage plus intensif du PC chez les jeunes plus dépendants. Le résultat concernant les jeux en ligne renforce d'autant plus cette interprétation : plus on est dépendant au smartphone, moins on jouera en ligne sur PC, préférant les applications de reliance.

TG73. TEMPS MOYEN (EN MINUTES) D'USAGE QUOTIDIEN DU PC SELON LES APPLICATIONS ET LE NIVEAU DE DÉPENDANCE

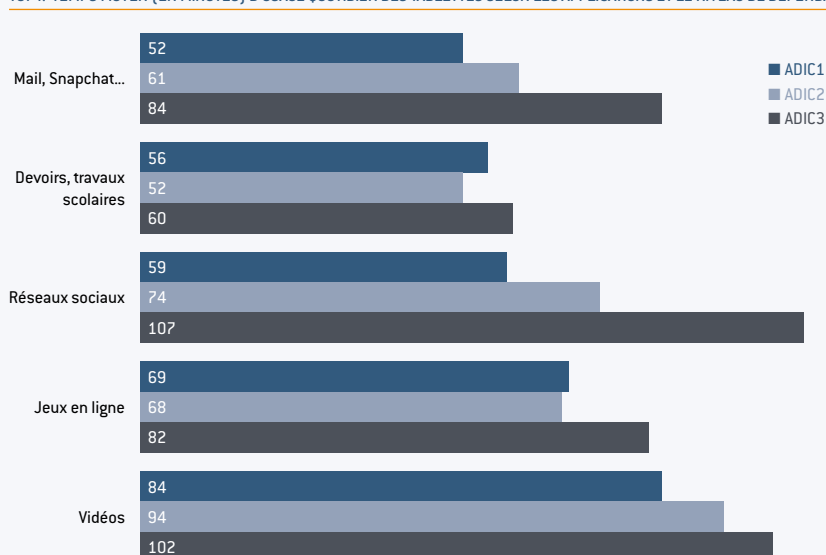


3.7.2 LES TABLETTES

Pour les tablettes, on observe également de sensibles différences dans leur usage selon le niveau de dépendance aux smartphones. Plus on est dépendant du smartphone, plus on utilisera longtemps la tablette pour des applications relationnelles : envoyer des mails, Snapchat, Messenger,... et surtout les réseaux sociaux et regarder des vidéos sur YouTube.

Tout comme pour le point précédent concernant les PC, ce résultat renforce notre hypothèse selon laquelle la dépendance au smartphone n'est pas à proprement parler liée à l'instrument, mais bien à ce qu'il permet, en particulier sur le plan relationnel et communicationnel. Le besoin de reliance se manifeste aussi au travers de l'usage plus intensif des tablettes à cette fin chez les jeunes dépendants.

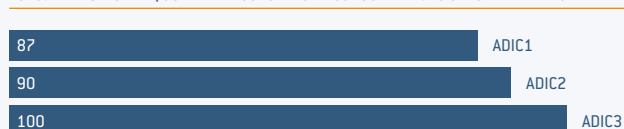
TG74. TEMPS MOYEN (EN MINUTES) D'USAGE QUOTIDIEN DES TABLETTES SELON LES APPLICATIONS ET LE NIVEAU DE DÉPENDANCE



3.7.3 LES CONSOLES DE JEUX

D'une manière générale, les dépendants aux smartphones disposeraient plus souvent d'une console de jeu ou de plus de consoles de jeux que les non-dépendants. Par contre, même si on observe une tendance à jouer plus longtemps chaque jour chez les dépendants, cet accroissement est non significatif sur le plan statistique. Ce qui renforce notre hypothèse de la dépendance relationnelle au travers des smartphones.

TG75. TEMPS MOYEN QUOTIDIEN D'USAGE D'UNE CONSOLE DE JEU SELON LE NIVEAU DE DÉPENDANCE





4

ET CEUX QUI N'ONT PAS DE SMARTPHONE ?

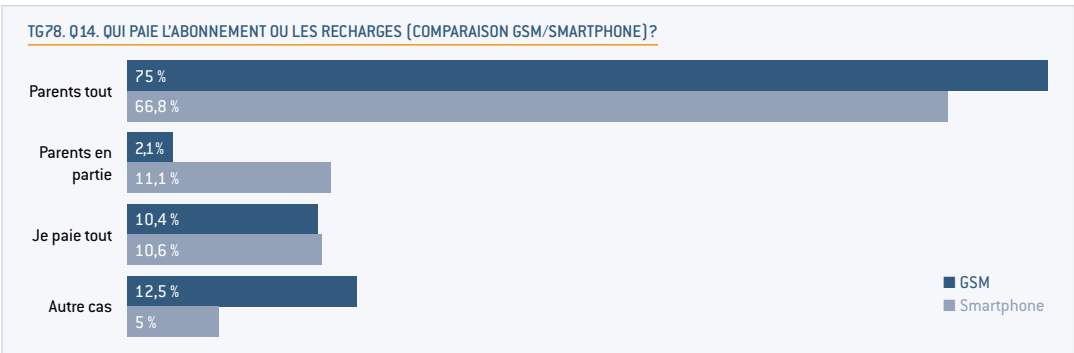
Dans notre échantillon, 70 jeunes sur 1.589 n'avaient pas de smartphone, soit 4,4% des jeunes de 12 à 18 ans. Parmi eux 58,6% possèdent un GSM, ce qui représente 2,6% de l'échantillon total. In fine, 1,5% des jeunes ne détiendraient ni GSM, ni smartphone.

Un questionnaire spécifique leur est destiné. Il n'est pas possible de réaliser des analyses fines et/ou statistiques comparatives en raison du petit sous-échantillon qu'ils représentent. Aussi, nous nous en tenons aux résultats principaux observés.



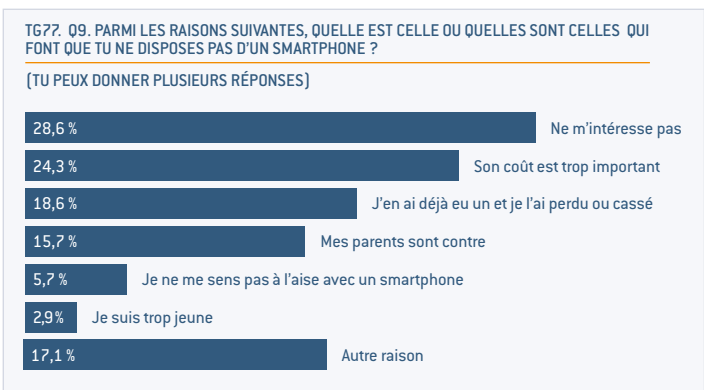
ACQUISITION DU GSM

Pour 41,7% des jeunes il s'agit d'un ancien GSM reçu alors qu'il a déjà été utilisé par les parents ou dans la famille. Ce résultat différencie significativement les détenteurs d'un smartphone par rapport à un GSM. On pourrait supposer que des facteurs socio-économiques sous-tendent ce résultat. En effet, dans le cas d'un smartphone, seuls 10,3% des jeunes déclarent qu'il s'agit d'un ancien smartphone récupéré. Il a été acquis par les parents (ou la famille) pour 37,5% d'entre eux.



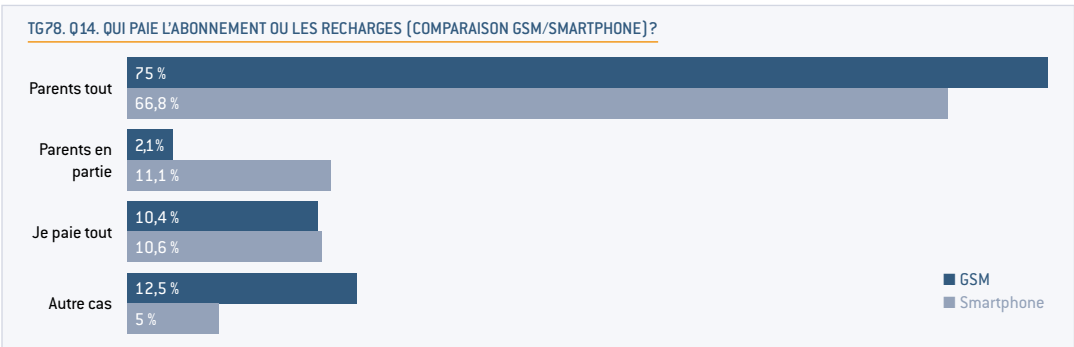
POURQUOI UN GSM ET PAS UN SMARTPHONE ?

En dehors de la raison liée au désintérêt (qui pourrait s'apparenter à une forme de désaffection se traduisant par : « je ne suis pas intéressé par ce que je ne peux pas avoir ») évoquée par 28,6% des jeunes détenteurs de GSM, ce sont les raisons financières (coût du smartphone) qui apparaissent comme la raison principale. Ce qui recoupe le résultat précédent selon lequel les GSM dont ils disposent sont le plus souvent « hérités » de membres de leur famille. Il est à remarquer que l'âge n'est pas une raison pour ne pas en avoir un (2,9%).



BUDGET MENSUEL GSM

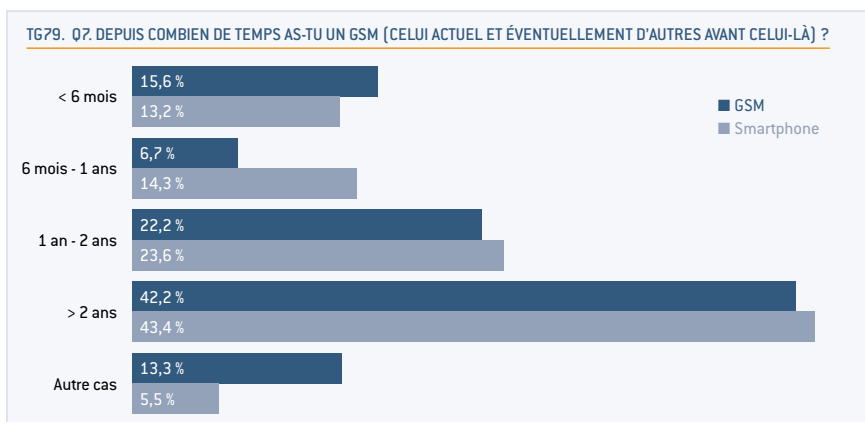
Le budget moyen mensuel consacré par les jeunes à leur téléphone est de 13,23 euros. Ceci situe bien en-deçà la dépense pour GSM par rapport à la dépense moyenne pour smartphone (20,33 euros). La raison socio-économique de non-détention d'un smartphone par ces jeunes semble donc se confirmer d'autant plus que le paiement de l'abonnement suit sensiblement la même répartition selon que le jeune dispose d'un GSM ou d'un smartphone.



DEPUIS QUAND UN GSM ?

Plus des 2/3 des jeunes concernés détiennent un GSM depuis plus d'un an et plus de 4 sur 10 depuis plus de deux ans.

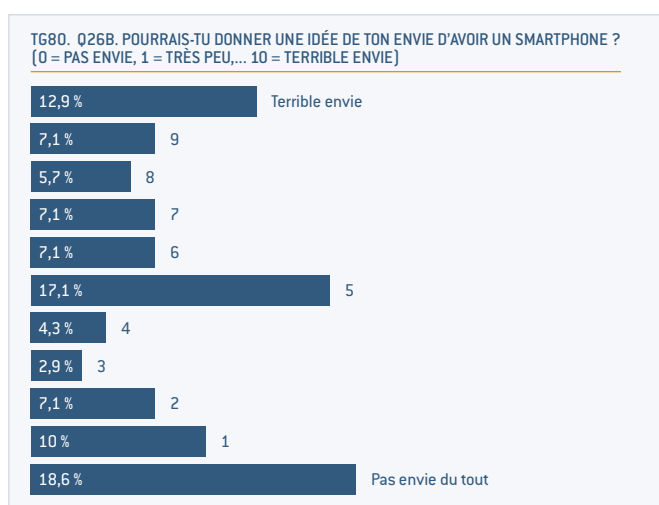
En comparant les résultats avec ceux des smartphones, on constate que les distributions sont voisines. Ce qui renforce l'hypothèse de facteurs socio-économiques expliquant la détention d'un GSM plutôt que d'un smartphone. En effet, on aurait pu supposer que le jeune commencerait par détenir un GSM puis passerait au smartphone. Ces résultats ne semblent pas aller dans ce sens.



LE PASSAGE DU GSM AU SMARTPHONE ?

Près de 4 jeunes sur 10 détenteurs de GSM manifestent une certaine envie d'avoir un smartphone (note 6 et supérieure sur une échelle de « désir » allant de 0 à 10). 1 sur 8 (12,9%) aurait une « terrible envie » d'en avoir un. À côté de cela, 1 jeune sur 2 pense acquérir bientôt un smartphone. Vraisemblablement, le fait que la grande majorité des autres autour d'eux ont un smartphone avec les possibilités qu'il offre - et que n'offrent pas les GSM - en particulier la reliance « nomade » au travers des réseaux sociaux doit expliquer et motiver cette envie.

Il apparaît également que la moitié des jeunes ne disposant pas d'un smartphone mais d'un GSM pensent en acquérir un bientôt, surtout ceux qui en ont particulièrement envie.





5

RÉFLEXIONS POUR L'AVENIR



L'étude SMART.USE 2016 montre que le smartphone est aujourd'hui un artefact détenu par pratiquement tous les jeunes (95,6%) de 12 à 18 ans en Belgique francophone. En corollaire, le budget moyen mensuel qui lui est consacré est de 20,33 € et c'est principalement pour des raisons financières que ceux qui ne possèdent pas de smartphone (4,4%) optent pour un GSM ou n'ont aucun appareil.

Le smartphone est utilisé en moyenne pendant 3h45' par jour de semaine, 4h20' le week-end, par chaque jeune, et à bien d'autres choses qu'à téléphoner ou envoyer des SMS. Les filles l'utilisent significativement plus que les garçons.

De nouvelles habitudes et de nouveaux comportements suscités par les smartphones émergent chez les jeunes, notamment des formes de communication qui se distinguent de celles adoptées en face à face, tant sur le plan de la forme que du contenu. Il ne s'agit pas de nouvelles pratiques dans la communication générées spontanément, mais bien concoctées à des fins diverses, essentiellement commerciales, par les constructeurs, les développeurs et leurs neuropsychologues, jouant sur les processus conduisant à renforcer l'utilisateur comme « acteur » permanent en place d'être un consommateur passif. Le smartphone n'est donc pas un instrument de communication passif parmi d'autres mais une prolongation instrumentée des capacités personnelles à agir sur les autres et l'environnement et à s'intégrer activement dans un système relationnel.

Le smartphone pourrait être aussi un régulateur ou modérateur de certains comportements excessifs. Comme ils nous l'ont déclaré, certains jeunes craignant d'être filmés ou photographiés dans des situations ou attitudes délicates, notamment lors de fêtes ou en groupe, puis de se retrouver définitivement indélébiles sur les réseaux sociaux, contrôlèrent ou mesurèrent plus souvent leurs comportements atypiques. D'autres, par contre, le rechercheront, mais ils sont moins nombreux.

Les potentialités du smartphone sont vite comprises, recherchées et assimilées par les jeunes de tous âges, de telle sorte que nous n'observons pas de différences significatives entre un jeune de 12 ans et un de 18 ans. Il n'y aurait donc pas ou peu de fonctions spécifiques liées à l'âge. Autrement dit, les applications les plus utilisées (YouTube - 96,4%, Facebook - 88%, Messenger - 82,9%...) tout comme les fonctions endogènes de base (téléphonie - 93,5%, SMS - 89,2%, appareil photo - 95,6%...) ne se différencient pas par leur usage selon les classes d'âge. L'âge n'est pas un critère qui segmente les applications et fonctions utilisées par les jeunes avec leur smartphone, comme c'est le cas pour certains produits culturels ou même certaines applications sur PC. Il y aurait donc une certaine uniformisation ou normalisation des comportements et habitudes dans l'emploi des smartphones chez les jeunes, indépendamment de l'âge et du sexe.

On s'aperçoit également de l'existence chez les jeunes d'une certaine légèreté ou d'une insouciance face aux **côtés obscurs des applications** qui structurent et enregistrent les traces de leurs activités et stockent les informations échangées ou consignées. L'atteinte à la vie privée n'est pas au centre des préoccupations des jeunes. Plus d'un tiers d'entre eux (33,9%) ignorent qu'ils peuvent être espionnés lors de l'usage de leur smartphone. 34,6% ne font pas de liens entre les publicités qui surgissent sur leur

écran et leurs activités antérieures avec le smartphone. 26,4% ne savent pas que des traces de leurs activités avec le smartphone sont collectées et stockées. Last but not least, près des deux tiers (64,1%) pensent que les entreprises de réseautage (comme Google, Facebook, YouTube...) doivent avoir leur autorisation pour utiliser leurs informations personnelles. Ces résultats traduisent donc soit un manque de préoccupation d'une part importante des jeunes pour ces questions, soit un manque d'information étayée et fiable, soit une certaine naïveté. Ce qui montre la nécessité de mener des actions d'information pour les jeunes (p.e. dans les établissements d'enseignement) sur les risques liés aux smartphones (atteinte à la vie privée, harcèlement publicitaire, usage de données personnelles à des fins commerciales ou autres, éventuellement risques pour la santé,...).

Une mention spéciale est réservée au travers de nos résultats à **l'usage des smartphones en milieu éducatif et scolaire**. On est en présence d'une hétérogénéité pédagogique selon les différentes écoles, voire une incohérence, difficilement explicable. Elle traduit un manque de concertation et de réflexion globale des milieux éducatifs sur la place que pourrait occuper le smartphone à l'école, et au-delà, un silence sur cette question de la part des pouvoirs organisateurs de l'enseignement francophone. 40,2% des jeunes déclarent que leur école interdit l'usage du smartphone dans l'enceinte de l'établissement, contre 35,2% pour lesquels il est autorisé partout sauf pendant les cours. Pour certains jeunes (49%), des professeurs l'autorisent pour certains travaux, alors qu'il est banni par d'autres. En cas d'un même usage non autorisé, 29,3% s'exposent à une remarque sans conséquences tandis que 48,6% se voient confisquer leur smartphone pendant un cours ou jusqu'à une semaine.

Ces résultats posent la question de la place qu'occupe ou devrait occuper le smartphone en milieu scolaire, par exemple par rapport aux autres moyens informatiques utilisés à l'école. L'école est-elle suffisamment équipée en PC pour satisfaire des besoins croissants de ce matériel pour l'enseignement ? Dans l'affirmative, l'école pourrait considérer que le smartphone est inutile. Mais si l'école est insuffisamment équipée en moyens informatiques, le smartphone pourrait prendre le relais. Une intégration judicieuse du smartphone dans le système scolaire permettrait des usages plus nombreux ou plus fréquents, comme ne pas devoir se rendre en salle informatique pour réaliser certains travaux ou certaines consultations. On réaliserait une économie substantielle de moyens pour l'école tout en multipliant les possibilités d'accès à des ressources numériques. En effet, notre enquête montre que plus de 95% des jeunes de 12 à 18 ans sont équipés de smartphones. Dans le secondaire et selon les provinces (hors Communauté germanophone), on atteindrait un taux de 8,5 à 16,6 ordinateurs par 100 élèves... Alors que le taux de smartphones est proche de 100%. Même si on ne peut pas faire avec un smartphone tout ce qu'on peut faire avec un PC (qui comporte un clavier alors que le smartphone n'en a pas), on peut néanmoins faire de nombreuses choses, dont des recherches thématiques.

D'une manière plus générale, la question de la place du smartphone en classe reste posée. Et les résultats montrent qu'actuellement, dans une majorité de cas, de nombreuses écoles semblent ne pas prendre en compte l'intérêt qu'il pourrait représenter ou ne pas avoir examiné comment l'intégrer harmonieusement et efficacement dans l'enseignement. Elles valoriseraient ainsi sur le plan pédagogique un des outils technologiques favori et privilégié

par les jeunes. Pour trop d'écoles, il reste encore aujourd'hui un artifice, un parasite, un objet de distraction ou de luxe.

Le smartphone est donc un **instrument polyvalent d'interaction** avec les autres et avec l'environnement. Il assure de plus en plus de fonctions différentes. Face à cet accroissement et cette généralisation de son usage dans toute la population, **la question est d'établir les comportements qui peuvent être considérés comme devenus normaux et habituels avec un smartphone par rapport à ceux déviant, caractérisant un usage abusif ou dépendant.**

81,8% des jeunes n'éteignent pas leur smartphone la nuit et le laissent à côté d'eux. Est-ce un indicateur de dépendance ou d'une pratique devenue courante ? On ne coupe généralement pas non plus la ligne téléphonique fixe pendant la nuit. Au travers des résultats de l'étude, nous avons établi une liste de 10 comportements courants dans l'usage des smartphones. On ne l'éteint pas où que l'on soit (87,1%), ou la nuit (81,8%), on l'utilise quand on mange seul (88,1%), au WC (82,7%), dans son lit (89,4%), parfois plus longtemps que prévu (88,9%), on l'utilise tout en regardant un programme intéressant à la TV (87,8%), etc. On pensera également, sans que cela ne soit repris dans le questionnaire mais bien relevé au travers des focus groups, aux usages internes au domicile : le smartphone interphone, les appels d'une pièce du domicile à l'autre, l'envoi d'une photo ou d'un message à celui qui se trouve en face de soi, la réponse à une question verbale ou l'expression par SMS d'un sentiment à l'autre, toujours en face de soi, qu'il ne veut pas entendre.

A côté de ces pratiques devenues courantes, on distingue des comportements qui peuvent être des indicateurs de dépendance, notamment en regard des considérations théoriques sur cette question.

Ces indicateurs renvoient principalement à des **impacts sur la santé mentale** de la personne se traduisant par des ressentis émotionnels pénibles, une souffrance, de l'angoisse, du stress en réaction à la présence d'obstacles, à l'existence d'une latence pour utiliser son smartphone, à l'impossibilité ou aux difficultés de son usage ou à la perspective de sa perte : irritable quand on ne peut pas l'utiliser, réticent à l'idée de s'en séparer, même fatigué on l'utilise, etc. A l'autre extrémité, on trouvera une satisfaction et un sentiment de bien-être lorsqu'il est utilisé qui renforce son utilisation : on se sent bien quand on l'utilise et donc on cherchera à l'utiliser pour continuer à se sentir bien.

La dépendance au smartphone est mesurée par une échelle de 10 items (SAS-SV). A partir de cette mesure, **21,1% des jeunes seraient dépendants, 45,5% dans un état intermédiaire et 33,4% non-dépendants.**

Parmi les dépendants, on trouve plus de filles (64,2%) que de garçons (35,8%). De même, il y a un pic dans la classe d'âge des 14-16 ans.

La dépendance se manifeste significativement dans l'analyse lorsqu'on prend en compte les applications utilisées : ce sont principalement celles des réseaux sociaux (Facebook, Messenger, Instagram,...) qui différencient les dépendants des autres, surtout par leur fréquence d'utilisation beaucoup plus élevée que pour la moyenne. Par contre, les applications « passives », non ou peu interactives, telles les jeux sur smartphone, traitement de texte, agenda, e-mails, géolocalisation, et même YouTube ne les différencient pas entre eux.

Sur un autre plan, en examinant les usages des PC et tablettes par les jeunes dépendants, on constate également qu'ils se différencient des non-dépendants par un emploi plus fréquent et plus intense de ces mêmes applications réseaux sociaux.

Ces deux résultats convergents nous amènent à faire le constat que **la dépendance aux smartphones ne porte pas sur l'artefact lui-même mais bien sur les applications utilisées, participant d'une reliance par les réseaux sociaux.** La dépendance serait contingente notamment de la satisfaction de besoins tels le renforcement du sentiment d'appartenance à un groupe, la reconnaissance de l'individu par les autres et leur estime (like !), l'affirmation de soi, la réduction de l'anxiété liée à l'isolement et aux incertitudes sur soi. Les réseaux sont un amplificateur de l'ego et donc de la satisfaction de soi. Mais aussi, la crainte de manquer quelque chose qui se passerait sur le réseau si on ne s'y accroche pas. C'est aussi lorsque le jeune est acteur et reconnu comme tel au travers des réseaux qu'il doit assumer ce rôle et abusera de son smartphone mais aussi, indifféremment, d'autres outils informatiques pour y arriver. Le réseau est dynamique, en constant bouillonnement, et s'en couper, c'est se laisser distancer, se mettre à l'écart. Ce bouillonnement passe par un renouvellement incessant d'événements, comme - à titre d'illustration - les challenges (seau d'eau glacée sur le crâne, taille A4,...) ou les autres défis. Nombreux vont y souscrire, se mesurer, le montrer tandis que les autres s'assureront qu'ils en ont bien été capables. Tout cela prend du temps, mobilise l'attention et s'interprète comme une dépendance. Ce qui se passe sur le réseau est plus accaparant et plus intéressant que ce qui se passe ailleurs, donc on s'y accroche. Et le smartphone, par son nomadisme, permet d'y rester accroché en permanence. En supprimant le réseau, on supprime la dépendance.

La qualité des relations dans le noyau familial contribuerait à la dépendance ou non. La dépendance ou le refuge pour certains dans un réseau-noyau où ils se trouveraient mieux à leur place et échangeraient plus facilement avec les autres qu'avec leurs proches.

37. Ou smartphone zombie :
personne qui utilise son
smartphone en marchant
dans la rue - et en traversant
- en mode zombie, les yeux
rivés sur l'écran

Ainsi plus de dépendants (38,7 %) se retrouvent chez plus de jeunes ayant des difficultés à communiquer avec leurs parents que de non-dépendants (18,4 %). De même, un peu plus d'entre eux vivent dans une famille monoparentale ou recomposée.

Sur le plan de la santé physique, le smartphone pourrait devenir un facteur de risques (y compris smombies³⁷), actuellement léger chez les jeunes mais susceptible d'entraîner des conséquences à plus long terme. Les dépendants se plaignent un peu plus que les non-dépendants de maux de tête, aux yeux, douleurs aux poignets, au cou et aux épaules. Mais a contrario, la dépendance ne favorise pas l'inactivité sportive puisqu'aucune différence entre dépendants et non-dépendants n'apparaît. Faire du sport, c'est aussi s'accomplir devant et avec les autres, dans un réseau. Les dépendants ne sacrifient donc pas le sport pour leur smartphone. En outre, la dépendance au smartphone ne favoriserait pas - ou ne serait pas favorisée par - le surpoids ou l'obésité chez les jeunes.

La dépendance aux smartphones ne se marque pas significativement par une dépendance à la **consommation de certains produits ou substances**. La consommation de boissons alcoolisées n'est pas plus importante chez les jeunes dépendants aux smartphones, de même que la consommation de boissons énergisantes et de cannabis (qui serait plus consommé par les non-dépendants aux smartphones). Ceci renforce l'hypothèse selon laquelle la dépendance aux smartphones relève de la satisfaction de besoins sociaux, dont des besoins relationnels, alors que des substances telles que l'alcool, la caféine, le cannabis sont psychoactives, engendrent une dépendance physique (un besoin quasi biologique de l'organisme), agissent sur les circuits de récompense du cerveau (action au niveau de la dopamine et du glutamate) et surtout modifient l'état de conscience du sujet et son fonctionnement psychique. Elles agissent sur la perception, les sensations, la douleur, l'humeur, etc. Il n'est alors pas anormal d'observer ici que les dépendants aux smartphones ne seraient

pas plus consommateurs de substances psychoactives car elles ne visent pas les mêmes circuits internes et, au-delà, les besoins à satisfaire.

La dépendance conduit à des **usages plus intenses du smartphone** : on le consulte plus vite après s'être levé - 81,9% des dépendants s'en servent dans les premières 15 minutes contre 44,3% des non-dépendants. Il est à noter ici, au vu de ce résultat, que ce critère n'est pas exclusif de la non-dépendance puisque plus de 4 sur 10 emploient leur smartphone dans les 15 premières minutes. Mais - et ce résultat va dans le sens de notre hypothèse - dans les 15 premières minutes, les dépendants ne se différencient pas des non-dépendants selon les applications utilisées. Les non-dépendants privilégieraient même plus que les dépendants des applications non-relationnelles telles, musicales, YouTube ou recherche sur internet. Pour satisfaire des besoins relationnels et donc utiliser significativement plus des applications communicationnelles, il faut le plus souvent la présence active des autres dans le réseau. Le moment du lever n'est donc pas le plus propice. Quand on est dépendant, on emploie plus souvent et plus longtemps son smartphone pendant la journée : de 2,88 h/jour pour les non-dépendants à 4,92 h/jour pour les dépendants.

La dépendance aux smartphones se marque par des **effets scolaires**. Moins d'entre eux aiment aller à l'école (18,1% contre 31,5% des non-dépendants). Ils estiment aussi moins bien leurs performances scolaires (65,4% contre 39,6% des non-dépendants). Et même, ils pensent que le smartphone pourrait jouer un rôle sur leurs résultats moyens ou médiocres. Certains dépendants sèchent aussi plus souvent des cours et se font plus souvent confisquer leur smartphone par l'école. Ce qui repose la question du rôle du smartphone à l'école : en l'intégrant dans l'enseignement, pourrait-il améliorer les performances et l'implication de certains jeunes pour qui le smartphone, et son usage abusif, ne sert que des besoins intenses pour eux, mais que l'école méconnaît le plus souvent ?



6

BIBLIOGRAPHIE

Andreassen C.S., Torsheim T., Brunborg G.S, Pallesen S. (2012) - *Développement of a facebook addiction scale*. Psychological Reports 110 (2) 501-517.

Archer D. (2013). *Smartphone addiction*. *Psychology Today*. [www.psychologytoday.com/blog/reading-between-the-headlines/201307/smartphone-addiction]

AWT (2015) ex. Agence Wallonne des Télécommunications. Actuellement : Agence du Numérique (AdN). *Baromètre (Enquête) TIC 2014 de la Wallonie*. [http://www.awt.be/web/dem/index.aspx?page=dem,fr,b14,cit,010]

AWT (2014) ex. Agence Wallonne des Télécommunications. Actuellement : Agence du Numérique (AdN). *Baromètre (Enquête) TIC 2014 de la Wallonie*. Pdf. 28p.

AWT (2013) ex. Agence Wallonne des Télécommunications. Actuellement : Agence du Numérique (AdN). *Équipement et usage des TIC 2013 des écoles de Wallonie*. Pdf. 64p.

Bolle de Bal M. (1996) - *Voyage au cœur des sciences humaines : De la Reliance*. Tome 1 & 2. L'Harmattan, Paris. 332p. 340p.

Bolle de Bal M. (2003) - *Reliance, déliance, liance : émergence de trois notions sociologiques*. Sociétés. 2, 80, pp.99-131.

Diday E. - *La méthode des nuées dynamiques et la reconnaissance des formes*. Fascicule DIA - INRIA, Rocquencourt.

Diday E. (1971) - *Une nouvelle méthode en classification automatique et reconnaissance des formes : la méthode des nuées dynamiques*. Revue de statistique appliquée, 19, 2, pp.19-33.

DSM-IV-TR (2003) - *Manuel diagnostique et statistique des troubles mentaux*. Paris : Masson Ed. (Traduction française par J.D. Guelfi et al.) 1120p.

Favresse D., de Smet P. (2008) - *Tabac, alcool, drogues et multimédias chez les jeunes en communauté française de Belgique*. Résultats de l'enquête HBSC 2006. Bruxelles : SIPES. Ronéo (Rapport) 68p.

Feierabend S., Karg U., Rathgeb T. (2014). JIM 2014 - Jugend, Information, (Multi-) Media. Stuttgart : Medienpädagogischer Forschungsverbund Südwest.

Fourati E. (2014) - *Regards croisés sur les usages problématiques du Smartphone dans la société française*. Mémoire de Master 2 Recherche - Art and art history. [http://dumas.ccsd.cnrs.fr/dumas-00942682]

IPSOS - *Junior Connect* (2016). [http://www.ipsos.fr/communiquer/2016-04-21-generation-z-nouveaux-partenaires-consommation]

Karila L., Benhaïem A. (2013) - *Accroc. Nouvelles addictions : sexe, internet, shopping, réseaux sociaux,...* Paris : Flammarion.

Kana (2014). Kana Software Inc. - *New UK "Impatience Index" Confirms Generational Shift as Digital Consumers Expect Responses in 10 Minutes, Not 10 Days*. (Rachel Roe, Twelve Thirty Eight PR, 07769 690287, rachel.roe@1238kmh.com).

Kim D., Lee Y., Lee J., Nam J.K., Chung Y. (2014) - *Development of Korean Smartphone Addiction - Proneness Scale for Youth* In Plos One, 9 (5), e97920, 1-8. [http://journals.plos.org/plosone/article?id=10.1371/journal.pone.0097920]

Kuss DJ, Griffiths MD (2011) - *Online social networking and addiction - a review of the psychological literature*. International journal of environmental research and public health 8(9):3528-3552.

Kwon M., Kim D.J., Cho H., Yang S. (2013) - *The Smartphone Addiction Scale: Development and Validation of a Short Version for Adolescents*, In Plos One, 8 (12), e83558, 1-7. [<http://journals.plos.org/plosone/article?id=10.1371/journal.pone.0083558>]

Lin Y.H., Chang L.R., Lee Y.H., Tseng H.W., Kuo T.B., Chen S.H. (2014) - *Development and Validation of the Smartphone Addiction Inventory (SPAI)*, In Plos One, 9 (6), e98312, 1-5. [<http://journals.plos.org/plosone/article?id=10.1371/journal.pone.0098312>]

Louacheni C., Plancke L., Israel M. (2007) - *Les loisirs devant écran des jeunes. Usages et mésusages d'internet, des consoles vidéo et de la télévision*, in Psychotropes, 13(3-4):153-175.

Lopez-Fernandez O., Honrubia-Serrano L., Freixa-Blanxart M., Gibson W. (2013) - *Prévalence of Problematic Mobile Phone Use in British Adolescent*. Cyberpsychology, Behavior and Social Networking, X,X. 1-8.

Maslow A.H. (1943) - *A Theory of Human Motivation*, in Psychological Review, 50, 4 : 370-396.

Merlo L.J., Stone A.M., Bibbey A. (2013) - *Measuring Problematic Mobile Phone Use: Development and Preliminary Psychometric Properties of the PUMP Scale*, In Journal of Addiction, Hindawi Publishing Corporation. Article ID 912807, 7p [<http://dx.doi.org/10.1155/2013/912807>]

Murali V., George S. (2007), *Lost online : an overview of internet addiction*, in Advances in Psychiatric Treatment, 13:24-30.

Nemery A. (2012), *Élaboration, validation et application de la grille de critères de persuasion interactive*. Thèse en ergonomie. Psychology. Université de Metz. [<https://tel.archives-ouvertes.fr/tel-00735714>]

OFDT(2015) - *Observatoire Français des Drogues et Toxicomanie*. In [Page du site de l'OFDT] . *Les produits et les addictions de A à Z*. [<http://www.ofdt.fr/produits-et-addictions/de-z/>] [réf. du 30/09/2015].

PELLEAS (2014) - Obradowic, I., Spilka S., Bonnaire C. - *Écrans et jeux vidéo à l'adolescence. Premiers résultats de l'enquête PELLEAS* - In Tendances 97. OFDT.

Park C., Park Y.R. (2014) - *The Conceptual Model on Smart Phone Addiction among Early Childhood*, In International Journal of Social Science and Humanity, 4(2) 147-150.

Passeron J., *La dépendance aux téléphones portables ou smartphones à usage professionnel est-elle un risque pour la santé et la sécurité au travail ?* Thèse pour le diplôme d'État de Docteur en Médecine. Human health and pathology. 2014. [<http://dumas.ccsd.cnrs.fr/dumas-01119075>]

Pelc I (2003). *Éléments d'ensemble des comportements d'assuétude* [ppt]. In : Colloque Les Dépendances. ULB. Libre Examen - 28 novembre 2003.

Pelc I. - Éd - (1983). *Les Assuétudes. Abus et États de Dépendance Alcool, Tabac, Médicaments, Drogues*. Bruxelles : Éditions de l'ULB.

Tisseron S. (2014) - *Pour en finir avec l'addiction aux jeux vidéos*, in [Page du blog de Serge Tisseron : <http://www.sergetisseron.com/blog/pour-en-finir-avec-l-addiction-aux>] [réf. du 30/09/2015].

Vallejo J.L. (2011) - *Approche psychosociale des addictions* - ILFC - Limoges. Ronéo - 37p. [http://www.ilfc.fr/fichiers/addictions/stage_addictions.pdf]

Willemse, I., Waller, G., Genner, S., Suter L., Oppliger S., Huber, A.-L. & Süss, D. (2014). *JAMES - Jeunes, activités, médias - enquête Suisse*. Rapport sur les résultats de l'étude JAMES 2014. Zurich: Haute école des sciences appliquées de Zurich (ZHAW). 66p.

7

Remerciements

Equipe ULB :

Direction scientifique de l'étude et rédaction du rapport :

Professeur René Patesson

Docteur en Psychologie

Institut de Sociologie - Université Libre de Bruxelles

Collaborateurs scientifiques :

Julie Harris - Licenciée en communication

Nathalie Hodzic - Licenciée en psychologie

Equipe ReForm :

Coordination du projet :

Bernard Ligot - Président

Olivier Crine - Coordinateur général

Animations et contact avec les écoles :

ReForm Bruxelles :

Anne-Claire Dave - **Maureen Wuyts** - **Frédéric Flament**

ReForm Brabant-Wallon :

Sabrina Godissart - **Caroline Forys**

ReForm Namur :

Caroline Batté - **Sonia Debauche** - **Anne-Sophie Mirgaux**

ReForm Hainaut :

Geneviève Limbourg - **Melinda Piecq** - **Sabrina Caudron**

ReForm Liège :

Caroline Demey - **Stéphanie Liégeois** - **Géraldine Hubert**

Supports administratif et comptable :

Séverine Fontaine - **Jean-François Godefroid**

Graphisme et mise en page :

Vanessa Bawin

Nous remercions pour leur participation au Focus Group et carnet de bord :

Adèle, Alexandre, Andrew, Anis, Bela, Benjamin, Camille, Charlotte, Clarisse, Cloé, Cyril, David, Elise, Elliot, Emilie, Flavie, Jérémy, Lisa, Louise, Lucas, Malo, Maryn, Mathieu, Maxime, Naïs, Nathacha, Nathan, Nicolas, Océane, Olivia, Romain, Samuel, Thémis, Thibault, Thomas, Tristan, Victor, William & Zhabia.

Nous remercions pour leur participation les établissements scolaires suivants :

- Athénée Joseph Bracops à Anderlecht
- Athénée Royal Alfred Verwée à Schaerbeek
- Athénée Royal d'Aywaille
- Athénée Royal Lucie Dejardin à Seraing
- Athénée Royal René Magritte à Châtelet
- Athénée Royal Thil Lorrain à Verviers
- CEFA (Centre d'Education et de Formation en Alternance) à Ixelles
- Centre scolaire du Sacré-Cœur de Lindthout à Woluwé-Saint-Lambert
- Collège de Godinne - Burnot
- Collège Notre-Dame de Basse-Wavre
- Collège Notre-Dame de la Lys à Comines
- Collège Roi Baudouin à Schaerbeek
- Collège Saint-Stanislas à Mons
- Collège Sainte-Croix et Notre-Dame à Hannut
- Collège Sainte-Gertrude à Nivelles
- Collège Technique Saint-Henri à Mouscron
- Communauté scolaire libre Georges Cousot à Dinant
- Communauté scolaire Saint-Benoît à Habay-La-Nuve
- Ecole Hôtelière Provinciale à Namur
- Ecole Provinciale d'Agronomie et des Sciences à Ciney
- Institut des Dames de Marie à Woluwé-Saint-Lambert
- Institut Notre-Dame à Philippeville
- Institut Provincial d'Enseignement Secondaire à Andenne
- Institut Provincial d'Enseignement Secondaire à Tubize
- Institut Provincial d'enseignement Secondaire Paramédical « La Samaritaine » à Charleroi
- Institut Saint-Ferdinand à Jemappes
- Institut Saint-Luc de Ramegnies-Chin à Tournai
- Institut Technique Félicien Rops à Namur
- Institut Technique de la Communauté française d'Herbuchenne à Dinant
- Institut du Sacré-Cœur à Nivelles
- Institut Saint-Joseph à Carlsbourg
- Institut Saint-Joseph à Etterbeek
- Institut Saint-Laurent à Liège
- Institut Saint-Louis à Namur
- Institut Saint-Michel de Neufchâteau
- Lycée Provincial Enseignement Technique à Saint-Ghislain

Nous remercions nos partenaires pour leur soutien :



