

République Algérienne Démocratique et Populaire
Ministère de l'enseignement Supérieur et de la Recherche Scientifique
Université de Saida Dr. MOULAY Tahar
Faculté des Lettres des Langues et des Arts
Département des Lettres et Langue Française



Mémoire de Master

En vue de l'obtention du diplôme de Master En Langue Française

Option : Sciences du Langage

Intitulé

**Réseaux Sociaux et Relations Sociales :
Motivations et Influence**

Présenté et soutenu par :

M.MAMOUN Mohamed Imed Eddine

Directeur de recherche :

Pr. OUARDI Brahim

Membres du jury :

Président M. BESSAI Houari

Examineur M. MESKINE Mohamed Yacine

Année Universitaire : 2024-2025

Remerciements

Au terme de ce travail de mémoire, je tiens à exprimer ma profonde gratitude à toutes les personnes qui, de près ou de loin, ont contribué à sa réalisation.

Je remercie tout d'abord Dieu, source de lumière et de force, qui a guidé chacun de mes pas dans la réalisation de ce mémoire.

Pr. OUARDI Brahim, mon directeur de mémoire, pour son accompagnement rigoureux, sa disponibilité, ses conseils éclairés et ses encouragements tout au long de cette recherche. Son expertise et sa bienveillance ont été précieuses dans l'orientation de mes réflexions et dans l'élaboration de ce travail.

Je tiens également à exprimer ma reconnaissance envers l'ensemble du corps enseignant du département des lettres et langue française de l'université de Saida Dr. MOULAY Tahar, pour la qualité de l'enseignement dispensé tout au long de ma formation, ainsi que pour les connaissances et les compétences transmises, qui ont constitué un socle solide pour la réalisation de ce mémoire.

Mes remerciements s'adressent aussi aux personnes ayant accepté de répondre à mon questionnaire, et sans lesquelles la partie empirique de ce travail n'aurait pu voir le jour. Leur temps, leurs réponses sincères et leurs réflexions ont grandement enrichi cette étude.

Enfin, je remercie chaleureusement ma famille, mes amis et mes proches, pour leur soutien moral constant, leur patience et leur confiance, qui m'ont permis de mener à bien ce projet dans les meilleures conditions.

À toutes et à tous, je vous adresse mes plus sincères remerciements.

Dédicace

Je dédie ce mémoire à mes chers parents, pour leur amour inconditionnel, leur soutien constant et leurs sacrifices tout au long de mon parcours.

À mon frère et à ma sœur, pour leur présence bienveillante et leurs encouragements sans faille.

À mon entourage, ami et proche, qui ont toujours cru en moi et m'ont accompagné dans les moments de joie comme dans les difficultés.

À vous tous, je vous adresse toute ma gratitude et mon affection.

Table des matières

Introduction générale.....	01
Chapitre I Réseaux sociaux et relations sociales	
Introduction.....	06
I.1. Définition et typologie	06
I.1.1. Réseaux sociaux numériques : typologie et cadre conceptuel.....	06
I.1.2. Les relations sociales : définition, classification et dimensions Fondamentales.....	09
I.1.3. La motivation.....	11
I.1.4. L'influence : cadre conceptuel et classification des formes d'influence sociale.....	12
I.2. Les effets des réseaux sociaux sur les relations sociales : entre.....	14
opportunités et risques	
I.2.1. Les effets positifs des réseaux sociaux : communication, apprentissage et engagement social.....	14
I.2.2. Les dérives des réseaux sociaux : entre isolement, désinformation et dépendance.....	15
I.3. La transformation des relations sociales à l'ère des réseaux sociaux.....	16
I.3.1. L'évolution des formes de sociabilité : du face-à-face au numérique.....	16
I.3.2. Des relations plus nombreuses, mais souvent plus superficielles.....	17
I.3.3. Affaiblissement ou renforcement du lien social ?.....	17
I.3.4. Influence des réseaux sociaux sur la sphère privée : famille, amitié et relations amoureuses.....	18
I.3.4.1. La famille à l'ère du numérique : entre proximité virtuelle et dislocation affective.....	18
I.3.4.2. L'amitié reconfigurée par les réseaux sociaux.....	18
I.3.4.3. Les relations amoureuses à l'ère des applications de rencontre.....	18
Chapitre II Présentation et analyse des résultats de l'enquête	
Introduction.....	21
II.1. Méthodologie de l'enquête par questionnaire.....	21
II.2. présentation des résultats de l'enquête par questionnaire.....	22

Conclusion générale.....	40
Bibliographie.....	43
Annexes.....	46
Résumé.....	54

Introduction

Générale

Introduction générale

En quelques décennies seulement, les réseaux sociaux ont redéfini la manière dont les individus interagissent, échangent des idées et partagent des moments de leur vie. Avec plus de cinq milliards d'utilisateurs actifs à travers le monde, ces plateformes sont devenues des espaces incontournables où se croisent relations personnelles, dynamiques communautaires et stratégies commerciales. Leur impact sur les relations sociales est profond, bouleversant les codes traditionnels de la communication et introduisant de nouvelles formes d'influence.

Des plateformes comme Facebook, Instagram, Twitter, Snapchat, TikTok ou LinkedIn ne sont plus seulement des outils de partage d'informations, mais de véritables espaces sociaux virtuels façonnant les interactions humaines. Les nouvelles technologies tel que l'intelligence artificielle (IA)¹ façonnent profondément l'univers des réseaux sociaux, d'Internet et des smartphones, redéfinissant la manière dont les individus interagissent, s'informent et consomment du contenu numérique.

Les premières incursions de l'IA dans les réseaux sociaux peuvent être retracées à des fonctionnalités simples comme le tri et le filtrage des publications. Progressivement, ces algorithmes sont devenus plus sophistiqués, intervenant dans le ciblage publicitaire et la suggestion de contacts. Le développement rapide de l'IA a permis aux plateformes de renforcer l'engagement des utilisateurs et de personnaliser l'expérience sur les réseaux sociaux à un niveau jamais vu auparavant.

L'intégration de l'intelligence artificielle et du machine learning² dans les plateformes sociales permet une personnalisation accrue des flux d'informations, offrant aux utilisateurs des contenus parfaitement adaptés à leurs centres d'intérêt, permet aussi à des plateformes comme Facebook, Instagram et Twitter de personnaliser les fils d'actualités en fonction des comportements et préférences des utilisateurs. Cette technologie se retrouve également dans des fonctionnalités telles que les suggestions automatiques de contenus et la modération des commentaires.

L'une des applications les plus courantes de l'IA sur les plateformes sociales est le traitement automatique du langage naturel (TALN), un système qui aide à comprendre et traiter le langage humain. Elle joue un rôle crucial dans le développement de chatbots³ et d'assistants virtuels, capables d'interagir avec les utilisateurs de façon presque humaine.

En outre, l'IA contribue à la lutte contre la désinformation et le contenu inapproprié grâce à des algorithmes capables d'identifier et de modérer ce type de contenus de manière proactive.

Les réseaux sociaux restent la destination préférée de la majorité des jeunes, L'impact de ces médias est désormais évident puisqu'ils facilitent la communication, permettent de diffuser des informations rapidement et en temps réel, que ce soit pour des événements importants, des nouvelles locales, ou des crises mondiales.

¹ Ensemble des théories et des techniques développant des programmes informatiques complexes capables de simuler certains traits de l'intelligence humaine (raisonnement, apprentissage...).

² Une branche de l'intelligence artificielle au cœur de la data science.

³ Un chatbot est un programme informatique qui simule et traite une conversation humaine (écrite ou parlée)

Les réseaux sociaux peuvent être utilisés pour sensibiliser, mobiliser des groupes de personnes autour de causes sociales, politiques ou environnementales. Ils peuvent jouer un rôle clé dans des mouvements sociaux (comme #Black_Lives_Matter⁴).

La motivation qui pousse les individus à utiliser les réseaux sociaux repose sur divers facteurs sociaux, psychologiques et culturels. Ces plateformes répondent à un besoin fondamental de socialisation en permettant de maintenir et d'élargir les relations interpersonnelles, tout en facilitant les interactions en temps réel. Elles offrent également un accès instantané à l'information, aux tendances et aux contenus éducatifs. Par ailleurs, la recherche de divertissement, d'évasion et de reconnaissance sociale constitue une motivation majeure, les utilisateurs cherchant à partager leurs expériences, à interagir avec leur entourage et à obtenir une validation à travers les réactions numériques. Les réseaux sociaux jouent un rôle clé dans le développement professionnel et académique en facilitant le réseautage et l'apprentissage. Ainsi, ces différentes motivations illustrent l'influence croissante de ces plateformes sur les comportements et les dynamiques relationnelles des individus.

Cependant, il est aussi important de reconnaître les défis et les risques que les réseaux sociaux peuvent comporter.

L'un de ces risques est l'exposition excessive à des contenus inappropriés. Les réseaux sont remplis d'images violentes, de langage vulgaire et de discours haineux. Un autre risque est celui de la dépendance. Passer trop de temps sur les écrans peut affecter notre capacité à nous concentrer sur d'autres activités importantes, comme le travail ou les études. En outre, passer trop d'heures devant un écran peut également avoir des effets négatifs sur notre santé mentale et physique.

Les médias sociaux peuvent engendrer une dislocation des relations sociales authentiques. La communication virtuelle tend parfois à remplacer les interactions physiques, diminuant la qualité des échanges et renforçant le sentiment d'isolement. Ce phénomène touche particulièrement les familles, où chacun peut être absorbé par ses appareils au détriment des moments de partage réel.

Problématique

Nous tenterons dans ce présent travail d'apporter des réponses aux questions suivantes

Comment les réseaux sociaux transforment et influencent les relations sociales ?

Quelles sont les motivations principales qui poussent les individus à utiliser ces plateformes ? Quelles sont les conséquences émotionnelles et psychologiques de cette digitalisation des relations ?

⁴ Hashtag et slogan américain, c'est le cri de ceux qui dénoncent les violences policières envers les personnes noires. Il signifie « Les vies des Noirs comptent ».

Hypothèses de recherche

Pour répondre à notre problématique, nous émettons les hypothèses suivantes :

- L'utilisation des réseaux sociaux transforme les relations sociales en réduisant les barrières géographiques et en facilitant les connexions, mais elle peut également entraîner un isolement paradoxal en remplaçant les interactions en face-à-face par des échanges virtuels.
- L'utilisation des réseaux sociaux est motivée principalement par le désir de rester en contact avec la famille, de se divertir et de passer le temps.
- L'hyperconnexion aux réseaux sociaux peut entraîner une dislocation familiale.
- La digitalisation des relations, en privilégiant les interactions virtuelles, augmente le sentiment de solitude chez certains individus, notamment ceux qui substituent les échanges en ligne aux contacts en face à face.

Ce mémoire se propose d'explorer ces problématiques en étudiant les motivations des utilisateurs des réseaux sociaux, l'influence de ces plateformes sur les relations sociales et les conséquences sociales, émotionnelles et psychologiques de cette digitalisation des relations. Une analyse approfondie permettra de mieux comprendre ces interactions complexes et d'évaluer les implications sociétales de cette révolution numérique.

Cette étude adopte une approche mixte, combinant une analyse théorique et une enquête par questionnaire, afin d'examiner l'impact des réseaux sociaux sur les relations sociales et les motivations d'usage. Le premier chapitre, de nature qualitative, établit un cadre conceptuel à travers une revue de la littérature scientifique, des rapports d'usage et des études sociologiques. Il aborde les définitions clés, les motivations des utilisateurs et les effets ambivalents des réseaux sociaux. Le second chapitre repose sur une enquête quantitative, menée via un questionnaire diffusé en ligne auprès d'un échantillon de 100 utilisateurs réguliers. Ce questionnaire, composé de questions fermées (échelles de Likert, choix multiples) et ouvertes, vise à valider ou nuancer les hypothèses formulées, notamment concernant l'influence des réseaux sur la communication en face-à-face, l'isolement paradoxal et les dynamiques familiales. Les données recueillies sont analysées à l'aide d'outils statistiques descriptifs et d'une analyse thématique des réponses libres. Cette double approche permet de croiser les perspectives théoriques et empiriques, tout en identifiant d'éventuels écarts entre les discours scientifiques et les pratiques réelles. Les limites méthodologiques sont prises en compte pour nuancer l'interprétation des résultats.

PARTIE THEORIQUE

Chapitre I

Réseaux Sociaux et Relations Sociales

Les réseaux sociaux occupent une place centrale dans la vie contemporaine, transformant profondément les interactions sociales, la communication et les comportements individuels. Depuis leur émergence, ces plateformes ont redéfini les contours de la sociabilité, influençant tant les relations personnelles que professionnelles.

L'impact des réseaux sociaux sur les relations humaines, et en particulier sur la manière dont les individus établissent et maintiennent des liens sociaux, est un phénomène complexe et ambivalent. Alors que certains y voient une opportunité de renforcer les connexions et de tisser des liens durables, d'autres soulignent les risques de superficialité et de déconnexion émotionnelle.

Ce chapitre vise à fournir un cadre théorique pour mieux comprendre les effets des réseaux sociaux sur les relations sociales. Nous commencerons par définir les concepts clés, à savoir les réseaux sociaux et les relations sociales, en les situant dans le contexte de l'ère numérique. Nous aborderons ensuite les notions de motivation et d'influence, essentielles pour saisir les mécanismes qui sous-tendent l'engagement des individus sur ces plateformes. Enfin, nous explorerons les bénéfices et les inconvénients des réseaux sociaux, avant de nous pencher sur les transformations des relations sociales à l'ère du numérique, notamment l'évolution des formes de sociabilité et l'impact sur la sphère privée.

À travers cette analyse théorique, nous poserons les bases nécessaires pour aborder l'étude des comportements des utilisateurs de réseaux sociaux, en mettant en lumière les enjeux sociaux, psychologiques et culturels liés à cette révolution numérique.

I.1. Définitions et typologies

I.1.1. Réseaux sociaux numériques : typologie et cadre conceptuel

Commençons par l'étymologie de ces deux mots :

Réseau, de l'ancien français rez « filet », entrecroisement...

Social/sociaux du latin socialis « sociable » relatif aux alliés/compagnons.

En sciences humaines et sociales, l'expression réseau social désigne un agencement de liens entre des individus ou des organisations, constituant un groupement qui a un sens : la famille, les collègues, un groupe d'amis, une communauté, etc.

Un réseau social est un graphe composé des nœuds ⁵qui représentent les individus ou organisations, connectés par des liens représentant une relation "sociale" : appartenance à la même famille, échange de messages, goûts communs (Viennet, 2008)

⁵ Nœud : Élément fondamental d'un graphe représentant une entité (individu, organisation, etc.) au sein d'un réseau. Dans le contexte des réseaux sociaux, chaque nœud symbolise un acteur social relié à d'autres par des relations

Michel Forsé (Forsé, 2008) a défini les réseaux sociaux comme suit : "un réseau social est un ensemble de liens entre un ensemble d'acteurs. Cet ensemble peut être organisé (une entreprise, par exemple) ou non (comme un réseau d'amis) et ces relations peuvent être de nature fort diverse (pouvoir, échanges de cadeaux, conseil, etc.), spécialisées ou non, symétriques ou non. Les acteurs sont le plus souvent des individus, mais il peut aussi s'agir de ménages, d'associations, etc."

Le terme « social network » fut inventé en 1954 par Barnes, représentant de l'école de Manchester en anthropologie, lorsqu'il s'est intéressé aux propriétés du système social de l'île de Bremnes en Norvège. Par dérivation, « social network » désigne les différentes activités informatiques qui intègrent la technologie, l'interaction sociale, et la création de contenu. Selon Frederic Cavazza, un consultant indépendant en web service, l'expression « médias sociaux » recouvre un ensemble de services numériques permettant de « développer des conversations et des interactions sociales en situation de mobilité ».

L'émergence des réseaux sociaux remonte à l'ère web 2.0⁶ qui désigne cette nouvelle génération d'applications et de réseaux sociaux. Cette expression de marketing fait son apparition en 2003 via le co-fondateur d'O'Reilly Media, Dale Dougherty (Auray, 2009). Cette nouvelle ère définit le passage du web à une évolution selon laquelle les utilisateurs ont une participation active et non plus seulement de consultation (Salaün et al., 2009). Ce qui représente un tournant dans les pratiques d'utilisation d'internet (Cardon, 2010). En effet, selon Auray (2009), le franchissement de cette nouvelle étape permet une participation innovante car tous les utilisateurs ont la possibilité d'avoir le rôle de lecteur mais également de contributeur : « ...la participation devient transversale et une communication directe s'établit entre les lecteurs participants sous la forme de tags, d'avis ou de commentaires » (Auray, 2009 P.1). Les réseaux sociaux transforment le développement du web en amenant un fonctionnement de type horizontale et non plus verticale (Richaud, 2017).

Les réseaux sociaux sont devenus populaires depuis quelques années, ils constituent une composante importante du web. Selon Dagnogo (2018), l'histoire des réseaux sociaux a commencé en 1997 et ces réseaux ont séduit des millions d'utilisateurs au niveau mondial. Ceci, permettant d'évoluer des réseaux sociaux traditionnels au passage du numérique. « Est considéré comme réseau social, tout service internet qui permet à ses utilisateurs de créer des profils publics ou semi-publics en son sein ; d'articuler ces profils avec des listes d'utilisateurs avec lesquels ils sont connectés et de naviguer à travers ces listes de contacts, les leurs et celles des autres » (Boyd et Ellison, 2007 cités par Dagnogo, 2018, P.7).

Les réseaux sociaux, peuvent également être définis de la façon suivante : « groupe d'applications en ligne qui se fondent sur l'idéologie et la technologie du Web 2.0 et permettent la création et l'échange du contenu généré par les utilisateurs » (Kaplan et Haenlein, 2010 cités par Coutant et Stenger, 2012, P.77).

⁶ Web 2.0 : Terme désignant la deuxième génération du Web, caractérisée par l'interactivité, la participation des utilisateurs, et le partage de contenu. Contrairement au Web 1.0, principalement statique, le Web 2.0 permet aux internautes de créer, commenter et modifier du contenu en ligne

Nous retrouvons notamment, Facebook, Twitter, Instagram, YouTube, LinkedIn, ou encore les blogs devenus aujourd'hui des plateformes incontournables du web. Les réseaux sociaux font partie de ce que l'on appelle les TIC, c'est-à-dire les technologies de l'information et de la communication.

Les TIC quant à eux comprennent plus précisément : internet, les réseaux sociaux, téléphone portable, les ordinateurs, c'est-à-dire des plateformes fortement répandues chez les jeunes (Haddouk et al. 2019)

Ainsi le premier réseau social en ligne, classmates.com lancé en 1995, avait pour finalité de mettre en relation des camarades de classes. Il fut suivi en 1997 par sixdegree.com puis par Friendster en 2002 dont le but était de permettre aux membres de ce site de rester en contact avec leurs amis et de faire de nouvelles connaissances. Le concept de réseau social a été réellement popularisé par l'arrivée du site Myspace en 2002, dans lequel l'utilisateur se crée un espace personnel à son image et partage ses passions avec les personnes qu'il a accepté comme « ami » pour ce site. Facebook, site de réseau social généraliste d'abord réservé aux étudiants d'universités américaines connaît aujourd'hui un succès mondial. En février 2009, le site enregistre près de 175 millions d'abonnés à travers le monde.

Les réseaux sociaux numériques peuvent être classés selon plusieurs critères, notamment en fonction de leur finalité, de la nature des interactions qu'ils permettent, ou encore des communautés qu'ils rassemblent. Cette typologie repose sur une catégorisation largement reconnue dans la littérature académique (Boyd & Ellison, 2007 ; Kaplan & Haenlein, 2010).

a- Réseaux sociaux de réseautage généraliste

Ces plateformes permettent aux utilisateurs de créer un profil personnel et d'établir des connexions avec d'autres individus. Elles sont centrées sur la gestion de la présence en ligne et les interactions sociales diverses.

Exemples : Facebook, Google+ (jusqu'à son arrêt en 2019).

b- Réseaux professionnels

Ils sont spécifiquement conçus pour faciliter les relations professionnelles, le recrutement, le développement de carrière et le partage d'expertise dans un contexte professionnel.

Exemples : LinkedIn.

c- Réseaux de partage de contenus multimédias

Ces plateformes se concentrent sur le partage et la diffusion de contenus visuels, sonores ou audiovisuels. Les interactions y sont souvent centrées autour de l'appréciation (likes), des commentaires et du partage.

Exemples : YouTube, Instagram, TikTok.

d- Réseaux sociaux de microblogging

Ils permettent la publication rapide de messages courts, souvent en temps réel, et favorisent une grande réactivité dans les échanges.

Exemples : Twitter (désormais X).

e- Réseaux de discussion communautaire ou forums

Ces réseaux reposent sur l'échange d'informations ou de conseils au sein de communautés souvent thématiques. L'accent est mis sur le contenu plutôt que sur le profil des utilisateurs.

Exemples : Reddit, Quora, Discord.

f- Réseaux sociaux géolocalisés ou centrés sur les intérêts

Ils se caractérisent par la mise en relation des utilisateurs autour d'activités spécifiques, de centres d'intérêt ou selon leur position géographique.

Exemples : Strava (sport), Goodreads (lecture), TripAdvisor (voyage).

g- Réseaux sociaux anonymes

Ces plateformes permettent une interaction sans nécessité de révéler son identité réelle, favorisant des discussions libres mais aussi parfois controversées.

Exemples : Whisper.

I.1.2. Les relations sociales : définition, classification et dimensions fondamentales

L'expression "relations sociales" peut être décomposée en deux termes : "relation" et "social", dont les étymologies sont distinctes.

Relation du latin "relatio", dérivé du verbe "referre" (re- : "en arrière" + ferre : "porter"), signifiant "rapporter, raconter". Au sens large, relatio désigne le fait d'établir un lien entre des éléments.

Social Du latin "socialis", dérivé de "socius", qui signifie "compagnon, associé". Socialis désigne ce qui concerne la société, les relations entre individus vivant en groupe.

La relation sociale désigne les interactions entre les individus au sein d'une communauté. Elle englobe une multitude d'échanges, que ce soit à travers des interactions informelles ou des relations plus formelles et organisées. Comprendre ce concept est essentiel pour naviguer dans notre environnement social quotidien.

Les relations sociales peuvent être analysées selon différents critères, notamment leur nature, leur intensité, leur finalité ou encore le contexte dans lequel elles se développent. Plusieurs sociologues, tels que Max Weber ou Georg Simmel, ont contribué à la classification des types de relations sociales.

a. Relations primaires et secondaires

Selon Charles H. Cooley, les relations primaires sont caractérisées par une proximité émotionnelle, une interaction fréquente et une forte implication personnelle (ex. : famille, amis proches). À l'inverse, les relations secondaires sont plus formelles, fonctionnelles et souvent liées à des contextes institutionnels (ex. : relations de travail, rapports administratifs).

b. Relations formelles et informelles

Les relations formelles sont régies par des règles explicites, souvent dans un cadre organisationnel ou professionnel. Les relations informelles, quant à elles, émergent spontanément et sont fondées sur l'affinité, la sympathie ou les intérêts partagés.

c. Relations symétriques et asymétriques

Une relation symétrique se définit par un rapport d'égalité entre les parties (ex. : amitié entre pairs), tandis qu'une relation asymétrique implique un déséquilibre de pouvoir ou de statut (ex. : relation entre un enseignant et un élève).

d. Relations durables et occasionnelles

Certaines relations s'inscrivent dans la durée et reposent sur une continuité dans les échanges (ex. : relations conjugales ou d'amitié), tandis que d'autres sont ponctuelles ou éphémères (ex. : interaction avec un inconnu dans un lieu public).

e. Relations de coopération et de conflit

Les relations sociales peuvent également se structurer autour de la coopération (travail collectif, solidarité) ou du conflit (opposition d'intérêts, compétition), ces deux dimensions pouvant coexister dans une même relation.

Les relations sociales peuvent être classées en plusieurs catégories, notamment :

- Relations familiales : celles que l'on entretient avec nos proches, telles que la famille immédiate.
- Relations amicales : celles basées sur l'affection et des intérêts communs.
- Relations professionnelles : interactions qui se déroulent dans un cadre de travail, souvent guidées par des objectifs communs.

L'importance des relations sociales dans la vie quotidienne :

Les interactions sociales prennent une place centrale en notre vie quotidienne. Comme nous les influencent notre bien-être mental, notre équilibre émotionnel, ainsi que nous nous confrontons aux défis du quotidien. Soit via la famille, les amis, les collègues, ou les simples interactions du quotidien, tous ces réseaux locaux nourrissent notre sentiment d'appartenance, renforcent notre estime en nous. Intégrant notre réalité par une réflexion plus étendue, nous comprenons mieux à quels points le tissu social façonne nos expériences, mais façonne notre manière d'être-au-monde.

Aujourd'hui, des outils numériques facilitent également les relations sociales. Des plateformes comme Facebook, Snapchat, ou Instagram, permettent de rester connecté avec un réseau élargi, tandis que des applications comme Bumble BFF aident à nouer de nouvelles amitiés. Comprendre la relation sociale, ses types et son importance permet non seulement d'améliorer nos interactions quotidiennes mais aussi de construire un réseau social enrichissant qui peut bénéficier tant à notre vie personnelle qu'à notre parcours professionnel.

I.1.3. La motivation

« Motivation » vient du mot « motif », lui-même emprunté au latin « motivus » qui veut dire « mobile » et « movere » dont l'équivalent en français est mouvoir. Il signifiait en ancien français « ce qui met en mouvement »

« Motivation means the switching on of some pattern of behavior, of a program of action specified within the individual - motivation is what makes people tick » (LAMING, 2004).

Donc, en bref la motivation c'est la sélection, l'énergisation et la direction du comportement (McCLELLAND, 1988).

La motivation est définie comme le processus qui détermine comment l'énergie est utilisée pour satisfaire des besoins (PRITCHARD & PAYNE, 2003).

« Le concept de motivation représente le construit hypothétique utilisé afin de décrire les forces internes et/ou externes produisant utilisé afin de décrire les forces internes et/ou externes produisant le déclenchement, la direction, l'intensité et la persistance du comportement » (VALLERAND & THILL, 1993)

La motivation est avant tout un terme générique, généralement utilisé à défaut d'une spécification plus précise sur la nature exacte de la force qui produit un comportement ou une action. En fonction du contexte, d'autres termes peuvent être utilisés pour définir plus précisément la nature de cette force.

Les notions telles que "but", "besoin", "émotion", "intérêt", "désir", "envie", et bien d'autres encore, peuvent être utilisées pour une description plus précise.

La motivation peut être définie comme le processus psychologique responsable du déclenchement, du maintien, de l'entretien ou de la cessation d'une conduite. Elle est en quelque sorte la force qui pousse à agir et penser d'une manière ou d'une autre. Ainsi, le recours au concept de motivation s'avère particulièrement utile pour comprendre les cognitions et comportements dans bien des champs de l'activité humaine : l'éducation, le travail, la santé en sont quelques exemples.

Plusieurs typologies ont été proposées afin de mieux comprendre les formes que peut prendre la motivation selon les contextes et les approches théoriques.

a. Motivation intrinsèque et extrinsèque

Proposée notamment par Deci et Ryan dans la théorie de l'autodétermination (Self-Determination Theory, SDT), cette distinction oppose :

La motivation intrinsèque, qui découle de l'intérêt ou du plaisir que procure une activité en elle-même (ex. : apprendre par curiosité personnelle).

La motivation extrinsèque, qui repose sur des récompenses ou pressions externes (ex. : argent, évaluation, reconnaissance sociale).

b. Motivation positive et négative

La motivation positive pousse l'individu à agir pour atteindre un objectif désiré ou un état satisfaisant. La motivation négative repose sur l'évitement d'un échec ou d'une conséquence désagréable (ex. : éviter une sanction).

c. Motivation consciente et inconsciente

Certains modèles, notamment d'inspiration psychanalytique ou cognitive, distinguent :

Les motivations conscientes, explicitement formulées par le sujet, et les motivations inconscientes, qui influencent le comportement sans que l'individu en ait pleinement conscience.

d. Motivation de performance et de maîtrise

Dans le cadre des théories motivationnelles en éducation ou en management :

La motivation de performance est orientée vers la démonstration de compétences (souvent en comparaison avec autrui).

La motivation de maîtrise vise l'amélioration personnelle et l'acquisition de nouvelles compétences.

e. Motivation sociale

Certains auteurs (McClelland, 1961) ont identifié des motifs sociaux fondamentaux :

Le besoin d'affiliation, Le besoin de pouvoir, Le besoin de réussite.

I.1.4. L'influence : cadre conceptuel et classification des formes d'influence sociale

Le mot "influence" vient du latin médiéval "influentia", qui est lui-même dérivé du verbe latin "influere"

À l'origine, *influere* signifie littéralement "couler dans". Le terme *influentia* était utilisé dans le contexte astrologique au Moyen Âge pour désigner l'écoulement mystérieux des astres sur le destin humain, une forme d'action immatérielle exercée par les corps célestes sur les êtres vivants.

L'influence est l'action, généralement lente et continue, d'une personne, d'une circonstance ou d'une chose qui agit sur une autre. L'influence est aussi l'autorité, le crédit, l'ascendant reconnu d'une personne ou d'un groupe sur quelqu'un ou sur quelque chose.

En psychologie, l'influence consiste à œuvrer dans l'objectif de faire adopter un point de vue à une autre personne. L'influence opère une inflexion : celui qui aurait pensé ou agi autrement s'il n'était pas influencé se dirige dans le sens que souhaite l'influent de façon apparemment spontanée.

L'influence est souvent celle d'un groupe. La mode, l'imitation, le conformisme, mais aussi la conversion en sont des manifestations. Elle s'exerce aussi par des réseaux : des ensembles stables de relations humaines qui agissent dans le même sens et souvent échangent des informations précieuses, des services...

L'influence est la capacité à modifier un comportement ou une manière de penser. Elle consiste à mobiliser adroitement, dans une direction voulue. Elle a pour objectif de faire changer d'avis, de manière pérenne.

L'influence peut être directe et indirecte. Les différents types d'interactions sur les réseaux sociaux se répartissent dans ces deux catégories :

- L'influence directe est le fait d'avoir une réaction immédiate à la publication : un like, un commentaire, un partage
- L'influence indirecte est présente quand elle n'est pas issue immédiatement de la première publication : un like sur un commentaire, un repartage, un commentaire sous un commentaire ...

Plusieurs typologies permettent de catégoriser les formes que peut prendre l'influence selon ses mécanismes, ses sources ou ses effets.

a. Influence normative et informative (Deutsch & Gerard, 1955)

Influence normative : L'individu adopte un comportement pour se conformer aux attentes du groupe, généralement pour éviter le rejet ou obtenir l'acceptation sociale.

Influence informative : L'individu modifie ses jugements parce qu'il pense que le groupe détient une meilleure information ou une évaluation plus exacte de la réalité.

b. Typologie de Kelman (1958) : trois processus d'influence

Conformisme (compliance) : L'individu adopte un comportement en public sans nécessairement y adhérer en privé, sous l'effet de la pression sociale.

Identification : L'individu adopte les opinions ou comportements d'un autre parce qu'il s'identifie à cette personne ou à un groupe.

Intériorisation (internalization) : L'individu adopte une opinion ou un comportement parce qu'il le juge sincèrement conforme à ses propres valeurs.

c. Influence manifeste et latente

Influence manifeste : Directe et explicite, elle s'exerce de façon visible à travers un discours, un ordre ou une pression claire.

Influence latente : Subtile et indirecte, souvent non verbalisée, elle s'exerce par l'imitation, les normes implicites ou la dynamique de groupe.

d. Influence ascendante, descendante et horizontale

Ascendante : Exerçée par un subordonné ou une minorité sur une autorité ou une majorité.

Descendante : Vient d'une autorité hiérarchique ou sociale vers des individus en position subordonnée.

Horizontale : Entre pairs ou membres d'un même niveau hiérarchique ou statut social.

e. Influence directe et indirecte

Directe : L'influenceur s'adresse explicitement à la cible.

Indirecte : L'effet se produit sans intention explicite, par exposition ou imitation sociale.

I.2. Les effets des réseaux sociaux sur les relations sociales : entre opportunités et risques

Les médias sociaux, plateformes virtuelles permettant l'interaction et le partage d'informations, occupent une place prépondérante dans notre société moderne. Ces réseaux, tels que Facebook, Twitter et Instagram, offrent un espace virtuel où les individus partagent des idées, des informations et interagissent. Leur influence est indéniable, mais cette omniprésence soulève des débats sur les médias sociaux avantages et inconvénients. D'un côté, les réseaux sociaux favorisent la communication instantanée et la diffusion rapide d'informations ils jouent un rôle important dans le développement et le maintien des relations sociales. Ils permettent aussi de rester en contact avec ses proches, même à distance, et de renforcer les liens familiaux et amicaux. Cependant, ils peuvent également engendrer des problèmes tels que la désinformation et l'altération de la vie privée. Cette dualité nécessite une analyse approfondie pour mieux comprendre leur impact dans notre société moderne.

Avant d'aborder les effets négatifs que peuvent engendrer les réseaux sociaux, il convient tout d'abord de souligner les nombreux avantages qu'ils offrent dans notre société contemporaine.

I.2.1. Les effets positifs des réseaux sociaux : communication, apprentissage et engagement social

L'essor des réseaux sociaux numériques a profondément transformé les modalités de communication et d'interaction entre les individus. Ces plateformes offrent un ensemble de bénéfices significatifs, tant sur le plan individuel que collectif.

Premièrement, les réseaux sociaux permettent le maintien des liens sociaux avec des proches géographiquement éloignés, contribuant ainsi au renforcement des relations existantes. Selon Boyd et Ellison (2007), ces plateformes facilitent la gestion du « capital relationnel » en maintenant des connexions qui auraient autrement pu s'étioler.

Deuxièmement, ils jouent un rôle actif dans la création de nouvelles relations sociales. Grâce aux communautés en ligne, les utilisateurs peuvent interagir avec des individus partageant des centres d'intérêt similaires, favorisant l'élargissement du réseau social (Wellman, 2001). Ce phénomène renforce ce que Granovetter (1973) qualifie de liens faibles, qui peuvent s'avérer particulièrement utiles dans les contextes professionnels ou d'apprentissage.

Troisièmement, les réseaux sociaux représentent une source importante de soutien social. Les groupes virtuels offrent des espaces d'entraide, notamment dans les domaines de la santé, de l'éducation ou de la parentalité (Barak et al., 2008). Ce soutien perçu peut contribuer positivement au bien-être psychologique des utilisateurs. Ils jouent un rôle crucial dans la diffusion de l'information et l'accès à l'apprentissage. Ce qui permet à leurs utilisateurs de participer à des communautés d'apprentissage collaboratif,

Facilitant ainsi l'acquisition de nouvelles compétences et l'échange de savoirs à une échelle mondiale. Des plateformes telles que YouTube, Coursera ou LinkedIn offrent des ressources éducatives variées, allant des formations professionnelles aux discussions académiques, ce qui permet de surmonter les barrières géographiques et économiques. Par ailleurs, ces plateformes sont des outils puissants de sensibilisation aux problématiques globales, telles que les crises humanitaires, le changement climatique ou les droits de l'Homme. Elles permettent de mobiliser rapidement les utilisateurs, créant des mouvements sociaux qui ont un impact tangible sur les politiques publiques et les comportements sociaux. En outre, dans le domaine du marketing, les réseaux sociaux se révèlent être des leviers essentiels pour les entreprises, offrant des outils de publicité ciblée et de promotion de produits ou services. Grâce à des stratégies de marketing digital bien définies, les marques peuvent atteindre un large public et interagir directement avec les consommateurs, tout en mesurant l'efficacité de leurs campagnes en temps réel.

Enfin, ces plateformes offrent un espace d'expression de soi et de construction identitaire. La mise en scène de soi sur les réseaux sociaux peut renforcer l'estime de soi, notamment chez les jeunes adultes en quête d'affirmation personnelle (Michikyan, Subrahmanyam & Dennis, 2014). Elles participent également à la constitution du capital social, tel que défini par Bourdieu (1980), en tant qu'ensemble de ressources liées à l'appartenance à un réseau social durable.

1.2.2. Les dérives des réseaux sociaux : entre isolement, désinformation et dépendance

Malgré leurs apports, les réseaux sociaux comportent également un certain nombre de risques et de dérives, notamment en matière de qualité des relations sociales.

D'une part, l'usage intensif de ces plateformes peut engendrer une superficialité des relations. Les interactions en ligne, souvent limitées à des échanges rapides et peu approfondis, peuvent générer une illusion de proximité sans réelle intimité (Turkle, 2011). Cette superficialité relationnelle contribue à une réduction de l'engagement émotionnel, au profit d'une consommation rapide de contenus.

D'autre part, une forme de dépendance peut apparaître, favorisée par les mécanismes de gratification instantanée (likes, partages, notifications), qui activent le circuit de la récompense dans le cerveau (Meshi, Morawetz & Heekeren, 2015). Cette dépendance numérique peut se traduire par une perte de temps significative, une baisse de la productivité, voire un isolement progressif dans la sphère virtuelle.

Par ailleurs, les réseaux sociaux intensifient les phénomènes de comparaison sociale, en exposant les utilisateurs à des contenus hautement valorisés (photos retouchées, récits de réussite, modes de vie idéalisés). Festinger (1954), dans sa théorie de la comparaison sociale, explique que cette confrontation constante avec des représentations idéalisées peut nuire à l'estime de soi et générer du mal-être psychologique, en particulier chez les adolescents et les jeunes adultes.

La gestion de l'image de soi constitue également un enjeu central. Les individus peuvent ressentir une pression sociale les incitant à se conformer à des normes implicites de popularité ou de réussite, ce qui peut entraîner une forme d'aliénation identitaire (Goffman, 1959 ; Marwick & Boyd, 2011). La construction de soi devient alors tributaire du regard de l'autre et des validations numériques.

En outre, l'usage intensif des réseaux sociaux peut avoir des conséquences délétères sur les dynamiques familiales, en particulier dans les foyers où les interactions numériques prennent le pas sur la communication directe. Ce phénomène peut mener à ce que certains chercheurs qualifient de dislocation familiale, c'est-à-dire une fragmentation des relations intrafamiliales due à une perte de cohésion, d'écoute et de temps partagé en présentiel (Livingstone & Helsper, 2007). Les moments autrefois consacrés aux échanges familiaux (repas, soirées, loisirs) sont parfois remplacés par des usages individuels et silencieux des réseaux sociaux, chaque membre étant absorbé dans son propre univers digital. Cette atomisation des interactions peut engendrer un sentiment de solitude au sein même du cadre familial, affectant la qualité des liens parent-enfant et la capacité de régulation émotionnelle (Leung, 2007).

Certaines études mettent également en lumière la montée de conflits familiaux liés à l'usage du numérique, notamment en ce qui concerne les limites d'usage, les intrusions dans la vie privée ou les écarts générationnels dans la perception des réseaux sociaux (Clark, 2009). Ainsi, loin de se limiter à l'individu, l'influence des réseaux sociaux peut affecter en profondeur la cohésion et la stabilité de l'unité familiale, au point de favoriser une distanciation émotionnelle et une perte de communication réelle.

En somme, la désinformation sur les réseaux sociaux constitue un enjeu majeur de l'ère numérique. Si ces plateformes ont permis une démocratisation sans précédent de l'accès à l'information, elles ont également facilité la propagation massive de contenus trompeurs, compromettant la qualité du débat public et la confiance envers les sources d'information légitimes. Face à cette problématique, il devient impératif de renforcer les mécanismes de régulation, de sensibilisation et d'éducation aux médias afin de développer chez les utilisateurs un esprit critique apte à discerner le vrai du faux dans un environnement informationnel de plus en plus complexe.

I.3. La transformation des relations sociales à l'ère des réseaux sociaux

L'essor des réseaux sociaux a indéniablement modifié les modes d'interaction et les formes de sociabilité, en réorientant les pratiques relationnelles traditionnelles vers une sphère numérique. Cette transformation est marquée par plusieurs phénomènes majeurs qui vont de l'évolution des formes de sociabilité, à l'évolution des liens sociaux eux-mêmes, jusqu'à l'impact sur des aspects spécifiques de la vie personnelle tels que la famille, l'amitié et les relations amoureuses.

I.3.1. L'évolution des formes de sociabilité : du face-à-face au numérique

L'un des changements les plus marquants liés à l'essor des réseaux sociaux est le passage d'une sociabilité présente à une sociabilité numérique. Autrefois, les relations sociales étaient fortement conditionnées par les limites géographiques et temporelles : il fallait se rencontrer physiquement pour entretenir un lien. L'arrivée des plateformes sociales a largement aboli ces contraintes, offrant la possibilité de rester en contact sans avoir à se retrouver en personne.

Cette transition a certes favorisé les liens entre personnes éloignées géographiquement, mais elle a également diminué la fréquence des rencontres en face-à-face et transformé la dynamique des interactions sociales.

D'après Hampton et al. (2011), bien que les réseaux sociaux aient accru les possibilités de connexion, la qualité des échanges en ligne diffère fondamentalement de celle des interactions physiques. En ligne, les conversations tendent à être plus superficielles et moins chargées émotionnellement. Autrement dit, même si les individus sont plus connectés que jamais, cela ne garantit pas une véritable proximité émotionnelle.

I.3.2. Des relations plus nombreuses, mais souvent plus superficielles

L'un des effets directs des réseaux sociaux est l'explosion du nombre de connexions sociales. Aujourd'hui, chacun peut échanger avec des centaines, voire des milliers de personnes, parfois réparties aux quatre coins du monde.

Ces plateformes ont permis de créer des réseaux sociaux étendus qui auraient été impensables il y a encore quelques décennies. Mais cette profusion de liens va souvent de pair avec une certaine superficialité. Les interactions en ligne se résument fréquemment à des gestes simples comme un "like", un commentaire bref qui ne favorisent pas vraiment l'émergence de relations profondes ou durables.

Dans cette optique, Marwick et Boyd (2011) rappellent que si les réseaux sociaux permettent de rester "présent" auprès de son entourage, ils ne sauraient remplacer la richesse des échanges en face-à-face. Les conversations y sont souvent fragmentées, limitées, et peinent à créer l'intimité nécessaire pour forger des liens solides et sincères.

I.3.3. Affaiblissement ou renforcement du lien social ?

La question de l'impact des réseaux sociaux sur la qualité du lien social demeure au cœur de nombreux débats. D'un côté, certains constats suggèrent un affaiblissement des formes traditionnelles de sociabilité, notamment dans les contextes où les interactions en ligne prennent le pas sur les relations en face-à-face. À ce titre, Turkle (2011) souligne que la généralisation des échanges numériques tend à provoquer une distanciation émotionnelle : les individus, bien qu'en connexion permanente, éprouveraient un sentiment accru de solitude.

Cependant, d'autres travaux adoptent une perspective plus optimiste. Plusieurs chercheurs défendent l'idée que les réseaux sociaux peuvent, au contraire, consolider les liens sociaux, notamment pour des populations marginalisées, isolées géographiquement ou en quête d'appartenance. Selon Wellman (2001), ces plateformes jouent un rôle de catalyseur social, en facilitant la mise en relation entre individus partageant des intérêts communs, des expériences ou des identités similaires. Elles offrent ainsi des espaces d'expression, de reconnaissance et de soutien, particulièrement précieux dans un contexte marqué par la mobilité croissante et la fragmentation des réseaux traditionnels.

I.3.4. Influence des réseaux sociaux sur la sphère privée : famille, amitié et relations amoureuses

Les réseaux sociaux ont profondément modifié la dynamique des relations interpersonnelles, en affectant de manière significative les sphères familiale, amicale et amoureuse. Leur omniprésence dans la vie quotidienne soulève des questionnements quant à leur influence sur la qualité, la profondeur et la stabilité des liens sociaux intimes. L'impact des réseaux sociaux sur les relations familiales s'avère ambivalent.

D'un côté, ces plateformes permettent de maintenir une communication continue entre les membres d'une même famille, y compris lorsque ceux-ci vivent à distance. Cette connectivité permanente, rendue possible par des outils comme WhatsApp, Facebook ou Skype, est particulièrement bénéfique dans le contexte des familles géographiquement dispersées, favorisant le sentiment d'unité malgré l'éloignement (Livingstone & Helsper, 2007).

I.3.4.1. La famille à l'ère du numérique : entre proximité virtuelle et dislocation affective

Cependant, cette même connectivité peut paradoxalement contribuer à une dislocation familiale sur le plan émotionnel. L'attention portée aux écrans et aux interactions numériques peut détourner les membres de la famille des échanges authentiques en présentiel, affaiblissant les moments de partage, de dialogue et de construction relationnelle. Comme l'indique Turkle (2011), la surexposition aux technologies numériques peut engendrer une forme de solitude relationnelle au sein même du foyer, où chacun est physiquement présent, mais psychologiquement absent. Ainsi, la sociabilité numérique, en dépit de ses avantages logistiques, tend parfois à fragmenter les liens familiaux au lieu de les renforcer.

I.3.4.2. L'amitié reconfigurée par les réseaux sociaux

Les réseaux sociaux ont également transformé les codes de l'amitié. La multiplication des «contacts» sur des plateformes comme Facebook donne l'illusion d'un large cercle amical. Toutefois, la majorité de ces relations relèvent davantage de l'ordre du lien faible, tel que conceptualisé par Granovetter (1973), que d'une véritable amitié fondée sur la proximité, la confiance et l'engagement émotionnel. Les échanges en ligne, souvent limités à des interactions ponctuelles — likes, commentaires, messages brefs — manquent de la profondeur nécessaire à l'entretien de relations durables et significatives. Cette redéfinition numérique de l'amitié met en lumière une tension entre quantité et qualité des liens sociaux

I.3.4.3. Les relations amoureuses à l'ère des applications de rencontre

La sphère amoureuse n'échappe pas à cette transformation. Les applications de rencontre telles que Tinder ou Snapchat offrent un accès rapide et étendu à un large éventail de partenaires potentiels, bouleversant les formes traditionnelles de rencontre. Bien que ces outils puissent favoriser de nouvelles connexions, ils sont souvent critiqués pour leur contribution à une culture de l'instantanéité et de la superficialité.

En valorisant les apparences et des critères souvent stéréotypés, ces plateformes encouragent des interactions éphémères, parfois au détriment de l'établissement de relations authentiques et durables (Turkle, 2011).

Ce mode de rencontre, s'il facilite l'initiation du contact, peut également fragiliser l'investissement émotionnel à long terme, en rendant les relations plus volatiles et moins engageantes.

La transformation des relations sociales à l'ère numérique est un phénomène complexe. Si l'évolution des formes de sociabilité du présentiel au numérique a permis d'élargir les possibilités de connexion, elle a également modifié la profondeur des relations. L'augmentation des relations plus nombreuses, mais souvent superficielles, et les questions relatives à l'affaiblissement ou au renforcement du lien social soulignent les enjeux contradictoires de cette nouvelle ère. Par ailleurs, l'influence des réseaux sociaux sur la sphère privée – en particulier la famille, l'amitié et la vie amoureuse – révèle une ambivalence entre rapprochement et distance, proximité et aliénation.

Pour conclure ce premier chapitre a permis de poser les bases théoriques nécessaires pour comprendre l'impact des réseaux sociaux sur les relations sociales. Après avoir défini les concepts clés liés aux réseaux sociaux, aux relations sociales, ainsi qu'à la motivation et à l'influence, nous avons exploré les divers effets de ces plateformes sur les interactions humaines. Nous avons constaté que les réseaux sociaux offrent des opportunités considérables en termes de connectivité et de diversification des relations, mais qu'ils comportent également des risques notables, notamment en termes de superficialité des liens sociaux et de tensions au sein de la sphère privée.

Après avoir posé le cadre théorique et conceptuel de cette étude, il convient désormais de passer à la phase empirique du travail de recherche. Ce deuxième chapitre est consacré à la méthodologie adoptée pour explorer concrètement la question des réseaux sociaux et de leur influence sur les relations sociales.

Chapitre II

Présentation et analyse des résultats de l'enquête

Ce chapitre est dédié à l'analyse des résultats du questionnaire que nous avons administré via Google Forms. L'objectif de ce questionnaire était de recueillir des données sur les pratiques des utilisateurs de réseaux sociaux et leur impact sur les relations sociales. Le questionnaire a été conçu pour explorer plusieurs dimensions, telles que les motivations à utiliser les réseaux sociaux, ainsi que les effets perçus sur la sphère privée et les interactions sociales.

Nous présenterons d'abord le protocole méthodologique et la structure du questionnaire, avant de détailler les résultats obtenus.

II.1. Méthodologie de l'enquête par questionnaire

Afin de répondre de manière concrète à la problématique posée dans ce mémoire, une enquête a été menée à l'aide d'un questionnaire structuré, diffusé en ligne. L'objectif principal de cette enquête est de recueillir des données quantitatives sur les usages des réseaux sociaux, les motivations à interagir sur ces plateformes, ainsi que leur influence perçue sur les relations sociales.

Le questionnaire a été conçu pour toucher un public large et varié, en prenant en compte des variables sociodémographiques (âge, genre, profession) et en explorant différents aspects de l'usage des réseaux sociaux. Il se compose de six grandes sections, chacune correspondant à une dimension spécifique de l'étude :

Profil sociodémographique : cette partie vise à contextualiser les réponses en recueillant des informations personnelles sur les répondants, notamment l'âge, le genre, la profession, ainsi que la fréquence d'utilisation des réseaux sociaux.

Utilisation des réseaux sociaux : elle s'intéresse aux plateformes utilisées, au temps passé en ligne, ainsi qu'aux différentes raisons pour lesquelles les individus fréquentent ces espaces numériques.

Relations sociales : cette section interroge les effets perçus des réseaux sociaux sur les relations sociales, qu'il s'agisse de renforcement de liens, de création de nouveaux contacts ou de remplacement des interactions en présentiel.

Motivations à interagir : elle explore les raisons qui poussent les utilisateurs à publier du contenu, ainsi que leur réaction face à l'absence d'interaction sociale (likes, commentaires).

Influence sociale : cette partie aborde la question des influenceurs et leur impact potentiel sur les comportements, les opinions ou les modes de consommation des répondants.

Conclusion : enfin, la dernière section permet aux participants de donner quelques avantages et inconvénients des réseaux sociaux avec une suggestion pour une utilisation plus saine des réseaux sociaux.

Le questionnaire a été composé principalement de questions fermées à choix multiples afin de faciliter le traitement des données et de permettre une analyse statistique claire. Quelques questions ouvertes ont également été intégrées pour enrichir les réponses de nuances personnelles. Il a été diffusé de manière anonyme et volontaire à un échantillon accessible en ligne.

II.2. présentation des résultats de l'enquête par questionnaire

Après avoir présenté la méthodologie adoptée et détaillé la structure du questionnaire, il convient désormais d'aborder l'analyse des données recueillies. Cette section présente les résultats obtenus à partir des réponses au questionnaire. L'analyse s'organise autour des principales thématiques abordées : le profil sociodémographique des participants, leurs habitudes d'utilisation des réseaux sociaux, leurs motivations, ainsi que l'influence perçue des réseaux sociaux sur leurs relations sociales. Chaque partie est illustrée par des données quantitatives, accompagnées d'une interprétation visant à éclairer la problématique de ce mémoire.

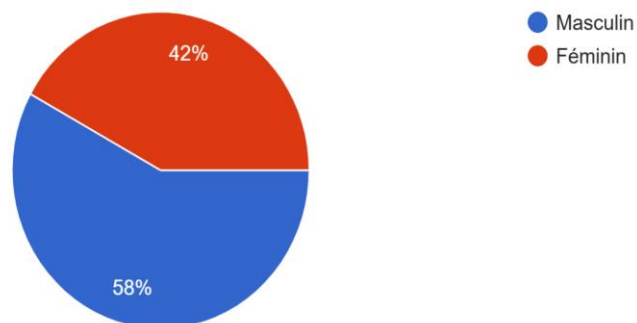
Le questionnaire a été complété par un total de 100 participants, ce qui constitue un échantillon suffisant pour analyser les tendances relatives à l'usage des réseaux sociaux et leur influence sur les relations sociales

a- Profil sociodémographique

Parmi ces répondants, 42% sont des femmes, tandis que 58% sont des hommes. La tranche d'âge la plus représentée se situe entre [18] et [30] ans, regroupant ainsi majoritairement de jeunes adultes, Une minorité des participants, représentant environ 14%, appartient à la tranche d'âge comprise entre 40 et 60 ans, ce qui permet d'avoir un aperçu des usages et perceptions des réseaux sociaux chez cette catégorie d'âge plus mature.

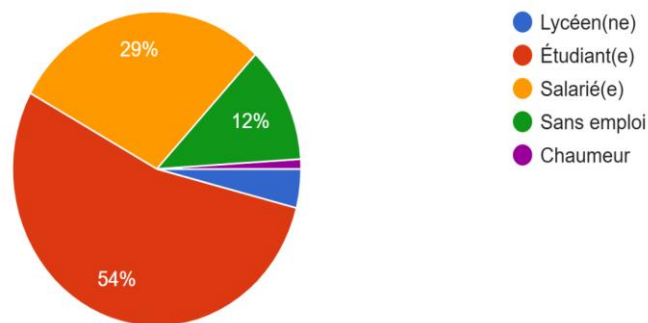
Sexe :

100 réponses



Concernant le statut des participants, 54% ont déclaré être des étudiants ce qui reflète une population relativement instruite. En ce qui concerne la profession, 29% des répondants sont salariés, 12% sans emploi, 4% des lycéens et 1% chômeur témoignant d'une diversité sociale dans l'échantillon.

Statut :
100 réponses

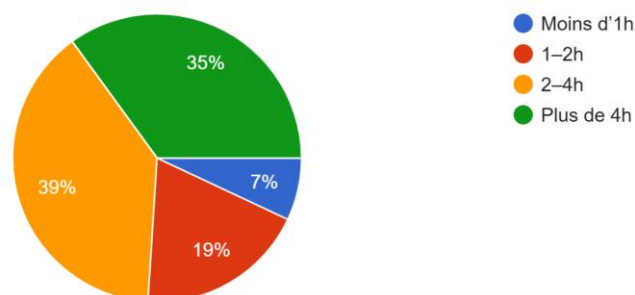


Ces données sociodémographiques permettent de mieux comprendre le profil des utilisateurs interrogés et d'analyser par la suite leurs comportements et perceptions sur les réseaux sociaux en fonction de ces caractéristiques.

b-. Utilisation des réseaux sociaux

Les résultats du questionnaire montrent que la majorité des participants utilisent quotidiennement les réseaux sociaux. En effet, 35% déclarent y passer plus de 4 heures par jour, tandis que 39% consacrent entre 2 heures et 4 heures. Cette fréquence élevée témoigne de l'ancrage des réseaux sociaux dans les routines quotidiennes, en particulier chez les jeunes adultes.

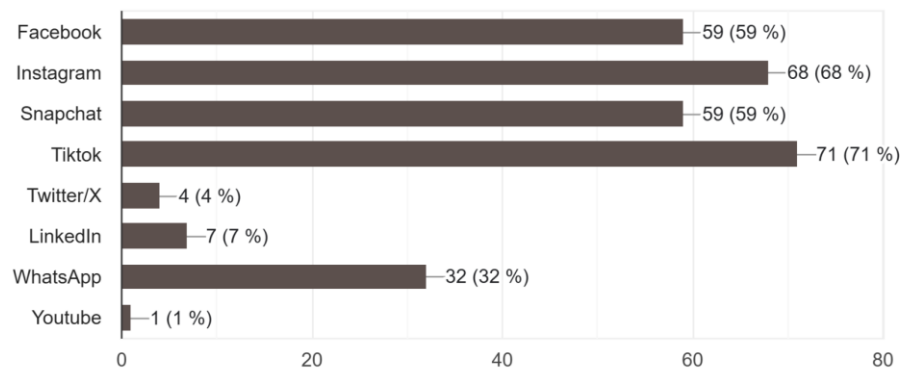
Combien de temps passez-vous en moyenne sur les réseaux sociaux par jour ?
100 réponses



En ce qui concerne les plateformes les plus fréquemment utilisées, Tiktok arrive en tête avec 71% des réponses, suivi d'Instagram avec 68% ensuite Snapchat et Facebook 59% les deux. D'autres plateformes telles que LinkedIn, Twitter/X, Youtube et WhatsApp sont également mentionnées, mais de façon moins significative. Cela reflète une préférence pour les plateformes à contenu visuel et interactif, surtout chez les plus jeunes.

Sur quelles plateformes êtes-vous actif(ve) ? (plusieurs réponses possibles)

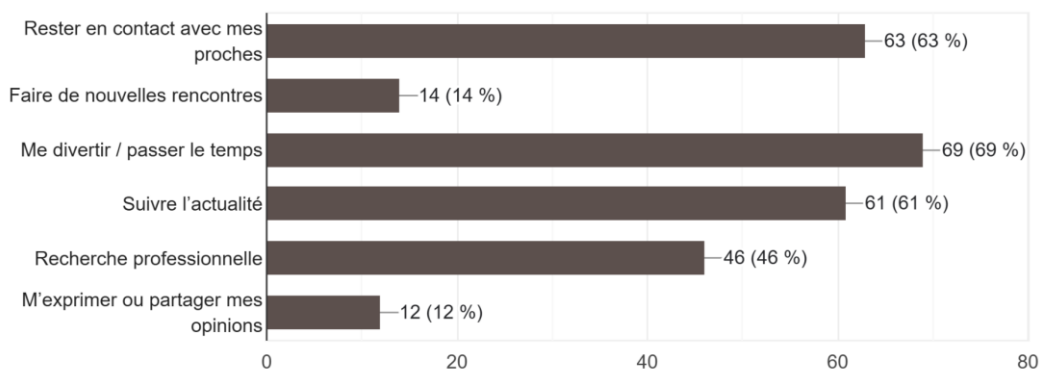
100 réponses



Les usages déclarés sont variés. La majorité des répondants indiquent utiliser les réseaux sociaux pour rester en contact avec leurs proches 63%, se divertir 69 %, ou encore s'informer 61%. D'autres les utilisent à des fins professionnelles 46% ou pour s'exprimer 12% enfin 14% de personnes utilisent les réseaux sociaux pour faire de nouvelles rencontres. Ces résultats soulignent le rôle multifonctionnel des réseaux sociaux, à la fois comme outil de communication, de distraction et d'information.

Quel est votre principal objectif en utilisant les réseaux sociaux ? (cochez tout ce qui s'applique)

100 réponses



c- Les réseaux sociaux et les relations sociales

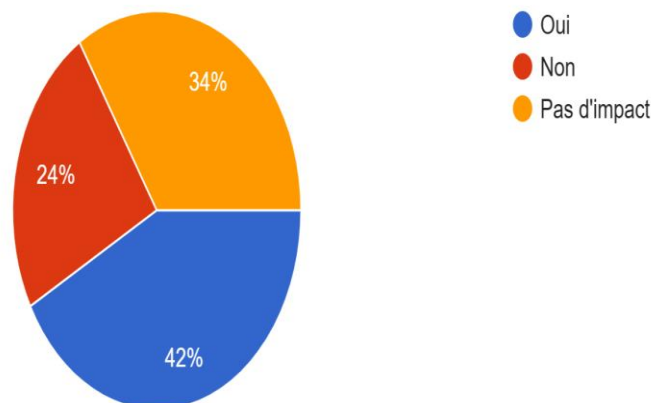
L'analyse des réponses montre que les réseaux sociaux ont un impact contrasté sur les relations sociales des participants.

Une majorité relative, soit 42%, estime que ces plateformes ont renforcé leurs relations avec certaines personnes, notamment en facilitant le maintien du contact à distance ou en ravivant d'anciens liens.

À l'inverse, 39% déclarent ne percevoir aucun impact réel, tandis que 24% estiment que les réseaux sociaux n'ont pas amélioré leurs relations, voire les ont affaiblies.

Les réseaux sociaux ont-ils renforcé vos relations avec certaines personnes ?

100 réponses



d- Rencontre de nouvelles personnes grâce aux réseaux sociaux

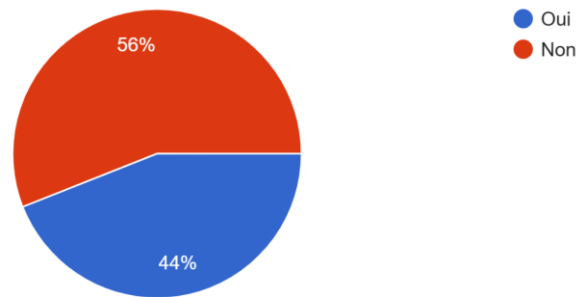
L'étude révèle que 56% des participants ont déjà rencontré de nouvelles personnes exclusivement grâce aux réseaux sociaux. Ce chiffre met en évidence le rôle important que jouent ces plateformes dans l'élargissement du réseau social des utilisateurs, en facilitant des rencontres qui n'auraient peut-être pas eu lieu autrement.

Cette capacité à créer des liens nouveaux illustre le potentiel des réseaux sociaux comme outils d'ouverture sociale, notamment pour les jeunes générations qui les intègrent naturellement dans leur vie quotidienne.

Cependant, 44% des répondants indiquent ne pas avoir fait de telles rencontres, ce qui suggère que pour une part non négligeable, les réseaux sociaux restent avant tout un moyen de maintenir des relations existantes plutôt que d'en créer de nouvelles.

Avez-vous déjà rencontré des amis en ligne que vous avez ensuite vus en personne ?

100 réponses

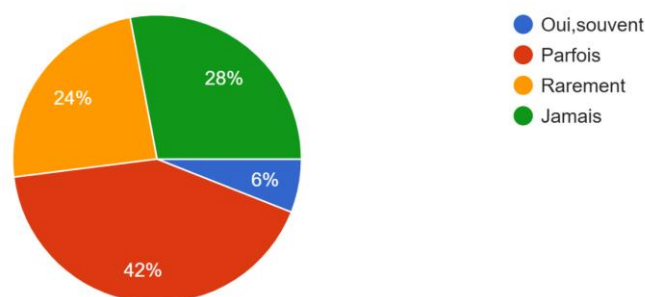


e- Substitution des interactions physiques par les interactions numériques

Une minorité de participants 6% considère que les interactions numériques remplacent souvent certaines interactions physiques dans leur vie quotidienne. D'autres 46% estiment que cela arrive parfois, tandis que 24% et 28% considèrent que les échanges en ligne ne remplacent rarement et jamais les rencontres en personne. Ces résultats montrent que, pour beaucoup, les réseaux sociaux modifient les façons de communiquer, mais sans totalement supplanter le contact direct.

Les interactions numériques remplacent-elles certaines interactions physiques pour vous ?

100 réponses



f- Sentiment d'isolement malgré l'activité sur les réseaux sociaux

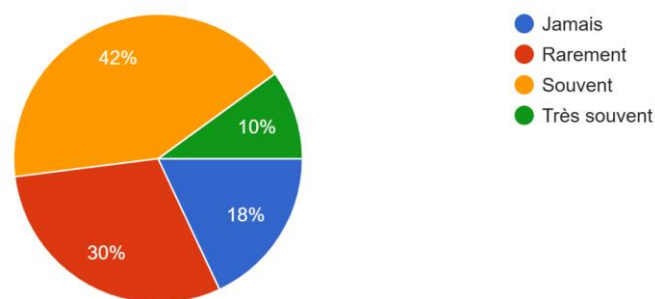
L'analyse des réponses révèle que malgré une forte activité sur les réseaux sociaux, une part notable des participants, soit 42%, ressent souvent un sentiment d'isolement. Ce phénomène souligne que la présence en ligne ne garantit pas nécessairement un bien-être social ou un sentiment d'appartenance.

D'un autre côté, 18% des répondants déclarent ne jamais se sentir isolés, ce qui peut refléter une utilisation plus satisfaisante ou équilibrée des réseaux sociaux, ainsi qu'un réseau social plus solide.

Ces résultats mettent en lumière la complexité des effets des réseaux sociaux : si ces plateformes favorisent la connexion, elles peuvent aussi, paradoxalement, renforcer des sentiments de solitude chez certains utilisateurs.

Est-ce que vous vous sentez parfois isolé(e) malgré votre activité sur les réseaux ?

100 réponses



g- Pression sociale liée à l'image sur les réseaux sociaux

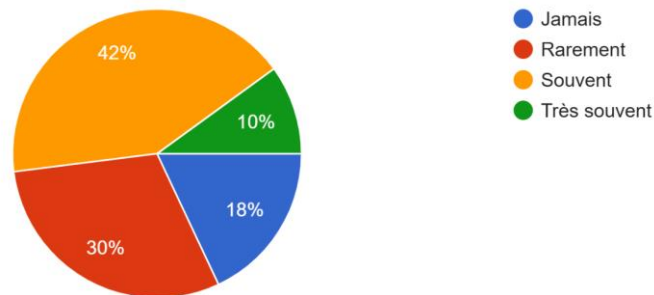
Les réponses indiquent que de nombreux participants ressentent une forme de pression sociale liée à ce qu'ils publient et à l'image qu'ils renvoient sur les réseaux. En effet, 47% déclarent se sentir parfois obligés de soigner leur apparence en ligne, de suivre certaines tendances ou de publier pour rester visibles ou acceptés.

Cette pression est souvent liée à la recherche d'approbation (likes, commentaires), à la comparaison sociale ou encore à la peur d'être jugé. En revanche, 17% des répondants affirment ne pas ressentir de pression particulière, ce qui peut traduire une utilisation plus détachée ou plus authentique des plateformes.

Ces résultats montrent que, pour beaucoup, les réseaux sociaux deviennent un espace où l'image personnelle est construite et parfois contrôlée, ce qui peut avoir un impact sur l'estime de soi et le bien-être psychologique.

Est-ce que vous vous sentez parfois isolé(e) malgré votre activité sur les réseaux ?

100 réponses



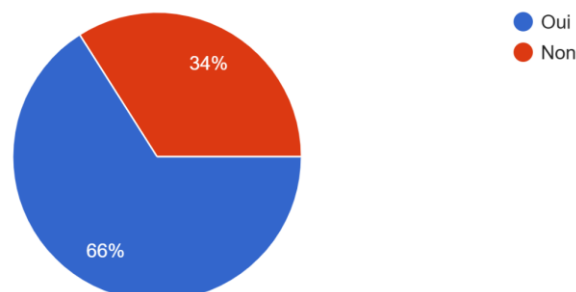
h- Conflits liés à l'usage des réseaux sociaux

Les résultats révèlent qu'une partie des participants 66% a déjà connu des conflits dans leurs relations à cause de l'usage des réseaux sociaux. Ces tensions peuvent être dues à des malentendus, des publications mal interprétées, des jalousies ou encore une surexposition de la vie privée.

À l'inverse, 34 % affirment n'avoir jamais vécu de conflit lié aux réseaux, ce qui peut indiquer une utilisation plus prudente ou moins engageante de ces plateformes dans leur sphère personnelle.

Les réseaux sociaux ont-ils déjà provoqué des conflits dans vos relations (couple, amis, famille) ?

100 réponses



Ces données soulignent que les réseaux sociaux, bien qu'utiles pour maintenir les liens, peuvent aussi être une source de malentendus ou de tensions dans les relations sociales.

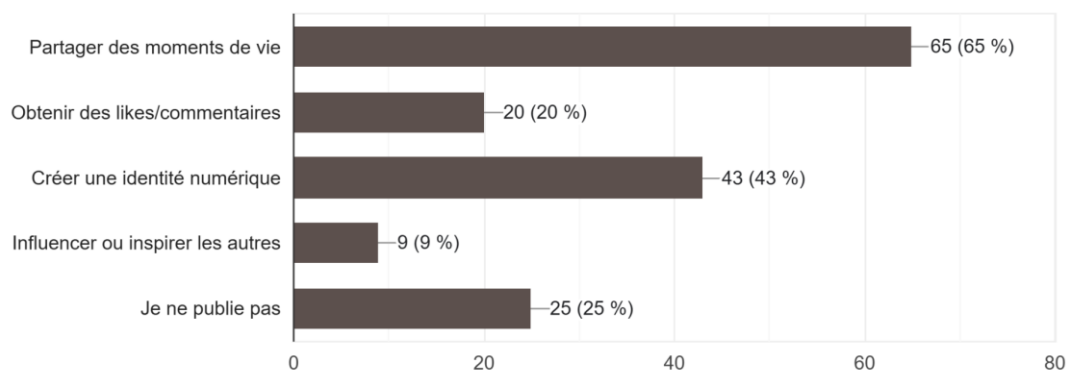
i- Motivations à interagir

Les résultats obtenus révèlent que les motivations des utilisateurs à publier du contenu sur les réseaux sociaux sont variées. La raison la plus fréquemment citée est le partage de moments de vie (65% des répondants), ce qui traduit une volonté de socialisation et d'expression personnelle. Vient ensuite la création de l'identité numérique avec 43 %

À noter également que 25% des participants indiquent ne jamais publier, ce qui suggère une utilisation plus passive, centrée sur la consultation de contenu plutôt que sur sa production. Après nous allons trouver la recherche de réactions sous forme de likes et de commentaires avec (20 %), témoignant de l'importance accordée à la validation sociale dans les interactions numériques.

Qu'est-ce qui vous motive le plus à publier du contenu sur les réseaux sociaux ? (cochez tout ce qui s'applique)

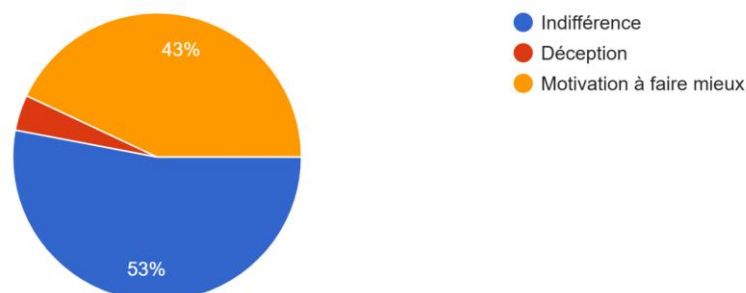
100 réponses



Concernant la réaction face à l'absence de réactions (likes ou commentaires), les réponses varient : 53% déclarent ressentir de l'indifférence, tandis que d'autres expriment de la déception 4% ou une motivation à améliorer leur contenu 43%. Cela reflète l'influence psychologique que peuvent exercer les mécanismes d'approbation numérique sur les comportements en ligne.

Comment réagissez-vous face à l'absence de réactions (likes/commentaires) à vos publications ?

100 réponses



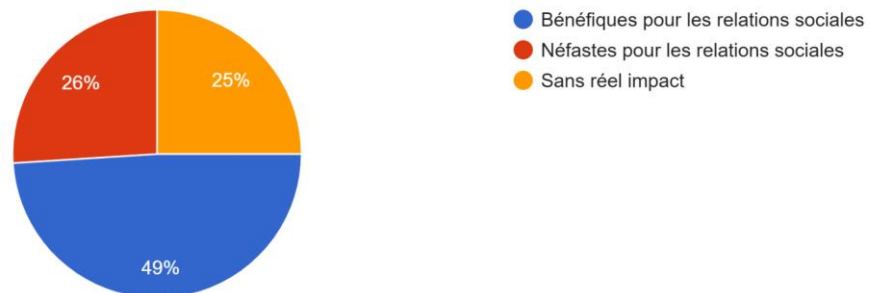
j- Impact global des réseaux sociaux sur les relations sociales

À la lumière des réponses collectées, il apparaît que les réseaux sociaux ont un impact variable sur les relations sociales. Une majorité relative des participants 49% les considèrent comme bénéfiques, notamment en facilitant le maintien des liens à distance, en permettant de retrouver d'anciens contacts ou en créant de nouvelles opportunités de rencontre.

Cependant, une part non négligeable 25% estime que les réseaux n'ont pas d'impact réel, ce qui montre que pour certains, ils ne remplacent ni n'améliorent les interactions traditionnelles. Enfin, 26% perçoivent un impact négatif, évoquant un affaiblissement de la communication réelle, une superficialité dans les échanges, voire des tensions ou des conflits.

Selon vous, les réseaux sociaux sont-ils plutôt :

100 réponses



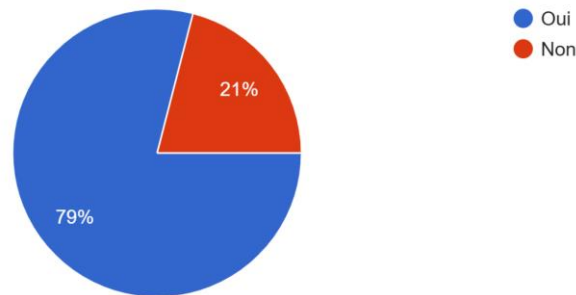
Cette diversité de perceptions montre que l'effet des réseaux sociaux sur les relations sociales dépend fortement de la manière dont ils sont utilisés. Ils peuvent être des outils de rapprochement ou, au contraire, générer un certain éloignement émotionnel ou une dégradation de la qualité des liens sociaux.

k- Influence sociale

Les données recueillies montrent que la majorité des participants 79% suivent au moins un influenceur sur les réseaux sociaux. Ces personnalités, souvent très visibles en ligne, exercent une influence sur les comportements, les goûts et parfois même les choix de vie des utilisateurs.

Suivez-vous des influenceurs sur les réseaux sociaux ?

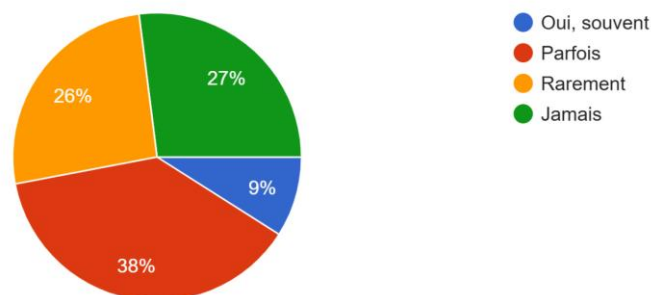
100 réponses



En effet, 38 % des répondants affirment avoir déjà été influencés parfois par des contenus publiés par des influenceurs, notamment dans des domaines comme la mode, l'alimentation, le style de vie ou les opinions. Cela démontre le pouvoir prescripteur croissant des influenceurs, qui deviennent des références dans divers aspects du quotidien.

Ces influenceurs ont-ils déjà influencé vos choix (mode, alimentation, style de vie) ?

100 réponses

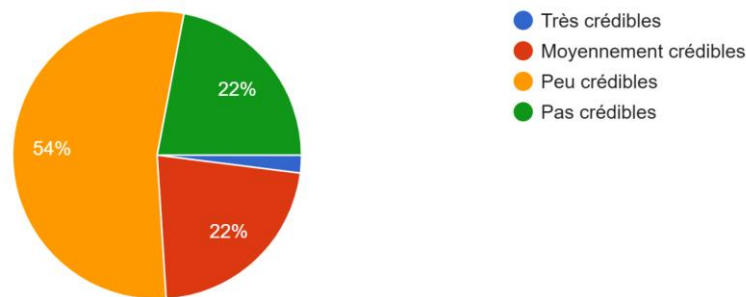


Toutefois, en ce qui concerne la crédibilité de ces influenceurs, les avis sont partagés :

22% estiment leurs contenus moyennement crédibles, 02% les jugent très crédibles, tandis que d'autres les trouvent peu (54%) ou pas crédibles (22%).

Comment évaluez-vous la crédibilité des informations partagées par des influenceurs ?

100 réponses



Ces résultats montrent que si les influenceurs jouent un rôle dans la diffusion de tendances, leur légitimité n'est pas toujours perçue de manière uniforme. Cela suggère une forme de méfiance sélective de la part des utilisateurs, qui peuvent être sensibles à l'influence sans pour autant lui accorder une confiance aveugle.

I- Perception de l'impact d'un arrêt des réseaux sociaux sur les relations sociales

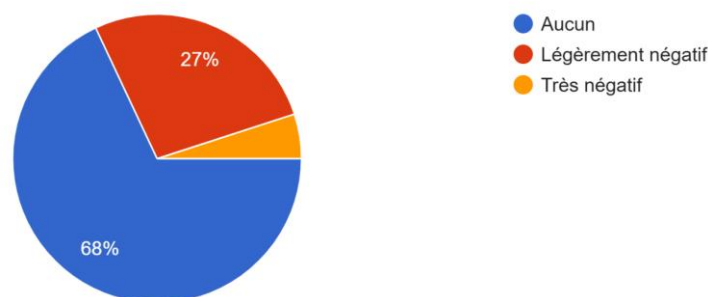
Les réponses à cette question permettent d'évaluer le degré de dépendance sociale des participants aux réseaux sociaux. Une partie des répondants (27 %) considère qu'arrêter les réseaux aurait un impact légèrement négatif sur leurs relations sociales. Cela reflète le rôle des plateformes comme outils de communication quotidiens, notamment pour maintenir des liens à distance.

D'autres participants (05 %) estiment que cela aurait un impact très négatif, ce qui suggère une forte intégration des réseaux sociaux dans leur vie relationnelle. Pour ces personnes, les réseaux semblent constituer un support essentiel pour interagir, échanger et rester connectés avec leur entourage.

Enfin, une proportion de 68% affirme qu'un tel arrêt n'aurait aucun impact, ce qui pourrait indiquer une utilisation plus détachée ou plus sélective des réseaux, ou l'existence de relations sociales bien établies en dehors du numérique.

Si vous deviez arrêter les réseaux sociaux, quel serait l'impact sur vos relations sociales ?

100 réponses



Ces résultats montrent que les réseaux sociaux jouent un rôle plus ou moins central selon les individus, mais qu'ils sont, pour beaucoup, devenus un moyen essentiel de maintenir les liens sociaux dans le monde actuel.

m- Perception des avantages, inconvénients et usages des réseaux sociaux : analyse des réponses ouvertes

Afin de mieux visualiser les tendances qui se dégagent des réponses aux questions ouvertes du questionnaire, nous avons procédé à une analyse qualitative par regroupement thématique. Cette méthode permet d'identifier les idées principales exprimées spontanément par les participants concernant les avantages et les inconvénients des réseaux sociaux.

Le tableau ci-dessous présente une synthèse des catégories de réponses les plus récurrentes, accompagnées d'une estimation du nombre de mentions. Il met en évidence les points positifs perçus (comme la communication, l'accès à l'information, ou l'apprentissage) ainsi que les préoccupations fréquentes (telles que la perte de temps, la dépendance ou la désinformation).

Cette représentation facilite la compréhension des perceptions ambivalentes que les usagers ont vis-à-vis des réseaux sociaux, entre utilité sociale et risques personnels ou sociétaux.

Tableau 1 – Avantages et inconvénients des réseaux sociaux selon les répondants

<i>Catégorie</i>	<i>Avantages cités</i>	<i>Nombre approximatif de mentions</i>	<i>Inconvénients cités</i>	<i>Nombre approximatif de mentions</i>
Lien social et communication	Maintien des relations, communication avec proches, création de nouveaux liens	15-18	Isolement, déconnexion émotionnelle, dislocation familiale	6-8
Accès à l'information et actualité	Suivre l'actualité, se tenir informé, accéder au savoir	10-12	Désinformation, propagation de fausses informations	6-7
Apprentissage et culture	Apprendre une langue, améliorer la culture, faire des recherches	6-7	/	/
Divertissement et passe-temps	Se divertir, passer le temps.	4-5	Perte de temps, distraction permanente	15-18
Utilisation professionnelle	Marketing, recrutement, outils pour les entreprises	3-4	Cyberharcèlement, insécurité, atteinte à la vie privée	5-6
Dépendance et santé mentale	/	/	Addiction, dépendance, troubles mentaux (anxiété, dépression)	10-12

La synthèse présentée dans le tableau met en évidence la dualité des perceptions que les participants entretiennent à l'égard des réseaux sociaux. D'un côté, ces outils sont largement valorisés pour leur capacité à maintenir les liens sociaux, faciliter l'accès à l'information et encourager l'apprentissage. De l'autre, les répondants expriment des préoccupations notables, telles que la perte de temps, la dépendance, la désinformation ou encore l'impact sur la santé mentale et les relations sociales réelles.

Ces réponses témoignent d'une prise de conscience des effets ambivalents de l'utilisation des réseaux sociaux, perçus à la fois comme des instruments de développement personnel et des sources potentielles de déséquilibres sociaux et psychologiques. Afin d'approfondir cette perception nuancée, la section suivante propose une analyse qualitative détaillée des réponses libres fournies par les participants, en s'appuyant sur les principales thématiques identifiées.

****Selon vous, quels sont les principaux avantages des réseaux sociaux ?***

Les réponses obtenues à cette question ouverte (37 participants) ont permis d'identifier plusieurs thèmes récurrents, révélateurs de la manière dont les répondants perçoivent les réseaux sociaux dans leur vie personnelle, sociale ou professionnelle. Ces réponses ont été regroupées par analyse thématique, en dégagant les avantages perçus les plus cités.

1- Le renforcement des relations sociales

Le thème dominant concerne le maintien du lien social. Une majorité de participants ont mentionné la facilité de communication, notamment avec les proches éloignés géographiquement :

« Rester en contact avec mes proches », « S'approcher avec les amis et la famille », ou encore « Connexion avec les autres ».

Ce point confirme que les réseaux sociaux sont largement perçus comme des outils de proximité sociale virtuelle, capables de compenser la distance ou le manque de disponibilité physique.

2- L'accès à l'information et à l'actualité

De nombreuses réponses font également référence à la fonction informative des réseaux sociaux. Des expressions telles que « suivre l'actualité », « la mise à jour », ou « avoir accès à une grande quantité d'informations » sont revenues fréquemment.

Cela témoigne de l'usage quotidien des réseaux sociaux comme source d'actualités ou de veille sur divers sujets, bien que la qualité de l'information soit parfois controversée (voir inconvénients).

3- L'apprentissage et le développement personnel

Certains répondants ont souligné le rôle des réseaux dans l'apprentissage, l'amélioration des compétences linguistiques, ou encore l'accès au savoir « Faire des études », « L'apprentissage », « Améliorer la culture ».

Ces éléments montrent une utilisation plus constructive des réseaux sociaux, au-delà de leur fonction de loisir.

4- Le divertissement et le passe-temps

Le rôle ludique des réseaux est aussi mentionné, bien que moins central « Se divertir », « Passer du temps », « Se familiariser, faire des connaissances ».

Cela renvoie à une fonction de détente, parfois ambivalente, pouvant devenir problématique lorsqu'elle vire à la perte de temps ou à l'addiction (voir section suivante)

5- Les opportunités professionnelles et la visibilité

Enfin, quelques participants évoquent l'intérêt des réseaux dans un cadre professionnel

« Outils puissants pour les entreprises », « Marketing », « Recrutement ».

Cela illustre une approche utilitaire des réseaux sociaux, particulièrement chez les étudiants ou jeunes actifs en recherche d'opportunités.

*** Quels sont les principaux inconvénients des réseaux sociaux ?**

Cependant, si les réseaux sociaux présentent de nombreux avantages lorsqu'ils sont utilisés avec discernement, les réponses des participants mettent également en lumière plusieurs effets négatifs préoccupants. Ces inconvénients, souvent liés à une utilisation excessive ou mal encadrée, soulignent les dérives possibles de ces outils numériques. L'analyse des réponses à la question sur les aspects négatifs révèle des thématiques récurrentes, telles que l'addiction, l'isolement social, ou encore la dégradation de la qualité des relations interpersonnelles. Ces éléments méritent une attention particulière afin de comprendre les risques sous-jacents à une utilisation non maîtrisée des réseaux sociaux.

Les réponses recueillies à cette question (35 participants) mettent en lumière une série de préoccupations majeures concernant l'usage quotidien des réseaux sociaux. Cette partie de l'analyse permet d'équilibrer la perception des avantages précédemment étudiés par une lecture critique, centrée sur les dérives et effets secondaires possibles.

1- La perte du temps et la distraction

Le reproche le plus fréquent concerne la perte de temps :

« Perdre beaucoup de temps », « Gaspillage de temps », « Devenir féneant ».

Ces réponses indiquent que les réseaux sociaux, bien qu'utiles, tendent à accaparer l'attention, au détriment d'activités plus productives ou enrichissantes. Cette consommation passive semble être vécue comme une perte de contrôle.

2- La dépendance et l'addiction

Plusieurs participants ont utilisé le terme « addiction » ou « dépendance », ce qui dénote une prise de conscience des effets compulsifs de l'usage des réseaux :

« L'addiction », « La dépendance aux médias sociaux », « Devenir addict ».

Ce phénomène peut s'expliquer par les mécanismes de récompense et de gratification rapide propres aux plateformes numériques.

3- La désinformation et la perte de crédibilité

De nombreuses réponses soulignent la circulation de fausses informations ou le manque de fiabilité des contenus :

« Fausses informations », « Désinformation », « Problème de crédibilité ». Ce problème met en question le rôle des réseaux comme sources d'information, déjà valorisé dans les avantages, et révèle une tension entre quantité d'information et qualité de l'information.

4- L'isolement social et les troubles psychologiques

Certains participants décrivent des conséquences sociales et mentales négatives :

« Isolement », « Déconnexion émotionnelle », « Dépression », « Anxiété », « Dislocation familiale ».

Ces réponses montrent que les réseaux, tout en prétendant connecter les individus, peuvent paradoxalement affaiblir les liens réels, provoquer un repli sur soi ou affecter la santé mentale.

5- Le cyberharcèlement et l'insécurité numérique

Un nombre réduit, mais significatif de participants évoquent les problèmes de cyberviolence, harcèlement ou protection de la vie privée :

« Insécurité », « Faux comptes », « Atteinte à la vie privée », « Manque de crédibilité ».

Ces éléments relèvent des risques éthiques et sécuritaires liés à l'exposition en ligne, en particulier chez les jeunes usagers.

****Auriez-vous des suggestions pour une utilisation plus saine des réseaux sociaux ?***

Sur les 22 participants ayant répondu à cette question, plusieurs ont proposé des pistes concrètes pour un usage plus équilibré des réseaux sociaux. Ces suggestions reflètent une conscience critique croissante des effets potentiellement nocifs, tout en exprimant un besoin de régulation personnelle.

1- La limitation du temps d'utilisation

C'est la suggestion la plus fréquemment citée :

« Limiter le temps », « Donner un temps limite pour les réseaux », « Diminuer le temps devant les écrans », « Naviguer sur des choses plus utiles ».

Cela montre une volonté de maîtriser l'usage des réseaux sociaux, en instaurant des règles personnelles de gestion du temps, afin de prévenir l'addiction et de maintenir un équilibre avec les activités hors ligne.

2- L'usage utile et réfléchi

Certains participants insistent sur l'importance d'un usage ciblé et orienté vers l'enrichissement personnel :

« Utilisation optimale », « Naviguer sur des choses plus utiles », « Utiliser les réseaux pour apprendre ».

Ces réponses soulignent l'idée que les réseaux sociaux ne sont pas nuisibles en soi, mais que l'intention d'usage joue un rôle clé dans leurs effets.

3- L'absence de réponse ou l'incertitude

Une part non négligeable des répondants ont indiqué ne pas avoir de suggestion :

« Non », « Non malheureusement », « Il n'y a pas », « Nn ».

Cela peut refléter un manque de recul critique, une banalisation des réseaux sociaux, ou une difficulté à imaginer des alternatives concrètes à un usage parfois excessif.

Pour conclure, les suggestions recueillies mettent en évidence deux grandes pistes pour une utilisation plus saine des réseaux sociaux :

- La régulation du temps d'écran (auto-discipline, usage modéré)
- Un usage plus conscient, ciblé et éducatif

Elles traduisent une volonté de préserver les bénéfices des réseaux (information, communication) tout en minimisant leurs dérives (dépendance, désinformation, isolement).

Ces réponses soulignent enfin l'importance d'une éducation numérique, qui devrait accompagner les usagers dans le développement de compétences de gestion et de discernement face à ces outils.

Conclusion

Générale

Conclusion générale

À l'ère numérique, les réseaux sociaux occupent une place centrale dans la vie quotidienne des individus. Ils redéfinissent en profondeur les modes d'interaction, les formes de communication, et influencent les dynamiques sociales à une échelle sans précédent.

Ce phénomène soulève des interrogations cruciales sur la nature des relations humaines dans un monde connecté : les liens sociaux sont-ils renforcés ou affaiblis par ces outils ? Quels sont les véritables moteurs qui incitent les utilisateurs à y consacrer une part importante de leur temps, et avec quelles conséquences ?

Ce mémoire s'est donné pour objectif d'explorer la manière dont les réseaux sociaux transforment et influencent les relations sociales, en mettant en lumière les motivations des utilisateurs et les conséquences émotionnelles et psychologiques liées à la digitalisation des interactions humaines.

À travers une problématique centrée sur trois questions principales, la transformation des relations sociales par les réseaux sociaux, les motivations sous-jacentes à leur usage, et les effets de cette digitalisation sur le plan émotionnel et psychologique

Nous avons cherché à mieux comprendre les dynamiques complexes qui façonnent aujourd'hui nos interactions. Notre travail s'est articulé en deux chapitres :

Le premier chapitre a posé les fondements théoriques et conceptuels, en définissant les notions clés liées aux réseaux sociaux, aux relations sociales et aux mécanismes d'influence numérique.

Le second chapitre a présenté et analysé les résultats d'une enquête quantitative et qualitative menée via un questionnaire, permettant de recueillir les perceptions, motivations et ressentis des utilisateurs.

Les hypothèses formulées ont été largement confirmées par les résultats de notre étude :

Les réseaux sociaux facilitent indéniablement la réduction des barrières géographiques et la création ou le maintien de liens sociaux, offrant une accessibilité et une rapidité de communication sans précédent.

Cependant, cette digitalisation des relations s'accompagne d'un paradoxe : alors qu'elle connecte à distance, elle peut aussi engendrer un isolement social ou une dislocation familiale, liée notamment à l'hyperconnexion et à la substitution des échanges virtuels aux interactions en face-à-face.

Les motivations principales des utilisateurs sont bien orientées vers le désir de rester en contact avec leurs proches, de se divertir et d'occuper le temps libre.

Enfin, la digitalisation influe sur les compétences communicationnelles, notamment dans la gestion des conflits, qui s'en trouvent souvent dégradées dans les interactions directes.

Cette étude met ainsi en lumière l’ambivalence des réseaux sociaux, à la fois vecteurs d’opportunités et sources de nouvelles formes de défis relationnels et psychologiques. Elle souligne aussi la nécessité d’un usage réfléchi et maîtrisé, pour préserver l’équilibre entre connexion virtuelle et relations réelles.

L’intérêt de cette recherche réside dans sa capacité à croiser perspectives théoriques et données empiriques, offrant ainsi un panorama nuancé des transformations sociales liées à la digitalisation. Elle constitue une base utile pour les chercheurs, éducateurs, praticiens et décideurs qui s’intéressent à l’impact des technologies numériques sur les interactions humaines.

La question qui se pose désormais est la suivante : à quel moment et selon quelles modalités pourra-t-on concevoir et déployer des stratégies éducatives efficaces visant à promouvoir un usage responsable et équilibré des réseaux sociaux, tout en optimisant les bénéfices qu’ils offrent ?

Ce questionnement ouvre la voie à de futures recherches et actions pédagogiques indispensables à une meilleure cohabitation entre vie numérique et relations humaines authentiques.

Bibliographie

Bibliographie

- Barak, A., Boniel-Nissim, M., & Suler, J. (2008). Fostering empowerment in online support groups. *Computers in Human Behavior*, 24(5), 1867–1883. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2008.02.004>
- Bourdieu, P. (1980). *Le capital social : éléments pour une théorie de la pratique*. Paris : Les Éditions de Minuit.
- Boyd, D. M., & Ellison, N. B. (2007). Social network sites: Definition, history, and scholarship. *Journal of Computer-Mediated Communication*, 13(1), 210–230. <https://doi.org/10.1111/j.1083-6101.2007.00393.x>
- Buelka, S. (2020). *Le grand livre des réseaux sociaux*. Eyrolles.
- Casilli, A. A. (2010). *Les liaisons numériques : Vers une nouvelle sociabilité ?* Seuil.
- Dortier, J.-F. (2011). Le phénomène des réseaux sociaux. *Sciences Humaines*.
- Festinger, L. (1954). A theory of social comparison processes. *Human Relations*, 7(2), 117–140. <https://doi.org/10.1177/001872675400700202>
- Hampton, K. N., Sessions, L. F., & Her, E. J. (2011). Réseaux de base, isolement social et nouveaux médias : Comment l'utilisation d'Internet et du téléphone mobile est liée à la taille et à la diversité du réseau. *Information, Communication & Society*, 14(1), 130–155. <https://doi.org/10.1080/1369118X.2010.513417>
- Leung, L. (2007). Utilisateurs mécontents des téléphones mobiles : Le rôle des attributs psychologiques et de l'utilisation problématique. *CyberPsychology & Behavior*, 10(3), 391–397. <https://doi.org/10.1089/cpb.2006.9940>
- Livingstone, S., & Helsper, E. J. (2007). Gradations dans l'inclusion numérique : Enfants, jeunes et fracture numérique. *New Media & Society*, 9(4), 671–696. <https://doi.org/10.1177/1461444807080335>
- Michikyan, M., Subrahmanyam, K., & Dennis, J. (2014). Utilisation de Facebook et performance académique chez les étudiants universitaires. *Computers in Human Behavior*, 29(4), 1241–1249. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2014.01.015>
- Turkle, S. (2015). *Seuls ensemble : De plus en plus de technologies, de moins en moins de relations humaines*. L'Échappée.
- Wellman, B. (2001). Les réseaux informatiques comme réseaux sociaux. *Sciences Humaines*.

Mémoires

Baty, J. (s.d.). *Impacts des réseaux sociaux et applications sociales sur la représentation d'un soi pluriel* [Mémoire de master, Sorbonne Université].

Cassy, P. (s.d.). *Les réseaux sociaux numériques et la proximité des relations entre collègues de travail : Le rôle de la communication électronique et des stratégies de gestion des frontières* [Mémoire de master, Université du Québec à Montréal].

Hachad, J. (s.d.). *Lien entre la solitude et l'usage des réseaux sociaux chez les jeunes* [Mémoire de master, Université Hassan II Casablanca].

Keddar, F. Z. (s.d.). *Les réseaux sociaux, une menace pour la langue française* [Mémoire de master, Université Abdelhamid Ibn Badis – Mostaganem].

Louafi, N. E. H. (s.d.). *Analyse des réseaux sociaux et détection de communautés* [Mémoire de master, Université du 8 Mai 1945 – Guelma].

Moussa, H. (s.d.). *L'impact des réseaux sociaux sur les jeunes consommateurs* [Mémoire de master, Université Abdelhamid Ibn Badis – Mostaganem].

Thèses

Duthoit, M. (s.d.). *Socialisation et usages des médias sociaux par les adolescents présentant une déficience intellectuelle* [Thèse de doctorat, Université de Lille].

Hamadache, B. (s.d.). *Analyse et recherche dans les réseaux sociaux : Vers la caractérisation et l'identification significative d'une identité de structure noyau possible au sein d'un processus évolutionnaire décrivant la dynamique d'un réseau social* [Thèse de doctorat, Université Badji Mokhtar – Annaba].

Sitographies

- Alliance Technique. (2025, 5 février). *Dernières innovations des réseaux sociaux*. <https://www.alliance-technique.fr/dernieres-innovations-des-reseaux-sociaux>
- Bienvenum. (2025, 10 février). *L'avenir des réseaux sociaux : intelligence artificielle et personnalisation*. <https://bienvenum.org/lavenir-des-reseaux-sociaux-intelligence-artificielle-et-personnalisation/>
- Excerpts Numilog. (2025, 1 mai). *Extrait PDF*. <https://excerpts.numilog.com/books/9782378903435-extrait.pdf>
- Infostrategies. (2025, 10 avril). *Barnes, le père des réseaux sociaux*. <https://www.les-infostrategies.com/actu/13071665/barnes-le-pere-des-reseaux-sociaux>
- Infonet. (2025, 10 avril). *Réseaux sociaux – Définition*. <https://infonet.fr/lexique/definitions/reseaux-sociaux/>
- Mon92. (2025, 10 avril). *Les médias sociaux : Analyse des avantages et des inconvénients*. <https://www.mon92.com/les-medias-sociaux-analyse-des-avantages-et-des-inconvenients.html>

- OmnesMag. (2025, 11 février). *Les réseaux sociaux*. <https://www.omnesmag.com/fr/ressources/reseaux-sociaux/>
- <https://excerpts.numilog.com/books/9782378903435-extrait.pdf> consulté le 01/05/2025

Dictionnaires

Le Petit Robert. (1996). *Dictionnaire de la langue française*. Paris : Dictionnaires Le Robert.

Larousse. (s.d.). *Dictionnaire en ligne*. <https://www.larousse.fr>

Annexes

Annexe 01 questionnaire

23/05/2025 20:34

Questionnaire : Réseaux sociaux et relations sociales

Questionnaire : Réseaux sociaux et relations sociales

Ce questionnaire vise à comprendre comment les réseaux sociaux influencent nos relations sociales et nos motivations à les utiliser. Merci pour votre participation !

* Indique une question obligatoire

1. Âge : *

2. Sexe : *

Une seule réponse possible.

☐ Masculin

☐ Féminin

3. Statut : *

Une seule réponse possible.

☐ Lycéen(ne)

☐ Étudiant(e)

☐ Salarié(e)

☐ Sans emploi

☐ Autre : _____

4. **Sur quelles plateformes êtes-vous actif(ve) ? (plusieurs réponses possibles)** *

Plusieurs réponses possibles.

- ☐ Facebook
- ☐ Instagram
- ☐ Snapchat
- ☐ Tiktok
- ☐ Twitter/X
- ☐ LinkedIn
- ☐ WhatsApp
- ☐ Autre : _____

5. **Combien de temps passez-vous en moyenne sur les réseaux sociaux par jour ? ***

Une seule réponse possible.

- ☐ Moins d'1h
- ☐ 1–2h
- ☐ 2–4h
- ☐ Plus de 4h

6. **Quel est votre principal objectif en utilisant les réseaux sociaux ? (cochez tout ce qui s'applique)** *

Plusieurs réponses possibles.

- ☐ Rester en contact avec mes proches
- ☐ Faire de nouvelles rencontres
- ☐ Me divertir / passer le temps
- ☐ Suivre l'actualité
- ☐ Recherche professionnelle
- ☐ M'exprimer ou partager mes opinions
- ☐ Autre : _____

7. Les réseaux sociaux ont-ils renforcé vos relations avec certaines personnes ? *

Une seule réponse possible.

- ☐ Oui
☐ Non
☐ Pas d'impact

8. Avez-vous déjà rencontré des amis en ligne que vous avez ensuite vus en personne ? *

Une seule réponse possible.

- ☐ Oui
☐ Non

9. Les interactions numériques remplacent-elles certaines interactions physiques pour vous ? *

Une seule réponse possible.

- ☐ Oui, souvent
☐ Parfois
☐ Rarement
☐ Jamais

10. Est-ce que vous vous sentez parfois isolé(e) malgré votre activité sur les réseaux ? *

Une seule réponse possible.

- ☐ Jamais
☐ Rarement
☐ Souvent
☐ Très souvent

11. Ressentez-vous une pression sociale liée aux publications et à l'image véhiculée sur les réseaux ? *

Une seule réponse possible.

- ☐ Oui, souvent
☐ Parfois
☐ Rarement
☐ Jamais

12. Les réseaux sociaux ont-ils déjà provoqué des conflits dans vos relations (couple, amis, famille) ? *

Une seule réponse possible.

- ☐ Oui
☐ Non

13. Qu'est-ce qui vous motive le plus à publier du contenu sur les réseaux sociaux ? (cochez tout ce qui s'applique) *

Plusieurs réponses possibles.

- ☐ Partager des moments de vie
- ☐ Obtenir des likes/commentaires
- ☐ Créer une identité numérique
- ☐ Influencer ou inspirer les autres
- ☐ Je ne publie pas

14. Comment réagissez-vous face à l'absence de réactions (likes/commentaires) à vos publications ? *

Une seule réponse possible.

- ☐ Indifférence
- ☐ Déception
- ☐ Motivation à faire mieux

15. Selon vous, les réseaux sociaux ont-ils un impact positif, neutre ou négatif sur les relations sociales en général ? *

Une seule réponse possible.

- ☐ Positif
- ☐ Neutre
- ☐ Négatif

16. Suivez-vous des influenceurs sur les réseaux sociaux ? *

Une seule réponse possible.

☐ Oui

☐ Non

17. Ces influenceurs ont-ils déjà influencé vos choix (mode, alimentation, style de vie) ? *

Une seule réponse possible.

☐ Oui, souvent

☐ Parfois

☐ Rarement

☐ Jamais

18. Comment évaluez-vous la crédibilité des informations partagées par des influenceurs ? *

Une seule réponse possible.

☐ Très crédibles

☐ Moyennement crédibles

☐ Peu crédibles

☐ Pas crédibles

19. Selon vous, les réseaux sociaux sont-ils plutôt : *

Une seule réponse possible.

- ☐ Bénéfiques pour les relations sociales
- ☐ Néfastes pour les relations sociales
- ☐ Sans réel impact

20. Si vous deviez arrêter les réseaux sociaux, quel serait l'impact sur vos relations sociales ? *

Une seule réponse possible.

- ☐ Aucun
- ☐ Légèrement négatif
- ☐ Très négatif

21. Selon vous, quels sont les principaux avantages des réseaux sociaux ?

22. Et quels en sont les principaux inconvénients ?

23. Auriez-vous des suggestions pour une utilisation plus saine des réseaux sociaux ?

Ce contenu n'est ni rédigé, ni cautionné par Google.

Google Forms

Résumé

Les réseaux sociaux sont devenus des outils incontournables dans la communication moderne, influençant fortement les relations sociales. Ce mémoire examine les motivations des utilisateurs et l'impact de ces plateformes sur les interactions humaines, en s'appuyant sur une enquête par questionnaire. L'objectif est de comprendre comment la digitalisation transforme les liens sociaux et d'évaluer ses effets tant positifs que négatifs.

Pour ce faire, une enquête quantitative par questionnaire a été menée auprès d'un échantillon représentatif d'utilisateurs afin de recueillir des données sur leurs usages, leurs motivations et leurs ressentis face à l'évolution des relations sociales via les réseaux sociaux. L'étude interroge notamment comment ces plateformes modifient les dynamiques sociales traditionnelles, ainsi que les avantages et les limites de cette médiation numérique.

Les résultats obtenus confirment que les réseaux sociaux jouent un rôle majeur dans la réduction des barrières géographiques, en facilitant la création et le maintien de liens sociaux, grâce à une communication rapide et accessible. Toutefois, cette digitalisation s'accompagne d'un paradoxe : elle favorise à la fois la connexion à distance et, simultanément, peut engendrer un isolement social ou une désagrégation des liens familiaux, notamment en raison de l'hyperconnexion et du remplacement progressif des échanges directs par des interactions virtuelles.

Par ailleurs, les motivations principales des utilisateurs apparaissent centrées sur le désir de maintenir le contact avec leur entourage, de se divertir et d'occuper le temps libre, ce qui souligne l'importance sociale et ludique de ces plateformes. En outre, l'étude met en lumière une dégradation des compétences communicationnelles dans la gestion des conflits interpersonnels, souvent amplifiée par la substitution des relations en face-à-face par des échanges numériques.

Donc, ce travail met en exergue l'ambivalence des réseaux sociaux, à la fois vecteurs d'opportunités relationnelles inédites et sources de nouveaux défis psychologiques et sociaux. Il invite à une utilisation réfléchie et maîtrisée de ces outils afin de préserver un équilibre sain entre la sphère virtuelle et la réalité des interactions humaines.

Mot clés : Réseaux sociaux, Relations sociales, Digitalisation, Communication virtuelle, Hyperconnexion, Isolement social, Motivation des utilisateurs, Interaction humaine, Médiation numérique, Compétences communicationnelles, Enquête par questionnaire, Effets psychologiques, Opportunités relationnelles, Conflits interpersonnels, Usage réfléchi

Abstract

Social media platforms have become indispensable tools in contemporary communication, exerting a profound influence on social relationships. This thesis investigates the underlying motivations of users and examines the impact of these platforms on human interactions through a structured questionnaire-based survey. The primary objective is to analyze how digitalization reshapes social bonds and to critically assess its dual effects—both beneficial and detrimental.

To this end, a quantitative survey was administered to a representative sample of users in order to gather empirical data regarding their usage patterns, motivations, and perceptions of evolving social dynamics mediated by social media. The study explores how these platforms are redefining traditional social structures and scrutinizes the affordances and limitations inherent in digital mediation.

The findings substantiate the notion that social media plays a pivotal role in overcoming geographical constraints, facilitating the establishment and maintenance of social connections through immediate and accessible communication. Nevertheless, this digital transformation presents a paradox: while it fosters long-distance connectivity, it may concurrently contribute to social isolation and the erosion of familial bonds—phenomena often attributed to hyperconnectivity and the gradual substitution of face-to-face interactions with virtual exchanges.

Moreover, the primary motivations reported by users include maintaining contact with their social circles, seeking entertainment, and occupying leisure time, thereby underscoring the social and recreational significance of these platforms. The study also highlights a deterioration in interpersonal communication skills, particularly in conflict management, a trend potentially exacerbated by the shift from direct to mediated interactions.

In conclusion, this research underscores the ambivalence of social media: it serves simultaneously as a catalyst for novel relational opportunities and a source of emerging psychological and social challenges. The study advocates for a reflective and balanced use of social media to safeguard a healthy equilibrium between virtual engagement and authentic human interaction.

Keywords: Social media, Social relationships, Digitalization, Virtual communication, Hyperconnectivity, Social isolation, User motivation, Human interaction, Digital mediation, Communication skills, Questionnaire-based survey, Psychological effects, Relational opportunities, Interpersonal conflict, Reflective usage

ملخص

أصبحت منصات التواصل الاجتماعي أدوات أساسية لا غنى عنها في التواصل المعاصر، حيث تمارس تأثيرًا عميقًا على العلاقات الاجتماعية. يتناول هذا البحث دوافع المستخدمين الكامنة، ويدرس تأثير هذه المنصات على التفاعلات الإنسانية، وذلك من خلال دراسة ميدانية قائمة على استبيان ممنهج. ويتمثل الهدف الرئيسي في تحليل كيفية إعادة تشكيل الرقمنة للروابط الاجتماعية وتقييم آثارها المتباينة، سواء الإيجابية أو السلبية، بشكل نقدي.

ولهذا الغرض، أُجريت دراسة كمية على عينة ممثلة من المستخدمين، بهدف جمع بيانات تجريبية تتعلق بأنماط الاستخدام، والدوافع، والتصورات حول تطور الديناميكيات الاجتماعية بوساطة وسائل التواصل الاجتماعي. وتستكشف الدراسة الكيفية التي تعيد بها هذه المنصات تعريف البنى الاجتماعية التقليدية، مع التركيز على الإمكانيات والمحددات الملزمة لهذا التوسط الرقمي.

وتُظهر النتائج أن وسائل التواصل الاجتماعي تؤدي دورًا محوريًا في تجاوز القيود الجغرافية، حيث تُيسر إنشاء الروابط الاجتماعية والحفاظ عليها من خلال تواصل سريع ومتاح. ومع ذلك، فإن هذا التحول الرقمي يطرح مفارقة واضحة: فعلى الرغم من أنه يُعزز الاتصال عن بُعد، إلا أنه قد يُفضي في الوقت ذاته إلى عزلة اجتماعية وتفكك الروابط الأسرية، وهي ظواهر تُعزى غالبًا إلى فرط الاتصال واستبدال التفاعل الوجهي بالتفاعل الافتراضي تدريجيًا.

كما تكشف الدراسة أن الدوافع الأساسية لاستخدام هذه المنصات تتمثل في الحفاظ على التواصل مع المحيط الاجتماعي، والبحث عن الترفيه، وملء أوقات الفراغ، مما يُبرز الطابع الاجتماعي والترفيهي لهذه الوسائط. وتشير النتائج كذلك إلى تدهور في المهارات التواصلية، خاصة فيما يتعلق بإدارة النزاعات الشخصية، وهو تدهور قد يتفاقم نتيجة التحول من التفاعلات المباشرة إلى التفاعلات الرقمية.

وفي الختام، يُبرز هذا البحث الطبيعة المزدوجة لشبكات التواصل الاجتماعي، حيث تُعد في آنٍ واحد محقِّراً لإمكانيات علاقاتية غير مسبوقة ومصدرًا لتحديات نفسية واجتماعية مستجدة. ويدعو إلى استخدام واعٍ ومتوازن لهذه الأدوات، بما يُسهم في الحفاظ على توازن صحي بين الفضاء الافتراضي وواقع التفاعل الإنساني.

الكلمات المفتاحية: وسائل التواصل الاجتماعي، العلاقات الاجتماعية، الرقمنة، التواصل الافتراضي، فرط الاتصال، العزلة الاجتماعية، دوافع المستخدمين، التفاعل الإنساني، التوسط الرقمي، المهارات التواصلية، استبيان، الآثار النفسية، الفرص العلاقاتية، النزاعات الشخصية، الاستخدام الواعي.