

Les réseaux sociaux, à consommer avec modération !

Les réseaux sociaux sont-ils constructeurs ou destructeurs de liens sociaux ?

Pourquoi sont-ils bénéfiques ?

Les réseaux sociaux permettent essentiellement de garder le contact avec nos proches, de partager notre quotidien, nos connaissances, de faire de nouvelles rencontres à l'autre bout du monde. Pour certains, la timidité ne favorise pas forcément le lien social et, grâce aux réseaux sociaux la communication peut se faire plus facilement. Ce contact peut redonner une confiance en soi et éventuellement pousser les gens à nouer des liens sociaux, à débattre de différents sujets.

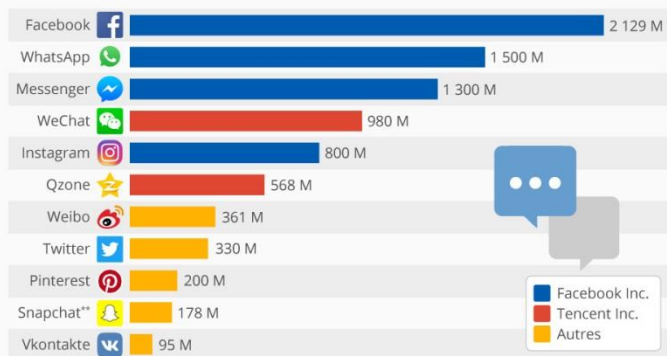


De nos jours les réseaux sociaux sont utilisés par tous : les professionnels, les commerciaux, les hommes politiques, les citoyens, les femmes, les hommes, les jeunes... Ils représentent un outil indispensable pouvant faire avancer la société.

Le saviez-vous ?

Facebook toujours loin devant

Utilisateurs actifs mensuels d'une sélection de réseaux sociaux et de services de messagerie*



* selon les dernières données disponibles.
** utilisateurs actifs quotidiens.

© Statista, FR

Source : rapports d'entreprise & annonces

statista

On dénombre 4,2 milliards d'internautes (soit 55% de la population mondiale) et 3,4 milliards d'utilisateurs des réseaux sociaux (44%) dans le monde.

Les réseaux sociaux ont permis, dans certains secteurs, de continuer à travailler malgré le confinement général dû à la crise sanitaire mondiale.

La face cachée des réseaux sociaux.

Une utilisation excessive peut cependant devenir addictive. Cette addiction est comme celle d'une drogue. Le monde virtuel prend alors toute la place. Cela a un impact grave sur les relations interpersonnelles. Les liens familiaux, amicaux et professionnels passent après l'addiction. Cela détériore les liens sociaux créant ainsi un isolement social des « drogués » des réseaux sociaux. Les besoins vitaux satisfaits par les repas et les nuits de sommeil réparatrices se dérèglent. Les individus se soucient plus de l'image qu'ils renvoient et de leurs publications que de leur propre famille et de leurs vrais amis, pouvant ainsi les déconnecter du monde réel. On constate alors une baisse de productivité scolaire ou professionnelle. Cela engendre des problèmes de santé et des troubles mentaux.

Les réseaux sociaux peuvent créer et à la fois détruire les liens sociaux. Ils apportent énormément à notre société, ils permettent aux gens de rester connectés et liés les uns aux autres. Ils permettent d'aller à la rencontre des autres. Mais s'ils sont utilisés avec excès et à mauvais escient, ils peuvent devenir nuisibles et dangereux.

Il suffit de trouver le juste milieu dans l'utilisation de ceux-ci pour en retirer tous les bienfaits.

Le saviez-vous ?

Selon le cabinet américain App Annie, les jeunes français passent près de 4h par jour sur leur smartphone.

A votre avis, est-ce trop ?

Auteurs : Mickaël TCHEOU, Teavanui MAO, Hititei TERAAMANO de 1^{ère} C