

Les prisonniers de la Toile

Sur les 38 millions d'internautes, un grand nombre ne peut plus « décrocher ». Ce sont les « cyberdépendants ». Ils jouent en ligne, collés à leurs écrans, ou tout simplement leurs mails, Facebook, Twitter, en boucle. Ce sont les nouveaux « toxicos », soignés comme tels

Le virtuel, au même titre que l'alcool, la cigarette ou la cocaïne, rendrait « accro ». Sur internet, les forums médicaux regorgent de témoignages sur l'addiction... à internet. Les psychothérapeutes parlent d'une « dépendance sans produits ». Ils lui ont même donné un nom la « cyberdépendance » mot-valise apparu au milieu des années 1990. Alors que la France compte 38 millions de connectés et que le web a envahi nos vies, à partir de quand devient-on toxique ? « En fait, tout le monde est dépendant. Le dérapage, c'est quand internet devient un loisir exclusif, au point que l'entourage commence à s'alerter », explique le docteur Marc Valleur, qui dirige l'hôpital Marmottan à Paris, spécialisé dans le traitement des toxicomanes. Deux grands groupes de « malades » se détachent : les fanatiques des jeux d'argent en ligne et de jeux vidéos, et ceux qui passent leur temps sur des mails, Facebook et Twitter. « L'addiction aux jeux d'argent est traditionnelle ».

Tous les ingrédients sont réunis pour rester rivé à l'écran. Plus on joue, plus son personnage devient puissant. Le temps ne s'arrête jamais. Abandonner la partie est donc déconseillé. A l'isolement qu'entraîne une surdose de jeu s'ajoutent des troubles physiques. Certaines personnes grossissent, faute de prendre des repas équilibrés, d'autres maigrissent, ne s'octroyant même plus de pause pour manger. Maux de dos, syndrome du canal carpien (douleurs aux mains)... terrassent ces chevaliers du virtuel.

Les dernières mutations d'internet, smartphones, réseaux sociaux... ont fait apparaître de nouveaux abus. Les réseaux sociaux font plonger les plus fébriles des internautes. « On devient obsédé par les réponses et les réactions de nos amis sur facebook comme un Hamster dans une roue à vérifier sans cesse les mails, Facebook, Twitter » constate Thierry Crouzet, journaliste, auteur de « J'ai débranché. Comment revivre sans internet après une overdose ».

Dans les hôpitaux, le traitement repose essentiellement sur des thérapies comportementales et cognitives. On demande aux patients de tenir un carnet de bord et d'y noter les sorties au cinéma, au restaurant avec les copains et les rencontres avec des amis ou des parents. Le docteur Lejoyeux fait l'éloge de la thérapie « de changement » on propose des activités physiques et sportives. La variable c'est l'intégration sociale et culturelle.

BERENICE ROCFORT-GIOVANNI

Editions FAYARD

QUESTIONS :

I. Compréhension : (12pts)

1) Ce texte est :

- Une réflexion sur un fait de société.
- Une critique du livre de Thierry Crouzet.
- Une mise en garde contre les dangers d'internet.
- Une présentation des avantages et des inconvénients des nouvelles technologies.

Choisissez la réponse qui convient. (1pt)

- 2) Cet article évoque l'idée de cyberdépendance. Donnez en deux phrases (sans reprendre les mots du texte) la définition de ce concept. (2pts)
- 3) Existe-t-il des remèdes contre la cyberdépendance ? (2pts)

Justifiez votre réponse en citant le (s) passage(s) du texte correspondant(s)

- 4) Selon le texte, le web devient toxique quand :
 - a) Tout le monde devient dépendant.
 - b) Les jeux en ligne se multiplient.
 - c) Le virtuel prend le dessus sur le réel.

Choisissez la ou les réponse(s) qui convien(nen)t (1pt)

- 5) Les « accros des jeux en ligne » souffrent de :

- a) Pathologies physiques.
- b) Pathologies neurologiques.
- c) Pathologie psychologique.

Choisissez la ou les réponse(s) qui convien(nen)t (1pt)

Puis justifiez votre (vos) réponse(s) en relevant un mot ou une expression du texte. (1pt)

- 6) Relevez du texte un synonyme du mot « dépendance ». (1pt)

- 7) Ecrivez à la forme passive les phrases suivantes :

- « Maux de dos, syndrome du canal carpien terrassent ces chevaliers du virtuel ». (1pt)
- Les psychothérapeutes lui ont donné un nom, la « cyberdépendance ». (1pt)

- 8) Expliquez le titre du texte. (1pt)

1. Expression écrite : (8pts)

Choisissez puis développez l'un des deux sujets proposés :

- Rédigez le compte rendu critique du texte.

OU :

- Ecrit argumenté :

Après avoir lu les différents avis sur la cyberdépendance, vous écrirez à Linternaute.com (magazine en ligne) pour donner votre avis sur la question.

Votre argumentation sera illustrée par des exemples précis. N'oubliez pas de trouver un titre à votre article en ligne.