

Thème du cours : La science et la technologie

Vous aurez six minutes pour lire le sujet de l'essai, la source numéro 1 et la source numéro 2.

Sujet de l'essai

Les réseaux sociaux, sont-ils bons pour la santé ?

Source numéro 1

Introduction

Extrait du site web <http://jaimemavieprivee.jimdo.com>, le texte présente les avantages des réseaux sociaux.

La croissance spectaculaire des abonnés aux réseaux sociaux est alarmante. Prenons par exemple le site Facebook, qui en à peine cinq ans, est passé de 14 083 à plus de 800 millions d'utilisateurs. On peut donc dire que ces chiffres montrent à quel point les réseaux sociaux sont implantés dans notre mode de vie. C'est pourquoi, il faut être en mesure d'évaluer les répercussions. Commençons par les répercussions positives de ces technologies. Évidemment, l'utilisation des réseaux sociaux englobe plusieurs avantages qui sont largement connus. En effet, c'est facile d'utilisation, peu coûteux, généralement gratuit, ça permet d'échanger rapidement, mais surtout, avec ces technologies, il est maintenant possible de rejoindre des milliers de personnes quasiment instantanément. Par ailleurs, les réseaux sociaux engendraient plusieurs avantages sur la santé émotionnelle des gens :

1- Se connecter avec des amis que vous n'avez pas encore rencontrés :

Des recherches en psychologie montrent que le fait que les gens puissent discuter rapidement et facilement avec des personnes avec qui ils se sentent connectés mène à une vie saine et heureuse puisque les gens se sentent moins isolés et plus soutenus par ces amis virtuels.

2- Améliorer la communication avec votre famille :

Il n'est pas toujours évident de rester en contact avec notre famille, soit à cause du travail, la distance, le temps, l'argent, etc. Par contre, avec les réseaux sociaux, il est facile d'échanger quelques petites phrases pour prendre des nouvelles de la famille ou donner de nos nouvelles à ceux-ci.

3- Se renouer avec les anciens amis ou membres de la famille :

En effet, puisque la majorité des gens a un compte Facebook, il est facile de retrouver des anciens amis en faisant une recherche avec leur nom. Il est dit que le fait de communiquer avec votre passé peut être émotionnellement sain.

4- S'engager dans le réseau d'affaires :

Avec les réseaux sociaux, il est possible et facile de rester en contact avec des nouvelles de l'industrie, des collègues, etc. Donc cela vous permet de vous créer un bon réseau professionnel. Alors, si un jour vous avez besoin d'un nouvel emploi, il sera plus facile avec tous ces nouveaux contacts. Cela permet en autres de procurer aux gens un sentiment de sécurité.

5- Clarifier ce qui est important pour vous :

Ces sites permettent aux gens de partager avec les autres leurs idées, leurs opinions et leurs sentiments. Donc cela permet de parler de ce qui vous tient à cœur, ce qui est émotionnellement sain.

6- Partager avec le monde :

Sur ces sites, il est facile de partager avec les autres de vos ressources, connaissances et renseignements précieux. Vous pouvez donc aider et influencer les autres et faire une différence dans leur vie.

7- Aider d'autres gens :

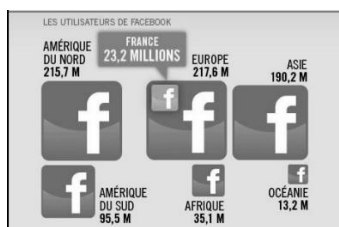
Il peut être simple de faire une différence dans la vie des gens qui ne vont pas bien. Seulement en leur écrivant un petit message de sympathie ou d'empathie, vous pourriez contribuer à aider cette personne.

Nous vous avons donc présenté quelques avantages reliés à l'utilisation des réseaux sociaux. En général, les gens vont plus souvent voir les avantages liés aux réseaux sociaux que les inconvénients.

Source numéro 2

Introduction

Les utilisateurs de Facebook : un morceau d'un infographie



Source numéro 3

Vous aurez 30 secondes pour lire l'introduction.

Introduction

Extrait sonore tiré de Linguo.tv parle d'une étude de Facebook et la déprime.

Link for video (play audio only) - <http://linguo.tv/video/130/selon-une-etude- quitter-facebook- ameliorer-le-bonheur>