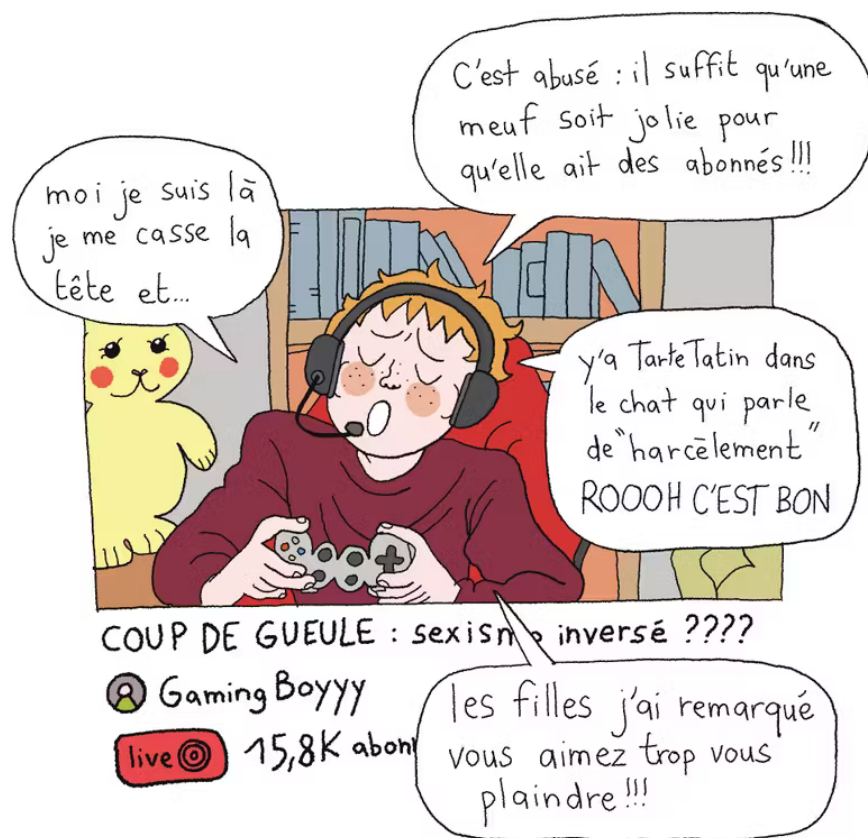


Réseaux sociaux : "Il faut réfléchir avec les enfants, en partant de leurs expériences"

[Elsa Gambin](#)

Pourquoi Instagram me propose-t-il un contenu masculiniste ? Et TikTok une vidéo minceur ? Dans son livre, "Mes réseaux, mon genre et moi", guide ludique accessible aux ados, la journaliste Pauline Ferrari décortique le fonctionnement des réseaux sociaux.



[« Mes réseaux, mon genre et moi ». éd. La ville brûle](#)

Publié le 15 mai 2026 à 17h30

Dans l'ouvrage *Mes réseaux, mon genre et moi* (éd. La ville brûle), la journaliste Pauline Ferrari, spécialiste des nouvelles technologies, des cultures Web et des questions de genre, accompagnée de l'artiste Mirion Malle, décortique le fonctionnement des algorithmes et leur manière de

cibler les profils et hobbies de nos adolescents. Un livre accessible dès 11 ans et jusqu'au début du lycée, mais aussi un outil parental ludique pour ouvrir la conversation et apprendre à ne pas être dupe des réseaux sociaux. Entretien avec Pauline Ferrari.

Comment s'adresser aux ados sur le sujet délicat des réseaux sociaux sans paraître condescendante ou moralisatrice ?

Je pense que la première chose à faire est de les écouter. Il est intéressant de savoir ce qu'ils font sur les réseaux, ce qu'ils voient sur leur fil d'actualité, le rapport qu'ils entretiennent avec leur téléphone. Est-ce un rapport amour-haine ? Une forme de dépendance ? Une relation sereine ? Je pense que cette posture de non-jugement est indispensable. Quand j'interviens en atelier d'[éducation aux médias](#) (EMI), je dis souvent que nous, les adultes, avons la plupart du temps les mêmes pratiques numériques qu'eux, voire pire, alors qui sommes-nous pour les juger ? Il me paraît impossible aujourd'hui, en 2026, de dire aux adolescents « jetez vos téléphones à la poubelle, déconnectez-vous ». Il faut donc réfléchir avec eux, en partant de leurs expériences. Je pense que ça évite une position surplombante.

Est-ce qu'il y a eu des discussions concernant le choix du support ? Un livre pour parler des réseaux sociaux pourrait presque paraître incongru aujourd'hui.

C'est justement intéressant, selon moi, que ce soit un livre et non pas un outil numérique. Là on a un objet que l'ado, ou le parent d'ailleurs, peut poser, picorer, relire, re-poser. On peut le laisser traîner à la maison, dans les toilettes, le salon... On a vraiment pensé ce livre comme un outil que l'on peut passer à des potes ou regarder seul de son côté. Les thématiques abordées sont liées aux préoccupations des ados que je rencontre, même si l'on a complété avec des choses plus « basiques ». Qu'est-ce qu'un algorithme, comment ça fonctionne, quels sont les enjeux numériques et politiques de la tech ? Car, souvent, on les blâme de ne pas comprendre ce qu'on ne leur a pas expliqué.

Quels sujets intéressent les ados en lien avec les réseaux ?

Quand on fait de l'EMI et qu'on parle réseaux sociaux, les questions d'égalité hommes-femmes, les questionnements autour du corps reviennent tout le temps. Ça me paraîtrait étrange de parler d'adolescence sans parler des premières relations amicales, amoureuses, sexuelles, et de parler de relations sans parler d'espace numérique pour une génération qui a grandi avec les réseaux sociaux.

Les adolescents sont-ils dupes, ou dans le déni, de la portée des réseaux sociaux ?

Je les trouve au contraire assez lucides de ce qui se passe sur Internet, et équilibrés dans leur position. En réalité, ils ont très rarement l'occasion d'en parler, alors qu'ils ont envie de partager leurs expériences, notamment quand ils voient ou vivent des violences. Mais bien souvent on ne reconnaît pas leur expérience comme légitime. En tant qu'adultes, on a passé beaucoup de temps à leur dire que le problème était individuel, que c'était une histoire de volonté, etc. Ils ont donc beaucoup conscientisé le fait que c'était eux le souci.

On apprend aux enfants à regarder à droite et à gauche la route pour traverser, eh bien, pour Internet il y a aussi des règles à apprendre pour y naviguer.

Quelle(s) réaction(s) ont-ils par rapport à ces connaissances-là ?

Souvent, ce qu'ils ignorent, comme nombre d'adultes, c'est le lien au capitalisme, le fait que ces entreprises de la tech sont dirigées par des multimilliardaires, que passer beaucoup de temps sur les écrans ce n'est pas qu'une question de volonté, mais que les plateformes et les algorithmes sont pensés comme ça. Et qu'il y a des gens derrière. Il faut arrêter de « dépersonnifier » Internet. Le design, l'interface, les *dark patterns*, tout ça souvent les ados ne le savent pas, et en le découvrant ils sont un peu choqués. Mais pour tout ce qui relève du rôle des influenceurs et influenceuses, ils sont très conscients que ces gens sont là pour leur vendre des produits.

Il est donc aussi utile pour les parents, comme support à la

discussion ?

Oui, tout à fait. Après, on peut d'emblée dire aux parents que cette lecture, cet échange ne vont pas forcément changer les usages de leur ado. Mais cela aide à conscientiser sur le fait que les espaces numériques sont des espaces sociaux comme les autres. On apprend aux enfants à regarder à droite et à gauche la route pour traverser, eh bien, pour Internet il y a aussi des règles à apprendre pour y naviguer, pour que cette expérience soit la plus sereine possible. L'idée, c'est de leur donner toutes les infos pour qu'ils fassent des choix éclairés. Selon moi, c'est simplement de la citoyenneté numérique.