

Impact des nouvelles technologies (écrans, internet, réseaux sociaux, etc.) sur le développement psychologique et social des enfants et adolescents dans le contexte algérien

Impact of new technologies (screens, internet, social networks, etc.) on the psychological and social development of children and adolescents in the Algerian context

تأثيرات التقنيات الجديدة (الشاشات، الإنترنت، شبكات التواصل الاجتماعي، إلخ) على النمو النفسي والاجتماعي للأطفال والمراهقين في السياق الجزائري

Fateh Mebarek Bouchaala*

Khelifa Gaci

Maitre de Conférences A, Université

Maitre de Conférences A, Université

Abderrahmane Mira Bejaia

Abderrahmane Mira Bejaia

fateh.mebarekbouchaala@univ-bejaia.dz

Khelifa.Gaci@univ-bejaia.dz

Date soumission : 21/01/2025

Date acceptation : 26/04/2025

Date Publié : 25/05/2025

Résumé: Nous savons depuis un certain temps que la numérisation avec tous ses outils, tablettes, smartphones, ordinateurs, connectés à internet, avec les réseaux sociaux et les jeux vidéo en ligne, joue un rôle de plus en plus grand dans la vie des enfants et des adolescents. Nous savons que les jeunes (enfants et adolescents) utilisent ces nouvelles technologies de plus en plus précocement et que cette utilisation risque par sa fréquence et sa durée inadaptées de nuire au bon développement de ces êtres en cours de développement. Nous savons aussi que les images et informations consommées par ces jeunes, par le biais d'internet et des réseaux sociaux, peuvent constituer leurs principales sources d'informations et donc leurs principaux modèles quant à la façon de se comporter dans la vie. Dans ce sens, les recherches menées ces 50 dernières années sur les effets de l'exposition à la violence ont trouvé une relation de cause à effet entre la violence dans les médias et le comportement du spectateur. Dans cette optique, nous avons voulu par cet article répondre à certaines questions concernant le rôle joué par ces nouvelles technologies comme facteur de risque pour le développement psychopathologique des enfants et des adolescents. En particulier, il s'agit de voir comment les jeunes, par cette exposition mal régulée aux nouvelles technologies, risquent d'adopter des comportements pathologiques (violence, cyberharcèlement, cyberaddiction, etc.), et quelles sont les recommandations de protection au niveau de la famille (rôles des parents) et au niveau des pouvoirs publics (rôle des gouvernements).

Mots clés : Adolescents- Effets-Enfants-Internet-Nouvelles Technologies

Abstract: We know that in recent years, that our daily life depends on electronic connected media devices (smartphones, laptops, tablets and personal computers) and that we use these devices in work, socializing (social networks) and playing at such point that most homes are

* Auteur correspondant

equipped with such devices used by adult family members as well as by children and adolescents in these homes. We know also from recent studies, that the exposure to these devices, to internet and social networks is experienced by young children at an increasingly early age. That the use of these devices by children and adolescents can also turn to a harmful misuse when its frequency and duration are exaggerated. Many scholars argue that the consequences on psychological development of youths can be devastating. Especially on cognitive, social, emotional and language development. In this paper we aim to understand and answer to some questions about the role played by these new technologies as a risk factor of psychopathological development in young people. Particularly, how children and adolescents can display pathological patterns of development and behaviors like cyber dependency, violence and cyber harassment or sexual aggression? And what are the safety recommendations that can be deployed by families, parents and governments?

Keywords: Adolescents- Children-Effects-Internet-New Technologies

الملخص: لقد عرفنا منذ بعض الوقت أن الرقمنة بكل أدواتها، والأجهزة اللوحية، والهواتف الذكية، وأجهزة الكمبيوتر المتصلة بالإنترنت، والشبكات الاجتماعية وألعاب الفيديو عبر الإنترنت، تلعب دورًا متزايد الأهمية في حياة الأطفال والمراهقين. من المهم فهم تأثير التقنيات الجديدة والإنترنت والشبكات الاجتماعية على تنمية الشباب. نحن نعلم أن الشباب (الأطفال والمراهقون) يستخدمون هذه التقنيات الجديدة في سن مبكرة بشكل متزايد وأن هذا الاستخدام قد يؤدي، من خلال تكراره ومدته غير المناسبة، إلى الإضرار بالنمو السليم لهذه الكائنات النامية. ونعلم أيضًا أن الصور والمعلومات التي يستهلكها هؤلاء الشباب، عبر الإنترنت وشبكات التواصل الاجتماعي، يمكن أن تشكل مصادر معلوماتهم الرئيسية وبالتالي نماذجهم الرئيسية لكيفية التصرف في الحياة. وهذا المعنى، فقد وجدت الأبحاث التي أجريت على مدار الخمسين عامًا الماضية حول تأثيرات التعرض للعنف، وجود علاقة سبب ونتيجة بين العنف في وسائل الإعلام وسلوك المشاهد. ومن هذا المنطلق، أردنا من خلال هذا المقال الإجابة على بعض الأسئلة المتعلقة بالدور الذي تلعبه هذه التقنيات الجديدة كعامل خطر للتطور النفسي المرضي للأطفال والمراهقين. على وجه الخصوص، يتعلق الأمر برؤية كيف يخاطر الشباب، من خلال هذا التعرض السيئ التنظيمي للتكنولوجيات الجديدة، بتبني سلوكيات مرضية (العنف، والتحرش عبر الإنترنت، والإدمان عبر الإنترنت، وما إلى ذلك)، وما هي توصيات الحماية على مستوى الأسرة (أدوار الوالدين) وعلى مستوى السلطات العامة (دور الحكومات).
الكلمات المفتاحية: المراهقون؛ الأطفال؛ الإنترنت؛ التكنولوجيات الحديثة؛ -الأثر.

- Introduction :

Le développement humain se déroule toute la vie. C'est un processus dynamique et continu et global, où chaque dimension du sujet, qu'elle soit physique, cognitive, affective ou sociale, est l'objet de grands changements, sous les influences respectives et souvent enchevêtrées de l'hérédité et de l'environnement.

C'est dans ce sens que les théories interactionnistes (Wallon, Vygotsky, Brunner), présentent le développement comme le résultat de l'interaction social, qui est considéré comme le moteur du développement, avec une interdépendance entre les facteurs biologiques et les facteurs sociaux. (Laval, 2019).

En ce sens, le développement de nos enfants, nos jeunes et tout être humain est un phénomène complexe. Ayant pour but l'adaptation, et est soumis à l'influence de facteurs internes, du bagage génétique de l'individu d'une part et à celles de facteurs externes, des expériences faites par ce même individu dans un environnement donné d'une autre part.

Alors que certaines expériences sont de nature individuelle, d'autres sont partagées par des ensembles d'individus, à des groupes d'âge, à des générations, des sociétés, ou des cultures.

Ces expériences partagées sont dites des influences normatives sur le développement humain. Dans le sens où elles sont vécues par les individus d'une même génération en tant que facteurs externes marquants profondément à un moment historique donné. (Papalia et Feldman, 2014).

C'est le cas par exemple de la génération qui a vécu la Guerre de libération nationale (1954-1962) en Algérie.

Les individus qui vivent de nos jours, en particulier les enfants et les adolescents, sont influencés par l'usage du numérique, de l'internet avec ses outils que sont les smartphones et les ordinateurs, les tablettes (les écrans) et leurs applications que sont les jeux vidéo et les réseaux sociaux.

« Avec l'avènement du smartphone, les iGens (nom accordé aux jeunes issus de la génération internet) se distinguent surtout par la manière dont ils passent leur temps. Les expériences qu'ils vivent au quotidien qui sont radicalement différentes de celles de leurs prédécesseurs. [...] l'omniprésence du smartphone parmi les enfants et les adolescents a engendré des répercussions dans tous les domaines de la vie des i Gens, depuis leurs interactions sociales jusqu'à leur santé mentale. Il s'agit de la première

génération à disposer d'Internet en permanence, dans le creux de la main. » (Twenge, 2018, p.10).

En effet, on assiste depuis quelques années, à l'utilisation de plus en plus précoce des outils numériques que sont les différents types d'écrans, surtout les smartphones. (Romo et al., 2012). Et cela n'est pas sans conséquence sur le développement de ces enfants et adolescents.

Dans ce sens, Marcelli (Ducanda, 2021) se demande, combien de temps et de malade a-t-il fallu pour que la nocivité du tabac et de l'amiante et leur incrimination dans le cancer du poumon soit reconnues. Et en comparaison se demande combien faudra-t-il d'enfants et d'adolescents gravement perturbés dans leur développement et leurs interactions sociales pour que soit enfin incriminé le rôle nocif des écrans de toute nature. Malgré les alertes des professionnels.

Aussi, un rapport établi par le haut conseil scientifique de la santé publique (France) en janvier 2020 au sujet de l'usage des écrans par les enfants et les jeunes affirme que : « le temps passé à utiliser les écrans par les enfants, et ce de plus en plus jeune, et les adolescents apparaît excessif et pourrait être responsable de dommages voire de troubles du développement et de la santé chez l'enfant. Les écrans semblent également détourner l'enfant d'autres activités jugées comme fondamentales pour son développement physique, psychologique, neurologique et émotionnel. (Rapport 1000 premiers jours, 2020).

Avec l'évolution de la précocité, la fréquence et de la durée d'utilisation d'Internet, force est d'admettre que, pour certains, notamment les plus jeunes (enfants et adolescents), il sera plus difficile de maintenir cette modération dans leur usage des outils numériques, ce qui pourra entraîner des difficultés. (Sergerie, 2020).

1- Utilisation du numérique dans le monde et en Algérie :

En effet, les technologies numériques ont pris le dessus dans nos sociétés et ont pris une place centrale où convergent l'ensemble de nos connaissances, de nos compétences et même nos décisions. Dans le sens où, comme l'invention de

l'imprimerie, l'avènement du numérique a fait que tous nos savoirs deviennent largement transmissibles entre personnes et accessibles d'une façon indépendante et autonome, à l'échelle individuelle. (Bonnet, 2020).

Les données récentes sur l'utilisation de ces technologies, montrent que la plupart des foyers dans les pays industrialisés possèdent au moins cinq écrans, et que presque chaque foyer avec enfants possède une console de jeux. S'il est normal de compter sur ces outils pour le travail, les relations sociales et les jeux, il est cependant souligné par plusieurs auteurs qu'il y a un risque que les utilisateurs peuvent aussi développer une dépendance nocive de ces outils. (Lindenberg et al. 2020).

Si l'utilisation du numérique, par le biais du développement de l'internet fixe et mobile se répand rapidement dans le monde en général, c'est pareil également en Algérie.

Selon le rapport spécial « Digital 2024 » publié par le cabinet international Datareportal (2024) et daté du 24 février 2024, (cabinet qui recense les statistiques liées à l'utilisation d'internet dans le monde), nous sommes plus de 5 milliards de personnes utilisateurs d'internet à l'échelle mondiale.

Au niveau nationale (Algérie), et sur une population estimée à 45 millions d'habitants, les statistiques font état du nombre de 33,49 millions utilisateurs algériens d'internet jusqu'au mois de janvier 2024, avec un niveau de couverture de la connexion à la toile estimée à 72.9 % du nombre total de la population.

Concernant les réseaux sociaux en Algérie, les statistiques du cabinet international Datareportal (Kemp, 2024) font état d'une utilisation qui prend une courbe ascendante.

Les utilisateurs des réseaux sociaux en général, passent de 23,9 millions en janvier 2023 à 24,85 millions d'algériens et ce jusqu'au mois de janvier 2024. Soit une augmentation de près de 2 millions d'utilisateurs. Ce nombre veut dire que presque 54% de la population générale sont des utilisateurs assidus des réseaux sociaux. (Avec la précision que plus d'une personne peut être comptabilisé comme étant un seul utilisateur). Et ils sont 74,2 % du nombre total des utilisateurs d'internet en Algérie à

avoir utilisé au moins une plateforme de réseaux sociaux jusqu'à janvier 2024, tout âge confondu.

Concernant les détails qui peuvent nous renseigner sur l'âge des utilisateurs algériens de réseaux sociaux, le cabinet nous donne le nombre de 24.80 millions de personnes âgées de 18 ans et plus, soit 83,2 % de la population âgée de 18 ans et plus jusqu'à janvier 224. (Kemp, 2024).

En ce qui concerne la répartition des utilisateurs par sexe, les hommes l'emportent sur les femmes avec respectivement, 59 % et 41%.

Au détail des multiples plateformes de réseaux sociaux utilisé par les algériens, nous trouvons les éléments suivants :

- En premier lieu nous trouvons le réseau de Facebook avec 24.85 millions d'utilisateurs jusqu'au début de 2024. 41 % sont des femmes et 59 % sont des hommes.
- YouTube en deuxième position avec 22.8 millions d'utilisateurs algériens. Avec 47.5 % pour les femmes et 52.5 % pour les hommes.
- TikTok en troisième position avec 17.42 millions d'utilisateurs algériens. 33.6 % sont des femmes et 66.4 % sont des hommes.
- Messenger de Facebook avec 16.40 millions d'utilisateurs. 59.1 % sont des hommes et 40.9 % sont des femmes.
- Instagram arrive en position avec 11.40 millions d'utilisateurs algériens jusqu'au début de 2024. Avec 46.3 % de femmes et 53.7 % d'hommes.
- D'autres réseaux sociaux sont utilisés par les internautes algériens comme : LinkedIn avec 3.90 millions de membres, Snapchat avec 7.88 millions de membres et X (Twitter) avec 1.24 millions d'utilisateurs en Algérie jusqu'au début de 2024. (Kemp, 2024).

Il est à noter que tous les réseaux sociaux permettent aux personnes âgées de 13 ans et plus d'utiliser leurs plateformes.

Mais les statistiques présentées ici ne nous indiquent pas le nombre de la population juvénile (enfants et adolescents) utilisant ces réseaux sociaux en particulier, ni internet en général. Cependant nous pouvons constater que beaucoup d'enfants et

d'adolescent se connectent aux réseaux sociaux, aux jeux vidéo en ligne ou à d'autres sites internet en utilisant les outils numériques disponibles dans leur environnement familial, soit en disposant de leurs propres outils et comptes ou en utilisant celui d'un parent, ami. Se pose donc là le problème de l'utilisation modérée ou excessive.

2-Les nouvelles technologies et leur impact sur le développement psychologique des enfants et adolescents :

Nous essayerons ainsi dans les lignes suivantes de présenter quelques éléments de l'impact psychopathologique de cette utilisation inadéquate de la numérisation (écrans, réseaux sociaux et jeux en ligne) chez les plus jeunes (enfants et adolescents).

2.1- Impact du numérique sur le développement de l'attention de l'enfant :

Tous les outils numériques, ordinateurs, téléphones et tablettes sont conçus pour offrir au cerveau de l'utilisateur un vaste panel d'interactions sensorimotrices facilitées par : des couleurs vives, un son présent et modulable à volonté, des effets visuels en perspective et en relief, le tout avec des écrans tactiles où il suffit seulement de glisser ou tapoter avec son doigt.

Le jeune cerveau de l'enfant est toujours activement à la recherche d'interactions avec son environnement extérieur. Devant cette panoplie de stimulations sensorielles des outils numériques le cerveau est non seulement comblé, il est bombardé au point de développer une très grande attraction pour les interactions avec ces outils. On peut même dire que plus ces interactions avec le numérique est précoce durant le développement de l'enfant, plus cette attraction sera forte. Avec le risque que ces objets deviennent prioritaires en tant que cibles attentionnelles perturbant son potentiel d'attention globale. Cela se manifeste dans la difficulté de mobiliser la concentration de l'enfant surtout quand l'enfant dispose d'un téléphone dans son environnement immédiat. (Bonnet, 2020, p.179)

2-2-Impact du numérique sur le développement socioaffectif de l'enfant :

En tant qu'adulte la pandémie du Covid19 et l'expérience dramatique du confinement, nous ont montré la valeur du réel et son caractère irremplaçable. Pour

l'enfant le réel est aussi important que pour l'adulte. En effet, le réel nous offre des expériences, des émotions que le virtuel ne pourra jamais remplacer. Des expériences comme être serré dans les bras de ses parents, échanger des regards, des sourires ou des mots avec ses proches, sortir avec un parent à la découverte de plantes ou d'animaux dans un jardin, etc. toutes ces expériences sont importantes à un cerveau d'un petit enfant considéré comme immature et en cours de développement.

Nous savons grâce aux études menées en psychologie du développement que les enfants ont besoin de maintenir des liens d'attachement de qualité pour pouvoir aller à la rencontre du monde réel. C'est là le rôle de l'environnement humain que sont en premier les parents « attentionnés ». Or, la substitution du réel chez les enfants en développement par les écrans de l'outil numérique (téléphone, tablette ou télévision), qui ne montre aucun visage à son utilisateur, ni aucune émotion ne fait que déraciner le jeune enfant du réel, comme une plante, qui si elle est privée d'eau et de minéraux se fane. (Ducanda, 2021). « Un outil numérique est un mur qui s'oppose aux compétences sociales de l'enfant ». (Bonnet, 2020, p.184). En bref, les écrans font écran entre le bébé et le monde réel.

Les chercheurs dans le domaine de la psychopathologie de l'enfant affirment qu'une privation de soins, de contacts chaleureux et de stimulations, dans la période cruciale de développement, (avant 2 ans), entrave le développement et engendrent des retards et des troubles. (Laval, 2019).

Plus l'enfant aura été en contact précoce avec l'outil numérique, plus il peut être susceptible de s'isoler dans son utilisation, diminuant d'autant ses contacts sociaux réels. (Bonnet, 2020).

« Comme il a besoin de nourriture et d'eau pour bien grandir, l'enfant a besoin de nutrition cognitive et affective pour que son cerveau se développe : besoin qu'on le regarde, qu'on lui parle, qu'on le câline ; besoin de partager, de jouer, d'engager son corps dans l'exploration du monde réel, en trois dimensions, avec tous ses sens : c'est chaud, c'est froid, c'est doux, c'est lourd, ça sent bon, ça a le goût de banane, ça tombe quand je

le lâche et ça fait du bruit, ça fait mal... Et c'est en arrivant au cerveau que ces milliards d'informations entraînent la création de mille nouvelles connexions cérébrales par seconde.

Ces considérations font écho aux théories du pédiatre et psychanalyste Donald Winnicott, et à sa suite le psychiatre John Bowlby : le bébé a besoin de sentir qu'il est important aux yeux de ses parents. Le regard humain, au fondement de l'attachement, est un puissant stimulant du développement de l'enfant. Les neurosciences l'ont confirmé au cours des dernières années. Or, les écrans font véritablement écran entre l'enfant et le monde, entre l'enfant et ses parents. » (Ducanda, 2021, p. 15).

2.3- Impact du numérique sur le développement socioaffectif des adolescents :

L'adolescence est une période très importante dans le développement psychologique car c'est l'âge de l'exploration des relations sociales. La génération actuelle vit à l'ère d'internet, des technologies et de la connectivité. Et l'engouement pour les réseaux sociaux sur Internet, comme Facebook, Twitter et Instagram a permis de donner plusieurs façons de communiquer avec autrui. Les enfants et adolescents tirent beaucoup de plaisir à utiliser ces plateformes en y ajoutant leurs touches personnelles.

Ces médias offrent en plus de leur fonction principale de rester en contact avec d'autres personnes qui ont les mêmes intérêts, une panoplie de possibilité comme des jeux en ligne, les achats en ligne, le divertissement, et la recherche d'informations.

Cependant, cette utilisation n'est pas que positive. Il s'avère aussi qu'une utilisation inadéquate reste à prévenir, car quand c'est le cas, les conséquences sont néfastes sur la santé mentale et physique des jeunes en question.

Parmi les réseaux sociaux les plus populaires, Facebook a fait l'objet de plusieurs études scientifiques en psychologie.

3- Facebook et les relations sociales des adolescents :

Selon Giroux et al. (2015), l'utilisation sans excès des réseaux sociaux, comme Facebook, constitue une occasion pour les jeunes d'exercer et de développer leurs habilités sociales et de communication et encourage le contrôle de soi lors des

interactions, la tolérance, le respect des avis des pairs et la pensée critique. L'application permet aussi aux adolescents de faire des découvertes, d'affirmer et de consolider leur identité par le biais des statuts, les commentaires ou les photos partagées, le tout en interagissant avec leurs pairs. Les éléments positive de Facebook comme les opportunités offertes par la possibilité de créer des groupes publics ou privés, ayant différentes thématiques (scolaires, communautaires, humanitaire) qui offrent aux adolescents des occasions de partage d'expérience, de développement de l'engagement scolaire, social et de se projeter dans des activités professionnelles ou prosociales. Cependant, il n'y'a pas que du positif.

Selon Giroux et al. (2015), des études scientifiques ont relativisé la croyance que Facebook soit un réseau social favorisant pour ses utilisateurs l'établissement de nouvelles relations sociales. La motivation principale chez l'adolescent utilisateur de Facebook serait de se montrer comme étant quelqu'un de populaire et de posséder un vaste réseau d'amis. Et dans cette quête, la personne essaiera de maintenir des relations sociales déjà existantes et de rechercher d'anciens amis. L'application encourage cette tendance chez ces jeunes par des notifications comme « vous connaissez peut-être (nom de la personne) ... », et cela fait qu'ils vont ajouter des « amis » qu'ils connaissent peu ou des fois encore d'autres qu'ils n'ont jamais côtoyés, avec les risques de se trouver « ami » avec des personnes adultes inconnues et potentiellement malveillantes.

4. Autres risques d'Internet et les réseaux sociaux pour l'enfant et l'adolescent :

Internet, les réseaux sociaux, les jeux vidéo en ligne et les nouvelles technologies en générale, constituent également quelques risques et dangers pour les utilisateurs mais aussi et surtout pour l'enfant et l'adolescent.

En effet, l'accès immédiat et facile des informations sur Internet ainsi que son utilisation à des fins de communication en font un outil précieux dans nos sociétés contemporaines. Cependant n'omettons pas que la diffusion massive d'informations pose aussi des problèmes éthiques voire de sécurité de par la nature (absence de traçabilité des sources d'informations) et la permanence des données sur le Web.

Il existe aussi de nombreux sites qui font l'apologie des conduites à risques telles que l'usage de substances psycho-actives, les jeux dangereux (jeux de non-oxygénation, jeux d'agression, jeux de défis), les comportements suicidaires ainsi que les troubles du comportement alimentaire. (Romo et al., 2012, p.23).

Nous allons nous concentrer sur les risques qui concernent essentiellement la santé, la sexualité et la violence.

4.1-Violence et cyber-harcèlement :

Il arrive que certains adolescents ou même adultes utilisent les réseaux sociaux de façon inappropriés. Ils pourraient par exemple partager trop d'éléments de leur vie, réagir irrespectueusement à des contenus virtuels ou publier des contenus inadéquats d'une façon impulsive et émotive. Cette impulsivité dans un réseau social connu pour son instantanéité, et sa popularité n'aide pas à contenir ces débordements éventuels.

Selon Giroux et al. (2015), le cyberharcèlement ou cyber-intimidation comme l'intimidation dans la vie réelle, constitue un comportement agressif intentionnel qui provoque une inégalité de pouvoir, et qui est pratiqué par des outils électroniques. Ceci peut se manifester par des messages des menaces, la propagation de rumeurs, le partage non consenti de photos ou vidéos de la victime. Le passage à l'acte des intimidateurs est facilité par l'anonymat de la toile. Aussi les intimidateurs sont moins empathiques, ne ressentant pas le tort causé à la victime du fait de la distance virtuelle les poussant à minimiser leurs comportements comme étant une façon de s'amuser, alors que les victimes peuvent arrêter leur scolarité ou même se suicider pour les plus vulnérables.

Ces dangers sur les adolescents ont été adressés aussi par un rapport l'UNESCO édité en avril 2024. Pour l'organisation internationale, bien que les technologies numériques ont le potentiel d'améliorer l'enseignement et l'apprentissage, elles présentent aussi des périls importants comme la violation de la vie privée, le manque de la concentration en classe et le cyberharcèlement. Le rapport met particulièrement en évidence la façon dont les réseaux sociaux renforcent les stéréotypes de genre, causant

des conséquences néfastes sur le bien-être, l'apprentissage et les choix de carrière des jeunes filles.

Le rapport de l'UNESCO fait état des études menées par Facebook selon lesquelles 32% des adolescentes déclarent que, lorsqu'elles se sentent mal dans leur corps, Instagram (réseau social propriété de Meta), exacerbe leur mal-être.

Il souligne aussi la conception même du réseau social TikTok qui augmente l'addiction à l'application par le biais de vidéos courtes et alléchantes. Selon le rapport, ce modèle de gratification instantanée de TikTok, peut avoir un impact négatif sur les capacités cognitives et les habitudes d'apprentissage des plus jeunes en rendant plus difficile la concentration dans le cadre des études ou des activités extra-scolaires.

Selon ce rapport, Les filles souffrent également davantage que les garçons de cyberharcèlement. « En moyenne, dans les pays de l'OCDE disposant de données sur le sujet, 12 % des filles de 15 ans, contre 8 % des garçons, ont déclaré avoir été victimes de cyberharcèlement. Cette situation s'aggrave avec la prolifération de contenus à caractère sexuel basés sur l'image, de « deepfakes » (photos ou vidéos falsifiées) générés par l'intelligence artificielle et d'images à caractère sexuel auto-générées circulant en ligne et dans les salles de classe. Dans plusieurs pays analysés pour le rapport, des étudiantes ont déclaré avoir été exposées à des images ou vidéos à leur insu. » (UNESCO, 2024).

4-2- L'exploitation sexuelle :

Internet et les médias sociaux en particulier sont prisés par les adolescents qui les utilisent pour le divertissement et l'information, mais aussi pour les interactions avec les pairs.

Cette utilisation massive des jeunes des réseaux sociaux augmente le risque d'exposition à des contenus sexuels ou pire, d'être sollicités sexuellement par des personnes adultes. Cela est favorisé par l'anonymat offert sur la toile qui encourage les cyber-délinquants sexuels à solliciter des jeunes vulnérables pour des activités sexuelles. (Paquette et al., 2023, p.56).

4-3- Addiction à internet et aux réseaux sociaux :

Selon Karila et Benhaïem (2013), le terme « addiction » est issu du latin *addictus* signifiant « esclave pour une dette ». Aussi, et selon le droit Romain, une personne incapable de payer une dette devenait esclave du plaignant.

Dans le domaine de la psychologie, une addiction est un processus dans lequel la réalisation d'un comportement a pour fonction la procuration du plaisir et le soulagement d'un malaise intérieur, et qui est caractérisé par l'incapacité de contrôler ce comportement malgré et sa persistance malgré ses conséquences négatives. Si le concept d'addiction renvoie plus à la composante psychologique, au besoin compulsif d'utiliser une substance et au comportement persistant malgré les conséquences, le concept de dépendance est plus exhaustif car il regroupe aussi la composante physique du phénomène. D'ailleurs la dépendance physique est perçue plus facilement (symptômes de sevrage en cas d'arrêt) dans les troubles liées à l'usage de substances comme l'alcoolisme et le tabagisme. (Sergerie, 2020).

Ces mêmes troubles liés aux substances sont bien connues par les spécialistes et le public. Par contre il y a des addictions ou dépendances qui sont mal connues, alors qu'elles peuvent causer des conséquences négatives et un grave dysfonctionnement chez la personne qui en souffre. Il est question des dépendances ou addictions sans substances ou les dépendances comportementales. Le jeu pathologique appelé par les Anglais « *excessive gambling* », l'addiction sexuelle, les achats pathologiques font partie de ce spectre addictif comportemental. (Romo et al., 2012)

4-3-1- Cyberaddiction ou cyberdépendance :

Pour désigner la dépendance ou l'addiction associée aux nouvelles technologies ou l'utilisation problématique de Internet, on ajoute désormais un préfixe et on écrit : cyberdépendance, cyberaddiction. Et il s'agit aussi de dépendance comportementale faisant partie du spectre addictif.

Sergerie (2020) nous donne une définition qui semble exhaustive de la cyberdépendance : et il y ajoute l'usage problématique des technologies, à l'usage

problématique d'internet. Selon cet auteur, la cydépendance survient lorsque l'utilisation excessive et répétée des outils technologiques (ordinateurs, smartphones, tablettes, consoles de jeu vidéo, etc.) ou des moyens de communication sur internet ou en ligne (réseaux sociaux, courriels, clavardage, messagerie texte ou vidéo, etc.) engendre un sentiment de détresse chez l'individu. La détresse s'exprime notamment sous la forme d'une perte de contrôle (par exemple, dans l'intensité, la fréquence et la durée), d'un malaise lorsque l'accès est impossible et de difficultés qui perturbent le fonctionnement de la personne de différentes façons (problèmes psychologiques, problèmes scolaires ou professionnels comme l'échec, manque d'assiduité, retard et absentéisme, et des problèmes sociaux et relationnels comme l'isolement ou le retrait social, conflits dans le couple, etc.).

Selon Deleuze et al. (2016, p. 823), « le concept « d'addiction à internet » est apparu suite aux premières observations clinique de patients caractérisés par une utilisation incontrôlée et problématique d'internet. » l'addiction en question est considérée comme un mode inadapté d'utilisation d'internet qui se traduit par un aspect dysfonctionnel et des conséquences négatives. Selon ces auteurs, les symptômes associés à ce trouble sont :

Saillance (préoccupations liées à l'utilisation d'internet) ;

Tolérance (besoin accru d'engagement dans des activités en ligne pour obtenir le niveau désiré de stimulation ou d'excitation) ;

Manque (irritation, saute d'humeur lors de la privation de l'accès à internet) ;

Perte de contrôle sur l'utilisation d'internet ;

Modification de l'humeur (utilisation d'internet pour réguler des émotions négatives) ;

Conflits avec différentes sphères de la, vie quotidienne (sociale, professionnelle).

Il faut dire que l'usage dysfonctionnel d'internet peut être lié à un grand nombre d'activités différentes comme les jeux vidéo, le « cybersexe », l'utilisation des réseaux sociaux ou les jeux d'argent. Deleuze et al. (2016 p. 823).

Romo et al. (2012) ajoute que pour l'individu atteint, la cyberaddiction apparaît comme une sorte de refuge qui lui permet l'évitement de l'affrontement de ses problèmes de la vie quotidienne, une sorte d'échappatoire à la réalité qui constitue l'une des motivations intimes du cyberdépendant. Dans le même sens, Herry (2022, p.37) estime que l'utilisateur intensive du smartphone par les personnes atteintes de cyberaddiction, « permettraient à ces personnes d'occuper une grande partie de leurs capacités cognitives et attentionnelles afin de ne pas connaître des périodes calmes, propices à l'introspection [...] sources de confrontation avec des souvenirs pénibles, voire à des traumatismes. Lorsque ces personnes se retrouvent privées de leurs appareils, tout ce à quoi elles avaient soigneusement évité de penser précédemment, leur revient brutalement, créant malaise, anxiété, stress et dépression ». D'autres auteurs ont conceptualisé que cette addiction ne constitue qu'un trouble secondaire constituant un mode d'évitement des relations sociales chez une personne anxieuse ou une échappatoire chez une personne dépressive ou ayant subi un traumatisme. Autrement dit ce sera plus une stratégie de coping dysfonctionnelle plutôt qu'une conduite addictive. (Deleuze et al. 2016).

Quelques caractéristiques des individus atteints sont énumérées comme suit :

Une immaturité socioaffective,

Un vide identificatoire,

Une frustration et une incapacité à la surmonter,

Une anxiété persistante,

Des troubles du comportement ainsi que de la dépendance affective,

Un sentiment de non-valeur et de non-reconnaissance,

Un sentiment d'isolement et un caractère solitaire,

Un vide émotionnel. (Romo et al., 2012, p.24).

De toute façon, on s'étonne que le DSM 5, manuel diagnostique publié et mis à jour régulièrement par l'association américaine de psychiatrie ne reconnaisse pas la cyberdépendance comme un trouble répertorié ou un nouveau diagnostic. Cependant le

DSM-5 incorpore « le trouble lié à l'usage des jeux vidéo en ligne » (internet gaming disorder) dans sa section 3, destinée aux troubles devant faire l'objet de recherches futures. (Deleuze et al., 2016, p.836).

La CIM-11 publié par l'Organisation Mondiale de la Santé (OMS) en 2018, reconnaît officiellement le trouble du jeu vidéo et le définit. Cependant les jeux vidéo ne sont qu'un sous type d'usage des technologies. Et il à espérer que cette inclusion ouvrira la voie à celle des autres types d'usage excessif des technologies. Comme l'addiction aux réseaux sociaux. (Sergeyev, p.27).

- Conclusion :

L'importance et l'utilité des technologies numériques considérées comme révolutionnaires, ne doit pas nous faire oublier leur statut d'outils. En effet, si l'outil numérique a cet avantage de pouvoir potentialiser nos compétences humaines (gestion des données, communication facilitée, interventions chirurgicales ciblées, pilotage automatique des avions, etc.), il n'en reste pas moins que le danger de devenir dépendant de cet outil n'est jamais assez loin. Et cette dépendance est porteuse d'un affaiblissement conséquent des fonctions cérébrales humaines surtout celles des cerveaux en cours de développement des enfants et des adolescents.

L'émergence récente du dernier né de cette digitalisation qu'est « l'intelligence artificielle » rend plus difficile cette tâche de rationaliser ou de ranger nos « écrans » dans les placards le temps de prendre du recul et voir où est ce que nous allons.

Et pourtant, les signaux d'alarmes sont là, et de plus en plus de personnes, spécialistes, parents, politiciens et autres avocats, essaient d'attirer l'attention des utilisateurs et des pouvoirs publics pour plus de prudence et de réglementation dans l'utilisation de ces technologies.

Nous avons vu par exemple que Ducanda (2021) qui cite le « New York Times », qui nous apprend que les grands constructeurs et dirigeants des firmes de ces outils numériques de la Silicon valley (Apple, Facebook, Microsoft...), ménagent leurs enfants

en leurs limitant le temps d'utilisation car nuisant à leur développement et ce depuis 2014 déjà.

Et ce n'est que récemment que la pression a commencé à monter au niveau mondial sur les plateformes de réseaux sociaux accusés par de nombreuses associations et autorités de nuire à la santé mentale des plus jeunes.

En octobre 2024, une quarantaine d'États américains ont porté plainte contre les plateformes de Meta, leur reprochant de nuire à la santé mentale et physique de la jeunesse, à cause des risques d'addiction, de cyberharcèlement ou de troubles de l'alimentation. Un médecin américain a demandé à contraindre les réseaux sociaux à afficher des messages informant les mineurs des dangers liés à leur utilisation comme : « Instagram crée une dépendance... ». L'Australie aussi, entend fixer un âge minimal pour l'utilisation des réseaux sociaux à 14 ans, ce à quoi résiste Meta au nom d'un certain droit à la confidentialité en disant « nous ne voulant pas obliger 3 milliards de personnes à fournir une pièce d'identité ». (AFP cité par El Watan du 22.09.2024).

6- Recommandations :

6-1- Le rôle des parents :

La parentalité étant une adaptation à cette longue enfance de l'espèce humaine caractérisée par une dépendance prolongée de l'enfant et de l'adolescent est nécessaire pour le développement du cerveau immature, qui se déroule principalement pendant les deux premières années de la vie humaine. L'importance des parents est directe et indirecte à la fois. Par leur présence ils sont les garants d'un bon développement en tant que « figures d'attachement stables » bénéfique pour le développement du jeune humain. Ils constituent aussi, un rempart de protection de l'enveloppe psychique encore fragile de cet être en développement, en le protégeant contre les sur-stimulations, en créant un environnement familial propice fait d'interactions sociales affectueuses. Dans le contexte de l'impact nocif potentiel des nouvelles technologies sur le développement des jeunes, il est clair que ceux-là par leur immaturité sont incapables de réguler leurs utilisations de ces outils et risques d'être perturbés dans leur développement sans le rôle

protecteur et régulateur des parents. Dans ce sens, il faut former les parents et les informer de :

- L'importance de leurs interactions socioaffectives avec leur enfant pour le bon développement psychologique de ce dernier.
- La nocivité potentielle de la surexposition des écrans et en particulier, l'exposition précoce des enfants aux écrans surtout sur le développement communicatif et langagier.
- L'importance de favoriser le jeu chez leur enfant par l'utilisation de moyens simples et disponibles dans l'environnement de cet enfant (cubes, gobelets, balles, boîtes). Ces objets du quotidien sont plus bénéfiques dans l'activité ludique de l'enfant que les smartphones ou tablettes car ils permettent à l'enfant de développer sa motricité et ses capacités sensorielles et cognitives comme imagination dans le jeu du faire semblant.
- Certains auteurs pointent aussi l'importance de l'ennui, et insistent que l'ennui est bénéfique car il permet à l'enfant de faire usage de son imagination. Il faut donc que les parents cessent de vouloir meubler l'environnement de l'enfant avec des écrans (télévisions connectée, tablettes) au risque de favoriser une cyberdépendance chez lui.

6-2- Rôles des pouvoirs publics :

Les gouvernements en tant que garants de la protection des citoyens utilisateurs de services publiques (internet) ou de produits disponibles sur le marché de leur territoire (smartphones, tablettes), doivent veiller à ce que les consommateurs soient protégés des dangers potentiels de ces services ou produits ou de leur utilisation potentiellement nocive. Cette dangerosité peut émaner soit du service ou produit lui-même, de son utilisation (fréquence, quantité ou durée). Dans ce sens, l'utilisation de ces nouvelles technologies, sans être trop restrictive par rapports aux libertés individuelles, doit être régulée par des lois adaptés et issues de recommandations des experts et spécialistes de la santé.

- Références :

- AFP. (2024, 22 septembre). Le réseau social américain est sous pression. El Watan. <https://elwatan-dz.com/le-reseau-social-americain-est-sous-pression-instagram-renforce-les-protections-pour-les-adolescents>
- Bonnet, M. (2020). Quand le cerveau apprend. Paris : ESF Sciences Humaines.
- Deleuze, J., Maurage, P., De Timary, P.& Billieux, J. Addiction à internet : Le cas des jeux vidéo en ligne. (2016). Dans Reynaud, M., Karilla, L., Haubin, H.J.& Benyamina, A. Traité d'addictologie. Paris : Edition Lavoisier.
- Ducanda, A. L. (2021). Les tout petits face aux écrans Comment les protéger. Monaco : Editions Du Rocher.
- Giroux, I., Goulet, A.& Jacques, C. La face cachée de Facebook. (2015). Dans S. Grondin (dir), la psychologie au quotidien 2 (pp. 177-198). Laval : Presses de l'Université Laval.
- Guedeney, A. (2014). Petite enfance et Psychologie. Paris: Elsevier Masson.
- Herry, S. (2022). Faire face à l'addiction aux écrans. Ellipses.
- Karila, L.& Benhaiem, A. (2013). Accro ! Nouvelles addictions : sexe, Internet, shopping, Réseaux sociaux. Roubaix : Flammarion.
- Kemp,S. (23 février 2024). Digital 2024 : Algeria. Datareportal. Consulté le 09 septembre 2024 sur <https://datareportal.com/reports/digital-2024-algeria>.
- Laval, V. (2019). Psychologie du développement. Paris : Dunod.
- Lindenberg, K., Kindt, S.& Szasz-Janocha, C. (2020). Internet Addiction in Adolescents. London : Springer.
- Pappalia, D.& Feldman, R.D. (2014). Psychologie du développement de l'enfant. Montréal : TC Média Livres Inc.
- Paquette, S., Chopin, J.& Fortin, F. (2023) Crimes sexuels en ligne, délinquants et victimes. Laval : Les Presses de l'Université Laval.
- Rapport de la Commission des 1000 premiers jours. (2020). Les 1000 premiers jours, là où tout commence. Ministère des Solidarités et de la Santé. (France).

Romo, L., Bioulac, S., Kern, L.& Michel, G. (2012). La dépendance aux jeux vidéo et à internet. Paris : Dunod.

Sergerie, M.A. (2020). Cyberdépendance. Montréal : Les Editions La Presse.

Twendje, J.M. (2018). Génération Internet. Bruxelles : Editions Mardaga.

Unesco. (25 avril 2024). Global Education Monitoring Report. Consulté le 09 septembre 2024. <https://www.unesco.org/gem-report/fr/articles/lunesco-met-en-garde-contre-limpact-des-reseaux-sociaux-sur-le-bien-etre-lapprentissage-et-les-choix>