

Internet : un ado et maladie mentale

qui passe plus de 6h par jour en ligne augmente ses risques de maladie mentale

Date de dernière mise à jour : le 4 juillet 2017 à 10 h 11 min

Selon une récente étude britannique, un enfant ou un adolescent qui passe trop de temps connecté à Internet serait plus susceptible de développer une ou plusieurs maladies mentales, comme la dépression. L'étude pointe aussi du doigt la présence, parfois excessive, des adolescents sur les réseaux sociaux. Quelles en sont les conséquences véritables sur le long terme ?
adolescents internet maladies mentales

Chaque jour, de nombreuses études tentent d'analyser et de comprendre notre comportement vis à vis de la technologie et vis à vis d'Internet. De nombreux instituts se penchent aussi sur le rapport à Internet des enfants et des adolescents. De nos jours, un enfant de 5 ans s'y connecte jusqu'à 3 heures par jour ! Plus un enfant grandit, plus il passera du temps connecté à Internet !
Le rapport entre Internet et les maladies mentales

Selon le Education Policy Institute, une institution britannique dont le but est de promouvoir une éducation de qualité dans les écoles anglaises , un tiers des adolescents de 15 ans en Angleterre peuvent être considéré comme des utilisateurs excessifs d'Internet ! Qu'est ce qu'un usage excessif ? Il s'agit d'un ado qui passe plus de 6 heures par jour en ligne !

Cette tendance à la surconsommation est bien plus importante en Angleterre que dans les autres pays européens. L'étude met aussi en avant d'autres chiffres particulièrement inquiétant :

12 % des enfants qui n'abusent pas d'Internet ou des réseaux sociaux présentent des symptômes de maladies au cours de la journée. Ce pourcentage grimpe à 27% si l'adolescent a une consommation excessive d'Internet pendant ce même jour.

Toujours selon cette étude, un adolescent qui abuse d'Internet aurait aussi plus tendance à être victime de racket ou d'intimidation. Un manque de réseau entraînerait aussi une profonde détresse chez la plupart des sujets sondés. Ce constat rejoint donc celui de cette autre étude.

La question des réseaux sociaux a aussi été soulevée par l'institut :

Un adolescent qui souffre de dépression ou d'une autre maladie mentale passe-il plus de temps sur les réseaux sociaux ? Ou les réseaux sociaux sont-ils la cause de son malaise ?

L'institut encourage les parents et les infrastructures scolaires à travailler main dans la main pour encadrer efficacement la présence sur Internet des adolescents. Selon les chercheurs en charge de l'étude, il est clairement nécessaire de limiter le temps de connexion des ados !

Désormais, les enfants ont leur premier smartphone dès 10 ans en moyenne

Si l'ère des smartphones a changé une chose primordiale, c'est bien l'âge auquel on commence déjà à accéder à cette technologie. Une étude révèle que les enfants ont désormais un téléphone dès 10 ans en moyenne, un record de jeunesse.

Age moyen premier smartphone

Vous faites partie de cette génération où inviter vos amis en soirée se faisait par courrier postal ? Vous faites partie de cette génération qui ne sait même pas ce qu'est un "courrier postal" ? Cet article vous est dédié, à tous les deux.

L'accessibilité au numérique tend à se faire de plus en plus jeune, ce qui n'est pas étonnant à la vue de la progression des technologies aussi bien dans nos tâches quotidiennes (faire les courses, payer nos impôts) que dans notre sociabilisation (Snapchat, Facebook, ou encore WhatsApp).

Mais à quel point ? Nos confrères de TechCrunch ont pu avoir un bref aperçu d'une étude réalisée par Influence Central sur le thème des enfants et de la technologie. Ce qu'il y est dit est édifiant :

L'âge moyen pour un enfant de posséder un smartphone est désormais passé à 10, 13 ans.

Les tablettes sont passées de 26 à 55% dans le choix préféré des enfants pendant un trajet de voiture. Les téléphones sont à 45%.

64% des enfants ont accès à internet via leur propre ordinateur ou tablette

39% des enfants ont un compte sur les réseaux sociaux dès 11,4 ans en moyenne. 11% avant même leur 10 ans.

Le pourcentage d'enfant accédant à internet via un ordinateur dans une salle partagée par la famille est descendu de 85% en 2012 à 76% en 2016. 24% en ont un accès privé dans leur chambre (presque un quart !).

Comme quoi, malgré le ralentissement de ce secteur, tout porte à croire que les tablettes sont toujours populaires auprès des enfants. Pourquoi parler industrie des suites de cela ?

Tout bonnement parce que le cabinet réalisant cette étude est en réalité une firme de marketing, et que ces résultats ont été conclus à partir d'un sondage réalisé sur 500 mères de famille aux Etats Unis... Autant avouer de suite que cette étude ne veut rien dire.

<http://www.phonandroid.com/adolescent-heures-jours-risques-maladies-mentales-internet.html>