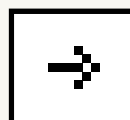
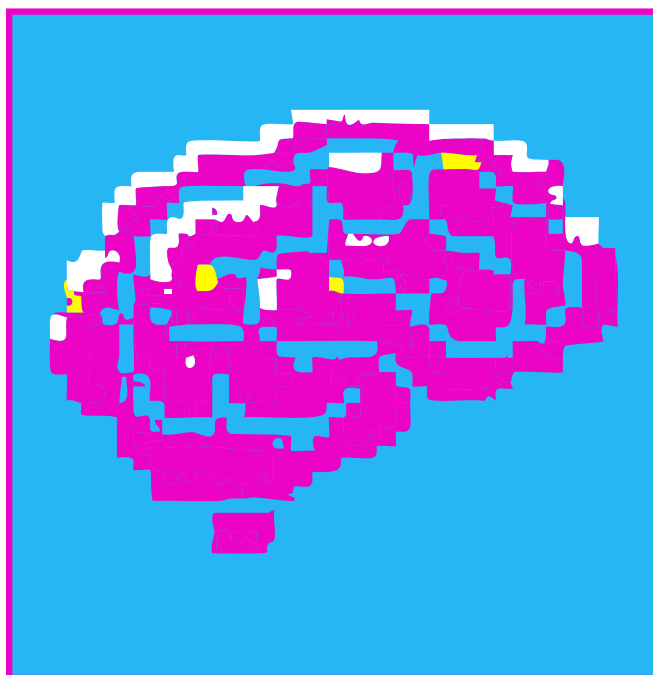


LES RÉSEAUX SOCIAUX JOUENT AVEC TON CERVEAU



COMPRENDRE



L'IMPORTANCE DU CONTEXTE - ACTIVITÉ

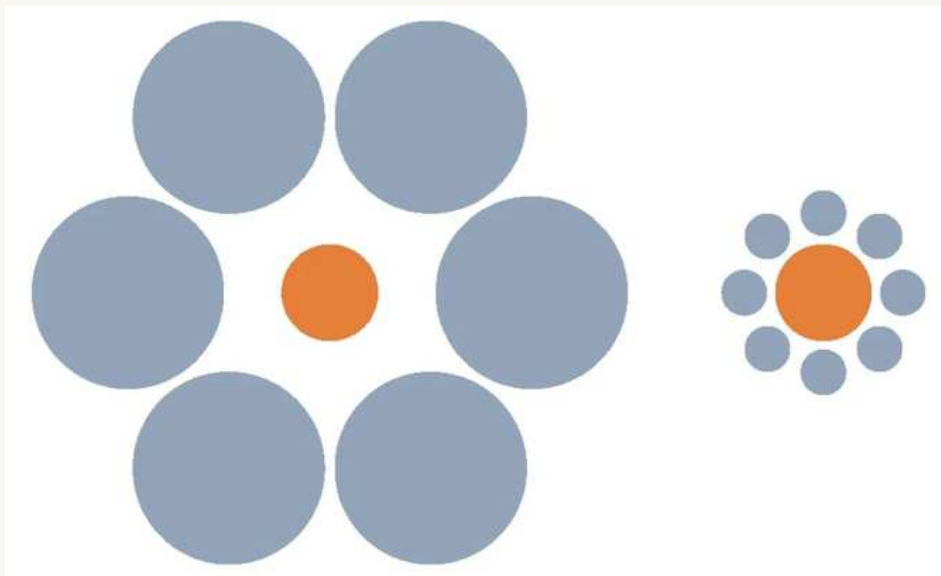
1

Les deux visages ont-ils la même couleur ?



2

Lequel des deux cercles oranges est le plus grand ?

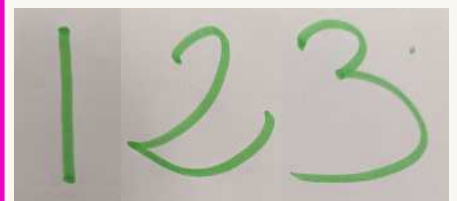


3

Que lis-tu ?



Et là ?



L'IMPORTANCE DU CONTEXTE - CORRECTION

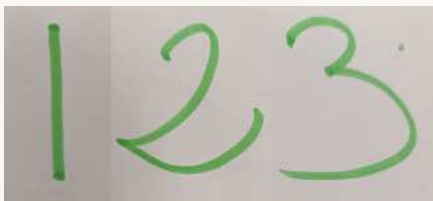
La couleur du visage est la même

1



La taille des cercles est la même

2



3

C'est le même symbole,
mais selon le contexte
ton cerveau l'interprète
différemment

Même si tu es capable de reconnaître les couleurs, de comparer des tailles ou de lire, ton cerveau prend aussi en compte le contexte et modifie ta perception des choses

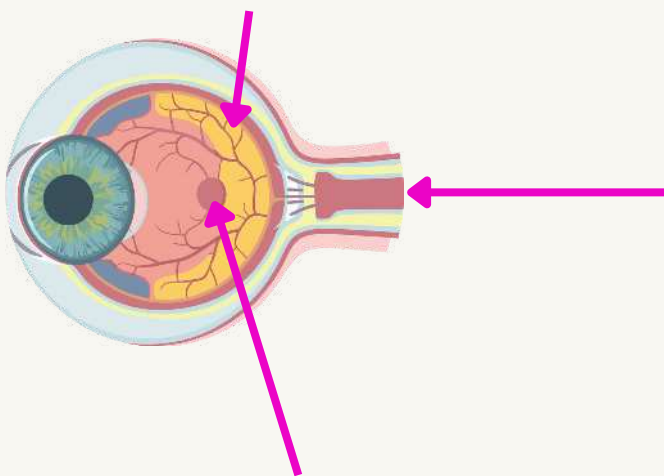
RECONSTRUIRE CE QUE L'ON PERÇOIT - ACTIVITÉ

Cache ton oeil gauche avec ta main et fixe la croix avec ton oeil droit. Tout en fixant la croix, approche doucement ta tête vers la feuille. A une certaine distance tu ne vois plus le point rose.



C'est ce que l'on appelle le **point aveugle**. Tu ne t'en étais jamais rendu compte ? C'est normal, **ton cerveau reconstruit l'image** pour qu'il n'y ait pas de "trou". Et si tu veux savoir, pourquoi un a un point aveugle dans les yeux c'est là-dessous :

En jaune c'est la partie de l'œil qui capte la lumière, les couleurs et les formes : **la rétine**.



Ici, c'est le **nerf optique**. Ce qui permet de passer les informations prises par la rétine, au cerveau (et voir)

Et là c'est la **liaison entre la rétine et le nerf optique**. A cet endroit, la lumière, les formes et les couleurs ne sont pas captés.

RECONSTRUIRE CE QUE L'ON PERÇOIT - ACTIVITÉ

Lis le texte ci-dessous sans réfléchir

“ Selon une étude de l'Université de Cambridge, l'ordre des lettres dans un mot n'a pas d'importance, la seule chose importante est que la première et la dernière lettres soient à la bonne place. Le reste peut être dans un désordre total et vous pouvez toujours lire sans problème. C'est parce que le cerveau humain ne lit pas chaque lettre elle-même, mais le mot comme un tout.

Est-ce que cela t'a semblé difficile ?

Maintenant, essaie de dire la couleur d'écriture du mot sans lire le mot lui-même. Par exemple, si le mot "ROUGE" est écrit en bleu, tu dois dire "bleu" et non "rouge".

Jaune Bleu Orange Noir Rouge Vert
Violet Jaune Rouge Orange Vert Noir
Bleu Rouge Violet Vert Bleu Orange
Bleu Violet Orange Noir Rouge Vert
Violet Jaune Rouge Orange Vert Noir

C'est difficile, non ? Ton cerveau lit automatiquement les mots même quand tu essaies de te concentrer uniquement sur les couleurs. C'est comme si ton cerveau ne pouvait pas s'empêcher de lire, car lire est devenu un réflexe que tu as beaucoup pratiqué.

RACCOURCIS DE PENSÉES - ACTIVITÉ



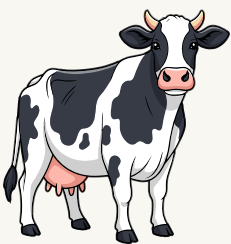
Le père de Marie à 5 filles : Nana, Néné, Nini, Nono. A ton avis, quel est le nom de la 5ème fille ?



Dans une course, tu doubles le deuxième. Quelle est ta position ?



Un médecin te donne 3 pilules en te disant d'en prendre une toutes les demi-heures. Combien de temps durera le traitement ?



Quelle est généralement la couleur des nuages ? du papier ? de la neige ? de la chantilly ?
Question : « Que boit une vache ? »



Le vent souffle de gauche à droite. Un train électrique roule vers l'est. Dans quelle direction va la fumée de la locomotive ?

RACCOURCIS DE PENSÉES - CORRECTION



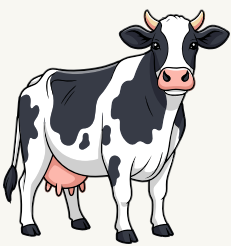
Le père de Marie à 5 filles : Nana, Néné, Nini, Nono. A ton avis, quel est le nom de la 5ème fille ? **MARIE**



Dans une course, tu doubles le deuxième. Quelle est ta position ? **2ème**



Un médecin te donne 3 pilules en te disant d'en prendre une toutes les demi-heures. Combien de temps durera le traitement ? **1H**



Quelle est généralement la couleur des nuages ? du papier ? de la neige ? de la chantilly ?
Question : « Que boit une vache ? **De l'eau**



Le vent souffle de gauche à droite Un train électrique roule vers l'est. Dans quelle direction va la fumée de la locomotive ? **Un train électrique ne fait pas de fumé**

LE CERVEAU ET LES RÉSEAUX SOCIAUX, QUEL RAPPORT ?

Sur le site d'arte.tv (ou sur youtube) tu peux trouver plein de petites vidéos (2-3min) sur les réseaux sociaux et ton cerveau !



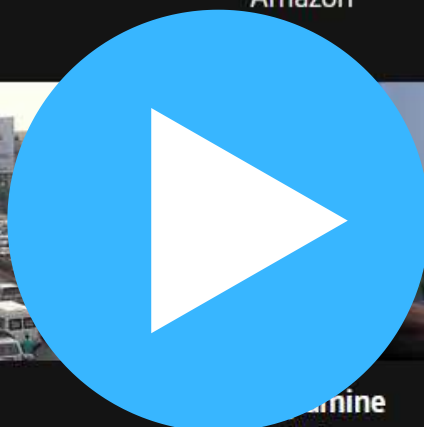
Dopamine
Whatsapp



Dopamine
Amazon



Dopamine
Waze



Dopamine
Twitch



COMMENT LES RÉSEAUX SOCIAUX GAGNENT DE L'ARGENT ?

Les réseaux sociaux gagnent de l'argent grâce à la publicité. Pour faire simplifier, plus tu cliques sur des publicités, plus ils gagnent de l'argent.

Mais comment faire pour que tu sois attiré par les publicités qu'on te propose et que tu cliques dessus ?

ACTIVITÉ

Dans l'activité suivante, choisis les publicités à recommander selon les profils des personnes.



Monique Balimon
62 ans
Vit à Toulon
Retraitée
Anciennement professeur d'anglais
3 enfants

Centres d'intérêts : Cuisiner, le piano, la culture anglaise, Roman fantastique et la randonnée



Lou Marlin
12 ans
Vit à Monaco
Élève de 6ème

Centres d'intérêts : roblox, la mode, les arts martiaux, les échecs, les mangas.

--	--	--

--	--	--

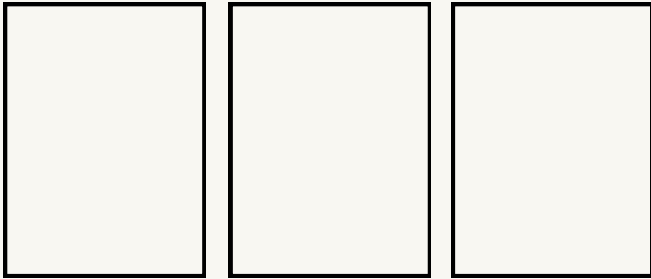
COMMENT LES RÉSEAUX SOCIAUX GAGNENT DE L'ARGENT ?

Dans l'activité suivante, choisis les publicités à recommander selon les profils des personnes.



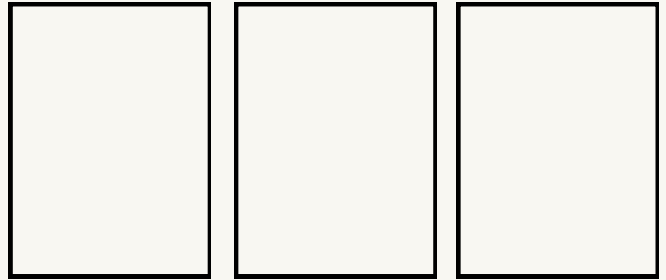
Bernard Pinaillon
72 ans
Vit à Cuers
Retraitée
Anciennement conducteur de bus

Centres d'intérêts : les voitures, l'informatique, le bricolage, le camping.



Julien Millon
14 ans
Vit à La Seyne/mer
Classe de 3ème

Centres d'intérêts : roblox, le tennis, les romans d'aventures, pokemon et la programmation.



COMMENT LES RÉSEAUX SOCIAUX GAGNENT DE L'ARGENT ?

Sélectionne les publicités



Meilleur de livre de recette



Nos plus belles voitures



Achète nos tenus promo



La meilleur raquette



Nos tentes derniers cries



Mangas en ligne



Les plus beaux échiquier



Nos pop-up pikachu !



La boîte à outil essentiel



Des milliers de partitions



Apprend la programmation



Découvrez nos chaussures de randonnées



Skin Fortnite



Robux



Super ballon de foot



Joue sur Minecraft



Produit de beauté



Kebab à Toulon



Kebab à Paris



Console pas chère



Des bonbons à foison



Pleins de séries gratuites



Conseils lectures





Deviens un super sportif

COMMENT LES RÉSEAUX SOCIAUX GAGNENT DE L'ARGENT ?

Les réseaux sociaux gagnent de l'argent grâce à la publicité. Pour faire simplifier, plus tu cliques sur des publicités, plus ils gagnent de l'argent. Pour te proposer des publicités qui peuvent t'intéresser ils ont besoin d'avoir des informations sur toi (ce que l'on appelle des **données** : si tu es une fille ou un garçon, quel âge tu as, qu'est-ce que tu aimes...)

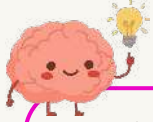
Alors, comment faire pour obtenir des informations sur toi ?

Il existe 2 catégories de données :

-  • **Les données volontaires** : celles que tu donnes volontairement lorsque tu t'inscris, tu publies du contenu, tu likes ou commentes et lorsque tu écris des messages.
-  • **Les données involontaires** : celles que la plateforme peut acheter, des amis qui t'identifient sur des publications, ta géolocalisation, ton adresse IP, le temps que tu passes sur une vidéo, le nombre de clics...

Plus tu restes longtemps sur la plateforme, plus tu produis des données (car tu regardes du contenu = données, tu interagis avec du contenu = données...). C'est pour ça que tout est fait pour que tu restes et que tu interagisses.

LES RÉSEAUX SOCIAUX JOUENT AVEC TON CERVEAU



Les biais cognitifs

Comme tu as pu le tester, le cerveau doit **traiter en permanence énormément d'informations**. Ce que tu vois, ce que tu entends, ce que tu sens... En plus de percevoir tous ces éléments, il doit aussi les **analyser et les interpréter**.

Pour assurer ta survie, le cerveau doit **prendre des décisions rapidement**, c'est pourquoi, il ne peut pas tout traiter tout le temps. On dit que **le cerveau prend des "raccourcis"**. C'est ce qu'on appelle des biais cognitifs.

LES RESEAUX SOCIAUX

Comment gagnent-ils de l'argent ?



- Pour qu'une entreprise gagne de l'argent, il faut qu'elle vende un produit (un jeu vidéo, un smartphone, des carottes ...) que l'on achète avec de l'argent.



- Pourtant on peut s'inscrire gratuitement sur un réseau social. Alors comment font-ils ?



- Au lieu de payer ces plateformes en argent, on les paie avec nos données personnelles (si on est une fille ou un garçon, quels sont nos centres d'intérêts, notre âge, nos amis ...)



- Ces données sont revendues à des publicitaires qui s'en servent pour proposer des publicités personnalisées

COMMENT PRENNENT-ILS TES DONNÉES

- Lors de l'inscription tu donnes des informations sur toi
- Plus tu restes longtemps sur le réseau, plus tu interagis (likes, commentaires, visionnage de vidéo...) et plus ça indique des données sur toi

DES STRATÉGIES POUR QUE TU RESTES

On peut **piéger ton cerveau pour te donner envie de rester plus longtemps** sur le réseau et te pousser à interagir.

Les plateformes l'ont bien compris et ont développé diverses stratégies pour te rendre dépendant.

En voici quelques-unes :



- **Scroll infini ou le défilement automatique** : le cerveau aime lorsque une activité est terminée, avec le scroll et le défilement automatique, ton cerveau a l'impression de ne pas finir son activité et essaie de le faire.
- **Les systèmes de récompenses** : un like ou beaucoup de vues c'est une récompense pour le cerveau. Cela donne une sensation de bien-être et donne l'impression d'être valorisé par les autres.
- **Les systèmes aléatoires** : par exemple sur Tik Tok, tu as régulièrement une vidéo qui n'est pas en lien avec tes centres d'intérêts. Cela crée de la frustration et te pousse à continuer pour retrouver du contenu qui te plaît.

Pour aller plus loin, vous pouvez regarder les vidéos "Dopamine" créées par ARTE

Pour retrouver les illusions : carnaval-mental.fr

LES STRATÉGIES MISES EN PLACE PAR LES RÉSEAUX SOCIAUX

ALGORITHME DE RECOMMANDATION



- Les réseaux sociaux adaptent ce que tu y trouves en fonction de tes centres d'intérêts.
- Et comme le cerveau aime être conforté dans ce qu'il pense déjà et rester dans sa bulle. Tu restes alors plus longtemps.

SCROLL OU DÉFILEMENT AUTOMATIQUE



- Le fil Instagram ne s'arrête jamais. On peut "Scroller" à l'infini et toujours voir du contenu. Pour Tik Tok c'est pareil mais en plus tu n'as même plus besoin d'utiliser ton doigt, les vidéos s'enchaînent.
- Et ça pour le cerveau c'est très frustrant. Il a besoin de finir son activité / sa tâche pour être satisfait. Mais là l'activité ne finit jamais. Alors tu continues encore et encore...

PEUR DE MANQUER QUELQUE CHOSE



- Certaines fonctionnalités jouent sur ta peur de rater quelque chose d'important.
- Cette peur te pousse à vérifier tes applications très souvent, parfois sans vraie raison, juste par habitude du geste

SYSTÈME ALÉATOIRES



- Tik Tok propose régulièrement des vidéos qui n'ont pas de rapport avec tes centres d'intérêts
- Cela crée de la frustration et te pousse à continuer pour retrouver ton confort

SYSTÈME DE RÉCOMPENSES



- Les "J'aime", les "vues", les "flammes" sont des éléments toujours présents sur les réseaux
- Les humains aiment être aimés par les autres et être reconnus. C'est à cela que servent ces options qui peuvent vite rendre dépendant à la validation des autres.

CONTENUS ÉMOTIONNELS



- Les réseaux sociaux ont tendance à mettre en avant les contenus à forte valeur émotionnel
- Parce que quand quelque chose nous fait beaucoup de peine, ou nous procure beaucoup de colère ou de joie ont a beaucoup plus tendance à réagir.

NOTIFICATIONS



Elles incitent à revenir sur l'application ou te pousse à interagir ou consulter des contenus que tu n'aurais pas regardé.

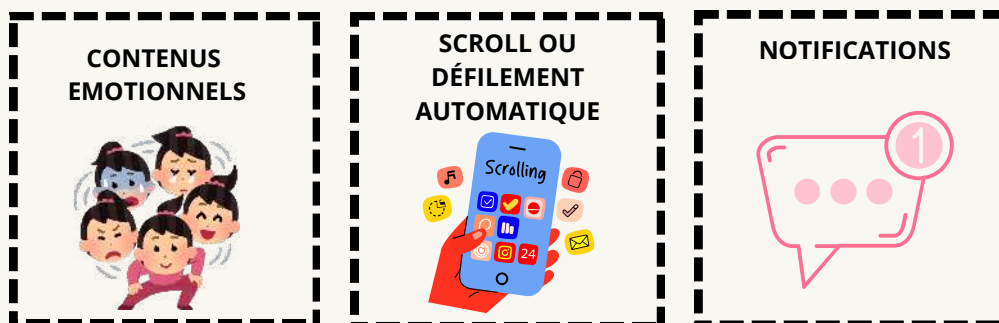
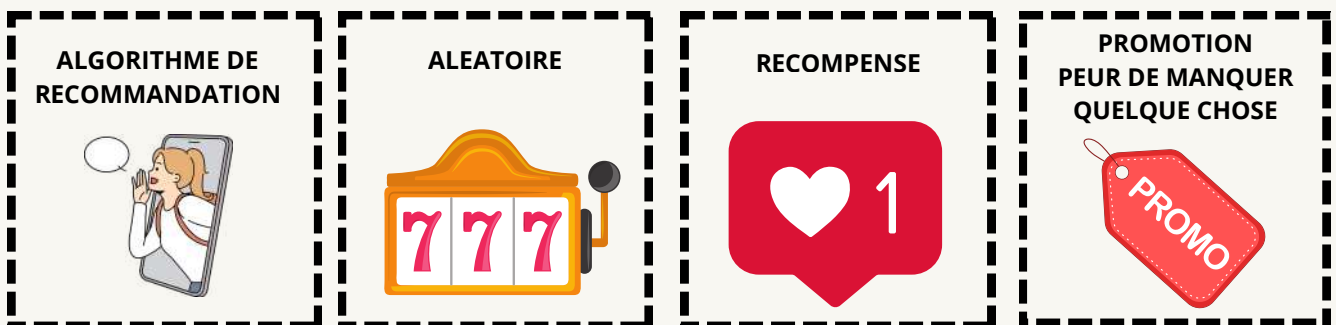
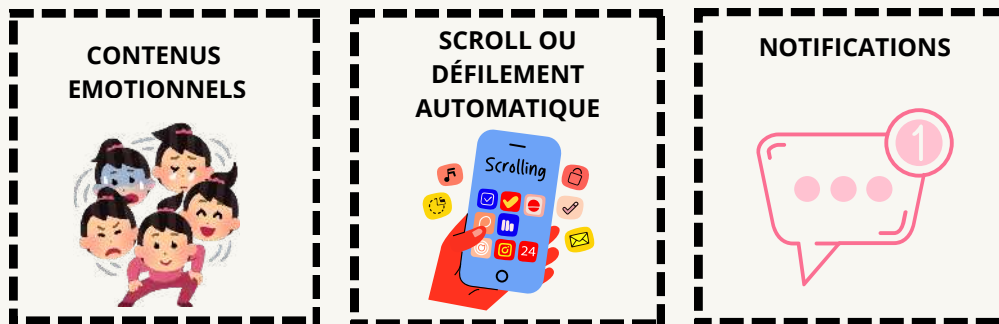
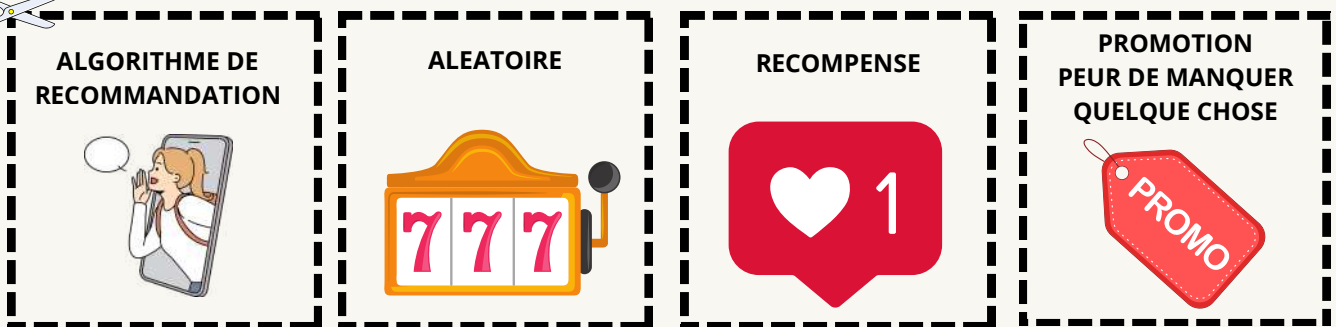
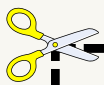
QUELLES STRATÉGIES SUR QUELS RÉSEAUX SOCIAUX ?

ACTIVITÉ

Tu dois trouver pour le réseau social Tik Tok et Whatsapp les stratégies mises en place pour que tu restes plus longtemps.

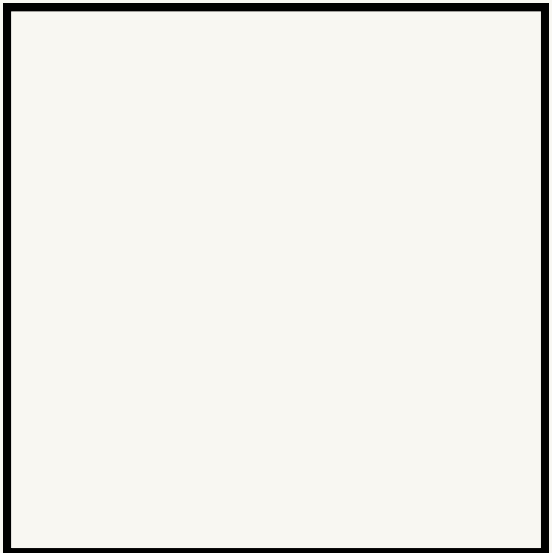
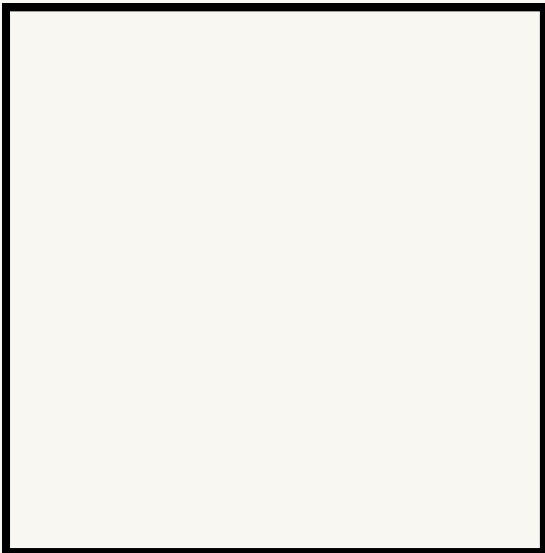
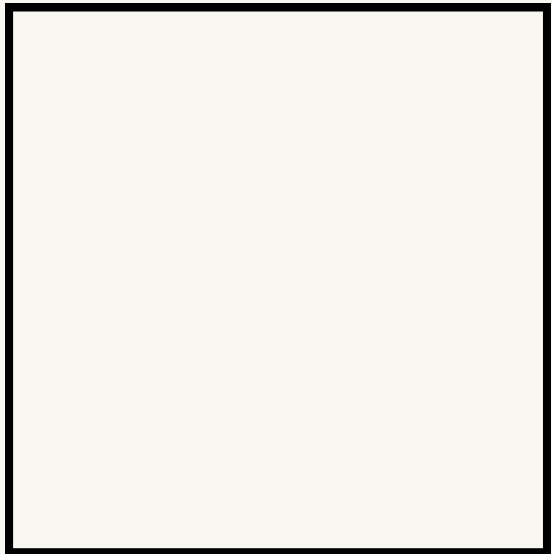
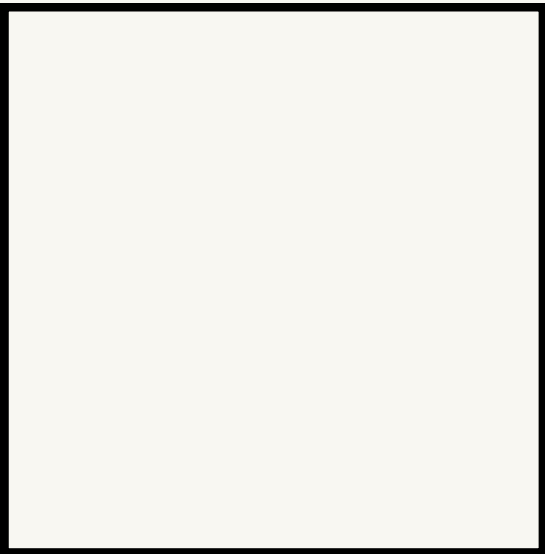
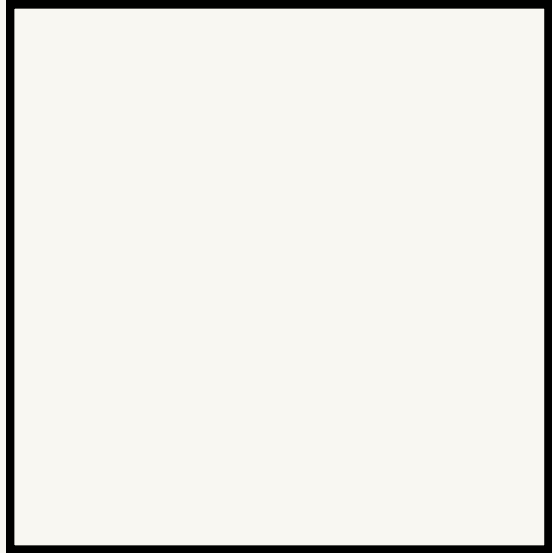
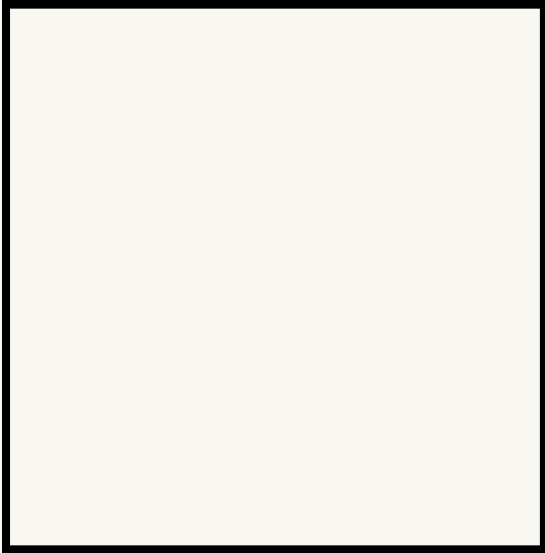
Ci-dessous se trouve les cartes "Stratégies". Dans les pages suivantes le plateau "Tik Tok" et le plateau "Snapchat".

Découpe les cartes pour pouvoir les placer sur les plateaux, à toi de jouer !





TIK TOK





WhatsApp

