

Enquête sur l'addiction des jeunes aux smartphones

René PATESSON

Professeur de l'Université

Université Libre de Bruxelles - Belgique

rpatess@ulb.ac.be

I. DE L'ADDICTION AUX SMARTPHONES

L'addiction des jeunes aux smartphones est mise en avant pour expliquer une série de problèmes qui se rencontrent dans les milieux éducatifs, mais aussi sociaux et familiaux.

Le smartphone apparaît dans la littérature comme l'objet le plus récent focalisant l'origine des troubles comportementaux et cognitifs liés aux NTIC 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'OFDT¹ 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 VI² (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 tel 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.

¹ Observatoire Français des Drogues et des Toxicomanies

² DSM-IV-TR : « Manuel diagnostique et statistique des troubles mentaux »

Des disputes sur cette question de l'addiction ou non, 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 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 donc que dans la littérature certains auteurs considèrent qu'on peut parler de l'existence d'une addiction ou 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);)

On parle aussi d'assuétude en parallèle avec la dépendance et l'addiction. Ce terme serait moins connoté négativement que les deux autres et intégrerait des pratiques de dépendance à côté des substances. Il est prôné par certaines écoles de psychiatrie dont celle du Professeur I.Pelc de l'ULB (1983). Pour lui, l'assuétude se définirait comme « *un comportement que le sujet ne peut interrompre sans souffrance. On dira du sujet qu'il est devenu dépendant de ce comportement ou qu'il a développé une dépendance à ce comportement ou, plus fréquemment une dépendance à cette substance. Étymologiquement, le verbe latin ASSUETUDO signifie à la fois : "j'ai l'habitude de" et "je suis l'esclave de". Besoin incoercible d'une substance ou d'une pratique, entraînant un comportement se répétant de manière plus fréquente que chez la moyenne, et provoquant un problème pour l'individu et souvent, son entourage. L'habitude deviendra pathologique quand la différence de l'état psychique et du comportement entre " sans " et " avec " devient très importante* » (I.Pelc, 2003).

Pour notre part, indépendamment du titre de cet article, nous avons adopté pour l'instant l'appellation « usage abusif » du smartphone à la place de dépendance ou d'addiction. 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) ».*

Comme le souligne Karila (2013) 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 d'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

Remarquons aussi que la littérature sur ces questions abonde dans le sens des addictions, et moins sur les avantages et effets positifs qu'ils peuvent entraîner. Dans l'enquête PELLEAS³ (2014) portant sur les écrans et jeux vidéos à l'adolescence, les auteurs concluent aussi sur des avantages liés à ces pratiques : *Ces observations montrent cependant que la pratique des jeux vidéo n'a pas nécessairement un effet délétère : si 14 % des joueurs hebdomadaires peuvent être considérés comme problématiques, à l'inverse, ceux qui en ont un usage strictement ludique sont les plus nombreux. Il faut donc éviter*

³ Programme d'Étude sur les Liens et L'impact des Écrans sur l'Adolescent Scolarisé.

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 aux regards 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.

II. CONTEXTE DE L'ÉTUDE

En Belgique, pratiquement un jeune sur deux (15-24 ans) détiendrait un smartphone (AWT, 2015).

L'A.S.B.L. Reform⁴ a décidé d'entreprendre une vaste enquête auprès des jeunes de 12 à 18 ans pour faire le point sur ces questions d'usages abusifs des smartphones en partant des constats suivants :

- Peu ou pas de recherches sur l'addiction au smartphone en Belgique chez les adolescents (12-15 ans)
- Technologie de plus en plus présente, surtout chez les jeunes qui vivent avec 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'initiative en vue de prévenir une addiction au smartphone
- Peur accrue de la cyberdépendance car rupture entre les générations (nouvelles technologies arrivent très rapidement et creusent l'écart...)

L'A.S.B.L. s'est adressée à notre centre de recherches universitaire par enquêtes sur les questions de société.

⁴ L'association œuvre dans le secteur socio-culturel aux quatre coins de la Fédération Wallonie-Bruxelles. [<http://www.reform.be/>]

Cette étude s'intègre également dans les problématiques que nous abordons régulièrement dans nos colloques EUTIC. Que l'usage des smartphones par les jeunes soit problématique, abusif, addictif, récréatif, bienfaisant, sociabilisant ou encore bien d'autres choses qui restent à explorer, il participe de l'évolution sociétale engendrée par les NTIC. C'est donc un phénomène qui accompagne cette évolution technologique dans la mesure où les interdépendances entre les nouvelles pratiques d'usage des NTIC par des jeunes et les moyens mis en œuvre pour concevoir des technologies captives (notamment les applications) et persuader les jeunes d'y recourir font émerger ces questions.

L'usage problématique n'est pas un épiphénomène mais bien une conséquence de l'évolution des NTIC, certainement 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'abordons pas plus dans cet article – 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 ils apparaissent comme étant incitatifs 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. Comme 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 est un moyen, un intermédiaire, un média permettant différentes actions favorables à son utilisateur qui, si elles se répètent d'une manière compulsive, peut alors entraîner un usage problématique.

Sans que cette liste ne soit exhaustive nous relevons que ces actions tendraient à satisfaire différents besoins principaux comme :

- Besoin de reliance (R.Clause et surtout M.Bolle de Bal) : 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 s'intégrer en permanence dans un système de relations virtuelles.
- 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 pense être ou ce que l'on veut être aux yeux des autres, sur la manière dont les autres nous perçoivent.
- 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. On peut aussi parler ici de pornographie sentimentale. Surtout dans la mesure où le cercle des amis est flou, certains étant parfois peu 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.
- Besoins de s'affirmer, de se distinguer, de se différencier, de se montrer autonome. 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, de la persécution collective (association de malfaisants....) de qui n'est pas comme les autres, pouvant conduire à des issues graves.
- Besoin d'être informé : savoir ce qui se passe, près de chez soi mais aussi dans le monde.

A côté de cela, le smartphone assure différentes fonctions : repérage (dont géographique), horaires, consultation de bases de données, nouvelles, échanges opérationnels (à quelle heure, où, retards, annulations, ...), programmes, horloge, rappels, agenda, musique, photos, vidéo,téléphone...).

Ce qui distingue donc le smartphone 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 objet technologique.

III. L'ÉTUDE SUR LES USAGES DES SMARTPHONES PAR LES JEUNES : SMARTUS.

Cette étude tente de répondre à un certain nombre de questions :

- Existerait-il une forme d'addiction, d'assuétude aux smartphones ? Ou le fait d'y être accroç procède-t-il chez les jeunes (et les autres) d'une autre forme de satisfaction de besoins ?
- Y a-t-il des conséquences sur la santé physique et surtout mentale pour les jeunes ?
- L'abus de l'usage des smartphones entraîne-t-il d'autres conséquences pour les jeunes comme sur l'alimentation (obésité ?) ou la consommation (en plus ou en moins) de substances stimulantes (tabac, alcool, ...)
- Quelles formes de fatigue cela entraîne-t-il ?
- Quelle position les opérateurs téléphoniques doivent-ils tenir face à ce phénomène ?
- Quelles conséquences sur le plan éducatif ? Quels impacts sur les apprentissages, la scolarité, les performances scolaires ?
- Quels avantages l'usage des smartphones représente-t-il à la fois sur les plans éducatifs, relationnels, communicationnels et intellectuels ?
- Quelles sont les conséquences sociales, notamment au niveau des noyaux familiaux ?
- Et les questions budgétaires ?

Pour y parvenir nous mettons en œuvre une méthodologie par enquête en trois volets :

III.1. Actualisation de la problématique

Par la réalisation de 4 focus groups avec des jeunes. L'objectif étant 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.

Ce volet est terminé et nous examinons les résultats dans la quatrième partie de cet article.

III.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 tous 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,)).

Ce volet est terminé et les résultats sont en cours d'analyse.

III.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 la supervision d'un de nos enquêteurs. L'échantillon retenu est de 1500 jeunes de 12 à 18 ans. Le questionnaire est auto-administré. Le plan de sondage est en cours de constitution et le field de l'enquête doit démarrer à la mi-octobre et se poursuivre jusqu'à la mi-novembre.

Le questionnaire est actuellement au point et a été prétesté. Il est construit à partir des résultats des volets précédents et intègre diverses échelles d'addiction aux smartphones validées dont la forme réduite du SPAI (Kwon & all. 2013)

IV. PREMIERS RÉSULTATS : LES FOCUS GROUPS

4 focus groups ont été organisés :

Bruxelles	7/4/2015	10h30	16-18 ans	9 participants
Namur	7/4/2015	15h	14-16 ans	7 participants
Namur	7/4/2015	16h30	14-16 ans	7 participants
Silly	8/4/2015	10h30	12-14 ans	8 participants

Acquisition, budget, normalité sociale. La plupart des jeunes détiennent un SmPh⁵ depuis l'âge de 12 ans, généralement payé par les parents ou la famille (reçu en cadeau – Noël, anniversaire) Le budget du SmPh est souvent à part de celui de l'argent de poche. Les parents afficheraient une attitude paradoxale : La SmPh serait à la fois un moyen rassurant de pouvoir communiquer et rester en contact mais aussi vu comme un gadget, un jouet, mais aussi une forme de « normalité sociale » à ce que leur enfant en possède un, pour être au même niveau que les autres.

La plupart des jeunes utilisent les mêmes **applications** : les réseaux sociaux dominant. Certains préfèrent le SmPh à l'ordinateur pour des questions de rapidité (usages courts, donc instantanéité dans la disponibilité, pas de délai de mise en route) .

Addiction. Les jeunes ne se considèrent pas comme accros dans la mesure ou presque tous l'utilisent de la même manière (= forme de norme sociale de son usage). Paradoxalement ils connaissent des jeunes qui sont accros (mais pas eux) et citent les comportements qui révèle de l'addiction. Les moments ou le SmPh est allumé serait selon eux un critère d'addiction.

Les écoles ont évolué, une certaine tolérance s'est installée, mais les usages considérés comme abusifs (pendant les cours) sont sanctionnés. La sanction dépend des pratiques en vigueur à l'école : de la réprimande à la confiscation pour une longue (une semaine) période. Malgré cela jeu du « chat et de la souris » : on l'utilise malgré tout fréquemment en évitant de ne pas se faire attraper et en déployant des stratégies pour ne pas se faire attraper. Par rapport au travail scolaire à effectuer, le SmPh serait un facteur d'allongement (par interférence) du temps mis pour réaliser un travail. Et on se sentirait alors moins efficace. Mais tout aussi paradoxalement le SmPh améliorerait l'efficacité du travail scolaire par les échanges avec les autres et la consultation rapide de sources qu'il permet.

Les parents et la vie de famille. Les parents ne limiteraient l'usage qu'à concurrence de l'abonnement (plus de sous, plus de SmPh) et interdiction à l'étranger. Certains parents auraient acquis un SmPh voyant ce que leurs enfants en faisaient. A part pendant les repas peu de règles seraient imposées. La nuit comportements différents :

⁵ SmPh : smartphone

de celui qui l'éteint en se couchant à celui qui répond pendant la nuit à une notification. Il ne paraît pas être un frein à l'hygiène et aux soins personnels même s'il accompagne dans la salle de bain.

Contrôle du jeune au travers de son SmPh : pas le sentiment qu'il soit un instrument de contrôle par les parents (géolocalisation, etc...) – ou considéré par certains (rares) comme normal (= sécurité). On ne perçoit pas, on n'a pas le sentiment d'être contrôlé (cookies) par d'autres (...) ou manipulés ou persuadés. Ou alors le jeune ne mesure pas la portée et les enjeux de ces contrôles.

Harcèlement, contrôle de la situation. Aucun ne s'est senti harcelé, ni avoir reçu des propositions douteuses. Quelques appels anonymes sans importance ou sans préjudice. Chez le jeune cela s'accompagne d'un sentiment de pouvoir tout gérer et contrôler ce qui se passe, les informations que l'on distribue ou diffuse par son SmPh.

Autres activités. Le SmPh semble prendre le pas sur d'autres activités et devenir l'activité de référence quand on ne sait pas quoi faire. Il serait aussi la bouée en cas de problèmes. Il pourrait avoir un impact sur certains comportements alimentaires. Il ne remplacerait pas l'ordinateur. Mais le SmPh permet de faire d'une manière nomade des choses qui ne se faisaient qu'à l'ordinateur auparavant et chez soi. Son avantage est aussi dans la rapidité au démarrage et pour chaque application.

La **séparation** de son SmPh serait une « catastrophe » pour certains, un problème pratique pour d'autres (difficulté à communiquer) Quid d'une journée sans SmPh ? Pas de problèmes puisque personne n'en aurait.....

Risques pour la santé ? Les ondes nocives, le risque d'explosion ou qui prend feu, les risques de stérilité, les yeux et maux de cou sont, dans cet ordre d'importance, évoqués par les jeunes.

La fatigue pouvant résulter d'un usage prolongé, les problèmes cognitifs (attention, concentration, distraction, etc.) ne sont pratiquement jamais relevés.

La perturbation des rythmes (repas, sommeil,...) et les conséquences sur la santé ne sont, de même, qu'exceptionnellement évoqués.

Relations ? Le SmPh est perçu comme un instrument de reliance sociale. Il facilite la communication, favorise les rencontres. Il n'est pas un facteur d'isolement. Au contraire pour les jeunes : d'une

manière quantitative, la communication avec les autres s'est accrue : plus souvent, plus longtemps, avec plus de personnes dans le même intervalle de temps.

V. PREMIÈRES CONCLUSIONS

Pour les jeunes, pas (ou peu) de problèmes.....

VI. BIBLIOGRAPHIE

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

AWT (2015) Agence Wallonne des Télécommunications. Baromètre (Enquête) TIC 2014. [<http://www.awt.be/web/dem/index.aspx?page=dem,fr,b14,cit,010>]

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.

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>]

Karila L., Benhaiem A. (2013) – Accroc. Nouvelles addictions : sexe, internet, shopping, réseaux sociaux,..... Paris : Flammarion.

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>]

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.
- 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. (2004), Lost online : an overview of internet addiction, in *Advances in Psychiatric Treatment*, 13:24-30, 2007.
- 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 Conceptuel 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]