Cours 1

**RÉSEAUX SOCIAUX: L’IMPACT SUR LES JEUNES**

<https://ecs-digital.com/reseaux-sociaux/reseaux-sociaux-limpact-sur-les-jeunes/>

Les jeunes d’aujourd’hui sont ceux qu’on appelle les enfants **digital native**. Ils ont grandi avec l’internet au bout des doigts. Ils maîtrisent quasiment tout sur internet et sont toujours  connectés. Twitter, Tumblr, Facebook, instagram, viber, whatsapp font partis leurs langages. A travers **les réseaux sociaux** les jeunes se communiquent entre amis, renforcent leurs amitiés, se divertissent, s’échangent des informations. Ce **mode de vie digital** est devenu tout à fait **normal**.

L’utilisation de ces réseaux est passée de 49% en 2006 à **89% en 2010** en Belgique. 70% des jeunes âgés entre 16 et 24 ans envoient des messages à des forums de discussion, des blogs, des réseaux sociaux tels que Facebook et MySpace. Cependant, comme toute chose, il y a un bon et un mauvais côté de la médaille.

**LES INFLUENCES NÉGATIVES SONT À PRENDRE AU SERIEUX**

Cette vie digitale a des **influences considérables** sur le mental de ces jeunes qui sont méconnues ou bien très souvent négligées. Tout ce qui se trouve sur la toile est virtuel. A force d’utilisation quotidienne, certains **mêlent  fiction et réalité**. Les réseaux sociaux ont complètement bouleversé le mode de vie des jeunes. Ils sont devenus presque indispensables pour ces jeunes.

**LES RÉSEAUX SOCIAUX ONT UN IMPACT SUR LE COMPORTEMENT ?**

Les jeunes d’aujourd’hui préfèrent passer leur temps sur les réseaux sociaux plutôt qu’à étudier. **60% des enfants et adolescents scolarisés** (entre l’école primaire et le lycée) très souvent connectés sur Facebook ont de **moins bon résultas à l’école**. Ces heures de scroll sur Facebook **entrave** surtout **la concentration**.

**TÉMOIGNAGES:**

«**Notre société a beaucoup changé**, explique la **Dre Igartua**. Si on regarde il y a cent ans, les gens s’écrivaient des lettres. Ça prenait deux semaines pour que la lettre se rende, ensuite l’amoureux lisait la lettre, il répondait et ça prenait un autre deux semaines pour recevoir la réponse. On était habitués d’attendre comme ça. Maintenant, ce n’est plus le cas. On est dans un **monde d’instantanéité**.» Les adolescents d’aujourd’hui en veulent toujours plus et le plus rapidement possible et ne savent parfois pas se limiter. Quand on parle de dépendance, on pense souvent à la drogue ou à l’alcool, mais on entend, de plus en plus, parler de d**épendance aux réseaux sociaux**. Puis, la vie privée peut souvent être atteinte, car les jeunes ne sont pas assez vigilants sur les photos, les messages et les vidéos qu’ils publient. En effet, il faut être très alerte, car, une fois publiées, ces publications ne pourront plus être effacées. Ceci peut surtout causer des problèmes aux jeunes qui se chercheront des emplois plus tard.

Les réseaux sociaux contribuent en grande partie à la **propagation du narcissisme.** Une photo publiée fait en un clin d’œil le tour du monde. C’est l’endroit idéal pour les jeunes cherchant à être populaire avec le fameux bouton «j’aime». Un seul mot d’orde ? Il faut exposer sa vie par des photos, plus la photo est sexy, plus tu as des » j’aime».

**LA SANTÉ MENTALE ?**

Même si les réseaux sociaux sont des espaces plutôt civilisés, les risques existent :

* **25% des 8-17 ans ont déjà été victimes d’insultes**, de mensonges ou de rumeurs.
* 36% des 8-17 ans ont déjà été choqués par certains contenus, notamment  
  à caractère sexuel, violents, racistes  
  ou homophobes.
* Et ils ne sont que 10% à en avoir parlé à leurs parents !

Lorsqu’on est victime de **harcèlement dans «la vraie vie»,** on peut toujours **se réfugier** dans des «endroits sécurisés», tel que **chez soi,** explique au média britannique Jean-Baptiste Pingault, maître de conférence en psychopathologique du développement à l’université de Londres. Des endroits ou les **agresseurs sont impuissants**.

Si l’on subit du **cyberharcèlement**, il est pratiquement i**mpossible d’y échapper**. Sur internet, on peut être facilement harcelé par des inconnus. Il n’est malheureusement pas rare que des adolescents harcelés en ligne s**e suicident face à la pression (cf 13 reason why sur Netflix)**.

Une étude a été menée au Canada [par l’agence de santé de la ville d’Ottawa](http://online.liebertpub.com/doi/full/10.1089/cyber.2015.0055). Elle conclut «*que les adolescents qui sont****sur les réseaux sociaux deux heures ou plus par jour****ont de façon significative p****lus de chances****d’avoir une santé mentale fragile, d’être dans la****détresse psychologique****et d’avoir des****pensées suicidaires***».

L’étude a été menée auprès de 750 lycéens et étudiants. Si elle ne prouve pas directement la causalité entre la présence quotidienne de deux heures et plus sur les réseaux sociaux de 25% des jeunes interrogés et les risques «*significativement*» plus importants de troubles psychologiques, elle souligne le lien entre les deux comportements. Les adolescents qui ont des problèmes psychologiques sont plus susceptibles d’utiliser les réseaux sociaux qui en retour contribuent à créer ou alimenter ces difficultés.

<https://ecs-digital.com/reseaux-sociaux/reseaux-sociaux-limpact-sur-les-jeunes/>