

## Êtes-vous accro au téléphone portable ?

### Compréhension audiovisuelle - solutions

1. Quel est le défi que nous lance la présentatrice au début de l'émission ?

*Saurez-vous résister à l'appel de votre téléphone portable ?*

2. Cochez la bonne case :

Selon le présentateur, beaucoup de gens se réveillent avec le téléphone portable sur ou sous leur oreiller.

vrai

faux

3. Complétez la phrase :

Le portable nous *distrait* dans les transports, nous *déconcentre* au travail, mais heureusement il nous *sauve* quand on est perdu ou en retard.

4. Cochez les deux bonnes cases :

Combien de fois par jour vérifions-nous notre téléphone portable en moyenne ?

en général :

pour les jeunes entre 18 et 24 ans :

16,6 fois

environ 30 fois

26,6 fois

environ 40 fois

36,6 fois

environ 50 fois

5. Comment s'appelle l'addiction au téléphone portable ?

*la nomophobie*

6. Citez deux conséquences de ce que le psychiatre appelle « l'attention répondante » :

*- on perd notre concentration / la perte de concentration*

*- ça peut perturber le sommeil / la perturbation du sommeil*

7. Complétez la phrase :

Si on a *une attaque de panique* quand on est obligé de se passer de son téléphone portable, ça veut dire qu'on est accro au portable.



8. Cochez les deux bonnes cases :

Pour les personnes dépendantes, le portable est comme...

- un meilleur ami
- une partie du corps
- un deuxième cerveau
- une prothèse
- un instrument

9. Cochez la bonne case :

Le psychiatre ne pense pas que le téléphone portable puisse enrichir notre vie.

vrai

faux

10. Citez deux raisons pour lesquelles on devrait couper son portable de temps en temps :

*- pour prendre conscience à quel point on est dépendant ou pas / pour savoir si on est dépendant ou pas*

*- pour se recentrer sur soi*