4396619615

Concours / Examen : BIBLIOTHECAIRE
Session : 2026 Voie : EXTERNE
Spécialité : LETTRES ET SCIENCES HUMAINES ET SOCIALES
Épreuve : NOTE DE SYNTHESE

CONSIGNES
/ **Remplir** soigneusement sur chaque feuillet la **zone d'identification** en **MAJUSCULES** (numéro d'identifiant = numéro à 5 chiffres qui figure sur votre convocation)
/ Hormis dans la zone d'identification ci-dessus, **ne pas indiquer votre prénom, nom, numéro** ou tout **autre signe distinctif** sur la copie
/ **Numéroter chaque page** (cadre en bas à droite de la page) et placer les feuillets dans le bons sens et dans l'ordre
/ Rédiger votre copie avec un stylo à **encre foncée** (bleue ou noire) et ne pas utiliser de stylo à encre claire ou effaçable par friction
/ Ne joindre **aucun brouillon**

Commune de Culturaville Le 19 mai 2026

NOTE
à l'attention de la directrice de la bibliothèque

Objet : les réseaux sociaux et les adolescents

<< Snapper tous les jours, c'est un vrai travail. » Cette affirmation de Charlotte, 18 ans, recueillie par le quotidien Libération en 2023, affolerait sans doute nombre d'adultes.

Les réseaux sociaux, pratique numérique forte chez les adolescents, provoquent de nombreuses inquiétudes. On les dit violents, futiles, dangereux, à tel point que des Etats, dont la France, envisagent d'en restreindre drastiquement l'accès aux plus jeunes.

Mais qu'en est-il réellement ? Quels rapports les adolescents entretiennent-ils avec les réseaux sociaux ? Comment appréhender les effets positifs et négatifs de ces plateformes numériques sur la vie des jeunes ?

1.1.6

NE RIEN ÉCRIRE DANS CE CADRE

En effet, les réseaux sociaux sont omniprésents dans le quotidien des adolescents. Ce qui engendre des impacts délétères sur leur santé (I). Pourtant, l'utilisation des réseaux sociaux regorge aussi d'atouts pour les adolescents, qu'il s'agit de comprendre, pour trouver des solutions propices à un usage sain (II)

I - L'utilisation massive des réseaux sociaux par les adolescents, objet de craintes justifiées.

A - Les réseaux sociaux, omniprésents dans la vie des jeunes

Une écrasante majorité de jeunes utilisent les réseaux sociaux. Une étude a été menée sur les pratiques numériques des jeunes en 2023 et 2024. Sur 4003 répondants, seuls 53 ont déclaré ne pas utiliser les réseaux sociaux.

Les jeunes fréquentent assidûment les réseaux sociaux. Ils y passent en moyenne trois heures par jour.

S'agissant de leurs pratiques, la plateforme préférée des jeunes est Youtube, suivie d'Instagram et Snapchat. Ils apprécient particulièrement de s'y informer et de consulter des contenus sur leurs sujets favoris.

Les jeunes s'informent particulièrement auprès des influenceurs. Un des plus populaires est Hugo Decrypte, connu pour ses formats de vulgarisation de l'actualité. Il rassemble 5,5 millions d'abonnés sur TikTok.

2.1.6

Des témoignages de nombreux adolescents font état d'une pratique de « scrolling » (faire défiler des contenus rapidement sur l'écran) intensif. « Le réseau social, c'est leur vie sociale », analyse une membre de l'Arcom., régulateur de l'audiovisuel et du numérique en France.

Ainsi, les réseaux sociaux ont une place prépondérante dans le quotidien des adolescents. Ces habitudes impactent leur rapport au numérique et détériorent leur santé.

B_ Les risques de l'usage des réseaux sociaux sur la santé des adolescents.

Les jeunes se rendent beaucoup sur les réseaux sociaux. Cette forte consommation est en soi, identifiée comme un problème. C'est même le risque numéro un selon une enquête de l'Arcom en 2025. En effet, 88% des jeunes sont exposés à l'hyperconnexion. Celle-ci entraîne des comportements jugés « problématiques » chez 11% des adolescents.

Les réseaux sociaux participent notamment au développement de complexes et à la survalorisation de l'apparence physique. En consultant les réseaux sociaux, les adolescents ont tendance à se dévaloriser, augmentant le risque de suicide chez les jeunes. La commission d'enquête sur les effets psychologiques de TikTok sur les mineurs, menée en 2025, a estimé que la plateforme était responsable d'incitation au suicide et à l'automutilation, et concourrait au développement de troubles du comportement alimentaire.

Au-delà de ces impacts directs sur la santé mentale, des contenus violents et discriminants circulent sur les réseaux sociaux. Les adolescents sont ainsi exposés au racisme, à la pédocriminalité, au harcèlement et aux fausses informations.

Pourtant, malgré ces constats invitant à la méfiance, le tableau n'est pas si noir. Discuter

3...1.6

en ligne ou créer du contenu numérique peut avoir de nombreux bénéfices, qui encouragent une forme de nuance.

II - L'utilisation massive des réseaux sociaux, une tendance à ne pas diaboliser

A - Les atouts des réseaux sociaux pour les adolescents

Comme leur nom l'indique, les réseaux ont un impact sur la vie « sociale » des adolescents. Même s'ils se déroulent derrière un écran, les échanges sont réels. Les jeunes rencontrent, dialoguent et partagent avec des homologues qui ont les mêmes goûts, les mêmes occupations. Ces connexions contribuent à l'inclusion sociale d'adolescents qui éprouvent parfois des difficultés pour s'intégrer.

De plus, les contenus qui attirent les jeunes sont parfois riches d'enseignements. Ils consultent l'actualité et cherchent à élargir leurs connaissances. La vulgarisation est très populaire sur Youtube. Sur TikTok, le hashtag (mot-dièse) #ApprendreSurTikTok rassemble trois milliards de vues.

Enfin, la création de contenus vidéo permet de développer de multiples connaissances techniques comme le cadrage et le montage. Elle enseigne le community management et fait des jeunes des experts du numérique. Plus largement, la création de contenus libère la créativité et forme au travail de recherche.

Ainsi, les réseaux sociaux regorgent d'avantages pour les jeunes. Pour les prendre en compte et organiser un usage sain des réseaux sociaux par les adolescents, des solutions existent.

4396619615

Concours / Examen : BIBLIOTHECAIRE
Session : 2026 Voie : EXTERNE
Spécialité : LETTRES ET SCIENCES HUMAINES
Épreuve : NOTE DE SYNTHESE

CONSIGNES
/ **Remplir** soigneusement sur chaque feuillet la **zone d'identification** en **MAJUSCULES** (numéro d'identifiant = numéro à 5 chiffres qui figure sur votre convocation)
/ Hormis dans la zone d'identification ci-dessus, **ne pas indiquer votre prénom, nom, numéro** ou tout **autre signe distinctif** sur la copie
/ **Numéroter chaque page** (cadre en bas à droite de la page) et placer les feuillets dans le bons sens et dans l'ordre
/ Rédiger votre copie avec un stylo à **encre foncée** (bleue ou noire) et ne pas utiliser de stylo à encre claire ou effaçable par friction
/ Ne joindre **aucun brouillon**

B - La recherche d'un usage équilibré des réseaux sociaux par les adolescents, via des initiatives pédagogiques

Pour favoriser une utilisation saine des réseaux sociaux par les adolescents, une solution peut être trouvée dans la pédagogie. Il s'agit de leur permettre d'utiliser ces plateformes en les maîtrisant, grâce à la « littératie numérique ». Cela passe par la formation de professionnels aptes à les aider et la généralisation du dialogue.

Les parents aussi un rôle à jouer. Les psychologues leur conseillent de rester à l'écoute, d'instaurer la confiance. Il est recommandé de ne pas se laisser gagner par la peur ni par les clichés sur les jeunes et leur inconséquence. Ceux-ci comprennent très bien ce que signifie la vie privée. Si besoin, les parents peuvent utiliser des exemples qui leur parlent, comme telle star du football rattrapée par des images de jeunesse. Les parents peuvent aussi chercher des alternatives qui satisfont le besoin de dopamine des jeunes, comme des activités de sensation forte.

5.1.6

NE RIEN ÉCRIRE DANS CE CADRE

Enfin, limiter le temps d'écran reste une possibilité, pour les parents comme les pouvoirs publics. L'Australie a ainsi pris une décision radicale : interdire les réseaux sociaux aux moins de 16 ans, depuis 2025. En France, un texte similaire visant les moins de 15 ans, a été adopté par l'Assemblée nationale en janvier 2026.

En conclusion, les effets de la consommation massive des réseaux sociaux par les adolescents varient. Et les réactions divergent, de la plus pédagogique à la plus radicale. Reste l'adaptation, voie choisie par les médias traditionnels. Le 28 octobre 2024, sur France 2, c'est bien Hugo Decrypte qui a interviewé le spationaute Thomas Pesquet.

6.16

..... /....

/