

Questionnaire FACEBOOK : Bergen Facebook Addiction Scale



Addict'AIDE
LE VILLAGE DES ADDICTIONS

La Bergen Facebook Addiction Scale a été développée par des chercheurs norvégiens et permet de mesurer le risque de dépendance associé à Facebook.

Cette échelle repose sur 6 questions et donne un score de 6 à 12 points.

<https://www.addictaide.fr/parcours/facebook/>

Question n°1 : Vous passez beaucoup de temps à penser à Facebook ou à ce que vous allez faire sur Facebook ?

- ☐ Très rarement = 1
- ☐ Rarement = 1
- ☐ Parfois = 1
- ☐ Souvent = 2
- ☐ Très souvent = 2

Question n°2 : Vous avez envie d'utiliser toujours plus Facebook ?

- ☐ Très rarement = 1
- ☐ Rarement = 1
- ☐ Parfois = 1
- ☐ Souvent = 2
- ☐ Très souvent = 2

Question n°3 : Vous utilisez Facebook pour oublier vos problèmes personnels ?

- ☐ Très rarement = 1
- ☐ Rarement = 1
- ☐ Parfois = 1
- ☐ Souvent = 2
- ☐ Très souvent = 2

Question n°4 : Vous avez déjà essayé de réduire votre utilisation de Facebook, sans succès ?

- ☐ Très rarement = 1
- ☐ Rarement = 1
- ☐ Parfois = 1
- ☐ Souvent = 2
- ☐ Très souvent = 2

Question n°5 : Vous devenez agité ou anxieux si vous êtes dans l'impossibilité d'utiliser Facebook ?

- ☐ Très rarement = 1
- ☐ Rarement = 1
- ☐ Parfois = 1
- ☐ Souvent = 2
- ☐ Très souvent =2

Question n°6 : Vous êtes tellement sur Facebook quez cela a un impact négatif sur votre travail ou vos études ?

- ☐ Très rarement = 1
- ☐ Rarement = 1
- ☐ Parfois = 1
- ☐ Souvent = 2
- ☐ Très souvent =2

Interprétation du test FACEBOOK

- Un score de 6 à 9 points indique que la personne ne présente pas un usage problématique de Facebook.
- Un score de 10 à 12 révèle d'un usage problématique.