**Êtes-vous accro au téléphone ? – 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 ?**

1. Cochez la bonne case :

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

 **X** 

1. 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.

1. 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

**X** 26,6 fois  environ 40 fois

 36,6 fois **X** environ 50 fois

1. Comment s’appelle l’addiction au téléphone portable ?

**la nomophobie**

1. 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**

1. 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.

1. Cochez les deux bonnes cases :

Pour les personnes dépendantes, le portable est comme…

 un meilleur ami

 **X** une partie du corps

 un deuxième cerveau

 **X** une prothèse

 un instrument

1. Cochez la bonne case :

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

 **vrai faux**

   **X**

1. 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**