



RÉSEAUX SOCIAUX

INTRODUCTION

À l'heure actuelle, les réseaux sociaux font partie intégrante de la vie et de nombreux jeunes y passent un temps considérable. Ils utilisent ces technologies pour créer et maintenir des relations. Il est indispensable d'amener les jeunes à prendre conscience des avantages et risques de l'utilisation d'Internet – et, par-delà, des réseaux sociaux.

OBJECTIFS DE L'ANIMATION

- Favoriser l'esprit critique du jeune quant aux aspects positifs et négatifs des réseaux sociaux, ainsi que leur contenu.
- Amener le jeune à réfléchir à son utilisation des réseaux sociaux.
- Permettre au jeune de réfléchir à sa responsabilité dans ce qu'il publie sur les réseaux sociaux.



REPRÉSENTATIONS DE L'ANIMATEUR

Avant d'entamer l'animation, il est fortement recommandé de vous questionner sur vos propres représentations liées à la thématique. En effet, lors du débat, les adolescents échangeront des idées (avis, opinions, arguments) auxquelles vous adhérerez ou au contraire auxquelles vous serez opposé. Et c'est tout à fait normal. Les expériences uniques de chaque individu façonnent la manière d'interpréter certains sujets. Dès lors, les notions de respect, de jugement et de représentations sont étroitement liées.

En tant qu'animateur, il est donc essentiel d'être attentif à ses propres représentations, de ne pas les exprimer afin qu'elles n'interfèrent pas dans le débat des adolescents. Ils risqueraient de se sentir jugés et la spontanéité du débat en serait affectée.

Rappelons-le, l'important est que les jeunes puissent s'exprimer sans tabou, ni crainte d'être jugés. L'attitude de l'animateur doit être accueillante et respectueuse.

Si la thématique constitue un sujet sensible pour vous, il est par exemple possible de co-animer le débat avec une personne plus confortable avec le thème.

THÉORIE

La fréquentation des réseaux sociaux représente un élément important pour le jeune dans son processus de socialisation, parallèlement aux lieux physiques dans lesquels il évolue. Aujourd'hui, avoir une/des adresse/s virtuelle/s et des pseudos fait partie de l'identité. Les jeunes utilisent ces technologies pour créer et maintenir des relations. Ils sont constamment en communication les uns avec les autres. Ainsi, dès la sortie des classes (et parfois pendant les heures scolaires), les jeunes poursuivent leurs conversations via leur Smartphone. Il est nécessaire d'intégrer le fait que les jeunes (et aussi les adultes) vivent connectés à de multiples réseaux. Amener les utilisateurs de ces réseaux à prendre conscience des avantages et des risques permettra d'en éviter les écueils. À ce titre, aborder les limites en termes de respect de soi et de l'autre, ainsi que les notions de vie privée et de droit à l'image constitue des pistes intéressantes.

QU'EST-CE QU'UN RÉSEAU SOCIAL ?

Le terme « réseau social » désigne un ensemble d'individus entretenant une relation entre eux. Nous n'avons pas attendu Internet pour nous constituer en réseaux : ils existent depuis toujours, puisque l'homme est un animal social (Aristote).



Aujourd'hui, on utilise davantage ce terme pour désigner les réseaux sociaux en ligne, qui se sont multipliés au cours des 15 dernières années. Accessibles à un large public, ils offrent de nouvelles possibilités de mise en relation : à distance, asynchrone (commentaires, forum) ou synchrone (chat, vidéoconférence) et de partage (photos, musiques, vidéos, etc.).

En Belgique, si Facebook reste le premier réseau social, il n'en est pas moins délaissé par les jeunes. Les réseaux les plus plébiscités par les ados sont Instagram, Snapchat et Tik Tok. Selon l'étude 2021 Kepios, We Are Social et Hootsuite¹, Instagram, est utilisé par 45,4 % des Belges de plus de 13 ans (contre 37 % fin 2019). Snapchat, quant à lui, atteint une audience de 32,8 % chez les plus de 13 ans, ce qui représente un rebond par rapport à 2019.

Instagram est une plateforme de publication de photos et Snapchat est une application de partage d'images éphémères. Les deux réseaux sociaux ont la particularité de se focaliser sur l'image (utilisation de filtres et images retouchées). Instagram est souvent utilisé par les jeunes pour poster du contenu (sur leur fil ou en story), interagir avec les contenus des autres (en likant et commentant), mais aussi tout simplement pour s'échanger des messages. Snapchat est, quant à lui, plus souvent utilisé pour échanger avec ses pairs sur des contenus plus éphémères. Les publics de ces 2 plateformes sont souvent communs et alternent ces 2 réseaux au grès de leurs envies.

Quant à Tik Tok, ce réseau social qui permet d'échanger des vidéos et de suivre des comptes, il comptabilise près de 500 millions d'utilisateurs dans le monde. Tik Tok fonctionne principalement par le biais de vidéos musicales : les utilisateurs chantent en play-back sur des chansons connues ou sur des extraits sonores. Dans le classement général de la Belgique, Tik Tok atteint une audience de 21,4 % chez les 16-64 ans (1,8 millions d'utilisateurs) en 2021, contre à peine 9 % à la même époque en 2020.

LES ADOS : TOUS CONNECTÉS

Sur les réseaux sociaux, loin du regard des parents, des adultes ou autres figures d'autorité, les jeunes peuvent exprimer leur individualité et leur identité mais aussi faire partie d'une sphère sociale. « Être connecté tout le temps » est devenu le nouveau mode de relation des adolescents.

Quelques chiffres :

- En 2018, le taux de pénétration² des réseaux sociaux chez les jeunes de plus de 13 ans (âge minimum pour créer un compte Facebook, officiellement en tout cas) atteint 77%. On retrouve aussi 36 % des Belges de plus de 13 ans actifs sur Instagram, et 30 % sur Snapchat.
- Selon une autre source³, française cette fois, 92 % des 12-17 ans possédaient un Smartphone en 2018 et 78 % avaient un compte sur au moins un réseau social en ligne.

¹ Il s'agit de la référence pour les statistiques liées à l'usage des réseaux sociaux dans le monde.

² Les Belges et le digital : voici toutes les statistiques de référence (janvier 2019)

<https://www.xavierdegraux.be/belges-digital-statistiques-2019>

³ Graphique : Ados et réseaux sociaux, l'inséparable duo | Statista

<https://fr.statista.com/infographie/15943/utilisation-reseaux-sociaux-ados-francais>



- Enfin, les chiffres de Statbel⁴ indiquent que parmi les Belges âgés de 16 à 24 ans, 80 % vont au moins 1 fois par jour sur les réseaux sociaux.

Pour les adolescents d'aujourd'hui, les mondes réel et virtuel s'entremêlent : les amis de la cour de récré sont souvent ceux que l'on retrouve sur le réseau social. Ces réseaux sont la continuité des relations qui se nouent à l'école. Pour autant, le comportement de deux jeunes parlant en face à face ne sera probablement pas le même que le comportement derrière un écran : ce dernier désinhibe, rend plus franc, donne une impression d'invulnérabilité.

CONSTRUCTION DE L'IDENTITÉ

L'adolescent traverse une période de questionnement et de bouleversements sur les plans physique et psychologique. Il cherche qui il est, et pour ce faire, il va puiser dans son environnement, auprès de ses pairs, et des adultes autour de lui. Mais « autour de lui » ne vise pas uniquement des ressources « physiques » en chair et en os. Le jeune se sert du monde virtuel et notamment des réseaux sociaux pour construire son identité. Et grâce aux possibilités qu'offrent Internet, il peut plus facilement prendre position ou s'affirmer sur des sujets qu'il n'aborderait peut-être pas dans la « vraie » vie. Les réseaux sociaux et autres plateformes d'échange (les forums, par exemple) lui offrent l'opportunité de montrer une facette de lui qu'il ne montre pas ailleurs.

➤ Pourquoi ?

Entre autres parce qu'Internet peut garantir un certain anonymat et que ce qui relève du monde virtuel semble sans conséquence. Via le réseau social, le jeune peut choisir ses amis, son cercle, affirmer ses opinions ou ses centres d'intérêt.

Pour certains jeunes, il est plus facile de créer des liens ou de s'insérer dans une conversation en ligne que dans la cour de récré. Les conversations qui se déroulent sur le net permettent au jeune de s'exprimer plus facilement et de recevoir un retour, ce qui est positif pour l'estime de soi.

Le jeune peut aussi se créer un profil qui lui est plus favorable (éloigné ou non de sa personnalité « vraie ») afin de plaire ou de se donner un certain style, de la même façon qu'il peut pratiquer certaines activités ou porter certains vêtements pour marquer son appartenance à un groupe.

Il peut aussi se sentir soutenu en voyant que d'autres personnes ont vécu la même chose que lui (épreuves, problèmes de santé, etc.).

4 Les réseaux sociaux sont le quotidien de 62% des internautes belges | Statbel (fgov.be)

<https://statbel.fgov.be/fr/nouvelles/les-reseaux-sociaux-sont-le-quotidien-de-62-des-internautes-belges>



➤ Zone d'influence

Sur les réseaux sociaux, les jeunes suivent souvent des « influenceurs ». On parle le plus souvent de macro-influenceurs (c'est-à-dire que l'influenceur a une grande communauté de followers) et de micro-influenceurs (à l'inverse, il a une petite communauté de followers), en quelque sorte « monsieur et madame tout le monde » qui via leurs centres d'intérêt (mode, cuisine, beauté...) se sont constitués une communauté de « followers », de quelques milliers à plusieurs centaines de milliers d'abonnés.

Ces leaders d'opinion modernes sont présents sur de nombreux médias sociaux (YouTube, Pinterest, Tik Tok, Instagram...) ou sur des blogs « où ils s'expriment via des publications, des réactions, des commentaires ou encore via des partages de contenus ». Les jeunes construisent souvent un type de relation privilégié avec leurs influenceurs préférés parce qu'ils les admirent et les considèrent comme leurs amis, imaginant qu'ils font partie de leur univers. Ainsi, des codes culturels communs et partagés se créent entre les jeunes et les influenceurs.

RESPECT DE SOI ET RESPECT DE L'AUTRE

La notion de respect prend une dimension très importante lorsque nous évoquons les réseaux sociaux. Derrière un écran, le jeune ne mesure pas toujours les conséquences ni les limites de sa liberté d'expression. Les mots écrits sur un forum ou dans un message prennent parfois une autre tournure, un autre sens que s'ils sont dits en face à face.

Le respect, chacun y a droit, mais chacun le définit selon ses propres critères : ce qui est irrespectueux pour l'un ne le sera peut-être pas pour l'autre. Ainsi, avant de poser un acte, interrogeons-nous sur ce que l'autre pourrait en penser, et acceptons qu'il puisse réagir autrement (à un commentaire, à une vidéo). Se questionner sur ce que l'on est soi-même prêt à accepter est un début, mais n'est pas suffisant : il faut envisager la situation du point de vue de l'autre.

LE CULTES DE L'IMAGE

Il ne faudrait pas mépriser les réseaux sociaux, qui participent positivement au maintien du lien social, à la construction de l'identité et à l'expression de soi du jeune. Certaines nouvelles pratiques peuvent néanmoins miner le moral de certains adolescents, surtout parmi les plus fragiles d'entre eux. Rappelons-le, l'adolescence est un moment charnière. Durant cette période, le rapport au corps est particulièrement délicat. Or, les réseaux sociaux les plus récents fonctionnant sur la publication de photos/vidéos où les jeunes se mettent en scène (Instagram et de Snapchat) seraient, selon une étude⁵ menée par la Royal Society for Public Health (RSPH), potentiellement les plus nuisibles. En cause : d'une part, le culte de l'image véhiculé par ces applications et, d'autre part, la comparaison constante entre sa vie que l'on trouve « ordinaire » et la vie des autres qui nous paraît « extraordinaire ».

5 RSPH | #StatusofMind <https://www.rsph.org.uk/our-work/campaigns/status-of-mind.html>



Les adolescents peuvent également souffrir du regard des autres à travers ce qu'ils postent et rechercher désespérément la reconnaissance de leurs pairs (la course aux fameux likes). L'estime de soi est ainsi sous le joug d'une représentation artificielle de soi, dont le but est de se montrer sous son meilleur jour (filtres et retouche des photos, cadrage et artifices). Pour lutter contre cet effet, il est intéressant d'amener les jeunes à relativiser la prétendue perfection véhiculée par ces supports visuels, et de questionner ce besoin de se montrer, de dévoiler sa vie.

LA RESPONSABILITÉ SUR INTERNET

À côté de la notion de respect apparaît une autre notion clé dans cette thématique : la responsabilité. S'exprimer par l'intermédiaire d'un écran et d'un clavier peut donner un sentiment de détachement, de distance, et même d'irresponsabilité alors que, d'une certaine façon, on exerce une forme de pouvoir sur l'autre en lui adressant jugements et commentaires. On se sent à l'abri derrière un écran, à la différence d'une discussion en face à face au cours de laquelle l'interlocuteur reçoit directement les réactions du protagoniste, verbales et non-verbales.

De plus, Internet relaie l'information très rapidement, se saisit de petits éléments pour en faire des « buzz », colporte des ragots et des rumeurs. Les utilisateurs du net et des réseaux sociaux en particulier n'ont pas toujours conscience des conséquences de leurs publications, qu'il s'agisse de commentaires, de vidéos ou de photos. Ce que l'on pensait intime, partagé avec un petit cercle d'amis, peut se retrouver étalé sur la place publique en même temps que son propriétaire en est dépossédé. Un simple commentaire peut donner lieu à des dizaines de réactions, positives comme négatives. Et une fois que l'information est postée, c'est souvent de façon irrémédiable. C'est ainsi qu'un commentaire ou une photo publiée il y a plusieurs années peut réapparaître et porter préjudice à son propriétaire.

Pourtant, droit à l'image, protection de la vie privée, protection des données à caractère personnel, etc., sont des réglementations s'appliquant à Internet. Dans cette optique, il est judicieux d'aborder la responsabilité de chacun sur le net, sans pour autant en diaboliser l'usage.

- **Le droit à l'image** : la possession d'image d'une personne mais également l'utilisation de cette image requièrent le consentement de la personne représentée. Ce droit est distinct de la protection de la vie privée.
- **La notion de consentement** : il est nécessaire que la personne représentée sur la photo consente à sa diffusion. Concernant les mineurs : il est nécessaire que le jeune / l'enfant soit en capacité de faire preuve de discernement pour accorder son consentement. Par ailleurs, il existe un droit à l'effacement : chacun a le droit de demander l'effacement d'une photo ou d'une vidéo dans laquelle il apparaît et pour laquelle il n'a pas consenti à une diffusion.
- **GDPR** : la réglementation GDPR (Règlement général sur la protection des données de l'Union européenne - règlement n° 2016/679) cadre l'utilisation des données à caractère personnel.



- **L'utilité des paramètres de confidentialité** : ils permettent de protéger les données personnelles et de définir les limites dans lesquelles les sites Internet (les réseaux sociaux notamment) peuvent utiliser ces données. Les ados le savent mais ne se rendent peut-être pas compte de la portée de leurs actes lorsqu'ils laissent apparaître publiquement certaines données.

Pour plus d'informations sur la législation belge en matière de vie privée et nouvelles technologies, nous vous invitons à visiter les sites suivants :

- <http://www.droitbelge.be>
- <https://www.jedecide.be>
- <https://www.autoriteprotectiondonnees.be/citoyen>

LES EFFETS MULTIPLICATEURS D'INTERNET

De nombreux exemples témoignent des effets multiplicateurs des réseaux sociaux. Tantôt positifs (rassembler pour une bonne cause, recueillir des témoignages, des signatures, organiser un évènement...), tantôt négatifs (diffusion d'une rumeur, de photos compromettantes...), la portée d'une information postée sur un réseau social peut très vite prendre une dimension dont le jeune ne mesure pas l'ampleur, avec les conséquences qui ont déjà été évoquées.

C'est ainsi qu'une photo pourra être vue et partagée des centaines de fois avant même que les personnes concernées ne s'en rendent compte. Pur acte de malveillance ou geste dont les conséquences n'ont pas été mesurées, Internet ne s'en soucie guère, il relaie simplement l'info et les commentaires qui l'accompagnent.

Autre fait : il n'est pas rare de voir fleurir des rumeurs issues du web au sein d'une école et inversement. Fondées ou infondées, les rumeurs néfastes peuvent faire souffrir. Elles sont irrespectueuses et peuvent avoir des impacts totalement imprévisibles sur le jeune. Si ce phénomène existe depuis toujours, il est aujourd'hui exacerbé par le web et sa capacité de diffusion virale de l'information.

Le harcèlement sur les réseaux sociaux (et plus globalement le cyberharcèlement, c'est-à-dire le harcèlement via tous les outils connectés) est une des dérives de cet effet multiplicateur, avec les conséquences terribles que nous lui connaissons (retrait social, dépression, suicide dans les cas les plus graves). Une information, vraie ou fausse, une révélation, une insulte, une vidéo moqueuse parfois publiée par un tiers ou parfois partagée depuis le compte de l'auteur pour s'en moquer à ses dépens, aura une portée beaucoup plus importante et donc un effet plus dévastateur sur le jeune en pleine construction identitaire que si elle avait été diffusée uniquement dans le monde « réel ». Nous connaissons tous des anecdotes et dérapages vécus par des jeunes : insulte glissée dans un commentaire ou un message, diffusion de photos intimes, campagne de dénigrement, intimidation allant jusqu'aux menaces sérieuses.



Le harcèlement est un phénomène très complexe à envisager avec le plus grand sérieux. L'outil « Et toi, t'en penses quoi ? » ne permet pas d'aborder de façon efficace ce thème. Si vous souhaitez travailler en profondeur la question du harcèlement avec un groupe d'adolescents, si une situation de harcèlement est dénoncée lors de l'animation ou si vous êtes confrontés en tant qu'animateur ou professeur à une situation de harcèlement, nous vous conseillons d'inviter des acteurs de terrain spécialisés à travailler la question avec vous / votre groupe d'adolescents. Citons entre autres le Réseau Prévention Harcèlement – formation sensibilisation⁶ : un groupe de professionnels issus de différentes institutions actives en Fédération Wallonie-Bruxelles réfléchissant ensemble à la question du harcèlement.

Une chose dont le jeune était fier peut ainsi devenir la risée de ses camarades. Parce que la rumeur ou la photo compromettante circule plus rapidement sur le net et que chacun peut y aller de son petit commentaire, bien à l'abri derrière son écran, le harcèlement est intensifié par les réseaux sociaux virtuels.

Conscientiser les jeunes à la notion de responsabilité sur Internet, au respect d'autrui et relativiser l'impunité sur les réseaux virtuels sont les premiers jalons à poser pour lutter contre le harcèlement.

Mais l'inverse est aussi vrai : l'effet multiplicateur peut être positif. On peut, par exemple, acquérir une bonne réputation ou de la reconnaissance grâce à une simple vidéo partagée en ligne et suscitant de nombreux commentaires élogieux. Plus la vidéo sera likée, plus elle sera partagée et donc pourra recevoir d'autres likes. C'est ainsi que le cercle vertueux démarre.

6 Réseau Prévention Harcèlement – formation sensibilisation
<https://www.lerph.be/rph.php>



RESSOURCES POUR ALLER PLUS LOIN

- #Génération 2020 – Les usages des écrans chez les moins de 20 ans (Média Animation)
<https://media-animation.be/Generation-2020-Les-usages-des-ecrans-chez-les-moins-de-20-ans.html>
- Des adolescents, des médias sociaux, des enseignants
<https://ww2.ac-poitiers.fr/dane/spip.php?article592>
- Chiffres : les jeunes et les réseaux sociaux
<https://www.lettresnumeriques.be/2020/05/29/chiffres-les-jeunes-et-les-reseaux-sociaux>
- Les réseaux sociaux et les ados, pourquoi sont-ils accro ?
<https://www.franceculture.fr/emissions/la-vie-mode-d-emploi/les-reseaux-sociaux-et-les-ados-pourquoi-sont-ils-accro>
- Yapaka, Adolescence et réseaux sociaux, une nouvelle modalité d'être en relation ?
<https://www.yapaka.be/video/video-adolescence-et-reseaux-sociaux-une-nouvelle-modalite-detre-en-relation>



ANIMATION FRASBEE

Points d'attention pour réalisation cette animation :

- Veiller dans cette thématique à rester centré sur les objectifs énoncés, afin de ne pas entrer dans le débat autour de questions technologiques, les jeunes étant souvent plus au courant que les adultes des dernières technologies. L'objectif est d'aborder le respect de soi et de l'autre dans l'échange.
- Ce sujet peut amener l'évocation de situations douloureuses voire traumatisantes. Nous conseillons à l'intervenant de rediriger le jeune vers des professionnels de services PSE, PMS ou de centres de planning.

1. Sur les réseaux sociaux comme Youtube, Tik Tok ou Instagram, je suis vraiment moi.

Sur les réseaux sociaux, on sélectionne ce qu'on dévoile de soi-même, on met en avant certains aspects de sa personnalité, on filtre les photos, etc. Cela ne veut pas nécessairement dire que nous nous inventons une nouvelle personnalité. Nous sommes finalement la somme de toutes les personnalités qui nous composent, la « virtuelle », celle dans notre vie réelle avec nos amis, celle que l'on adopte en famille, etc.

2. Plus besoin de se voir « en vrai », un compte Insta/Snap suffit pour apprendre à bien connaître quelqu'un.

Les réseaux sociaux constituent un moyen intéressant pour créer et entretenir des contacts avec les autres. Cela ne remplace pas la rencontre en face à face, qui permet de percevoir le non-verbal, les émotions, le contact physique, etc.

3. On ose plus facilement quand on est derrière son écran/son smartphone.

Derrière son écran, la distance créée par la virtualité permet de donner son avis, de se positionner, de se faire entendre, d'aborder des personnes plus facilement. Cependant, on peut faussement se croire à l'abri. Il faut être vigilant aux retombées possibles pour soi comme pour les autres.

4. Si c'est moi qui prends une photo, je peux en faire ce que je veux.

Partager des photos et vidéos est agréable mais pas sans risques. La personne représentée a un droit à l'image qu'il faut respecter (il y a des limites légales). De plus, il peut y avoir des conséquences. La base minimale, c'est de trier les photos et d'éviter celles qui peuvent être défavorables aux autres, et en limiter l'accès.



5. Une photo en bikini sur Snapchat ou Instagram, c'est acceptable.

Il faut se poser la question des limites : ce qu'on trouve acceptable ou non, tant pour soi-même que pour les autres. Jusqu'où suis-je prêt à m'exposer ? La publication d'une photo implique des conséquences à long terme, et la perception de cette photo peut être différente d'une personne à l'autre.

6. Sur les réseaux sociaux, on ne peut pas arrêter une rumeur.

Lancer une rumeur sur Internet, c'est très facile et ça peut se propager très rapidement ou ne pas prendre et s'essouffler très vite. Les dégâts qu'elle provoque peuvent être importants et prendre beaucoup de temps avant d'être réparés. De plus, ce que l'on poste sur un réseau social est le plus souvent permanent.

Attention, lancer une rumeur est punissable par la loi quand cette rumeur touche à l'intégrité de la personne !

7. Les réseaux sociaux, c'est nécessaire pour se faire des amis.

Pour de nombreuses jeunes, sympathiser grâce aux réseaux sociaux est devenu une norme. Pourtant, avant ces nouveaux codes sociaux, les relations se développaient aussi entre personnes. Il est vrai que les réseaux sociaux facilitent considérablement le contact, mais il n'est pas indispensable pour créer ou développer de nouveaux liens. C'est un moyen parmi une multitude d'autres. Les jeunes n'y sont donc pas enfermés.