



Auteur	E8219031
Objet	Addiction et déconnexion de la réalité : quelles réponses pouvons-nous apporter face aux dangers des réseaux sociaux chez les plus jeunes?
Date	12/09/2019
Numéro	2019.09.341

A-t-on encore besoin de présenter Facebook© ou Twitter©, des réseaux sociaux mondialement connus et très répandus. S'ils sont principalement utilisés par un public adulte, les jeunes se tournent vers d'autres plateformes sociales, comme Instagram© ou Snapchat©. Ces plateformes ont pour fonction de pouvoir partager des instants de vie choisis à ses amis ou à un public plus large. Il n'est pas rare que le cercle d'amis s'élargisse à plusieurs centaines d'amis forcément en grande partie virtuels. Pour certaines applications il s'agit même de partages temporaires (éphémères) qui s'effacent en quelques secondes, du moins c'est ce qu'un jeune utilisateur non averti pourrait imaginer. Ces instants de vie, photos ou textes sont aujourd'hui diffusés à une large échelle et hors de toute maîtrise.

Si l'addiction aux écrans n'est plus à prouver, la déconnexion de la réalité que les différents réseaux sociaux engendrent prend de plus en plus d'ampleur. Pour un adolescent ou un enfant introverti ou mal dans sa peau, il est plus facile de se faire des contacts et des amis virtuels sur un réseau social, car l'implication n'est pas la même et surtout il est facile de se créer un univers et une vie rêvée sur internet. Malheureusement au moment de décrocher et de retourner à la vie réelle de nombreux enfants et adolescents peuvent souffrir de dépression.

L'autre phénomène lié au réseaux sociaux est la surenchère. Une surenchère de la perfection, pour avoir la plus belle photo, une surenchère sur la côte de popularité et sur le plus grand nombre de "j'aime" ou de vue. Toutefois, selon son développement et sa maturité, l'enfant n'est pas capable de faire la différence entre une photo retouchée et mise en scène et un moment réel ce qui le mène à la construction d'une mauvaise image de lui.

Une étude britannique de la Royal Society for Public Health (RSPH), révèle que les réseaux sociaux Instagram, Facebook, Twitter et Snapchat pourraient être responsables de la détérioration de l'équilibre et du bien-être mental des jeunes. Avec à la clé, mauvaise image de soi, solitude, dépression ou encore insomnie.

Une autre étude de "EU Kids Online Suisse" financée par la confédération révélait que "de plus en plus d'élèves sont confrontés à ces risques sur internet en Suisse comme les Images violentes ou pornographiques, messages à caractère sexuel ou cyberharcèlement".

Ces deux études concluent que ces risques ne sont pas encore assez pris en considération chez de nombreux parents qui se fieraient trop aux filtres parentaux, malheureusement trop peu efficaces.

Conclusion

Nous demandons au département de l'enseignement en collaboration avec le département de la santé de mettre en place une stratégie active de prévention et de sensibilisation aux risques liés à l'utilisation des réseaux sociaux. Il est important que cette prévention se fasse dès l'école primaire et jusqu'au secondaire II mais que des informations soient également données aux parents.