

## Transcription

**Anne Soetemondt :**

Et il y a un autre phénomène, donc il y a le raconter plutôt que de vivre et puis il y a surtout cette question : est-ce que finalement le réseau social qui est censé donc nous apporter une nouvelle toile sociale, [n']est pas un petit peu isolant ? Est-ce que c'est une réalité, est-ce qu'on peut se poser cette question Jean-Baptiste Stuchlik ?

**Jean-Baptiste Stuchlik :**

Alors, on peut se la poser. Mais y un biais quand même dans la discussion qu'on a eue jusqu'ici. C'est qu'on considère que les personnes utilisent les réseaux sociaux pour être vues, pour être connues. Mais en fait y a plein de personnes et il y a plein de réseaux sociaux qui existent où l'objectif cherché ce n'est pas d'avoir une visibilité, de débattre. [...]

Et en fait, il y a d'autres réseaux sociaux qui sont utilisés, par exemple sur le plan diététique en fait, des gens qui tiennent leurs résolutions grâce aux réseaux sociaux...

**Anne Soetemondt :**

On peut aussi arrêter de fumer en communauté, donc s'aider, il y a des applications qui nous envoient des textos tout au long de la journée. Et ça marche ces choses ?

**Jean-Baptiste Stuchlik :**

Oui, tout à fait, par exemple, on a montré que recevoir un message d'encouragement par jour quand on voulait faire un régime, ça multipliait par 3,5 la perte de poids. Donc...

**Anne Soetemondt :**

C'est-à-dire que ça marche mieux que votre maman qui vous dit « ne mange pas une tartine mais mange plutôt une pomme » ? Pourquoi ça marche mieux le réseau social ?

**Jean-Baptiste Stuchlik :**

Je ne sais pas mais moi, à 40 ans, ou 30 ans ou même à 20, on n'a peut-être plus envie que la maman vous donne ce genre d'encouragement. Ça veut dire qu'on a envie d'être soutenus, éventuellement d'être soutenus par des gens qui ont les mêmes soucis que soi.

Il y a un réseau social qui s'appelle *Patients like me*, de gens qui sont malades et qui partagent justement tous les trucs pour mieux vivre, pour être mieux face aux autres, faire face aux situations de stigmatisation et autres.

Il y a un site qui s'appelle *HysterSisters*, qui est un réseau social pour les femmes qui sont passées par une hystérectomie et qui partagent leur expérience de vie pour mieux traverser cette épreuve.

## Exercices corrigés

**1 – Les interventions de la journaliste. Cochez la bonne réponse en fonction de ce que vous comprenez. Comment comprenez-vous ces deux phrases de la journaliste ?**

« Et il y a un autre phénomène, donc il y a le raconter plutôt que de vivre ».

Une conséquence des réseaux sociaux est de ne plus vivre sa vie pleinement.

Il y a un réseau social en vogue qui vous permet de se plonger dans une vie virtuelle.

« Est-ce que le réseau social qui est censé nous apporter une nouvelle toile sociale, n'est pas un petit peu isolant ? »

Grâce aux réseaux sociaux, on apprend à se connaître soi-même à travers les autres.

Les réseaux sociaux peuvent entraîner un repli sur soi-même alors qu'on en attend le contraire.

**2 – Les finalités des réseaux sociaux. Cochez la bonne réponse en fonction de ce que vous entendez.**

Pour Jean-Baptiste Stuchlik, il y a des personnes qui utilisent les réseaux sociaux pour :

rencontrer des gens, être dragués et flirter.

être vues, être connues et débattre.

raconter leur vie, être lues et se sentir valorisées.

Et d'autres qui les utilisent pour :

chercher du travail et avancer professionnellement.

participer à des débats d'idées et se cultiver.

trouver du soutien et tenir leurs résolutions.

**3 – Exemples. Cochez les bonnes réponses en fonction de ce que vous entendez.**

Quels domaines sont donnés en exemples pour certains réseaux sociaux ?

la diététique

le sport

la cuisine

le tabac

la maladie

la famille

le stress

**4 – Se motiver en réseau. Cochez la bonne réponse en fonction de ce que vous comprenez.**

Que dit l'invité ? La motivation peut être stimulée au sein d'une :

communauté d'entraide.

équipe médicale.

Pour s'aider, il existe des :

blogs.

applications.

On reçoit alors :

des textos tout au long de la journée.

des vidéos à chaque fois qu'on se connecte.

**5 – Les explications. Sélectionnez la bonne réponse en fonction de ce que vous comprenez.**

Que dit Jean-Baptiste Stuchlik ?

« On a montré que recevoir un message / **d'encouragement** / d'information / par jour quand on voulait faire un / **régime** / effort /, ça multipliait par 3,5 la / **motivation** / perte de poids /. [...] Ça veut dire qu'on a envie d'être / **soutenus** / accompagnés /, par des gens qui ont les mêmes / questions / **soucis** / que soi. »

**6 – Un peu de vocabulaire ! Comment comprenez-vous les mots soulignés ? Cochez les bonnes réponses en fonction de ce que vous entendez.**

Que signifient les mots soulignés ?

« Il y a un réseau social qui s'appelle *Patients like me*, de gens qui sont malades et qui partagent tous les trucs pour mieux vivre, pour être mieux face aux autres, faire face aux situations de stigmatisation et autres » :

la vie quotidienne

jugement négatif

d'entraide

« Il y a un site *HysterSisters*, qui est un réseau social pour les femmes qui sont passées par une hystérectomie et qui racontent leur expérience de vie pour mieux traverser cette épreuve » :

opération chirurgicale qui consiste à enlever une partie ou la totalité de l'utérus

maladie qui touche les hommes et les femmes

forme de médecine alternative pour combattre des maladies graves

**7 – Surmonter des épreuves. L'invité donne deux exemples de réseaux sociaux. Cochez les bonnes réponses en fonction de ce que vous entendez.**

Quelles sont leurs particularités ?

Le réseau social *Patients like me* a pour but :

de trouver le soutien des médecins en ligne.

le partage d'astuces dans le quotidien.

de faire face aux situations de stigmatisation.

de mieux comprendre les autres.

Le site *HysterSisters* a pour but :

d'aider les femmes ayant subi une hystérectomie.

de soutenir les femmes qui vivent leur maladie seules.

de partager son expérience pour affronter cette épreuve.

d'ouvrir le dialogue pour se comprendre soi-même.