

## Thème : Les avantages et l'impact actuelles des réseaux sociaux sur notre société.

### **Avant-Propos**

Le but de cette conférence est de promouvoir une idée générale sur les avantages et l'impact actuelles des réseaux sociaux sur notre société, dans la société les jeunes sont confronté à tellement de choses qu'il ne sont pas conscient le mal qui peuvent jouer sur la poursuite de leur rêve et la productivité et l'éducation et la décadence sur la sécurité car de nos jours tout le monde affiche sa vie sur les réseaux sociaux, les activités dont nous faisons dans la journée et de là on peut parler de la vie privée n'est plus une source de sécurité et un tabou et dans les réseaux sociaux les fausses informations ne cesse de s'élargir des gens malhonnêtes font des abus et d'harcèlement et d'insulte qui circule à longueur de la journée qui n'est pas la bonne alternative dont la population jeunesse doivent suivre et est très néfastes pour l'éducation de la jeunesse.

Et avant de commencer la première partie vous devez savoir comment ces réseaux sociaux fonctionne ?

- Plusieurs personnes dans le monde se demande comment ces réseaux sociaux gagne de l'argent et qu'est ce qu'ils font de nos données et pourquoi dans nos contenus nous voyons que les contenus lié à l'assassinant et au banditisme, à la guerre, au terrorisme qui joue un effet négatif sur notre psychique et c'est lié à pourquoi tant de jeune sont confronté à la dépression et à la solitude ou à la peur et la dopamine dont elle nous procure de la dopamine qui est l'hormone du plaisir qui fait que les jeunes n'ont plus le courage de se battre sur leur projet et abandonne facilement.

Les réseaux sociaux ce nourrisse de l'attention le temps dont nous consacrons à nos écran, l'accès à l'information facile joue un impact négatif sur notre psychique c'est pourquoi dans la société nous apercevons que les gens n'ont plus le courage de lire un livre entier ou de se consacrer sur ces projets et tout, une étude américaine démontre que les réseaux sociaux est très néfaste sur le cerveau et l'attention et augmente le taux de dépression et de stress et de peur grâce aux contenus néfaste sur Facebook et

certain réseau sociaux comme TikTok dont la seconde des contenus est très rapide qui est mauvaise à l'attention psychique du cerveau

Réf : <https://hellocare.com/blog/medias-sociaux-sante-mentale/#:~:text=Qu'on%20le%20veuille,de%20temps%20loin%20des%20%C3%A9crans.>

Le but c'est de vous rendre addictif on l'appelle le ciblage comportementale qui signifie il vous envoie des informations lié à vos émotions, passions, ex : n'est-ce pas parfois tu es sur les réseaux sociaux tu vois directement la chose que tu étais entrainés de chercher depuis longtemps et subitement un jour tu scrolles et tu vois comme magie la chose que tu espérais tant de voir un jour, les entreprises média sociaux ont mis en place un Algorithme de l'apprentissage automatique de (L'IA), c'est de la Marketing ciblage elle peut être conforme à plusieurs alternatives surtout la publicité des fois pouvez voir sur les réseaux sociaux les choses dont vous aimez et vos amis et les notifications que vous recevez par exemple : l'anniversaire d'un ami ou un ami vient de poster une publication ... tous ça pour vous rendre addictif et les entreprises sociales se font de l'argent grâce à l'attention et c'est la monnaie de nos jours car la généralité des personnes qui sont actives sur les réseaux sociaux c'est pour le divertissement et pour avoir plus d'utilisateurs et de se faire beaucoup d'argent les médias sociaux créent des moyens de marketing pour rendre accro de multiples jeunes par les pubs et les contenus néfastes tels que la (la guerre, les jeunes filles qui dansent sur les réseaux sociaux exemple TikTok).

Nous avons trois grands chapitres sur ce thème d'aujourd'hui

- L'importance des réseaux sociaux.
- Les rôles néfastes des réseaux sociaux sur la population jeunes.
- Les moyens adéquats pour diminuer l'addiction aux réseaux sociaux.

## 1. L'importance des réseaux sociaux :

Aujourd'hui les réseaux sociaux sont d'un avantage extrêmement important, avec les réseaux sociaux nous communiquons ensemble facilement, et alors qu'avant nous n'avons pas eu ce grand avantage dont dispose les media sociaux de nos jours les humains ont tellement de la chance d'avoir la possibilité d'avoir des sources d'informations de partout et qui sont gratuite malgré qu'elle comporte des composants négatifs on ne peut pas se fier à ne pas parler de ces avantages dont telle sollicite aujourd'hui dont je vais citer :

- La communication facilement et gratuite : dont les gens peuvent communiquer facilement et de s'échanger des informations les messages, les photos, les documents etc...
- L'Accès à la recherche facilement : dont également les choses que nous cherchons on peut les trouver partout sur les réseaux sociaux.
- L'éducation en ligne et le partage des connaissances : sur les réseaux sociaux on peut trouver toute de genre personne qui ont également la même passion que nous et les cours en ligne dont nous on peut faire des Visio conférence tels que le café technologie de ce soir.
- La recherche de l'emploi : ils existent également des réseaux sociaux comme LinkedIn pour le monde de la profession et de recherche de l'emploi
- La notoriété publique : ils permettent aussi de se faire connaître dans le monde et partout grâce aux réseaux sociaux aujourd'hui ces possibles
- Liés des relations : de créer des liens avec d'autre nationalité ou des inconnus.

- Gagner de l'argent : est un moyen très efficace de gagner de vendre ces produits en ligne comme les réseaux sociaux comme Facebook.
- Peuvent sortir les gens contre la solitude : on a tant de personne dont on peut communiquer avec les réseaux sociaux et appeler nos proches qui diminue le taux de la solitude des jeunes.
- La liberté de l'expression sur les réseaux sociaux : les gens ont la possibilité de donner leur avis sur tous les points qui sont constructif et non les insultes mais Facebook n'est pas totalement axé sur la liberté de l'expression des réseaux sociaux comme Twitter dont la liberté d'expression est plus ouverte.

Pour mettre fin à l'importance des réseaux sociaux, les média sociaux sont très important non seulement elle donne la faciliter à l'information discussions et à la recherche de l'emploi qui ont un atout bénéfique mais la seule différence c'est comment vous utiliser les réseaux sociaux qui la fait de bonne ou mauvaise il y'a tellement d'opportunité a ce faire avec ces réseaux sociaux et tellement d'argent et des connaissances lié à l'éducation qui lui donne un sens, mais les jeunes sont plus axé au divertissement et à la concurrence florissante sur les réseaux sociaux qui ne cesse d'augmenter le nombre de complexe car tout le monde montre qu'elle a une belle vie sur les réseaux sociaux et n'a aucune difficulté dans la vie ni de soucis dans sa vie et les jeunes sont déjà addictif aux divertissement qui fait que la jeunesse ne voit pas son importance dont elle peut nous apporter, également je ne vais pas m'attarder à vous parler des rôles néfastes des réseaux sociaux sur la population jeunes nous allons poursuivre la deuxième chapitre qui est les rôles néfastes des réseaux sociaux sur la population jeunes.

## 2. Les rôles néfastes des réseaux sociaux sur la population jeunes :

Les réseaux sociaux à nos jours n'est plus le réseaux sociaux d'auparavant, dont les gens était plus liée aux relations , dont les gens prenait des photos en famille et partager ces passions en ligne l'air des média sociaux que nous vivons dans la nouvelle génération est plus liée à ce montrer que j'ai tout, je suis friqué la concurrence flamboyante baser sur une fausse vie dont certains influenceurs manipule la jeunesse, et dont les contenus sont lié à notre personnalité dont qui nous sommes comme quoi nous sommes passionner par exemple sur TikTok nous voyons que des contenus néfastes qui font peur, qui nous procure des émotions de tristesse et de la joie, des jeunes filles qui danse et qui n'est pas constructif pour nos enfants, nos petit frère des plaisirs éphémères et des fausses informations qui circule sans cesse sur les réseaux sociaux de l'attention dont nous donnons gratuitement aux réseaux sociaux qui n'est pas lié à nos activité, et à nos projets, des abus , des harcèlements sexuelle et des arnaqueurs qui se font passer par quelqu'un d'autre et plusieurs compte piraté et plusieurs vie gâché grâce aux réseaux sociaux et les dépressions et stress dont la société souffre, tous ces impacts causer par les média sociaux est tellement banaliser de nos jours, alors nous allons citer les inconvénients des réseaux sociaux.

1. L'addiction des réseaux sociaux : c'est comme une drogue avec les contenus qui sont très nocif et la fausse image dont les réseaux sociaux font l'objet.
2. Les abus d'harcèlement : les anarques est un fléau tellement connu dans les réseaux sociaux et l'intimidation et des harcèlement sexuelle qui ne cesse de croitre .
3. L'exposition de la vie privée : l'exposition de la vie est très dangereuse car un pédophile ou quelqu'un de malhonnête peuvent vous intimider ou vous harceler qui arrive en très

générale aux femmes et dont les localisations sont partagées ou dont quelqu'un peut vous suivre pour vous causer du mal.

4. Passer moins de temps de qualité avec ceux que l'on aime : Car avec l'inconvénients des réseaux nous passons moins de temps à nous consacrer sur nos passions et nos rêves.
5. Diminution de la productivité : le temps que nous consacrons sur les réseaux sociaux, par exemple si nous travaillons sur quelque chose quand nous recevons une notification et que nous rentrons sur les réseaux sociaux la concentration est gâché c'est pourquoi j'explique les réseaux sociaux sont le voleur de l'attention une étude démontre que la concentration profonde (attention profonde) sur un travail ne dure que 30 minutes réf : <https://letempsreconquis.fr/concentration-et-attention-en-profondeur-duree-ideale/>.
6. Les Fake news : Les informations liée au fake news est toujours d'actualité car toujours sur les réseaux sociaux à chaque fois que nous scroller sur les réseaux sociaux nous voyons que des fausses contenus le but c'est de vous faire peur et de vous rendre plus accros.
7. Met en danger notre sécurité : plusieurs compte piraté par les hackers et plusieurs compte en banque dépouillé et plusieurs compte Facebook ce sont trouver dans le Darknet lié au polémique de Facebook sur Cambridge Analytics que nous devons avoir peur des fléau lié aux réseaux sociaux et de faire attention Réf : <https://www.clemi.fr/fr/ressources/nos-ressources-pedagogiques/ressources-pedagogiques/quand-les-donnees-personnelles-sechappent-laffaire-cambridge-analytica.html>.
8. Propagation de l'humeur : qui fait référence aux utilisateurs haineux peuvent vous offenser sur les réseaux sociaux tels que les commentaires Exemple Instagram et Facebook

9. La dépression et la tristesse : le temps que nous faisons sur les réseaux sociaux ont un effet sur notre psychique et nos émotions et les choses que nous ressentons qui diminue l'hormone du plaisir de la dopamine qui fait que les gens sont malheureux et tristes et dépressive et l'accès à de contenu multiple.

Et donc nous allons à la 3<sup>e</sup> chapitre qui est le moyens adéquate pour diminuer l'addiction aux réseaux sociaux.

### 3. Les moyens adéquate pour diminuer l'addiction aux réseaux sociaux :

Donc avant de vous réveiller pour ne pas gâcher votre journée car la plupart de ces effets sont touchés par les femmes de 15ans à 24ans et quand ils arrivent à l'âge de la retraite à 50ans les femmes scrolle trop sur les réseaux sociaux une étude le montre que les femmes sont plus actifs sur les réseaux sociaux que les hommes réf :

<https://www.comscore.com/fr/Perspectives/Communiques-de-presse/2010/7/Social-Networking-Sites-Reach-a-Higher-Percentage-of-Women-than-Men-Worldwide> ,

car les hommes sont plus centré sur les objectifs mais ceux qui ne font rien de leur journée ils sont très actifs sur les réseaux sociaux, alors pour ne pas gâché votre journée car dans les réseaux sociaux pouvez voir quelque chose qui va vous rendre triste et stress et peut gâcher votre journée, pour ne pas être addictif aux réseaux sociaux restreint vos notifications ou en mode d'avion ou éteignez votre téléphone pour être concentrer, bref au lieu de scroller sur les réseaux sociaux ou des actualité qui sont sur les réseaux sociaux prioriser des recherches sur l'actualité sur internet prenez la peine de faire des recherches par vous-mêmes vous rapporte un plus et ne perd pas vos temps car les informations parfois des réseaux sociaux sont fausse et avant de vous coucher ne scroller pas sur les réseaux sociaux vous pouvez lire des livres ou regarder des tutos lié à votre croissance personnel sur YouTube ou apprenez des nouvelles compétence au lieu d'aller sur les réseaux sociaux, et limiter le risque de statut qui est très addictif ou de scroller à infini sur Instagram ou Tik Tok et communication avec vos proches

prioriser la vraie vie et non les réseaux sociaux et les femmes sont très touchées par cela à cause de leur timidité elle priorise les réseaux sociaux au lieu de la vie réelle car les réseaux sociaux ne créent pas réellement de l'émotion aux gens car elle est éphémère et faites beaucoup de recherche sur l'éducation sur votre développement personnel car les réseaux sociaux nous rendent ignorant donc tous ça ce sont des outils qui vous permettront de diminuer l'addiction aux réseaux sociaux et pour être plus productif et il y'a des choses sur YouTube comment être discipliné réf : [https://www.youtube.com/watch?v=iarRi5ttZvU&ab\\_channel=S%27enrichir](https://www.youtube.com/watch?v=iarRi5ttZvU&ab_channel=S%27enrichir) .

### Conclusion

Alors nous allons mettre fin à cette conférence de ce soir de la café technologie je tiens à remercier à tout un chacun des membres du groupe pour les contributions et des questions et leur avis si enrichissant qui m'a permis de comprendre beaucoup de choses sur le thème de ce soir, et mes conseils ont été donnés aux jeunes pour diminuer les risques de manipulation aux réseaux sociaux car la sécurité n'est pas probable à quoi nous pensons et faites à vos publications sur les réseaux sociaux elle peut gâcher des vies car nos données ne sont pas sécurisées et on ne sait pas comment les entreprises des médias sociaux utilisent ces données elle pourrait être de manière machiavélique ou pour des fins multiples car l'affaire de l'Analytics Cambridge cette polémique montre que nous ne sommes pas sécurisés et plusieurs personnes ont plaintes que leur compte a été piraté des choses comme ça qui ne se cache plus sur les réseaux sociaux dont nous devons protéger nos enfants.