

TEST PARENT-ENFANT SUR LA DÉPENDANCE À L'INTERNET (CYBERDÉPENDANCE)

Source : <http://www.missa.org/cyberdependance.php>

Comment savoir si votre enfant est possiblement dépendant à l'internet? Plusieurs parents demanderont à tout le moins, à leurs enfants, combien de temps ils ou elles passent sur l'internet. Cependant certains enfants pourraient ne pas vous dire toute la vérité, plus particulièrement s'ils sont cyberdépendants. Si l'ordinateur est installé dans leur chambre à coucher, il vous sera d'autant plus difficile de connaître toute la vérité. Le test qui suit peut vous aider à déterminer si vous avez affaire à un cas de dépendance à l'internet dans votre foyer. Il est utile, lorsque vous répondrez au questionnaire, de considérer uniquement le temps ou votre enfant utilise l'internet à des fins non-académiques (par exemple: jeux, chat, navigation).

VEUILLEZ RÉPONDRE AUX QUESTIONS QUI SUIVENT EN UTILISANT L'ÉCHELLE SUIVANTE:

1 = NON APPLICABLE OU RAREMENT

2 = OCCASIONNELLEMENT

3 = FRÉQUEMMENT

4 = SOUVENT

5 = TOUJOURS

1. COMMENT SOUVENT EST-CE QUE VOTRE ENFANT DÉSOBÉIT AUX LIMITES DE TEMPS QUE VOUS LUI DÉTERMINEZ POUR SON USAGE EN LIGNE DE L'INTERNET?

1 = Rarement

2 = Occasionnellement

3 = Fréquemment

4 = Souvent

5 = Toujours

2. COMMENT SOUVENT EST-CE QUE VOTRE ENFANT NÉGLIGE SES CORVÉES À LA MAISON, POUR PASSER PLUS DE TEMPS EN LIGNE SUR L'INTERNET?

1 = Rarement

2 = Occasionnellement

3 = Fréquemment

4 = Souvent

5 = Toujours

3. COMMENT SOUVENT EST-CE QUE VOTRE ENFANT PRÉFÈRE PASSER PLUS DE TEMPS EN LIGNE SUR L'INTERNET, PLUTÔT QU'AVEC LE RESTE DE VOTRE FAMILLE?

1 = Rarement

2 = Occasionnellement

3 = Fréquemment

4 = Souvent

5 = Toujours

Ce document est la propriété de Séminaires et Conférences Stéphanie Milot inc. Toute reproduction est interdite.

Pour nous joindre : Bureau : (450) 978-2725 Cellulaires : (514) 573-3525 — (514) 730-8318 Fax. : (450) 505-3492
Courriel : info@stephaniemilot.com Web : www.stephaniemilot.com www.clubdusucces.com

4. COMMENT SOUVENT EST-CE QUE VOTRE ENFANT ÉTABLIT DE NOUVELLES RELATIONS AVEC DES PERSONNES EN LIGNE SUR L'INTERNET?

- 1 = Rarement
- 2 = Occasionnellement
- 3 = Fréquemment
- 4 = Souvent
- 5 = Toujours

5. COMMENT SOUVENT EST-CE QUE VOUS VOUS PLAINEZ AU SUJET DE LA QUANTITÉ DE TEMPS PASSÉE EN LIGNE SUR L'INTERNET PAR VOTRE ENFANT?

- 1 = Rarement
- 2 = Occasionnellement
- 3 = Fréquemment
- 4 = Souvent
- 5 = Toujours

6. COMMENT SOUVENT EST-CE QUE LES RÉSULTATS SCOLAIRES DE VOTRE ENFANT SOUFFRENT À CAUSE DU TEMPS QU'IL OU ELLE PASSE EN LIGNE SUR L'INTERNET?

- 1 = Rarement
- 2 = Occasionnellement
- 3 = Fréquemment
- 4 = Souvent
- 5 = Toujours

7. COMMENT SOUVENT EST-CE QUE VOTRE ENFANT VÉRIFIE SES COURRIELS AVANT DE FAIRE AUTRE CHOSE?

- 1 = Rarement
- 2 = Occasionnellement
- 3 = Fréquemment
- 4 = Souvent
- 5 = Toujours

8. COMMENT SOUVENT EST-CE QUE VOTRE ENFANT SEMBLE EN RETRAIT DES AUTRES DEPUIS QU'IL OU ELLE A DÉCOUVERT L'INTERNET?

- 1 = Rarement
- 2 = Occasionnellement
- 3 = Fréquemment
- 4 = Souvent
- 5 = Toujours

9. COMMENT SOUVENT EST-CE QUE VOTRE ENFANT DEVIENT SUR LA DÉFENSIVE OU SECRET LORSQU'IL OU ELLE LUI EST DEMANDÉ(E) CE QU'IL OU ELLE FAIT EN LIGNE SUR L'INTERNET?

- 1 = Rarement
- 2 = Occasionnellement
- 3 = Fréquemment
- 4 = Souvent
- 5 = Toujours

10. COMMENT SOUVENT EST-CE QUE VOUS AVEZ SURPRIS VOTRE ENFANT ACCÉDANT EN LIGNE SUR L'INTERNET, CONTRE VOTRE VOLONTÉ?

- 1 = Rarement
- 2 = Occasionnellement
- 3 = Fréquemment
- 4 = Souvent
- 5 = Toujours

11. COMMENT SOUVENT EST-CE QUE VOTRE ENFANT PASSE DU TEMPS SEUL DANS SA CHAMBRE JOUANT À L'ORDINATEUR?

- 1 = Rarement
- 2 = Occasionnellement
- 3 = Fréquemment
- 4 = Souvent
- 5 = Toujours

12. COMMENT SOUVENT EST-CE QUE VOTRE ENFANT REÇOIT DES APPELS TÉLÉPHONIQUES ÉTRANGES, DE NOUVEAUX CYBER-AMIS RENCONTRÉS "EN LIGNE" ?

- 1 = Rarement
- 2 = Occasionnellement
- 3 = Fréquemment
- 4 = Souvent
- 5 = Toujours

13. COMMENT SOUVENT EST-CE QUE VOTRE ENFANT RÉPLIQUE, CRIE, OR RÉAGIT AVEC CONTRARIÉTÉ, SI IL OU ELLE EST DÉRANGÉ(E) ALORS QU'IL OU ELLE EST EN LIGNE SUR L'INTERNET?

- 1 = Rarement
- 2 = Occasionnellement
- 3 = Fréquemment
- 4 = Souvent
- 5 = Toujours

14. COMMENT SOUVENT EST-CE QUE VOTRE ENFANT APPARAÎT PLUS ÉPUISÉ(E) ET FATIGUÉ(E) QU'IL OU ELLE L'ÉTAIT AVANT SA POSSIBILITÉ D'UTILISER L'INTERNET?

- 1 = Rarement
- 2 = Occasionnellement
- 3 = Fréquemment
- 4 = Souvent
- 5 = Toujours

15. COMMENT SOUVENT EST-CE QUE VOTRE ENFANT SEMBLE PRÉOCCUPÉ DE RETOURNER EN LIGNE LORSQU'IL N'EST PAS SUR L'INTERNET?

- 1 = Rarement
- 2 = Occasionnellement
- 3 = Fréquemment
- 4 = Souvent
- 5 = Toujours

16. COMMENT SOUVENT EST-CE QUE VOTRE ENFANT DÉMONTRE DES ACCÈS DE COLÈRE EN RAPPORT AVEC VOTRE INTERFÉRENCE CONCERNANT COMBIEN DE TEMPS IL OU ELLE PASSE EN LIGNE SUR L'INTERNET?

- 1 = Rarement
- 2 = Occasionnellement
- 3 = Fréquemment
- 4 = Souvent
- 5 = Toujours

17. COMMENT SOUVENT EST-CE QUE VOTRE ENFANT CHOISIT DE PASSER DU TEMPS EN LIGNE SUR L'INTERNET, PLUTÔT QUE DE S'ADONNER À DES ACTIVITÉS DE DÉLASSEMENT QU'IL OU ELLE AUPARAVANT APPRÉCIAIT ET/OU DES ACTIVITÉS QUI L'INTÉRESSENT À L'EXTÉRIEUR DE LA MAISON?

- 1 = Rarement
- 2 = Occasionnellement
- 3 = Fréquemment
- 4 = Souvent
- 5 = Toujours

18. COMMENT SOUVENT EST-CE QUE VOTRE ENFANT DEVIENT EN COLÈRE LORSQUE VOUS LUI DÉTERMINEZ DES LIMITES DE TEMPS ALLOUÉ À PASSER EN LIGNE SUR L'INTERNET?

- 1 = Rarement
- 2 = Occasionnellement
- 3 = Fréquemment
- 4 = Souvent
- 5 = Toujours

19. COMMENT SOUVENT EST-CE QUE VOTRE ENFANT A DÉCIDÉ DE PASSER PLUS DE TEMPS EN LIGNE SUR L'INTERNET PLUTÔT QUE DE SORTIR AVEC SES AMI(E)S?

- 1 = Rarement
- 2 = Occasionnellement
- 3 = Fréquemment
- 4 = Souvent
- 5 = Toujours

20. COMMENT SOUVENT EST-CE QUE VOTRE ENFANT S'EST SENTI DÉPRIMÉ, DE MAUVAISE HUMEUR, OU NERVEUX LORSQU'IL N'EST PAS EN LIGNE SUR L'INTERNET, CE QUI SEMBLE SE RÉSOUDRE LORSQU'IL REVIENT EN LIGNE SUR L'INTERNET?

- 1 = Rarement
- 2 = Occasionnellement
- 3 = Fréquemment
- 4 = Souvent
- 5 = Toujours

Lorsque vous aurez répondu à toutes les questions, additionnez les nombres que vous aurez sélectionnés pour chaque réponse afin d'obtenir un score final. Plus le score est élevé, plus est élevé le niveau de dépendance à l'internet de votre enfant. Voici un barème général pour vous aider à mesurer le score:

20 - 49 points: Votre enfant est un utilisateur en ligne moyen. Il ou elle peut naviguer sur le Web un peu trop longtemps parfois, mais semble avoir le contrôle de son usage.

50 - 79 points: Votre enfant semble expérimenter des problèmes, d'occasionnels à fréquents, à cause de l'internet. Vous devriez considérer le plein impact de l'internet sur la vie de votre enfant et comment ceci a des conséquences sur le reste de votre famille.

80 - 100 points: L'usage de l'internet cause des problèmes significatifs à la vie de votre enfant et très probablement à votre famille. Vous devez prendre ces problèmes en mains dès maintenant.

Source : <http://www.missa.org/cyberdependance.php>



Ce document est la propriété de Séminaires et Conférences Stéphanie Milot inc. Toute reproduction est interdite.

Pour nous joindre : Bureau : (450) 978-2725 Cellulaires : (514) 573-3525 — (514) 730-8318 Fax. : (450) 505-3492
Courriel : info@stephaniemilot.com Web : www.stephaniemilot.com www.clubdusucces.com