

# 100 QUESTIONS/RÉPONSES



## LES PARENTS, LES ADOS ET LE NUMÉRIQUE

Jocelyn Lachance  
Thomas Rohmer



# PRATIQUES NUMÉRIQUES DES ADOS

*« Les conflits ont trait au temps qu'il y passe, on parle de mon fils qui, à mon goût, y passe beaucoup trop de temps. Alors, il me dit “Mais non, tu sais que je discute avec les copains” ; probablement, mais, à mon goût, il y passe beaucoup trop de temps. »*

Noémie, 43 ans, mère de trois enfants de 11, 13 et 15 ans

*« On va sanctionner sans essayer de revenir à la cause, on est plutôt sur la conséquence plutôt que sur la cause, donc on va sanctionner plutôt que d'essayer de chercher pourquoi est-ce qu'il y a eu ça ou qu'est-ce qu'il faudrait faire, comment expliquer aux enfants l'utilisation qu'ils peuvent en avoir. »*

Luc, 42 ans, père de deux enfants âgés de 3 et de 5 ans

Les pratiques numériques des ados sont vastes et diversifiées, mais surtout, elles ont un sens profond dans leur vie. Elles ne sont pas banales ou insignifiantes aux yeux des jeunes, même si elles peuvent parfois être perçues comme telles par les adultes. La plupart des experts, qu'ils soient psychologues, psychiatres, sociologues ou anthropologues, soulignent que ces pratiques s'inscrivent dans des logiques humaines, fondamentales et nécessaires, inhérentes au devenir adulte.

Voici les principales pratiques numériques des ados :

- usage de réseaux sociaux pour échanger, communiquer, partager du contenu ;
- plate-forme de visionnage de contenu, comme Youtube ;
- jeux vidéo, y compris les jeux en ligne comme Fortnite, des espaces importants de socialisation et de défis pour les ados ;
- applications de messagerie instantanée (comme WhatsApp, et historiquement MSN), utilisées pour les échanges (avec la famille notamment) ;
- plateformes éducatives (comme Pronote).

## Quels sont les principaux réseaux sociaux que les ados utilisent ?

Les réseaux sociaux sont des lieux de socialisation majeurs à l'adolescence. Les principaux réseaux sociaux et plateformes vidéo spécifiquement en lien avec l'usage ado sont :

- **TikTok**: prisé par les jeunes ados, bien que la plateforme soit de plus en plus utilisée par les adultes.
- **Instagram**: la plateforme où les ados déclarent y passer beaucoup de temps. Il est noté que l'écart entre ce que les parents pensent que leurs enfants font sur Instagram/TikTok et la réalité est généralement important.
- **Snapchat**: le réseau social est utilisé par les ados pour échanger, avec une croyance persistante chez beaucoup d'entre eux que les contenus y restent éphémères.
- **Facebook**: historiquement un réseau social important, il est devenu moins populaire auprès des ados et davantage utilisé par les adultes, voire les grands-parents.
- **X (anciennement Twitter)** est également un réseau social utilisé par les jeunes.
- **YouTube**: même si elle n'est pas un réseau social, il s'agit d'une plateforme vidéo majeure où les ados regardent des contenus, y compris ceux d'autres enfants («enfants youtubeurs»). YouTube a mis en place des restrictions publicitaires pour les contenus destinés aux moins de 13 ans.

Au sein de ce jeu de vases communicants qui caractérisent les réseaux sociaux, un seul a délibérément choisi de «cibler» dès le départ les ados et les a conservés : **Snapchat**.

### 3

## Pourquoi les ados fuient-ils la présence des adultes en ligne ?

Il est intéressant d'observer que, depuis que les réseaux sociaux existent, on assiste souvent à des mouvements de « transhumance numérique » intergénérationnels, c'est-à-dire que la plupart des ados ont souvent tendance à fuir ces univers numériques dès lors que les adultes les investissent. C'est ce qui s'est produit avec Facebook qui fut dans ses premières années d'existence un réseau social plutôt réservé aux étudiants, puis aux ados, avant d'être envahi par les adultes motivant la fuite des jeunes générations vers d'autres réseaux.

Notons que ce phénomène n'est pas lié qu'aux univers numériques. L'histoire de l'adolescence nous rappelle que la recherche d'espaces désertés par les adultes est une constante chez les plus jeunes. Ainsi, les endroits abandonnés, ou considérés comme étant à la marge entre espaces partagés et privés (cave, grenier, porche, abri d'autobus le soir, coin reculé dans un parc, etc.) sont privilégiés pour les regroupements d'ados. En d'autres termes, le jeu de « chat-et-de-la-souris », bien connu dans les espaces physiques, s'exprime aujourd'hui dans les espaces numériques.

Les spécialistes de l'adolescence notent que les manières de devenir adulte au XXI<sup>e</sup> siècle sont spécifiques. Il existe une forte affinité entre les manières de devenir adulte et l'usage du numérique à l'adolescence. Dans un monde où les ados sont confrontés à plusieurs modèles pour se projeter, nous leur demandons de faire des choix. Choix professionnels. Manière de vivre des relations amicales et amoureuses. Manière d'être femme ou homme. Dans ce contexte, les spécialistes remarquent que les jeunes entrent dans des logiques d'expérimentation. Pour faire de «bons choix», ils font des tests, mettent en scène différentes versions d'eux-mêmes pour vérifier ce qui semble convenir. Ces expérimentations impliquent donc une incertitude et un besoin de retour sur leurs actions et mises en scènes par les autres.

Les réseaux sociaux sont massivement investis par les jeunes comme un espace d'expérimentation de soi. Ils mettent en scène différentes versions d'eux-mêmes, affirment des opinions, ou présentent des images de leur corps. Cette modalité de devenir adulte, bien qu'antérieure aux réseaux sociaux, a été grandement amplifiée par ces outils dans la mesure où ils permettent la diversification des manières de se mettre en scène et de s'exprimer (commentaires, photos, vidéos, partage de contenu, etc.) mais aussi de recevoir des retours (commentaires, likes, flammes, etc.). Les ados interpellent ainsi le regard de l'autre et attendent une validation ou une invalidation, par exemple sous forme de likes ou de commentaires. Ils peuvent chercher d'autres avis ou regards que ceux de leur entourage immédiat. Ces retours, vécus comme de petites ou de grandes épreuves, participent aujourd'hui grandement à la formation de l'identité des plus jeunes.

## 5

### Pourquoi les ados passent-ils autant de temps en ligne ?

Le temps important que les ados passent en ligne et sur les réseaux sociaux est donc lié à des processus profonds de leur développement, à la recherche de sens et à la construction de leur identité dans le monde contemporain sous le mode de l'expérimentation. Il ne s'agit pas simplement d'une attirance « magique » pour les outils numériques.

Les réseaux sociaux offrent la possibilité d'interpeller des regards diversifiés, à distance, voire anonyme, pour trouver cette validation, particulièrement lorsqu'ils sont dans l'incertitude. Cette quête de reconnaissance est quelque chose de tout à fait banal à l'adolescence.

Les ados s'approprient aussi les technologies de l'information et de la communication pour inventer de nouvelles façons d'entrer en contact. Ils inventent alors de nouveaux rituels d'interaction. Ils se retrouvent aussi en ligne pour s'informer sur les sujets qui les intéressent, et y trouver des interlocuteurs qui partagent des passions communes. Des ados relatent également le fait que de se retrouver « seul » devant leur écran leur permet de se détendre dans des contextes qu'ils considèrent comme particulièrement angoissants, dans des moments de stress ou de conflits par exemple.

## Quels types de contenus les ados publient-ils sur les réseaux sociaux ?

Les pratiques numériques des ados, particulièrement la publication de contenu, sont loin d'être anodines. Voici les principaux types de contenus publiés :

- Photos et vidéos numériques : l'explosion de la production d'images par les jeunes est notable. Ces images peuvent inclure des mises en scène de leur corps.
- Selfies : une pratique très répandue, souvent perçue par les adultes sous l'angle du risque ou de la vanité, mais constituant souvent une forme d'affirmation de soi pour les jeunes.
- Vidéos courtes : sur des plateformes comme TikTok, mais aussi YouTube. La « culture de l'extrait » et le visionnage en chaîne sont devenus la norme.
- Contenu sexuellement suggestif (*nude*) : l'échange de photos sexy ou d'images dénudées est une pratique devenue courante.
- Mises en scène d'activités : montrer des sorties, des moments entre amis.
- Textos et messages instantanés : échanges avec des amis pour rester en contact.
- Contenu exprimant des opinions ou des convictions : par exemple, l'engagement écologique peut être mis en scène en ligne.
- Mise en scène du statut : chez les jeunes plus âgés (16-18 ans et plus), les publications évoluent vers une présentation de leur statut, notamment dans une perspective future (professionnelle, etc.), visible par exemple sur des réseaux sociaux comme LinkedIn.
- Défis numériques (*challenges*) : il s'agit de reproduire des actions spécifiques, souvent filmées et diffusées, allant de chorégraphies (comme le « Dad Challenge » sur TikTok, qui voit des pères participer à des défis ou des jeux avec leurs enfants, souvent dans un esprit humoristique ou affectueux) à des défis plus créatifs (comme le « Getty Museum Challenge » artistique, qui encourage les internautes à recréer des œuvres d'art célèbres avec des objets qu'ils ont chez

eux ou dans leur environnement quotidien) ou d'autres parfois plus risqués et périlleux (comme le « Ice and Salt Challenge », qui consiste à appliquer du sel sur la peau, puis à y mettre de la glace ou de la glace pilée).

- Contenus liés aux jeux vidéo: partage d'exploits, de tutoriels, ou de vidéos de jeux, ainsi que la participation à des communautés en ligne (guildes) dans les jeux massivement multi-joueurs.

## Qu'est-ce que les publications en ligne révèlent des ados ?

Ces publications souvent incomprises par de nombreux adultes révèlent des aspects fondamentaux de l'adolescence.

Les espaces numériques sont un terrain d'expérimentation qui s'offre aux ados dans leur construction identitaire. Ils peuvent y tester différentes facettes de leur personnalité en créant des profils ou des avatars, en manipulant leur image avec des filtres, etc. Certains possèdent plusieurs comptes qui leur permettent de tester les multiples facettes de leur personnalité en construction.

Ils utilisent ces outils pour rester en contact avec leurs amis, renforcer leur sentiment d'appartenance à un groupe de pairs, et même pour nouer de nouvelles amitiés ou relations amoureuses. Ils peuvent y trouver et se constituer des communautés qui partagent leurs intérêts ou leurs questionnements grâce aux multiples interactions générées.

Le « regard de l'autre » et la validation par son groupe d'appartenance demeurent très importants à l'adolescence. Les likes, commentaires et partages sont des indicateurs de popularité et d'affirmation sociale, autant d'indices qui contribuent à déployer progressivement leur identité en construction.

Les défis et le partage de contenus sensibles sont des manifestations de la prise de risque caractérisant l'adolescence... Dans certaines situations et en fonction des individus, ces comportements peuvent traduire un mal-être plus profond ou d'une faible confiance en soi qui doivent alerter les adultes

En somme, les publications des ados sur les réseaux sociaux ne sont pas de simples passe-temps, mais des actions complexes et significatives qui jouent un rôle central dans leur développement identitaire, social et émotionnel, les aidant à se comprendre, à se connecter aux autres et à naviguer dans le monde.

## Les ados sont-ils conscients des risques lorsqu'ils partagent du contenu en ligne ?

La plupart des ados sont conscients de prendre parfois des risques en partageant du contenu en ligne, mais leur perception de ces risques peut différer de celle des adultes. Ce qu'un adulte interprète comme une mise en danger peut être vécu par l'ado comme une expérimentation nécessaire pour l'affirmation de soi ou la quête de reconnaissance. En d'autres termes, ils perçoivent parfois certains bénéfices comme plus importants que les risques éventuels. Le problème ne réside donc pas toujours dans le fait de ne pas connaître les risques mais d'attacher beaucoup d'importance à ce que cela leur apporte.

La capacité des ados à percevoir et à gérer les risques est influencée par leur socialisation et des vulnérabilités se révèlent la plupart du temps derrière des comportements qui peuvent sembler problématiques aux adultes. L'exemplarité des adultes demeure ici cruciale. Les ados observent les contradictions de leurs parents, qui les équipent très tôt en écrans et les laissent par la suite vivre leur vie numérique tout en étant tentés de « diaboliser » les pratiques des plus jeunes. Certains comportements adultes comme le *sharenting* (partage de photos et de vidéos de leurs enfants par les parents) démontrent une contradiction parentale et une forme de perte de la « conscientisation des risques et des préjudices occasionnés » sur le long terme pour les enfants.

De nombreux experts soulignent l'importance d'un accompagnement éducatif qui va au-delà du simple contrôle du temps d'écran pour s'intéresser au contenu et au sens des pratiques. En effet, les ados qui bénéficient d'un accompagnement précoce et d'un dialogue constant développent une meilleure capacité de recul et un esprit critique face aux contenus numériques. Sans cet échange, ils peuvent manquer d'espaces pour verbaliser ce qu'ils vivent en ligne.

## Que font les ados pour se prémunir des risques en ligne ?

La conscience des risques pousse certains ados à adopter des stratégies de contournement et d'évitement des risques. Cela peut inclure l'utilisation d'avatars pour expérimenter sans risque d'être démasqué, ou la déconnexion provisoire pour gérer les angoisses liées à l'infobésité ou à la haine en ligne. Ces rituels de protection sont des tentatives pour maintenir leur santé mentale face aux dangers perçus en ligne.

Comme de nombreux adultes, les plus jeunes ne lisent généralement pas les conditions générales d'utilisation ni ne comprennent pleinement le fonctionnement des algorithmes, ce qui les pousse à privilégier les bénéfices immédiats du partage plutôt que les risques liés aux données personnelles. Ils peuvent même tricher sur leur âge pour s'inscrire à des plateformes sans en mesurer les conséquences à long terme. La multiplication des textes protecteurs pour les mineurs à des échelles nationales ou européennes (comme le RGPD ou le DSA) n'y a pour l'instant rien changé. Ces tentatives d'imposer aux plateformes certaines obligations de vulgarisation de leurs CGU et de transparence algorithmique, se traduisent le plus souvent par des échecs en termes d'applicabilité. Cette difficulté majeure que rencontre la société des adultes à édicter des règles applicables vient alors renforcer cette méconnaissance qui peut aussi s'interpréter par un défaitisme lucide des jeunes générations.

## Filles et garçons ont-ils les mêmes expériences numériques ?

Les expériences numériques des ados, bien qu'ayant des points communs, présentent des différences notables entre filles et garçons, souvent liées aux dynamiques sociales, aux attentes de genre et aux vulnérabilités spécifiques. Les ados, filles et garçons, utilisent les réseaux sociaux comme un espace d'expérimentation identitaire et de mise en scène de soi, notamment en lien avec le corps et le genre. Cependant, les filles ont tendance à parler avec un plus grand nombre de personnes en ligne. Les filles sont davantage du côté de la communication et multiplient les espaces d'échange, tandis que les garçons sont plus orientés vers la consommation d'images au sens large. La pornographie intéresse plus fréquemment les garçons. Les choix des plateformes numériques utilisées révèlent des tendances genrées. À titre d'exemple, chez les 15-18 ans, Twitch est très peu utilisé par les filles (1,5 %) tandis que 21,9 % des garçons de la même tranche d'âge y sont présents. On notera également que les filles sont plus présentes sur les réseaux sociaux à l'adolescence alors que les garçons préfèrent souvent s'adonner à d'autres activités numériques comme les jeux vidéo.

Enfin, les différences les plus préoccupantes concernant le cyberharcèlement. Les études montrent en effet que les filles en sont plus souvent victimes que les garçons. Mais il s'agit avant tout de phénomènes plus profondément ancrés dans la société que l'on retrouve également dans les transports en commun ou dans l'espace public. D'une manière générale, les filles sont deux fois plus harcelées que les garçons.