

## Fiche 17 : Mon utilisation des Réseaux Sociaux

### Matériel

- Post-it
- Feutres
- Annexes
- Fiche d'accompagnement

### Introduction :

Cette activité permettra de faire comprendre aux participants que les réseaux sociaux peuvent présenter des risques et qu'il est possible d'en identifier les pièges.

### Objectifs :

- Connaître les risques des réseaux sociaux
- Développer son esprit critique à partir de situations fictives
- S'interroger sur sa propre identité numérique

### Techniques utilisées :

- Brainstorming
- Réflexions collectives
- Création de publication

### Déroulé de l'animation :

#### 🕒 20 min Temps 1 : Panorama des réseaux sociaux

L'animateur propose à chaque participant d'écrire le nom d'un réseau social par post-it puis de venir les coller sur un tableau. L'animateur regroupe les noms identiques de réseaux sociaux pour former un nuage. Il les interroge ensuite sur leur utilisation et leurs habitudes (cf. pistes de questions dans la fiche d'accompagnement.).

#### 🕒 40 min Temps 2 : Et vous, comment réagiriez -vous ?

En introduction, l'animateur précise qu'avec l'utilisation des réseaux sociaux il existe certains risques. Pour naviguer en toute sécurité sur les réseaux sociaux il faut identifier les pièges et savoir réagir. En petit groupe, l'animateur distribue sur chaque table une enveloppe avec une situation spécifique aux réseaux sociaux (cf. annexe 17.1). La situation est donnée avec des questions ouvertes. Chaque groupe s'interroge sur la situation proposée en répondant à ces questions en 5 minutes. A la fin du temps imparti, les enveloppes changent de tables et ainsi de suite jusqu'à ce que chaque situation ait été vue par tous les groupes.

#### 🕒 30min Temps 3 : Création d'un profil

L'animateur propose aux participants de compléter leurs informations personnelles (cf. annexe 17.2) et les paramètres de confidentialité de leur réseau social. Cela amène un temps d'échange sur les différentes informations personnelles qu'ils choisissent de partager sur les réseaux. Pour conclure, l'animateur peut questionner les participants sur l'utilisation des données par les réseaux (exemples : sur un smartphone l'accès aux contacts, au micro...) et les bons réflexes à adopter en s'aidant de l'affiche en fiche d'accompagnement.

Activité courte

Activité longue



10 ans et plus

Renforcer sa conscience de soi  
Communiquer de façon efficace et positive

Moi, les écrans et les autres

Moi et les écrans

C'est quoi un écran ?



Pour aller plus loin :

- Médiasphères 
- @h... Social 

## *Fiche d'accompagnement : Mon utilisation des réseaux sociaux*

### Définition

Un réseau social est une plateforme numérique ou virtuelle, conçue spécifiquement pour faciliter l'interaction entre les individus. Au coeur de cette interaction se trouve la capacité de chaque utilisateur à élaborer un profil unique, qui représente essentiellement sa version digitale. Ce profil est non seulement un miroir de leur identité, mais aussi un point d'ancrage leur permettant de se connecter, de tisser des liens et d'interagir avec d'autres personnes ayant des profils similaires.

### Pistes de questions (temps 1)

Avez-vous des profils sur ces réseaux sociaux ?

Pourquoi les utilisez-vous ? Depuis combien de temps ? A quelle fréquence ?

Est-ce que votre compte est relié à celui de vos parents ?

### La loi en France

Pour protéger les enfants des réseaux sociaux, la loi du 7 juillet 2023 instaure une majorité numérique à 15 ans pour s'inscrire sur les réseaux sociaux. Elle contient aussi des dispositions pour mieux prévenir et poursuivre les délits en ligne, comme le cyberharcèlement. (cf [vie-publique.fr](http://vie-publique.fr))

Avant 13 ans : Interdiction absolue d'utiliser les réseaux sociaux (même avec un accord parental)

Entre 13 et 15 ans : Inscription autorisée à un réseau social avec l'accord d'un responsable légal

À partir de 15 ans : (majorité numérique) Inscription seul à un réseau social autorisée

D'après une enquête de 2021\* la 1ère inscription sur un réseau social se ferait en moyenne vers l'âge de 8 ans et demi. Plus de la moitié des enfants de 10 à 14 ans seraient présents sur ces plateformes.

(\*cf [cnil.fr](http://cnil.fr))

Moi, les écrans et les autres

Moi et les écrans

C'est quoi un écran ?

## Fiche d'accompagnement : Mon utilisation des réseaux sociaux

**8 BONNES PRATIQUES**  
pour se protéger sur  
**LES RÉSEAUX SOCIAUX**

Facebook, Instagram, Twitter, YouTube, Snapchat, TikTok, Pinterest

- 1 RENFORCE TA CONFIDENTIALITÉ**
  - Demande à approuver les photos / vidéos sur lesquelles tu es identifié-e.
  - Limite ton mur social à tes amis ou à des listes privées. Ne laisse jamais les paramètres par défaut.
- 2 CONTRÔLE TA VIE PRIVÉE**

Facebook n'a pas besoin de tout savoir : inutile de remplir ton lieu de naissance, le nom de ton école, ton statut amoureux...
- 3 RESPECTE L'ÂGE MINIMUM**

Inscription à partir de :

Instagram, Facebook, Twitter, Pinterest, TikTok, Snapchat, YouTube

-13 ans, -15 ans
- 4 PROTÈGE LES AUTRES**
  - Signale sur Facebook une photo ou une vidéo qui ne devrait pas être là.
  - Préviens un adulte en cas de harcèlement ou appelle le 3018 (numéro vert).
- 5 RESPECTE TES AMIS**

Signale les mauvais commentaires qui peuvent faire du mal à tes amis.
- 6 SAVOIR DIRE NON**
  - N'accepte pas toutes les demandes de contact (ce ne sont pas tous tes amis).
  - Ignore certaines demandes.
  - Un compte avec une belle photo de profil, beaucoup d'amis, c'est souvent source de faux compte. Ignore les demandes dès que tu as un doute.
- 7 CORRIGE TES MESSAGES**

Tu peux toujours modifier ou supprimer les publications, après les avoir mises en ligne.
- 8 SÉCURISE TON PROFIL**
  - Pour éviter les piratages, ne donne jamais ton mot de passe.
  - Change ton mot de passe régulièrement !
  - Crée un mot de passe fort !

hoptoys.fr

### Réseaux sociaux : 8 bonnes pratiques pour se protéger

Avec Internet et les réseaux sociaux, il est difficile de contrôler ce qui est dit, ce qui se partage et se diffuse. Il peut y avoir des dangers. Cette infographie propose 8 bonnes pratiques à adopter pour se protéger et protéger son entourage sur les réseaux sociaux.

Disponible en téléchargement

## Annexe 17.1 : Mises en situation

Post Photo	<p>Je poste la photo de mon ami.e sur instagram sans lui dire, elle le remarque le soir et m'appelle pour me demander de l'enlever.</p> <p>Comment je réagis ?</p> <p>Comment aurais-je pu faire autrement ?</p>
Arnaque / Piratage	<p>Je reçois un message sur messenger d'un cousin, il me demande de l'aider en cliquant sur un lien, mais le message me paraît suspect.</p> <p>Comment dois-je réagir ?</p>
Message de haine / Hater	<p>Sur un jeu vidéo, je me fais insulter par un autre joueur.</p> <p>Quelles sont mes émotions ?</p> <p>Comment les gérer pour me protéger ?</p>
Addiction.s / Scroll	<p>Avant de me coucher, je regarde une vidéo tiktok et, 1h30 plus tard je suis toujours en train de scroller.</p> <p>Comment réussir à se contrôler ?</p>
Fausse Info	<p>J'ai vu sur YouTube que les escargots pouvait manger un boeuf les soirs de pleine lune.</p> <p>Est-ce vrai ?</p> <p>Comment vérifier cette information ?</p>
Challenge	<p>Mon pote m'a parlé d'un challenge qu'il a vu passer sur tiktok, il a envie de le refaire.</p> <p>Suis-je obligé de le faire ?</p> <p>Est-ce dangereux ?</p>

Moi, les écrans et les autres

Moi et les écrans

C'est quoi un écran ?

## Annexe 17.2 : Création d'un profil



Décris ta photo de profil ou dessine la

### PARAMÈTRES DE CONFIDENTIALITÉ

Qui peut voir mes publications

Tout le monde ☐ amis et amis d'amis ☐ amis seulement ☐ moi seulement ☐

Qui peut voir mes localisations

Tout le monde ☐ amis et amis d'amis ☐ amis seulement ☐ moi seulement ☐

Qui peut demander à me suivre

Tout le monde ☐ amis et amis d'amis ☐ amis seulement ☐ moi seulement ☐

Qui peut liker mes publications/photos

Tout le monde ☐ amis et amis d'amis ☐ amis seulement ☐ moi seulement ☐

Profil privé ☐ public ☐

### INFORMATIONS PERSONNELLES

Pseudonyme :

.....

Nom

.....

Prénom :

.....

Mail

.....

Date de naissance :



Adresse postale :



Téléphone :



Mon mot de passe contient-il un minimum de 12 caractères avec au moins 1 majuscule, 1 minuscule, 1 chiffre et 1 caractère spécial



Numéro de carte bancaire :



Moi, les écrans et les autres

Moi et les écrans

C'est quoi un écran ?