

**La cyberaddiction chez les adolescents(le réseau social Facebook comme modèle)
Teenager's Addiction to the social networking site Facebook as a model**

* Zahi Amira

Djenadi Lamia

Laboratoire de psychopathologie violence corporelle et trauma psychique

Université Constantine-2 Algérie

amira.zahi@univ-constantine2.dz

lamia.djenadi@univ-constantine2.dz

Date de réception 15 /10/2022

Date d'acceptation 16 /04/2023

Résumé :

La cyberaddiction est un phénomène mondial qui s'est propagé d'une manière considérable précisément chez les adolescents, et cela nécessite une étude approfondie parce qu'il a eu un impact direct sur les relations sociales et familiales. Dans notre étude théorique en psychologie clinique on a pris le réseau facebook comme modèle, et on a abordé le problème de l'usage excessif de l'internet par les adolescents qui engendre l'addiction en proposant quelques techniques pour réduire ce problème

Mots clés :

Addition ; Facebook ; Adolescents ; Système familial.

Abstract:

Internet addiction is a global phenomenon that has spread considerably precisely among adolescents, and this requires in-depth study because it has had a direct impact on social and family relationships, In our theoretical study in clinical psychology we took the Facebook network as a model, and we addressed the problem of excessive use of the Internet by adolescents that generates addiction by proposing some techniques to reduce this problem

Keywords :

Facebook addiction; Teenagers; Family system.

*Correspondent author

1. Introduction- Problématique:

Malgré les avantages de l'internet on trouve par conséquent des inconvénients néfastes qui restent liés à l'usage excessif de celui-ci pendant de longues années arrivant même à la dépendance.

C'est ce qu'est connue sous le terme d'Internet Addiction ,au début ce terme était rejeté par le monde médical. Et depuis 1996 plusieurs terminologies ont été adoptées pour définir l'état de dépendance à l'internet.

Mais ce sujet reste encore non dévoilé du fait qu'il n'avait pas assez de recherches selon M. Duran (2003) il est actuellement l'objet de controverses

Selon Ivan Goldberg l'addiction à l'internet peut déterminer la négation ou l'évitement d'autres problèmes de la vie courante. Il considère que la conduite addictive traduit une immaturité socio-affective qui entrave la construction d'une identité psychosociale véritable solide.

L'addiction à l'internet a comme conséquences plusieurs problèmes liés à l'utilisation abusive des outils informatiques qui sont destructifs (Shapira, 2000)

Le terme addiction vient du latin "Ad diere" ce qui signifie "dire à " le fait d'être posséder par quelqu'un d'autre , c'est la dépendance physique, mais en psychologie ce terme a évolué pour devenir une idée qui définit le fait qu'une personne est en dépendance à une substance devenue son esclave. (Kadouri,2015)

Le terme dépendance à Internet a été utilisé pour la première fois par la Dre Kimberly Young kimberly young, en 1996 lors de la 104 Conférence des psychologues américains APA au Canada.

Young a présenté sa première étude et a proposé une échelle de 8 questions basée sur la croissance des troubles du jeu, montrant que plus de 90% des clients classés comme toxicomanes par son échelle (répondre par oui au moins à 5 questions) souffraient de problèmes personnels, familiaux et sociaux résultant de l'utilisation d'Internet.(Kadouri,2015,p273)

Cependant pour bien comprendre ce phénomène nous allons essayer de répondre aux questions suivantes : L'utilisation de face book est-elle un symptôme ou un trouble ? Cette utilisation si elle est excessive est-elle une dépendances ? Et enfin quel est l'impacte de cette utilisation excessive sur l'adolescent ?

2. L'addiction à l' Internet un symptôme ou un trouble?

Il convient de mentionner le concept de dépendance sur Internet avant de répondre aux questions ci-dessus , Selon Kimberly Young il s'agit d'un trouble compulsif qui n'implique pas d'abus d'alcool, similaire aux maladies du jeu et dit que la dépendance à Internet se caractérise par le fait de rester sur Internet pendant 38 h par semaine pour le plaisir, et en grande partie dans le salon de discussion, et a conclu que la dépendance à Internet peut briser les relations familiales, les amitiés et la vie professionnelle (Young, 1998) .

Bien que APA ait reconnu le statut de la dépendance en ligne parmi d'autres éléments additifs, elle l'a définie comme suit : « Un trouble qui montre un besoin psychologique forcé à la suite de ne pas être satisfait de l'utilisation d'Internet et celui qui a ce trouble souffre de nombreux symptômes », dont les plus importants sont :

- non satisfait de l'utilisation d'Internet

- signes d'anxiété et d'écriture

-recours au sommeil profond après une navigation stressante (Hamouda,2015,p216-221)

En 1973, l'OMS l'a identifié comme « une condition psychologique et parfois organique, résultant de l'interaction de l'organisme avec la drogue ou la substance, et ses caractéristiques comprennent différentes réponses et modèles de comportement, y compris toujours le désir urgent d'utiliser ou de pratiquer de manière continue ou périodique, de ressentir ses effets psychologiques ou d'éviter les effets perturbateurs de son manque de disponibilité, et la personne était dépendante de plus d'une substance

Good Man, l'un des chercheurs sur le comportement de la dépendance sur Internet, le voit comme un processus qui permet le plaisir et cache l'influence interne en un, malgré les efforts de la personne pour réduire cette influence en raison de l'incapacité à contrôler cela, et utilise le terme dépendance sur Internet lorsque la première préoccupation de l'individu devient la communication et la navigation sur Internet (Hamouda,2015,p216-221)

Alors que la dépendance à l'internet selon (Shugleton Chorlton ,2002)est un cas d'utilisation pathologique et non consensuelle d'Internet conduit à des troubles cliniques déduits par la présence de certaines manifestations telles que l'endurance et certains symptômes de sevrage (Abarime,2015,p206)

Selon les définitions précédentes, la dépendance à Internet peut être définie de manière procédurale comme l'utilisation d'Internet pendant de nombreuses heures par jour, le toxicomane étant incapable de le réduire ou d'arrêter de l'utiliser en raison de son sentiment de confort et de plaisir, résultant d'un désir urgent d'utiliser Internet. (Bredel, 2012,p69)

À travers les définitions précédentes, nous concluons qu'il existe un ensemble d'éléments communs dans la définition du concept de dépendance à Internet :

1- Restez sur Internet longtemps tous les jours,c'est-à-dire abusez-en

2- Incapacité à contrôler le temps d'utilisation d'Internet

3- Se sentir à l'aise et satisfait d'utiliser Internet

4- La présence de symptômes spéciaux et spéciaux

5- La dépendance à Internet est un trouble classé parmi d'autres types de dépendances. (Bredel, 2012,p69-70)

Fenichel croit que la meilleure façon clinique d'explorer l'utilisation compulsive d'Internet est de comparer ses symptômes avec les essais d'autres types de dépendances, telles que l'alcoolisme, les drogues ou les troubles pathologiques du jeu, car des critères diagnostiques doivent être établis qui nous permettent de comprendre et de diagnostiquer la dépendance à Internet, sachant que Young est la première à utiliser les normes de jeux pathologiques et à les adapter à la dépendance à Internet

Shapira *et al.* préfèrent le terme « d'usage problématique d'Internet » mais proposent des critères diagnostiques plus généraux, qu'ils suggèrent d'inclure dans la prochaine version du DSM :

A. Préoccupation mal adaptée face à l'usage de l'Internet comme indiquée par au moins un des symptômes suivants :

1. Préoccupations face à l'usage d'Internet qui sont vécues comme irrésistibles.

2. Usage excessif d'Internet pour des périodes de temps plus longues que prévu (Bredel, 2012,p69-70)

B. L'usage de l'Internet ou des préoccupations face à son usage, causant soit une détresse psychologique cliniquement significative, soit des problèmes dans les sphères sociales, éducationnelles, ou dans d'autres sphères de fonctionnement.

C. L'usage excessif d'Internet ne survient pas exclusivement dans des périodes d'hypomanie ou de manie et n'est pas mieux expliqué par d'autres troubles de l'Axe I du DSM-IV.

Le but de ces tests est de combiner le trouble pharmacologique avec les troubles du comportement, en se concentrant sur deux points importants :

- En termes de comportement visant à produire du plaisir et à soulager l'inconfort interne
- D'autre part, le sentiment d'impuissance et de perte de contrôle est lié à ce comportement. (Bredel, 2012,p69-70)

Les scientifiques se différaient dans l'utilisation du concept de dépendance à Internet, où certains objectaient qu'une personne était considérée comme dépendante si elle utilisait l'Internet de manière excessive, mais est un avantage de la vie moderne est indispensable, et considéraient qu'Internet est un environnement, et ne peut pas être accro à un environnement, mais des études et des recherches récentes, menées par des centres spécialisés, ont confirmé que la dépendance à Internet est devenue une réalité et une fièvre de la maladie, les psychiatres ont travaillé pour la rechercher et Les craintes d'une utilisation excessive et excessive du réseau, et les étiquettes en sont venues à être appelées utilisation excessive telles que dépendance à Internet, utilisation pathologique d'Internet, ou utilisation compulsive d'Internet, et selon une enquête menée en 2005 par l'Université de Stanford qui a identifié le taux de temps passé à utiliser Internet en général 3 heures et demie par jour (Pieree.V.2006.p2) précédemment déclaré (Hamouda,2015,p216-221)

- En termes de comportement visant à produire du plaisir et à soulager l'inconfort interne
- D'autre part, le sentiment d'impuissance et de perte de contrôle est lié à ce comportement (Bredel, 2012,p69-70)

Alors que certains experts ne voient pas l'utilisation d'Internet comme une maladie, ils voient l'utilisation d'Internet comme un moyen de communication et évitent les problèmes psychologiques tels que les phobies sociales ... Etc...

La dépendance à Internet doit être interprétée comme un symptôme plutôt que comme un problème réel, tout signe d'un ou plusieurs problèmes sous-jacents ou difficultés et troubles vécus par une personne.

Cependant, la majorité des scientifiques ont unanimement considéré la dépendance à Internet comme un trouble caractérisé par un ensemble de symptômes cliniques, basés sur les essais de diagnostic DSM des troubles de la dépendance à l'alcool et aux drogues, et actuellement le terme le plus utilisé est l'utilisation formée par Internet : Problématique Internet use

En comparant la dépendance aux drogues et à l'alcool à celle d'Internet, on a constaté que la consommation de drogues est par des personnes en quête d'identité et permet à certaines personnes de créer un style ou une personnalité fictive sans identité réelle, ce qui facilite l'expression de l'identité, comme ce toxicomane, l'alcool devient anxieux et malade parce qu'il n'a pas accès au produit. (Bredel, 2012,p69-70)

En plus d'une mauvaise humeur et de l'apparition de certains symptômes physiologiques tels que fièvre, irritabilité, tremblements... Etc., qui exprime une crise de carence, qui est la même

situation que la personne dépendante à l'internet lorsqu'il n'est pas connecté à Internet, en plus des symptômes caractéristiques du trouble de dépendance à Internet, a une gamme d'effets et de dommages d'un point de vue social, sanitaire, académique et scolaire ... Etc

3. Le Facebook entre l'utilisation excessive à l'addiction :

La majorité des études et des recherches sur le sujet de la dépendance à Internet, notamment le site de réseau social Facebook et ses inconvénients sur la vie de l'adolescent, sachant que la dépendance au réseau social Facebook classé dans la quatrième place après l'addiction aux jeux informatiques et l'addiction à pornographie qui permet sa fuite de la réalité, et pour lui permettre de faire une sorte d'association émotionnelle avec des inconnus (amis), ainsi que pour la recherche d'un moyen pour réaliser ses besoins psychologiques et émotionnels qui ne peut pas être réalisée dans la réalité, par conséquent cela permet à l'adolescent utilisant Facebook de cacher sa véritable identité et peut donc exprimer librement ses désirs, ses sentiments et ses refoulés et chercher l'attention et l'amour dans la vie virtuelle sur Facebook. (سعودي، 2014، ص43)

Les chercheurs ont divergé en considérant que l'utilisation excessive de Facebook conduit à la dépendance, de sorte que la dépendance est associée à une augmentation du temps et de la préoccupation avec Facebook et à la perte de contrôle sur l'utilisation et la nécessité d'augmenter l'utilisation. Et c'est là que la gravité du phénomène de l'utilisation excessive de Facebook est évidente.

Les réseaux sociaux notamment Facebook sont devenus un phénomène répandu, ce qui rend les adolescents les plus concernés, en raison des nombreux services intéressants qu'il fournit.

Par la suite, nous pouvons dire que l'adolescent est accro à Facebook s'il l'utilise continuellement tous les jours pendant de nombreuses heures avec la difficulté d'arrêter la consommation avec des symptômes similaires à ceux ressentis par le toxicomane (Saoudi,2014,P44)

Les scientifiques ont divergé en considérant la dépendance à internet comme un trouble psychologique en soi avec ses propres critères, dont le premier est la dépendance au contenu Internet comme toute forme de dépendance, cette différence a entraîné l'émergence de différents modèles dans l'interprétation de la dépendance, y compris le modèle systémique familial.

3.1.Le modèle systémique-familial :

Il s'agit d'un modèle ancien où l'addiction s'agit d'un système complexe d'interaction entre les différents membres de la famille. Stanton été le premier à le décrire pour l'usage de l'héroïne, le début de l'usage commencerait essentiellement à l'adolescence et serait associé à une peur de la séparation des parents, la famille se trouve bloquée à un stade particulier de développement et n'est plus capable de dépasser le processus de séparation-individuation.

L'adolescent se différencie par ce comportement comme tentative d'individuation, mais reste porté par la famille,cette problématique est retrouvée dans l'addiction à Internet, certaines familles ne permettent pas à l'adolescent de se développer,le développement social et l'insertion dans des groupes identificatoires ne se réalisent pas correctement.

Shapira et d'autres ont constaté que 65% des antécédents familiaux (antécédents psychologiques familiaux) et 60% de la toxicomanie à un produit, cela montre un climat caractérisé par des troubles mentaux et aide un individu à développer une dépendance à Internet. (Bredel, 2012)

Selon l'étude de Liu il a trouvé que la qualité des relations parent-enfant rendait compte de la qualité des relations personnelles et de l'existence d'une préoccupation publique ou non, car la dépendance à Internet est associée à l'anxiété sociale ainsi qu'aux relations entre parents et enfants, et donc secondaire aux difficultés des relations sociales,

La détection de la réticence à séparer la famille et dans une autre étude menée par Yenin et al. en 2007 a montré que plus de conflits entre parents et enfants rendent le risque de dépendance en ligne élevé.

La consommation régulière d'alcool par les proches et une vision positive de la consommation de substances et de la mauvaise fonction familiale associée aux conflits, tous ces facteurs prédisent la dépendance à Internet, ce qui montre l'importance de la relation entre les parents, les enfants et les jeux d'identification

Certains modèles familiaux permettent l'entrée dans la dépendance ce type d'est t'y étage familial renforce l'idée que la dépendance en ligne peut être une certaine alternative à l'utilisation de drogues dans la fonction familiale et la dépendance en ligne sera une réponse au désir des adolescents de rompre la relation parentale. (Bredel, 2012,P75-76)

4. Facteurs de risque de l'addiction à l' internet :

Les traits de personnalité	Conflits et absence parentale	Les comorbidités psychiatriques
<ul style="list-style-type: none"> -immaturité socio-affective. -vide et frustration identificatoire. - anxiété -troubles du comportement et dépendance affective. -sentiment de dévalorisation et de non-reconnaissance. -faible estime de soi. -sentiment d'isolement. -caractère solitaire. -vide émotionnel. 	<ul style="list-style-type: none"> - mauvaise éducation. - relations conflictuelles dans la famille. - des parents toxicomans. -absence parentale . -insécurité psychique. 	<ul style="list-style-type: none"> -Les troubles de l'humeur. -Les troubles de personnalité. -Les troubles anxieux.

(Bredel, 2012)

5. La problématique de l'addiction d'Internet par l'adolescent :

Il existe une hypothèse selon laquelle les enfants et les adolescents ayant une utilisation pathologique d'Internet commencent leurs activités sur Internet dans le but de résoudre leurs

problèmes et d'éviter le stress ou de contrôler et de gérer des sentiments indésirables tels que : l'anxiété (Linnet,2002)

Le début de l'utilisation pathologique d'Internet est plus probable à la fin de l'enfance et de l'adolescence (Pridgen.2010)

Le chercheur Hussein Fayed a déclaré : « Tous les systèmes et modèles qui composent la construction sociale sont soutenus fonctionnellement et conduisent à l'exhaustivité de l'image dans sa forme appropriée, mais en cas d'échec de l'un de ces modèles montre quelques inconvénients à la suite de l'échec, et le plus où important de ces modèles, nous trouvons le modèle familial, si ces liens familiaux sont ébranlés, cela conduit à des effets psychologiques graves, tels que la frustration, la faible estime de soi, la peur, l'anxiété, la délinquance et la haine. » (Ghazali,2014,p118)

Ces effets psychologiques conduisent les adolescents à devenir dépendants sur Facebook pour éviter la peur et la frustration et pour soulager l'anxiété causée par les troubles familiaux (Kafafi,1999,p89)

Un climat familial pathologique, l'instabilité, l'incompatibilité entre les parents, l'aggravation des relations, l'augmentation des différences et de la réconciliation, ainsi que le manque d'orientation familiale et l'acquisition par l'individu d'idées fausses pendant la socialisation peuvent conduire à la dépendance.(Ben habouche,2013)

Les étudiants intéressés par les technologies de la communication ont également exprimé des préoccupations quant au fait que les liens sociaux entre les individus peuvent être affectés, Lyman et d'autres faisant valoir que l'utilisation d'Internet peut souvent interférer avec la communication interne et créer ce que l'on appelle une « dimension familiale » lorsque les individus interagissent avec l'ordinateur plutôt que d'interagir les uns avec les autres (A.Antomic et al.2010.p6), un impact négatif sur l'interaction au sein de la famille (Jane Pei. Chen Chang et all.p6-7)

6. Techniques thérapeutiques de l'addiction à l'internet:

Marissa a été la première à ouvrir une clinique de toxicomanie sur Internet à l'hôpital Maclean de Harvard en 1996 après avoir découvert qu'elle était devenue accro aux ordinateurs, en particulier à un jeu électronique, puis est devenue chercheuse.

Marissa a déclaré à l'AFP qu'elle pensait que parmi les 5 à 7 internautes pouvaient être dépendants et que la principale motivation de ces toxicomanes était souvent de rechercher des relations ou d'accéder à des sites pornographiques, et souligne que la communication en ligne avec la possibilité de garder l'identité secrète encourage la dépendance, et indique que la plupart de ses patients viennent à elle pour sauver leur vie conjugale ou leur travail. « Internet devient accro lorsqu'il devient l'activité la plus importante pour un toxicomane (2011).

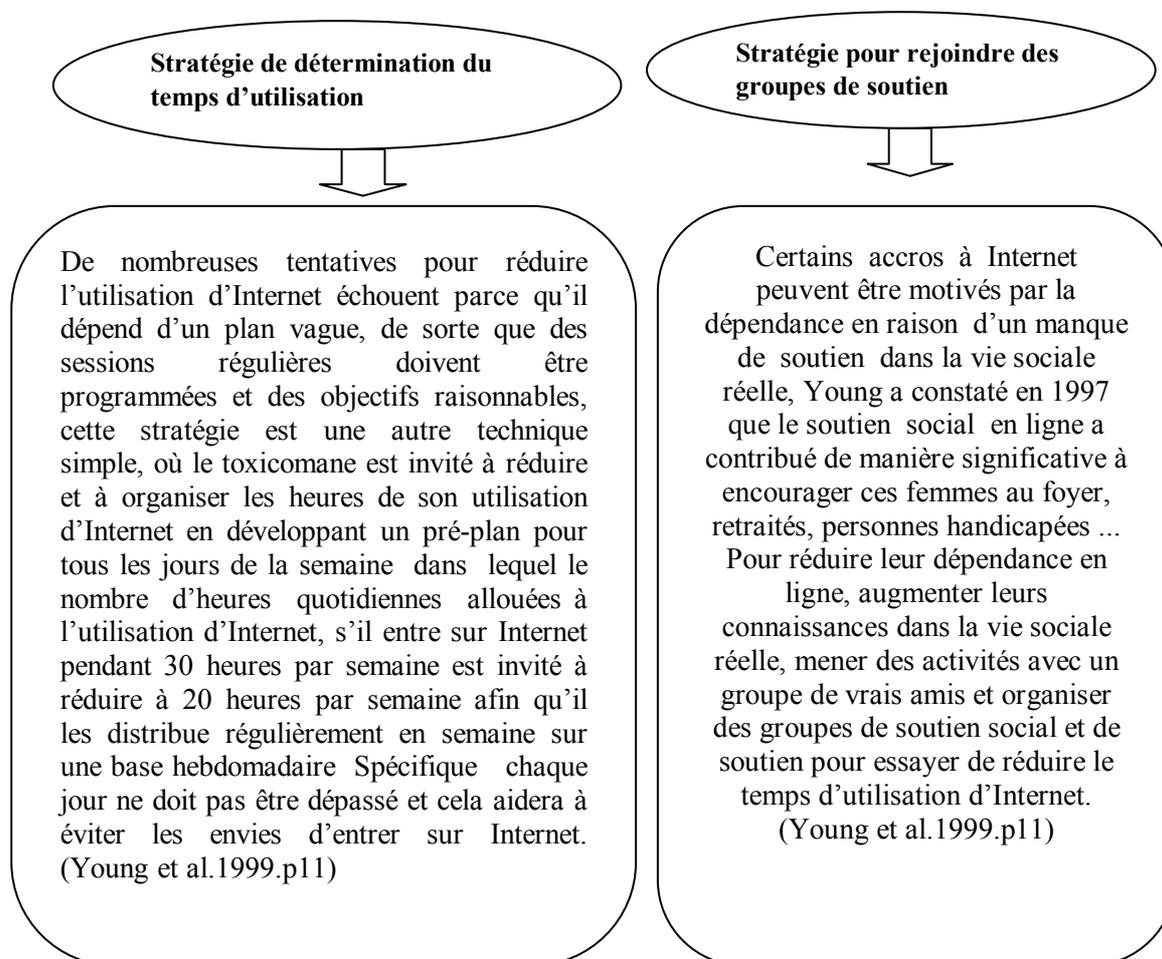
Dans Ford Mail, Young a ouvert un centre de traitement en ligne où les gens peuvent la consulter par courriel, téléphone ou sites de chat

(<https://www.albawaba.com>.2011)

Alors que la première clinique dans le monde arabe et le continent africain et la troisième dans le monde, pour traiter l'addiction sur les médias sociaux et Internet, la clinique a ouvert divers programmes de traitement pour traiter cette addiction. Il a été annoncé que la naissance de la cellule de traitement de la toxicomanie en ligne et Facebook le 28 mai à l'Institution publique pour la santé de quartier « Bashir Mantori » à l'est de Constantine qui

cherche à écouter et à recevoir un bon accueil pour chaque personne visitant le centre afin de l'encourager à poursuivre et à renforcer son choix de traitement et à mettre en évidence l'addiction et à essayer de plonger dans ses causes réelles, Ensuite commencer à sous-estimer ces causes et à comparer leurs résultats aux dommages causés par l'élimination de cette addiction.(Kahal,2016)

Il existe certaines techniques et propositions qui aident à soulager ce trouble à son traitement comme :



7.Conclusion :

l'adolescence est une étape de développement difficile ,on peut même dire qu'elle est cruciale où l'identification et la construction de la personnalité de l'adolescent se produisent, elle doit donc être accompagnée et soignée afin de dépasser cette étape de la vie et ne passe pas par la déviation ou la délinquance ou ne s'échappe pas de la réalité et recourt au monde virtuel d'Internet, en raison des problèmes et des difficultés qu'il peut rencontrer, et si l'adolescent atteint l'état de dépendance sur le Facebook il doit être aider, peut être le traitement familial est nécessaire chez les toxicomanes dans l'environnement familial où leurs relations avec les membres de la famille, ont été affectées négativement par la dépendance à Internet, où les programmes de traitement sont développés sur la base du contrôle et de la modération de l'utilisation et devraient se concentrer sur les éléments suivants :

- sensibiliser la famille sur les effets secondaire de l'addiction à l'internet.
- Améliorer la communication, la discussion et le dialogue
- Essayer de découvrir les raisons pour lesquelles l'adolescent était accro

Parfois, la famille peut avoir besoin d'un traitement familial et de la nécessité de fournir un soutien et une compréhension du toxicomane pour le traitement. (Young et al.1999.p13-14)

L'Internet peut également être utilisé comme outil de traitement, certains accros à Internet peuvent être motivés par la dépendance en raison d'un manque de soutien dans la vie sociale réelle, Young a constaté en 1997 que le soutien social en ligne a contribué de manière significative à encourager ces femmes au foyer, retraités, personnes handicapées ... Pour réduire leur dépendance en ligne, augmenter la connaissance de la vie sociale réelle, faire des activités avec un groupe de vrais amis, et organiser des groupes de soutien social et de soutien pour essayer de réduire le temps d'utilisation d'Internet. (young et al.1999.p13)

8. Bibliographie :

En arabe :

- 1- ابراهيم، سامية. (2015). *العلاقة بين ادمان الانترنت و الشعور بالاعترا ب النفس (دراسة ميدانية لدى عينة من طلاب و طالبات جامعة أم البواقي)*. مجلة علوم الانسان و المجتمع جامعة بسكرة، 04(02)، ص 206-222.
<https://www.asjp.cerist.dz/en/article/49909>
- 2- حمودة، سليمة. (2015). *الادمان على الانترنت اضطراب العصر، مجلة العلوم الانسانية و الاجتماعية جامعة ورقلة، 07(21)، ص 216-221*.
<https://revues.univ-ouargla.dz/index.php/numero-21ssh/2764-2016-01-21-10-19-46.html>
- 3- عبد الكريم، سعودي. (2014). *ادمان الفاييس بوك وعلاقته بالتوافق الأسري للطلاب الجامعي دراسة على عينة من طلبة جامعة بشار*. مجلة دراسات نفسية و تربوية جامعة ورقلة، 07(02)، ص 43-44
- 4- علاء الدين كفاي (1999)، *الارشاد و العلاج النفسي الأسري المنظور النسقي الاتصالي، ط1، دار الفكر العربي للنشر، مصر*
- 5- قدوري، يوسف. (2015). *ادمان استخدام الانترنت و علاقته ببعض أعراض الاضطرابات النفسية لدى عينة من طلبة جامعة غرداية*. مجلة العلوم الانسانية و الاجتماعية جامعة غرداية، 19(19)، ص 273-274
10.35156/1173-000-019-022
- 6- كحال، حمزة. (2016، جوان 05). *أول مصحة عربية لعلاج الادمان على الفيسبوك*. زاد دي زاد. <https://www.z-dz.com>
- 7- ادمان الانترنت مرض يثير قلق علماء النفس (2011)، *اطلاع مباشر من: بتاريخ: 2017-10-18*
<http://www.albawaba.com>

En français :

- Shapira.N,A.GoldsmithT,D.Keck.P,E,Khosla.U,M.Mcebog,S.L (2000), *psychiatric feactures of individuals with problematic internet use*. journal of affective disorders,(57).p . 10.1016/s0165-0327(99)00107
- 9-Stéphanie ,Bredel. (2012), *l'addiction à internet chez les adolescents : élaboration d'un outil d'aide au dépistage pour les médecins généralistes, (thèse de doctorat en médecine publiée, France)*
https://dumas.ccsd.cnrs.fr/file/index/docid/745791/filename/Bredel_Stephanie.pdf
- 10-Jean Pei Chen chang and Chung Chiech hung,(2015 Décembre 19). *L'usage problématique d'internet*. document. <https://vdocument.in/jane-pei-chen-chang-chung-chieh-hung-section-h-other-disorders-problematic.html>

En anglais ::

- 11-kimberly.young, L. VandeCreek, T. L. Jackson et al,(1999), *internet addiction : symptoms,evaluation and treatment*, vol17,
- 12-Kimberly,Young. (1998 February), *Caught in the net :how to recogninze the signs of internet addiction and wrnning strateay for recovery*,Wiley <https://www.wiley.com>