Gao & Blaze. Lite

a été produit et édité par

La Boussole

Financé par

MINISTÈRE DE L'ÉDUCATION NATIONALE

Liberté
Égalité
Fraternité

édu ▶ UP

Licence Creative Commons CC BY
Rédigé à Paris en Mars 2026

La Boussole

Table des matières

Comment enclencher de manière efficace un changement des pratiques numériques?.....6
Comment utiliser Gao & Blaze lite?.....8
Fiche technique.....8
Un jeu modulaire.....9
Durée de jeu et séances.....9
Mécaniques de Gao&Blaze lite. .11
Les minijeux.....11
Le piratage inattendu.....11
Les récompenses.....12
Tableau récapitulatif des récompenses par jeu et par niveau 15
Présentation individuelle des mini jeux.....17
Gao l'intrus.....17
Écran-choc de Gao l'intrus.....17
Thématiques.....17
Infographie 1 «Qu'est-ce que mon réseau social?».....18
Infographie 2 « Les outils numériques diffusent des stéréotypes ».....18
Vidéo 1 « Qui sont les GAFAM et comment ils nous pistent? ».....18
Gao le photographe.....20
Écran-choc de Gao le photographe 20
Thématiques.....20
Infographie 3 « Addiction au smartphone ».....20
Infographie 4 « L'IA (CHATGPT) ne peut pas être ni psy, ni meilleure amie, ni ton/ta partenaire ».....21
Vidéo 2 : « Dark patterns et enrichissement des GAFAM »…..22
Gao l'archiviste.....23
Écran choc de Gao l'archiviste….23
Thématiques.....23
Infographie 5 «Qu'est-ce qu'on fait avec nos réseaux sociaux?».....24
Infographie 6 « Le côté obscur des réseaux sociaux ».....24
Infographie 7 : « Tiktok ».....24
Infographie 8 : « Youtube ».....24
Infographie 9 : « Snapchat ».....24
Vidéo 3 « 'Brainrot' et détox numérique ».....24
Gao le vagabond.....26
Écran-choc de Gao le vagabond...26
Thématiques.....26
Infographie 10 « Il y a des alternatives ».....26
Infographie 11 « Protégons notre temps et notre concentration »…..26
Vidéo 4 : « On se met trop la pression sur les réseaux sociaux? » 27
Fin de jeu.....28
Thématique.....28
CAT scan.....28
Vidéo 5 : « Nous pouvons agir »..30
Ressources et conseils pour le déroulé des séances.....31
Installation et jeu sur Android.....31
Déroulé.....32
Infographies en annexe :.....33
Poster géant.....33
Infographies individuelles.....33

Kit pédagogique

Gao & Blaze lite V.1

Par Natalia Calderón Beltrán et Quentin Harada

Gao&Blaze Lite a pour but de proposer à travers une application ludique un condensé à jour, attrayant et directement utilisable en cours pour sensibiliser les élèves au sein des collèges et lycées à la protection de leurs données personnelles et de leur attention sur smartphone.

Gao & Blaze Lite est un jeu vidéo libre et gratuit sous Android. Il a été conçu et édité par la coopérative La Boussole avec le soutien du ministère de l'Éducation nationale.

Ce guide a vocation à vous accompagner lors de la prise en main en classe et pour la préparation de vos séances. Il décrit le jeu, les mécaniques et les récompenses obtenues à chaque niveau de chacun des jeux et propose des ressources complémentaires soigneusement sélectionnées pour leur pertinence technique et pédagogique. Il est également à noter que de nombreuses autres

ressources sont disponibles en ligne, mais de qualité hétérogène ou qui endossent l'agenda d'acteurs économiques du numérique.

Ce guide et l'ensemble des ressources évoquées sont disponibles sur le site https://lite.gaoandblaze.org/ pour, par exemple les imprimer et les laisser affichées en classe ou encore, visionner les vidéos de Gao un vidéoprojecteur.

Comment enclencher de manière efficace un changement des pratiques numériques?

Suite à un projet de recherche-action «vie privée et pédagogie ludique», un premier jeu dédié à la protection des données personnelles, Gao&Blaze, a permis de mettre au jour les leviers qui fonctionnent pour la protection des données personnelles. Gao&Blaze et la recherche associés ont été financés par la Fondation Maif pour la recherche, l'Association Prévention Maif et La Boussole, coopérative de formation et de recherche.

Voici les enseignements qui ont prouvé leur efficacité :

- Les approches classiques de type-conférence, moralisatrices ou uniquement effrayantes, et ce, en particulier auprès des publics à priori non intéressés par ces questions sont inefficaces, voire contreproductives.
- Les publics (tous âges confondus) sont en demande d'espaces de discussion, d'information et de formation face à la complexité des enjeux liés à l'usage du numérique.
- Expérimenter par soi-même les conséquences négatives liées à l'usage de nos données personnelles permet d'amorcer un changement de pratiques à condition que ça ait lieu dans un cadre sécurisé. Dans le cas présent, avec des équipes

enseignantes ou dans des ateliers animés par des personnes de confiance.

C’est dans cette optique que l’usage de cette ressource prend tout son sens, car elle faite pour un usage accompagné par les équipes enseignantes et en classe.

Divers positionnements existent sur quel serait la place des téléphones portables et des réseaux sociaux numériques dans la vie quotidienne d’enfants et adultes. Le nôtre est que la collecte de plus en plus massive et problématique de données personnelles est qu’elle se fait en grande partie, car nous avons la croyance qu’elle est impossible à arrêter. En attendant des législations plus contraignantes et des moyens concrets d’appliquer celles qui existent déjà, nous pensons que la locomotive des GAFAM (multinationales de données) n’avance que grâce aux données que nous lui cédons, et que nous avons des moyens d’agir face à cela. Cette image d’une locomotive que nous pouvons faire marcher, mais que nous pouvons aussi arrêter, est le fil rouge des infographies fournies avec le jeu. Nous visons à enclencher le premier petit pas possible pour un changement des pratiques durable et efficace.

Comment utiliser Gao & Blaze lite?

Fiche technique

Plateforme : Android versions 10 à 16

Téléchargement :

- QR code sur le site du jeu https://lite.gaoandblaze.org/
- Forge des communs numériques de l'Éducation nationale : https://forge.apps.education.fr/gaoblazelite/appligaoblazelite.

Installation : disponible sur la Forge des communs numériques de l'Éducation nationale et sur F-droid. Indispensable de le faire en avance, car certains téléphones d'élèves ont le contrôle parental activé. Il est obligatoire d'autoriser l'installation de sources inconnues. Nous avons fait le choix, comme de nombreux autres éditeurs de jeux vidéos, de ne pas publier l'appli sur le Google Play Store à cause des conditions arbitraires de publication et de dépublication des ressources.

Durée de jeu : 15 min pour 1 minijeu, 1 h pour l'ensemble des jeux.

Langues disponibles : français, anglais, espagnol, arabe, ukrainien et japonais.

Un jeu modulaire

Ce jeu est conçu pour un usage encadré et dirigé. Ce jeu n'est pas fait pour un usage libre et non encadré. Il prend son sens essentiellement en classe, pour susciter des discussions et des ateliers en cours, et non pas en autonomie ni chez soi.

Ce jeu est modulaire et il n'est pas nécessaire d'utiliser l'ensemble des mini jeux qui le composent pour profiter de l'expérience. Il est tout de même conseillé de réaliser le cycle complet pour débloquer le CAT Scan, un outil d'audit des applications installées sur le téléphone portable.

Il est possible toutefois de penser des séquences individuelles par jeu, ou des cycles qui utilisent un ou deux jeux en fonction des priorités à traiter. Il n'y a pas un découpage étanche entre tous les jeux et ni entre les thématiques abordées.
Notez que nous vous conseillons de jouer à Gao le Vagabond en fin de parcours, car il vient conclure l'expérience en insistant sur le pouvoir d'agir face à la démotivation qui peut surgir quand on voit l'ampleur de la tâche consistant à protéger sa concentration et ses données personnelles.

Durée de jeu et séances

Une séance introductive de sensibilisation à la protection des données et de son attention peut s'organiser en 1 à 2 séances de 50 minutes.

Pour les équipes qui souhaitent réaliser le cycle pédagogique complet, nous conseillons d'accorder entre 3 et 6 séances de 50 minutes, à raison de 1 ou 2 jeux par séance et pour couvrir l'ensemble des ressources.

Il faut prévoir du temps supplémentaire lors de la première séance pour l'installation et ainsi que du temps supplémentaire si au moins un des niveaux de chaque mini jeu est joué pour débloquer et utiliser le CAT Scan.

Bien sûr, il est possible de réaliser un cycle plus long en fonction des intérêts et de la durée de l'espace d'échange. En fonction des thématiques il est tout à fait possible de penser des cycles communs à différentes disciplines.

Mécaniques de Gao&Blaze lite

Les minijeux

Le jeu simule une expérience usuelle des jeux sur smartphone, composé de 4 minijeux. Chacun comporte 3 niveaux de difficulté tous publics.

Chaque niveau donne lieu à des récompenses. Nous les détaillons plus loin.

À côté de la mécanique habituelle de jeux et récompenses, des expériences inusuelles viennent interrompre le flux habituel du jeu et visent à interpeler les joueurs et joueuses.

Le piratage inattendu

Il s'agit de 4 écrans «choc» simulant un piratage et qui constituent un moment de bascule. Pour chaque jeu, l'écran choc montre un usage non autorisé et inattendu des données collectées. Cette intrusion vise à rendre tangibles les conséquences de l'usage des données personnelles qu'on a consenti à partager.

Nous utilisons les possibilités techniques réellement offertes à des applications sous couvert d'avoir besoin de certaines fonctionnalités, peuvent accéder à nos données sans nous prévenir.

Puisque nous avons choisi de sensibiliser par une expérience concrète et perturbante, il est indispensable que le jeu soit toujours

joué en compagnie de personnes référentes et qui peuvent commenter l'expérience simulée de piratage, car cela peut être inquiétant, mais aussi rassurer émotionnellement les joueurs et les joueuses sur le fait que leurs données ne sont pas réellement utilisées. Sans accompagnement, cela peut conduire à l'abandon du jeu, à la méfiance et au non-accès aux ressources, ce qui peut se révéler contreproductif. Par ailleurs, l'intérêt de l'usage de son propre téléphone au moment du jeu fait que la simulation du piratage est plus saillante et réaliste.

Notre idée est d'utiliser cette sensation de gêne à des fins de montée en compétence collective et de discussion sur ce qui se passe habituellement avec les applications déjà installées sur nos téléphones portables et qui transmettent déjà nombre de nos données.

Nous tenons à rassurer quant au fait que l'ensemble des données des téléphones utilisées ne quittent jamais le téléphone, mais simulent une fuite : les données ne sont donc pas réellement réutilisées de façon malveillante.

Les récompenses

Les récompenses sont des ressources pédagogiques transversales. Il y a 4 jeux, chacun comporte 3 niveaux. Chaque niveau débloqué permet de gagner une récompense :

- soit une infographie pour les deux premiers niveaux
- soit une vidéo pour le dernier niveau.

Quand au moins un niveau dans tous les mini jeux est débloqué, on gagne l'accès au CAT Scan. Il s'agit d'un outil d'audit des

applications présentes sur le téléphone, qui donne une note de type «Nutriscore» (de A, excellent, à E, très mauvais) à chaque application en fonction de son usage des données.

Quand l'ensemble des niveaux des minijeux ont été gagnés, une dernière vidéo récapitulative est débloquée.

On compte au total :

- 11 infographies (le niveau 2 de Gao l'archiviste contient 3 sous-infographies).
- 5 vidéos : une par jeu et une dernière qui récapitule l'ensemble de l'expérience
- 1 poster qui résulte de l'association de toutes les infographies
- Le CAT Scan : outil d'audit des applications sur téléphone portable.

Chaque minijeu exploite une permission du téléphone (accès aux photos, aux contacts, à la géolocalisation et à l'appareil photo).

- Les récompenses répondent toutes à une même progression allant des conséquences personnelles à une réflexion plus large.
- La première infographie de chaque niveau pose un niveau élémentaire de compréhension de ce que l'accès à la permission peut impliquer à titre individuel.
- La seconde infographie offre une lecture sociétale de ce que ces accès individuels permettent.
- La vidéo permet une lecture économique et démocratique de ce qui pose problème dans la captation des données.

Les ressources sont liées entre elles et il y a des redites entre les vidéos et les infographies, cela dans l'optique de mettre l'accent sur le message. Cela permet aux équipes enseignantes d'aborder la question de l'usage des téléphones portables sous les différentes dimensions imbriquées : les conséquences personnelles, sociétales et à une échelle citoyenne plus large (que ce soit économique, écologique, démocratique, etc.).

La plupart contiennent des encadrés «Catway ticket» qui sont des interpellations ou des commentaires du personnage de Gao le chat et visent à résumer l'esprit de l'infographie.

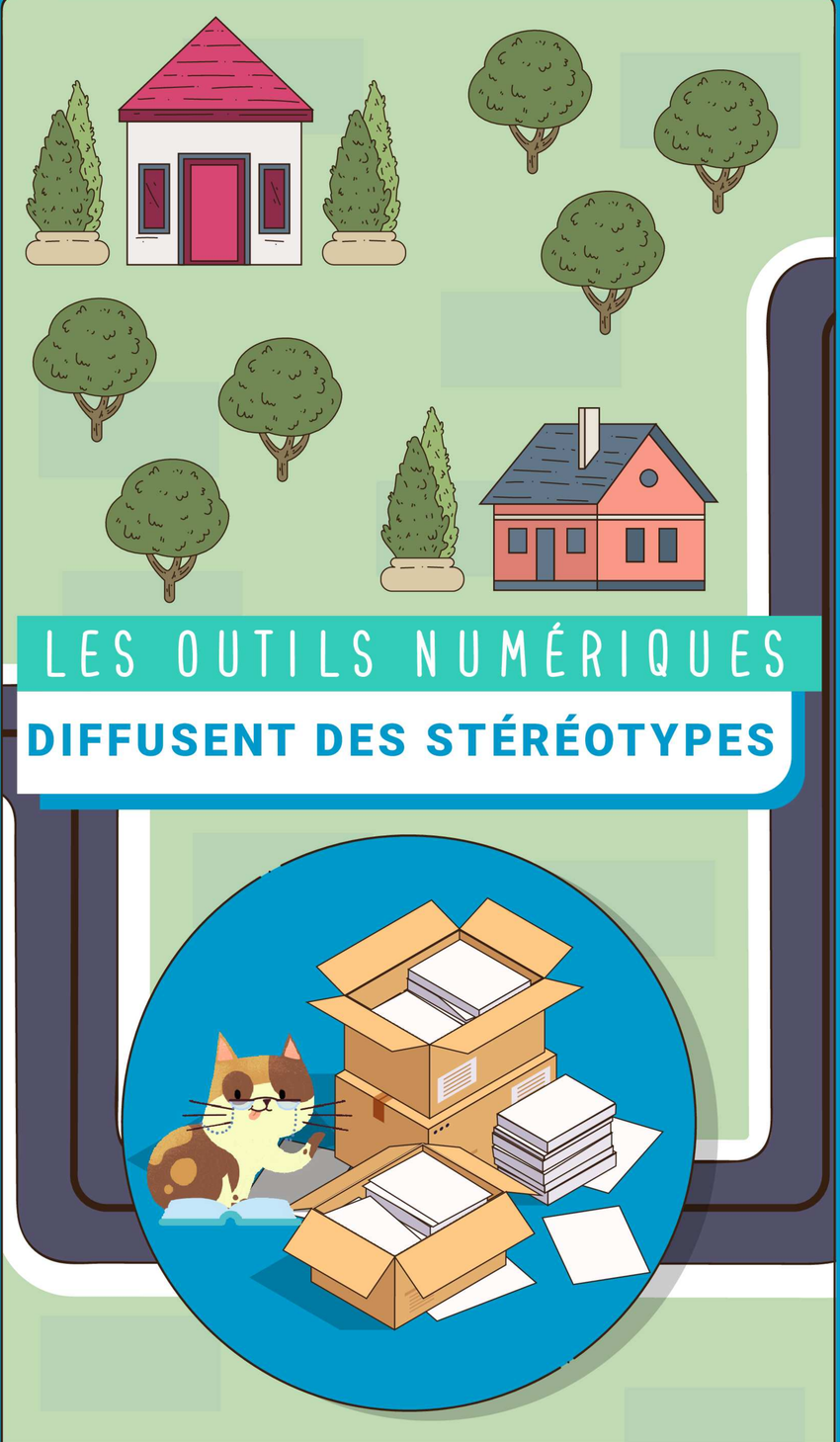
Tableau récapitulatif des récompenses par jeu et par niveau

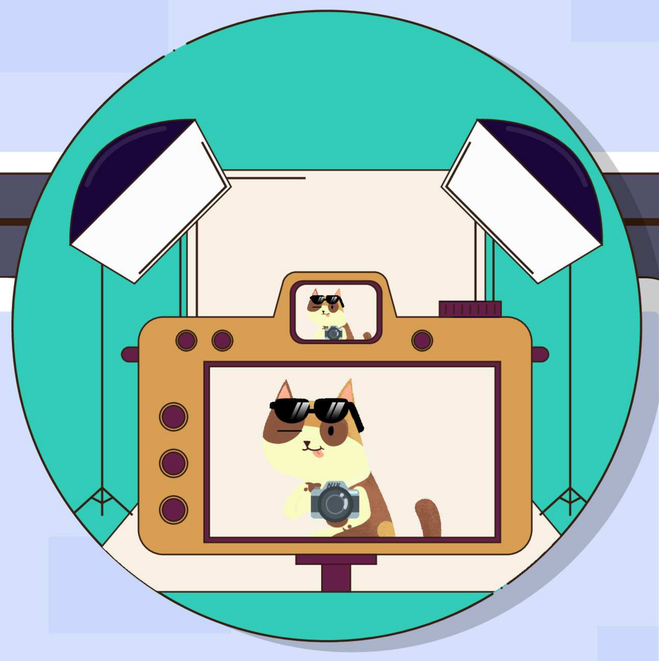
	Étoile1	Étoile 2	Étoile 3
Gao l'intrus	**Infographie 1 :** Qu'est-ce que mon réseau social?	**Infographie 2 :** Les outils numériques diffusent des stéréotypes 1	**Vidéo 1 :** «Qui sont les GAFAM et comment ils nous pistent?»
Gao le photographe	**Infographie 3 :** Addiction au smartphone?	**Infographie 4 :** L'IA (CHATGPT) ne peut être ni psy, ni meilleur·e ami·e, ni ton/ta partenaire 4	**Vidéo 2 :** «Dark patterns et enrichissement des GAFAM»
Gao l'archiviste	**Infographie 5 :** Qu'est-ce qu'on fait avec nos réseaux sociaux?	**Infographie 6 :** Le côté obscur des réseaux sociaux **Infographie 7 :** Tiktok **Infographie 8 :** Youtube **Infographie 9 :** Snapchat	**Vidéo 3 :** «Brainrot» et détox numérique
Gao le vagabond	**Infographie 10 :** Il y a des alternatives	**Infographie 11 :** Protégeons notre temps et notre concentration!	**Vidéo 4 :** On se met trop la pression sur les réseaux sociaux?
Quand tout le niveau 1 est débloqué	CAT Scan		
Quand tous les niveaux sont débloqués	**Vidéo 5 : Nous pouvons agir** Affiche complete de toutes les infographies		

¿QU'EST CE QUE MON RÉSEAU SOCIAL?

LES OUTILS NUMÉRIQUES

DIFFUSENT DES STÉRÉOTYPES



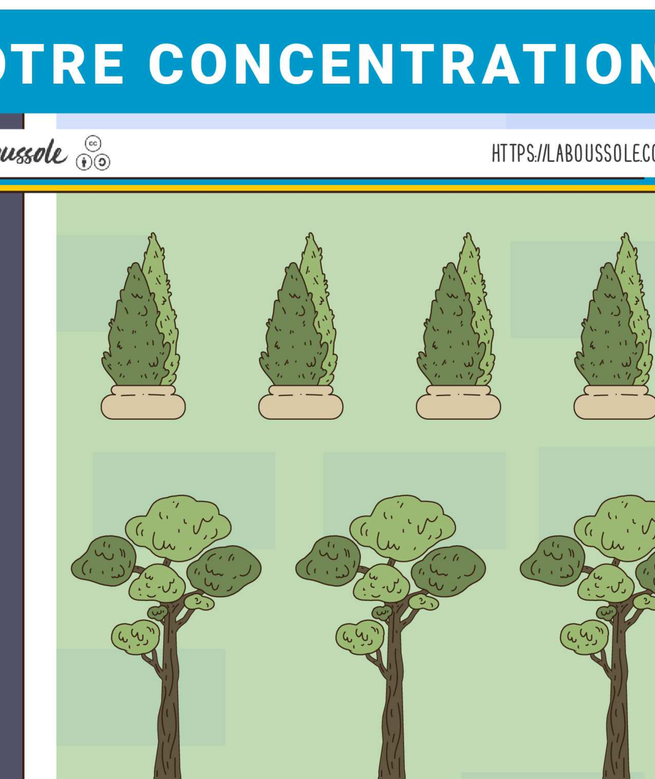


ADDICTION AU SMARTPHONE?

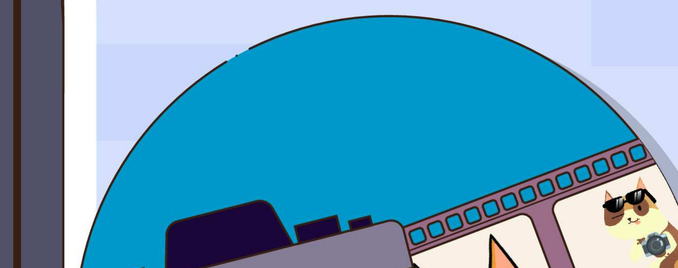
PROTÉGEONS NOTRE TEMPS ET NOTRE CONCENTRATION!

L'IA (CHATGPT) NE PEUT ÊTRE NI PSY, NI MEILLEUR·E AMI·E, NI TON/TA PARTENAIRE

IL Y A DES ALTERNATIVES!



LE CÔTÉ OBSCUR DES RÉSEAUX SOCIAUX



QU'EST-CE QU'ON FAIT AVEC NOS RÉSEAUX SOCIAUX?

Présentation individuelle des mini jeux

Gao l’intrus

Un faux contact est ajouté dans le carnet d’adresses du joueur ou de la joueuse qui doit le retrouver et le supprimer avant la fin du timing.

Écran-choc de Gao l’intrus

Un écran simule un appel non sollicité qu’on ne peut pas arrêter.

Thématiques

- Les réseaux sociaux et mon réseau social
- Les conséquences de l’accès à nos contacts
- Les stéréotypes sur les réseaux sociaux
- Comment nos imaginaires sont-ils façonnés par les réseaux sociaux?
- Qui sont les GAFAM, et comment fonctionne l’économie du numérique?

Infographie 1 «Qu'est-ce que mon réseau social?»

Distinguer le réseau social, c'est-à-dire les personnes qui nous entourent des plateformes numériques avec lesquelles nous communiquons.

Infographie 2 « Les outils numériques diffusent des stéréotypes »

Réfléchir à comment nos imaginaires peuvent ou pas être influencés par les images des réseaux sociaux et comment ils façonnent nos vies quotidiennes, nos habitudes. Cela permet de comprendre que les outils numériques (que l'on peut confondre avec son réseau social) façonnent nos relations et ne sont donc pas uniquement des outils à notre service. Nous avons mis l'accent sur une thématique transversale comme sont les représentations stéréotypées qui dévalorisent les femmes.

Vidéo 1 « Qui sont les GAFAM et comment ils nous pistent? »

Dans cette vidéo nous traitons le fait d'expliquer qui sont les GAFAM comment elles captent nos données. Nous entendons très souvent une phrase démobilisatrice qui est que si les GAFAM savent déjà tant sur nous, à quoi bon essayer des protéger nos données? D'ailleurs, aurions-nous quelque chose à cacher? En effet, il serait facile d'être découragés, car ces acteurs détiennent déjà beaucoup de nos données et il serait tentant de baisser les bras, mais si nous comprenons comment ils fonctionnent, nous saurons aussi que ce qui les nourrit et ce qui les fait avancer c'est

bien… nos données! Les GAFAM ne sont pas tout puissants, mais ils vivent et s’enrichissent grâce à nous.

Protéger nos données personnelles a des bénéfices individuels au niveau de notre santé physique et mentale, mais également de nos capacités de concentration et plus largement pour les sociétés dans lesquelles nous vivons.

Gao le photographe

Ici on demande de prendre une photographie contenant les couleurs demandées par le jeu.

Écran-choc de Gao le photographe

On autorise l'accès à la caméra et un selfie de nous est pris quand on joue, en nous indiquant qu'une photo a été prise de nous et que Gao la gardera dans sa collection.

Thématiques

- Comportements addictifs
- Usages de l'IA
- La captation notre l'attention avec les «dark patterns»
- Le circuit de la récompense et l'hormone de la dopamine
- La prolifération de contenus choquants sur les réseaux sociaux

Infographie 3 « Addiction au smartphone »

Cette infographie permet de comprendre de manière sommaire les mécanismes du plaisir dans le cerveau et comment celui-ci se retourne contre nous, pour enrichir des entreprises du numérique. Nous mettons ici l'accent sur les conséquences individuelles, mais il est évident que ce n'est qu'une des étapes pour comprendre un panorama plus large de cette question. Cette infographie est inspirée des études de Anna Lembke sur les effets de la dopamine sur le cerveau.

Infographie 4 « L'IA (CHATGPT) ne peut pas être ni psy, ni meilleure amie, ni ton/ta partenaire »

Pour parler d'intelligence artificielle, nous avons fait le choix d'évoque le nom le plus connu, CHATGPT.

Il est essentiel de comprendre que pour fonctionner, les IA ont besoin d'un volume immense de données pour nourrir leur modèle économique basé sur la pub, d'où un impact écologique énorme.

L'IA vise à collecter plus de données et elle est loin d'être parfaite. Les modèles de langage actuels ne comprennent pas véritablement le contenu des conversations; ils prédisent simplement des séquences de mots probables.

Cela signifie que des malentendus peuvent survenir, et les conseils prodigués par une IA peuvent manquer de nuances qui, ici, sont essentielles. L'IA, opérant sur les données antérieures, peut renforcer des biais ou proposer des solutions inadéquates pour des situations personnelles complexes que seul un véritable ami pourrait appréhender correctement. Nous devons donc rester vigilants et ne pas céder à une surestimation de ce que les technologies actuelles peuvent accomplir en termes d'empathie et d'intimité. Elles peuvent conduire à un isolement social, surtout pour des personnes en manque de soutien émotionnel. Il est intéressant de creuser sur l'impact environnemental accru (et impossible à calculer du fait de la non-transparence des entreprises de l'IA) sur leur cout environnemental.

Vidéo 2 : « Dark patterns et enrichissement des GAFAM »

Cette vidéo résume comment les GAFAM exploitent des vulnérabilités de notre cerveau pour nos rendre accro à leurs applications.

Gao l’archiviste

À partir d’une portion d’image extraite des photos, présente dans la galerie d’image du smartphone. Il faut retrouver l’image d’où elle est extraite.

Précaution d’usage : ce jeu implique d’accéder aux photos personnelles du propriétaire du smartphone. Il est donc conseillé d’y jouer à titre individuel uniquement (et non en groupe), ou en connaissance de cause.

Écran choc de Gao l’archiviste

Une photo prise aléatoirement semble avoir été volée et publiée sur un réseau social qui émule Instagram. Elle est publiée sans notre consentement. Est-ce que nous avons quelque chose à cacher quand nous souhaitons cultiver notre intimité?

Thématiques

- Quel est notre rapport avec nos réseaux sociaux?
- Addiction aux écrans et détox numérique
- «Brain rot» et effets négatifs sur notre capacité d’attention
- Le côté obscur et détail des dark pattern de YouTube, Snapchat et Tiktok
- Comment développer son esprit critique sur les réseaux?

Infographie 5 «Qu’est-ce qu’on fait avec nos réseaux sociaux?»

Cette infographie nous permet de faire le point sur l’usage des réseaux sociaux et d’organiser des discussions en sous-groupes ou collectives après un temps de réflexion. À la lumière de l’infographie sur la distinction de ce que sont les réseaux sociaux et mon réseau social, il est intéressant de réfléchir aux endroits où est visible la séparation entre les deux, par exemple : comment contacter mon réseau social sans passer par mes réseaux sociaux numériques?

Infographie 6 « Le côté obscur des réseaux sociaux »

Cette infographie contient trois sous-infographies qui détaillent les dark patterns de 3 réseaux sociaux, les plus utilisés par les tranches d’âges du collège et lycée.

Infographie 7 : « Tiktok »

Infographie 8 : « Youtube »

Infographie 9 : « Snapchat »

Nous vous recommandons vivement de consulter les excellentes vidéos de la série Dopamine disponibles dans les ressources.

Vidéo 3 « ‘Brainrot’ et détox numérique »

Chaque réseau, chaque application commerciale possède sa recette, son son dark pattern pour exploiter nos vulnérabilités pour s’enrichir à nos dépens en collectant nos données. Cela est possible, car elles lui permettent de peaufiner leur modèle de

prédiction de nos comportements et ensuite vendre ce modèle. Plus de publicité ciblée en elle-même, qui est la pointe visible de l'iceberg, les modèles de prédictions précis sont ceux qui apportent de la valeur aux entreprises. Ils peuvent identifier finement moments de réceptivité/vulnérabilité pour nous pousser à l'action et pour essayer d'optimiser le moment où leur message aura le plus grand impact sur nous. Nous faire passer du temps sur leurs applications passe aussi ce qu'on appelle «brain rot», mot de l'année 2024 en anglais, qui désigne la pourriture de notre cerveau à passer d'inlassables heures à regarder des vidéos ou contenus sans intérêt.

Gao le vagabond

La joueuse ou le joueur doit utiliser la géolocalisation pour se repérer sur la carte fictive.

Écran-choc de Gao le vagabond

Nous ouvrons une carte et un point rouge semble s'approcher de nous.

Thématiques

- Trouver les moyens d'agir et ne pas se démoraliser
- Comment se libérer de ses addictions numériques?
- Trouver des applis alternatives respectueuses de nos données
- Se protéger
- Ne pas subir la pression de se mettre en scène tout le temps

Infographie 10 « Il y a des alternatives »

Cette infographie permet de tracer une feuille de route sur des pratiques de détox numérique à mettre en place.

Infographie 11 « Protégons notre temps et notre concentration »

Cette infographie est comme une trousse des premiers secours pour avoir les bons réflexes de quoi protéger, car il faut comprendre qu'il ne s'agit pas uniquement des données, mais c'est aussi les

implications dans nos vies et dans notre santé. Nous pointons également les risques des usages de réseaux sociaux.

Cette infographie est assez souple pour organiser des discussions et des partages d'expériences.

Vidéo 4 : « On se met trop la pression sur les réseaux sociaux? »

Cette vidéo invite à réfléchir aux risques auxquels on peut faire face quand utilise les réseaux sociaux. Bien que tout le monde, adultes y compris, soit conscient que les réseaux sociaux sont une mise en scène, il sera intéressant d'ouvrir le dialogue sur cette mise en scène et de la distance qu'il est possible de prendrre.

Fin de jeu

Thématique

Réflexion générale sur l’usage du jeu, de la captation de données et proposer des moyens d’agir pour enclencher le plus petit pas possible.

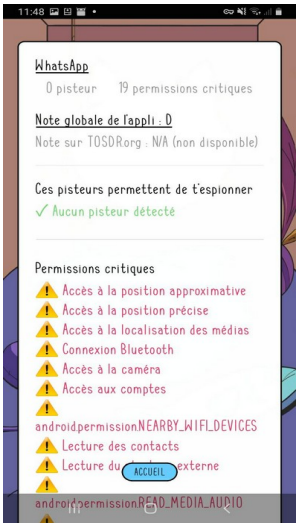
CAT scan

Cet outil est débloqué et apparait à l’écran en colorant la boite du chat dans l’écran d’accueil qui devient coloré et on peut désormais y accéder. Le CAT scan est un outil d’audit qui scanne les applications présentes sur le téléphone.

On se base sur un algorithme que nous avons créé en nous basant sur le travail de l’association Exodus privacy et le collectif de juristes Tosdr.

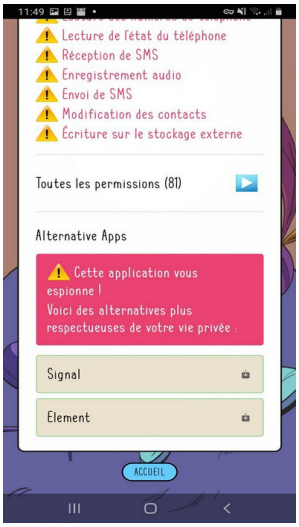
Cela nous permet de dire de manière simplifiée et précise quelles sont les permissions et les pisteurs inclus dans les applications de chaque téléphone portable en scannant les applications installées.

Le CAT Scan donne une note de type «Nutriscore» (de A, excellent, à E, très mauvais) à chaque application en fonction de son usage des données et de son caractère intrusif.



En sélectionnant une application, il est possible d'avoir plus de détails :

- ses pisteurs, c'est à dire du code informatique qui espionne votre comportement
- les permissions qui révèlent des données personnelles
- si elle existe, la note TOSDR qui analyse les conditions d'utilisation



Enfin, cet outil d'audit permet également de trouver des alternatives, soit en les proposant directement, soit en redirigeant vers des magasins libres et gratuits qui sont plus respectueux de vos données.

Vidéo 5 : « Nous pouvons agir »

Synthèse le l'ensemble de l'expérience du jeu et invitation conclusive à se délester de tout ce qui peut nous peser dans les usages.

Ressources et conseils pour le déroulé des séances

Les ressources sont disponibles dans l'outil bibliographique Zotero organisées par jeu, mais elles sont valables pour l'ensemble des séances en fonction des thématiques que vous souhaitez traiter.

Vous pouvez les consulter ici :
https://www.zotero.org/groups/6562633/gaoblazelite/library

Nous avons proposé différentes séances tests en classe et avons tiré plusieurs enseignements que voici.

Installation et jeu sur Android

Nous conseillons de vous renseigner sur le type de smartphone que possèdent vos élèves, car le jeu ne fonctionne pour la version actuelle que sur Android. Cela permettra à celles et ceux qui le peuvent de venir avec un téléphone sous Android.

Nous conseillons aussi de demander de réaliser l'installation au préalable à la maison, car souvent les téléphones peuvent avoir des paramétrages de contrôle parental qui empêchent l'installation en cours.

Pour réaliser l'installation, il suffira de fournir le QR code du jeu et d'autoriser l'installation de sources inconnues. Il est disponible sur le site du jeu https://lite.gaoandblaze.org/ et sur la Forge des Communs https://forge.apps.education.fr/gaoblazelite/appligaoblazelite.

Déroulé

Nous vous suggérons de ne pas annoncer les écrans chocs, mais simplement que vous allez proposer un jeu vidéo sur la protection des données personnelles.

Au fil de nos séances de test, c'est le principe «contextualisation – jeu – recontextualisation» qui semblait le plus satisfaisant aux enseignantes et enseignants qui ont participé aux tests. Il s'agit donc d'évoquer la question de la protection des données et de l'attention avec les élèves, puis de leur proposer l'expérience de jeu, puis d'ouvrir sur un débat collectif.

Nous déconseillons de faire du jeu libre ou de laisser le libre choix du jeu, car la séance perd en structure et il est impossible d'avoir un dialogue collectif.

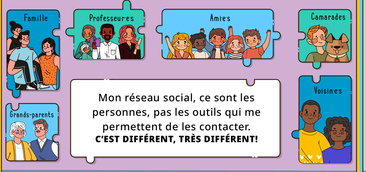
Nous avons également noté qu'il est possible de travailler maximum sur 2 ressources par séance pour un rythme soutenu et maintenir l'attention du groupe.

Infographies en annexe :

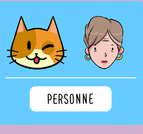
Poster géant

Infographies individuelles

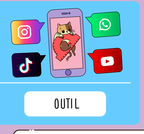
QU'EST CE QUE MON RÉSEAU SOCIAL?



Mon réseau social, ce sont les personnes, pas les outils qui me permettent de les contacter.
C'EST DIFFÉRENT, TRÈS DIFFÉRENT!



PERSONNE



OUTIL

Les entreprises qui nous **« offrent »** des outils le font pour connaitre notre réseau social et mieux nous connaitre.

- À quelle heure on allume ou éteint notre téléphone?
- Avec qui on parle?
- À quelle fréquence?

LES OUTILS NUMÉRIQUES DIFFUSENT DES STÉRÉOTYPES

Sur **YouTube,** juste **8%** de 100 premiers contenus mis en avant sont produits par des femmes.

Sur **TikTok,** juste **11%** de 100 premiers contenus mis en avant sont produits par des femmes.

68% de contenus les plus vus diffusent des stéréotypes de genre.

ADDICTION AU SMARTPHONE?

Lorsqu'on utilise notre smartphone, on se sent captivé·e. D'où vient cette sensation ?

Les entreprises qui possèdent les applis nous créent de nouvelles habitudes qui finissent par devenir des addictions pour s'enrichir.

Qu'est ce que l'hormone de la dopamine nous fait quand on utilise notre smartphone ?

- Besoin compulsif de le consulter
- Diminution de la capacité de concentration
- Détérioration du lien avec les autres
- Surstimulation→problèmes de mémoire
- Fatigue : augmente l'anxiété

LEMBKE, ANNA. GÉNÉRATION DOPAMINE. COMMENT TROUVER L'ÉQUILIBRE À L'ÈRE DU PLAISIR DÉBRIDÉ ? BOOKSMOUVEMENT, 2025.

PROTÉGEONS NOTRE TEMPS ET NOTRE CONCENTRATION!

VOL D'IDENTITÉ
Tape régulièrement ton nom sur Internet pour vérifier que personne ne l'a usurpé, et signale-le si c'est le cas.

ARNAQUES
Méfie-toi des messages annonçant un cadeau ou de l'argent ; vérifie l'authenticité du compte et les conditions du jeu.

PIRATERIE
Protège tes données confidentielles et ne les publie pas sur les réseaux sociaux.

ATTEINTE À LA DIGNITÉ
Sois vigilant·e à tout ce que tu publies ; rien ne disparait jamais vraiment.

DIFFUSION D'INFORMATIONS FAUSSES
Vérifie que les sources sont fiables et confirme toujours une info avec d'autres médias.

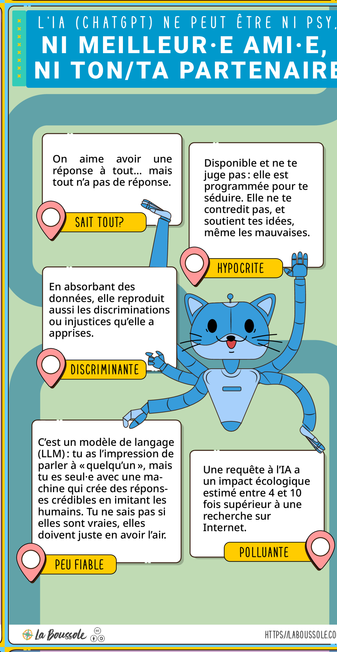
CYBERHARCÈLEMENT
Ne t'isole pas, parles en autour de toi et signale-le.

DÉFIS VIRAUX
Ne reproduis pas de défis pouvant mettre ta vie ou ta santé en danger.

DOMMAGES À LA SANTÉ PHYSIQUE
Pratique une activité sportive, ne te limite pas aux activités en ligne.

DOMMAGES À LA SANTÉ MENTALE
Souviens-toi que les réseaux sociaux ne reflètent pas la réalité ; prends du recul quand il le faut.

L'IA (CHATGPT) NE PEUT ÊTRE NI PSY, NI MEILLEUR·E AMI·E, NI TON/TA PARTENAIRE



SAIT TOUT?
On aime avoir une réponse à tout… mais tout n'a pas de réponse.

HYPOCRITE
Disponible et ne te juge pas : elle est programmée pour te séduire. Elle ne te contredit pas, et soutient tes idées, même les mauvaises.

DISCRIMINANTE
En absorbant des données, elle reproduit aussi les discriminations ou injustices qu'elle a apprises.

PEU FIABLE
C'est un modèle de langage (LLM) : tu as l'impression de parler à « quelqu'un », mais tu es seul·e avec une machine qui crée des réponses crédibles en imitant les humains. Tu ne sais pas si elles sont vraies, elles doivent juste en avoir l'air.

POLLUANTE
Une requête à l'IA a un impact écologique estimé entre 4 et 10 fois supérieur à une recherche sur Internet.

IL Y A DES ALTERNATIVES!

JE VEUX FAIRE UNE DÉTOX NUMÉRIQUE

JE VEUX ÊTRE LIBRE DE MES ADDICTIONS

- Utilise une appli pour limiter ou bloquer ton usage des réseaux sociaux.
- Coupe les notifications de ton smartphone .
- Arrête d'utiliser certaines applis, ou même ton smartphone.

JE VEUX DES APPLIS QUI ME RESPECTENT

- Utilise le **CAT Scan** du jeu pour savoir si tes applis volent tes données! Il propose aussi des alternatives.
- Trouve des applis libres et plus respectueuses via **F-Droid** plutôt que Google Play.
- N'accepte pas les applis qui demandent des permissions sans raison.

LE CÔTÉ OBSCUR DES RÉSEAUX SOCIAUX

Les **« dark patterns »** nous manipulent grâce à leur design trompeur qui nous pousse à agir d'une certaine manière.

Ils compliquent les actions que nous voulons réellement faire et nous incitent à en faire d'autres. Chaque outil numérique possède sa « potion secrète » pour nous créer une addiction et augmenter notre temps d'utilisation pour collecter toujours plus nos données.

QU'EST-CE QU'ON FAIT AVEC NOS RÉSEAUX SOCIAUX ?

QU'EST-CE QUE JE FAIS QUAND JE SUIS SUR LES RÉSEAUX?

- Ai-je déjà eu mal aux yeux, à la tête ou à la main à force d'utiliser trop mon smartphone?
- Ai-je déjà eu envie d'acheter quelque chose après avoir vu une publicité ?

MON SMARTPHONE M'AIDE-T-IL À ACCOMPLIR CE QUE JE VEUX FAIRE DANS LA JOURNÉE?

- Ai-je parfois l'impression d'avoir perdu du temps ?
- Comment je me sens quand j'utilise beaucoup les réseaux sociaux ?

INTÉRESSANT OU PAS?

- Sur mes réseaux, qu'est ce qui m'intéresse réellement et qu'est ce qui ne m'intéresse pas vraiment?
- Puis je le trouver ailleurs ou autrement ?

TIKTOK

LE CONCEPT:

- Application « simple »
- Sans barrière linguistique : tu peux consommer des mini vidéos sans effort

LE CÔTÉ CACHÉ:

- ☑ T'incite à imiter les autres via le mécanisme des « neurones miroirs». Ex : voir quelqu'un bâiller nous fait bâiller.
- ☑ Le mouvement attire l'attention du cerveau, programmé pour capter tout ce qui bouge, surtout les corps humains.
- ☑ Il y a beaucoup de vidéos de danse avec des musiques accrocheuses. Les musiques accrocheuses exploitent le mécanisme d'« exposition simple » de Robert Zajonc. Plus on répète quelque chose qu'on aime, plus on libère de dopamine qui rend accro.

YOUTUBE

LE CONCEPT:

- Voir et publier toutes sortes de vidéos.

LE CÔTÉ CACHÉ:

- ☑ L'autoplay pousse au binge watching grâce à l'effet Zeigarnik : arrêter la vidéo devient plus difficile que de la regarder passivement.
- ☑ On nous propose automatiquement des vidéos percutantes et mystérieuses, pour capter notre attention et prolonger le temps passé.
- ☑ On nous crée une « chambre d'écho » (John Scruggs) : on renforce nos croyances en nous disant ce qu'on veut entendre avec des vidéos similaires.
- ☑ Ensuite, on y rajoute de nouveaux messages qu'on croira plus facilement car on sera en confiance.

SNAPCHAT

LE CONCEPT:

- Partager photos/vidéos éphémères sans filtres ni réflexion.

LE CÔTÉ CACHÉ:

- ☑ Envoyer un snap, c'est comme un « cadeau » qu'il faut rendre, selon la théorie du don et du contre don de Marcel Mauss.
- ☑ Les streaks (jours consécutifs de partage) exploitent notre aversion à la perte : on ne veut pas perdre notre flamme alors on se force à la maintenir.
- ☑ L'absence de likes réduit la pression, tu te sens plus à l'aise de poster.
- ☑ L'effet IKEA : plus tu passes de temps à monter un meuble, plus il te plaît. Plus tu entretiens ta flamme de streaks, plus tu y feras attention.

QU'EST CE QUE MON RÉSEAU SOCIAL?

Famille

Professeur·e·s

Ami·e·s

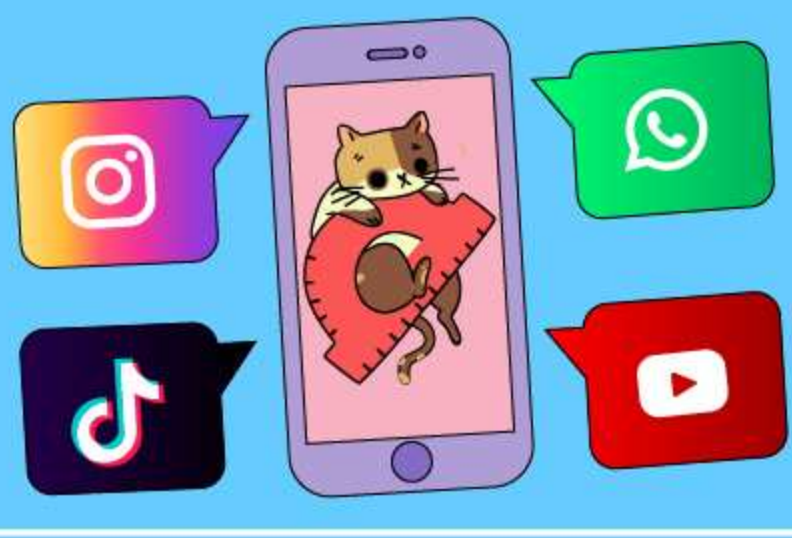
Camarades

Grands-parents

Mon réseau social, ce sont les personnes, pas les outils qui me permettent de les contacter.
C'EST DIFFÉRENT, TRÈS DIFFÉRENT!

Voisin·e·s

PERSONNE



OUTIL

Les entreprises qui nous **« offrent »** des outils le font pour connaitre notre réseau social et mieux nous connaitre.

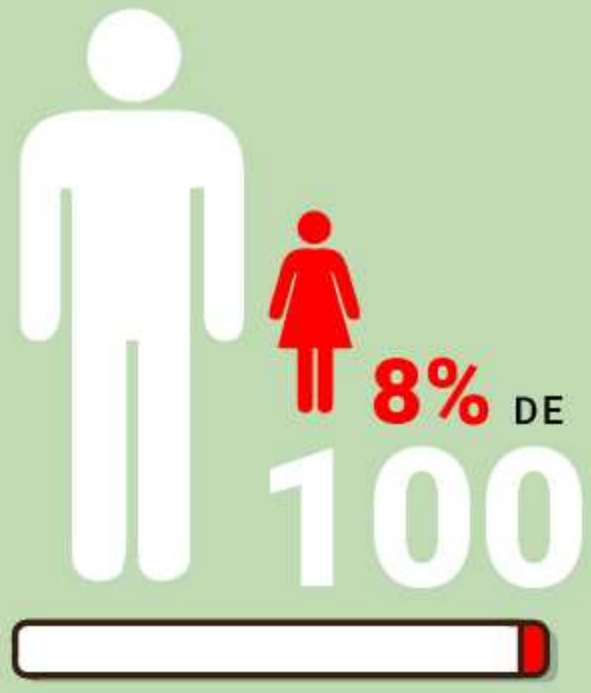
- À quelle heure on allume ou éteint notre téléphone ?
- Avec qui on parle ?
- À quelle fréquence ?

CAT-WAY TICKET

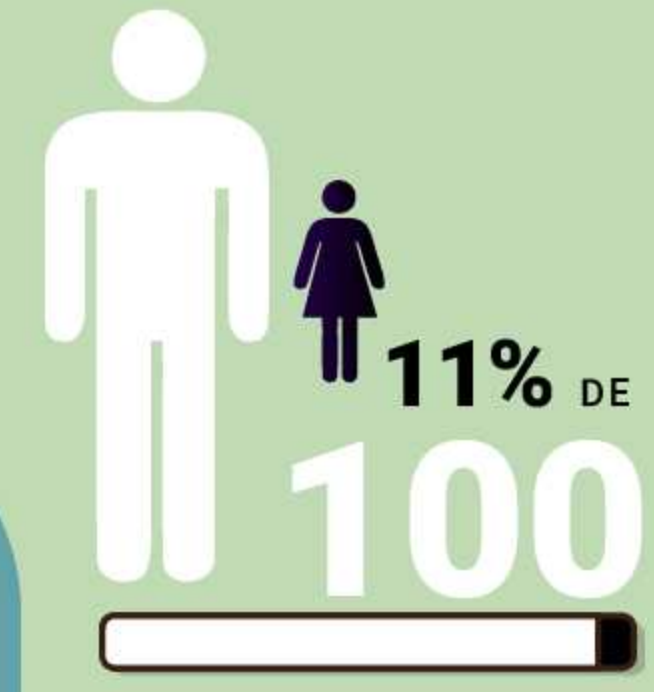
ILS NE NOUS OFFRENT PAS CES OUTILS PAR AMOUR DES CHATONS, ILS ONT UN PLAN !

LES OUTILS NUMÉRIQUES

DIFFUSENT DES STÉRÉOTYPES



Sur **YouTube,** juste **8%** de 100 premiers contenus mis en avant sont produits par des femmes.



Sur **TikTok,** juste **11%** de 100 premiers contenus mis en avant sont produits par des femmes.

2025 CreativePlanPark

68% de contenus les plus vus diffusent des stéréotypes de genre.

- ✓ AVEC FAMILLE
- ✓ RÔLE DE MAMAN
- X PAS AU TRAVAIL
- X PAS EN PUBLIC

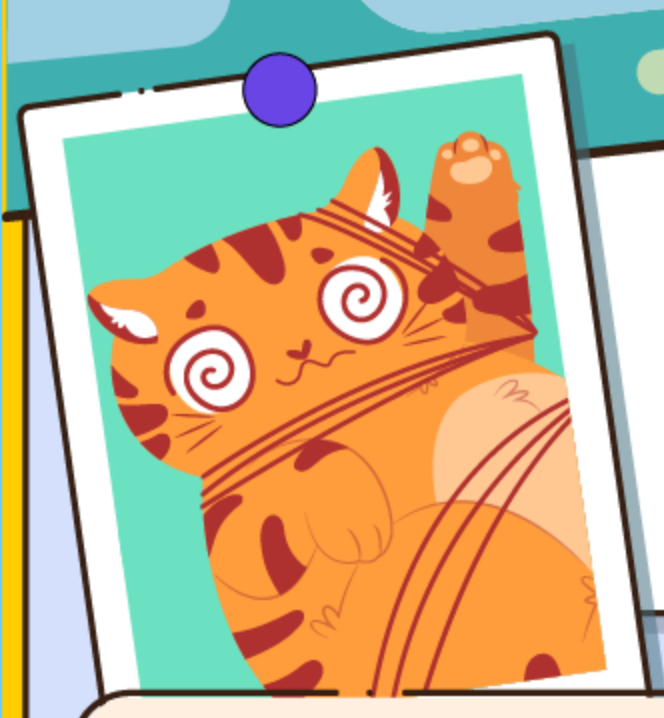
- X SANS FAMILLE
- ✓ VIRILES ET DRÔLES
- ✓ AU TRAVAIL
- ✓ EN PUBLIC

CAT-WAY TICKET

ESSAYONS DE METTRE EN AVANT LES GENS DANS DES RÔLES NON STÉRÉOTYPÉS!

ADDICTION AU SMARTPHONE?

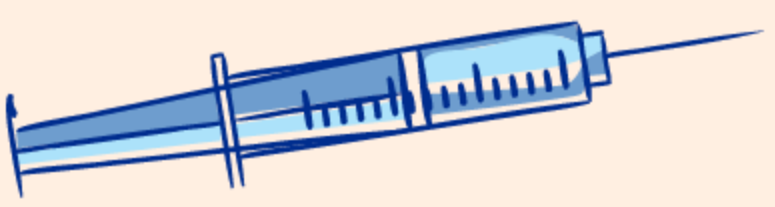
Lorsqu'on utilise notre smartphone, on se sent captivé·e. D'où vient cette sensation ?



Les entreprises qui possèdent les applis nous créent de nouvelles habitudes qui finissent par devenir des addictions pour s'enrichir.

Qu'est ce que l'hormone de la dopamine nous fait quand on utilise notre smartphone ?

- Besoin compulsif de le consulter
- Diminution de la capacité de concentration
- Détérioration du lien avec les autres
- Surstimulation→problèmes de mémoire
- Fatigue : augmente l'anxiété



CAT-WAY TICKET

QU'ON PUBLIE OU PAS, ON CONSULTE TOUJOURS NOS NOTIFICATIONS ET ON SURSTIMULE NOTRE CERVEAU.

LEMBKE, ANNA. GÉNÉRATION DOPAMINE: COMMENT TROUVER L'ÉQUILIBRE À L'ÈRE DU PLAISIR DÉBRIDÉ ? BOOKS4POCKET, 2025.

L'IA (CHATGPT) NE PEUT ÊTRE NI PSY,

NI MEILLEUR·E AMI·E, NI TON/TA PARTENAIRE

On aime avoir une réponse à tout… mais tout n'a pas de réponse.

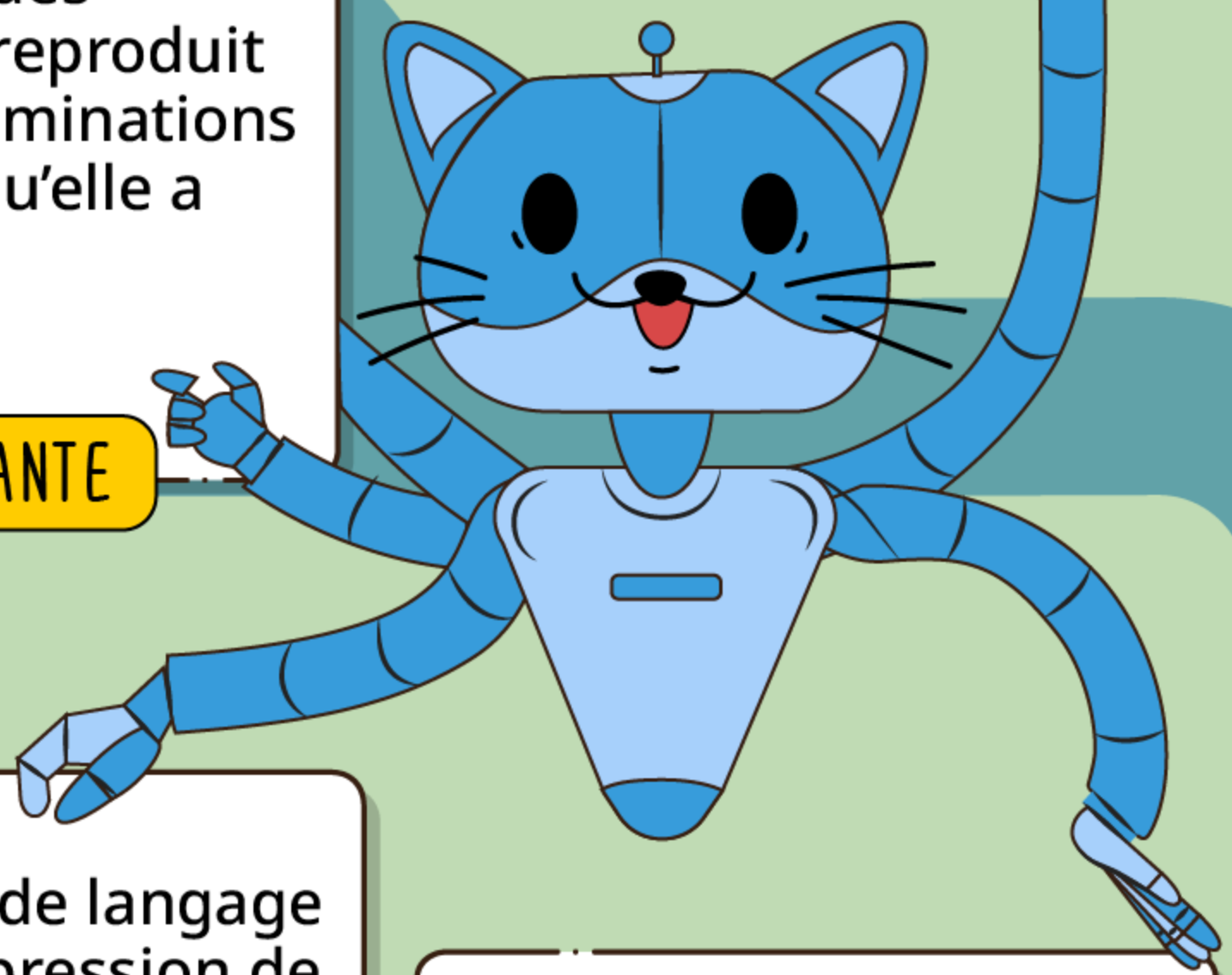
SAIT TOUT?

Disponible et ne te juge pas : elle est programmée pour te séduire. Elle ne te contredit pas, et soutient tes idées, même les mauvaises.

HYPOCRITE

En absorbant des données, elle reproduit aussi les discriminations ou injustices qu'elle a apprises.

DISCRIMINANTE



C'est un modèle de langage (LLM) : tu as l'impression de parler à « quelqu'un », mais tu es seul·e avec une machine qui crée des réponses crédibles en imitant les humains. Tu ne sais pas si elles sont vraies, elles doivent juste en avoir l'air.

PEU FIABLE

Une requête à l'IA a un impact écologique estimé entre 4 et 10 fois supérieur à une recherche sur Internet.

POLLUANTE

QU'EST-CE QU'ON FAIT AVEC NOS

RÉSEAUX SOCIAUX ?

QU'EST-CE QUE JE FAIS QUAND JE SUIS SUR LES RÉSEAUX?

- Ai-je déjà eu mal aux yeux, à la tête ou à la main à force d'utiliser trop mon smartphone?
- Ai-je déjà eu envie d'achet-er quelque chose après avoir vu une publicité ?

MON SMARTPHONE M'AIDE-T-IL À ACCOMPLIR CE QUE JE VEUX FAIRE DANS LA JOURNÉE?

- Ai-je parfois l'impression d'avoir perdu du temps ?
- Comment je me sens quand j'utilise beaucoup les réseaux sociaux ?

INTÉRESSANT OU PAS?

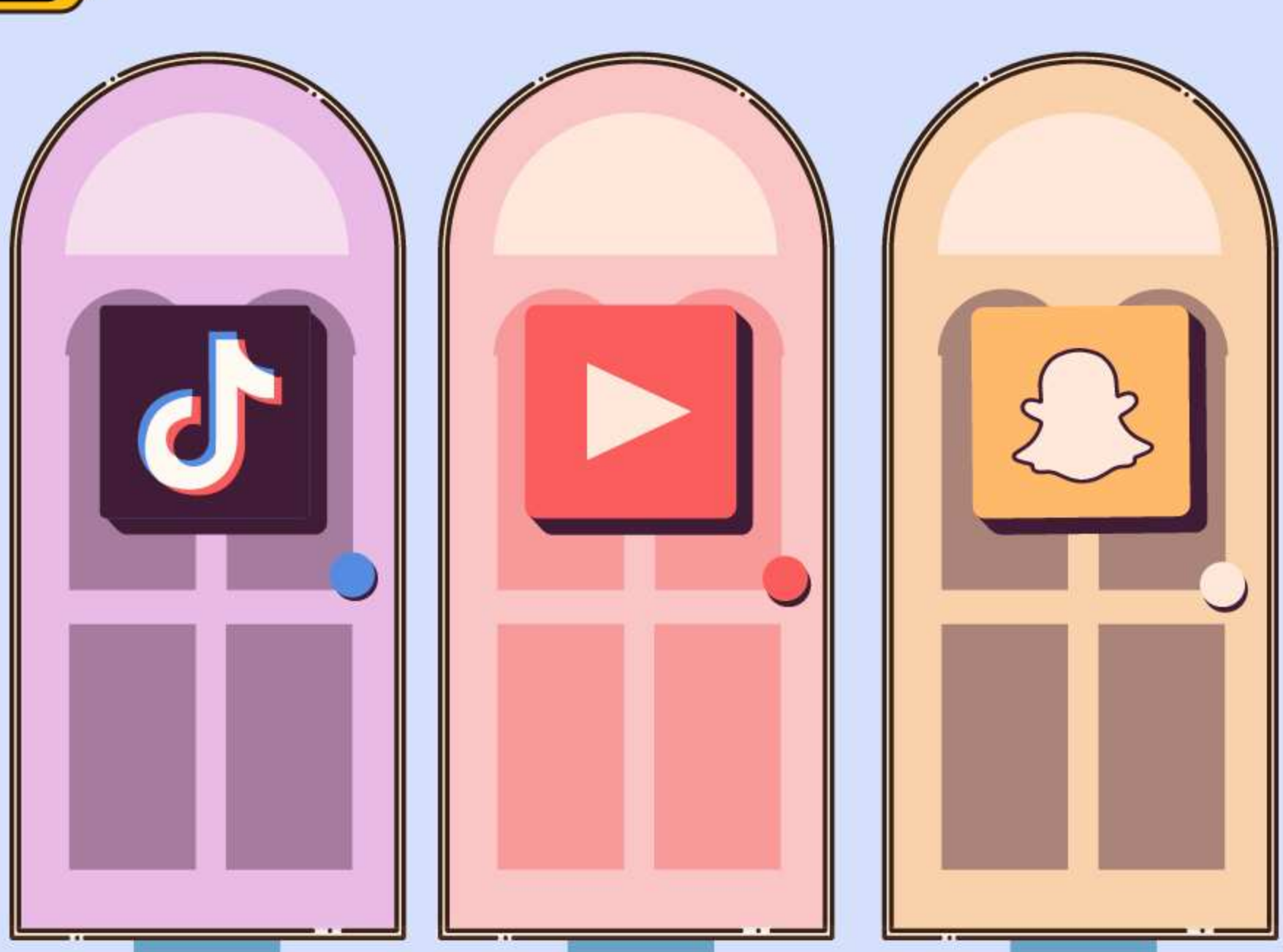
- Sur mes réseaux, qu'est ce qui m'intéresse réellement et qu'est ce qui ne m'intéresse pas vraiment?
- Puis je le trouver ailleurs ou autrement ?

LE CÔTÉ OBSCUR DES

RÉSEAUX SOCIAUX

Les **« dark patterns »** nous manipulent grâce à leur design trompeur qui nous pousse à agir d'une certaine manière.

Ils compliquent les actions que nous voulons réellement faire et nous incitent à en faire d'autres. Chaque outil numérique possède sa « potion secrète » pour nous créer une addiction et augmenter notre temps d'utilisation pour collecter toujours plus nos données.



TIKTOK

LE CONCEPT:

- Application « simple »
- Sans barrière linguistique : tu peux consommer des mini vidéos sans effort

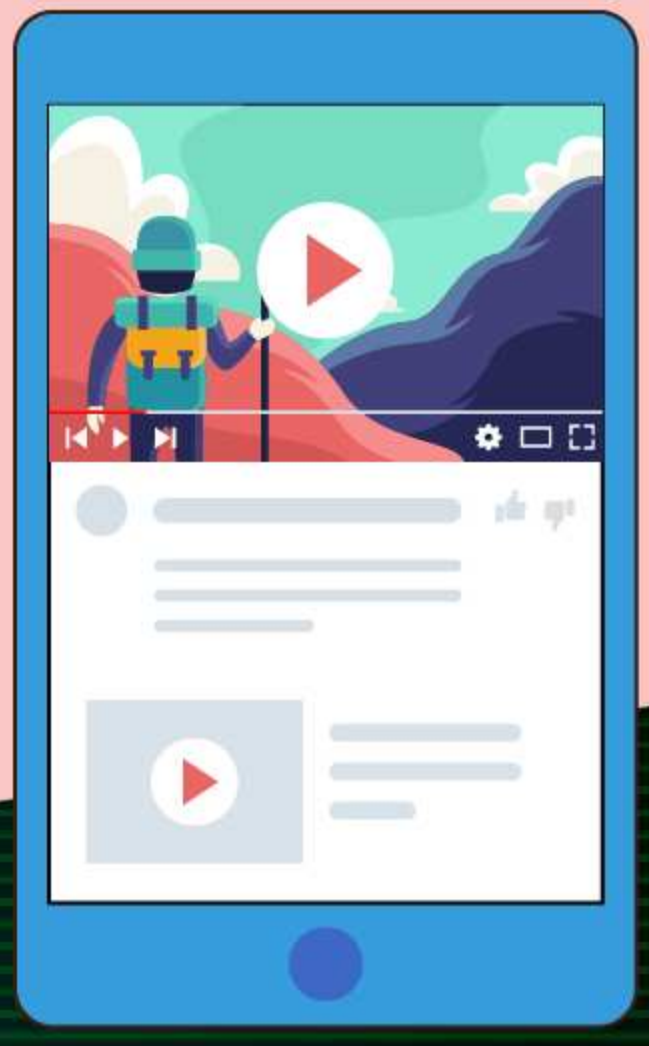
LE CÔTÉ CACHÉ:

- ☑ T'incite à imiter les autres via le mécanisme des «neurones miroirs». Ex : voir quelqu'un bâiller nous fait bâiller.
- ☑ Le mouvement attire l'attention du cerveau, programmé pour capter tout ce qui bouge, surtout les corps humains.
- ☑ Il y a beaucoup de vidéos de danse avec des musiques accrocheuses. Les musiques accrocheuses exploitent le mécanisme d'« exposition simple » de Robert Zajonc. Plus on répète quelque chose qu'on aime, plus on libère de dopamine qui rend accro.

YOUTUBE

LE CONCEPT:

- Voir et publier toutes sortes de vidéos.



LE CÔTÉ CACHÉ:

- ☑ L'autoplay pousse au binge watching grâce à l'effet Zeigarnik : arrêter la vidéo devient plus difficile que de la regarder passivement.

- ☑ On nous propose automatiquement des vidéos percutantes et mystérieuses, pour capter notre attention et prolonger le temps passé.

- ☑ On nous crée une « chambre d'écho » (John Scruggs) : on renforce nos croyances en nous disant ce qu'on veut entendre avec des vidéos similaires.

- ☑ Ensuite, on y rajoute de nouveaux messages qu'on croira plus facilement car on sera en confiance.

SNAPCHAT

LE CONCEPT:

- Partager photos/vidéos éphémères sans filtres ni réflexion.

LE CÔTÉ CACHÉ:

- [x] Envoyer un snap, c'est comme un « cadeau » qu'il faut rendre, selon la théorie du don et du contre don de Marcel Mauss.

- [x] Les streaks (jours consécutifs de partage) exploitent notre aversion à la perte : on ne veut pas perdre notre flamme alors on se force à la maintenir.

- [x] L'absence de likes réduit la pression, tu te sens plus à l'aise de poster.

- [x] L'effet IKEA : plus tu passes de temps à monter un meuble, plus il te plaît. Plus tu entretiens ta flamme de streaks, plus tu y feras attention.

IL Y A DES ALTERNATIVES!

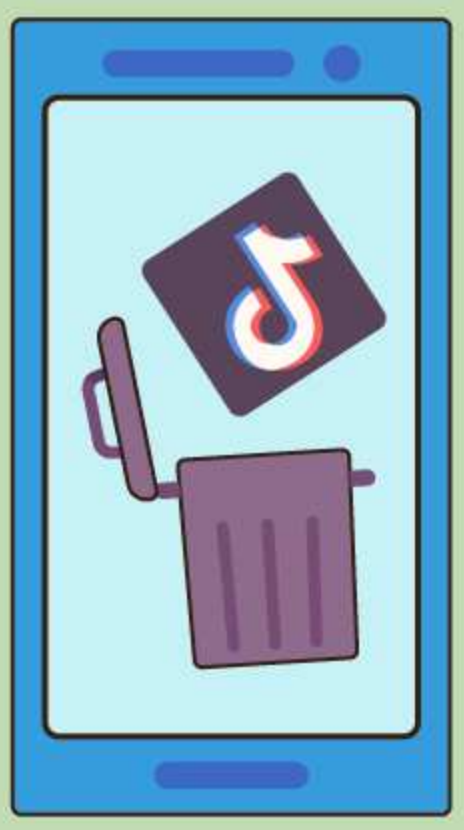
JE VEUX FAIRE UNE DÉTOX NUMÉRIQUE

JE VEUX ÊTRE LIBRE DE MES ADDICTIONS

Utilise une appli pour limiter ou bloquer ton usage des réseaux sociaux.

Coupe les notifications de ton smartphone .

Arrête d'utiliser certaines applis, ou même ton smartphone.



JE VEUX DES APPLIS QUI ME RESPECTENT

Utilise le **CAT Scan** du jeu pour savoir si tes applis volent tes données ! Il propose aussi des alternatives.

Trouve des applis libres et plus respectueuses via **F-Droid** plutôt que Google Play.

N'accepte pas les applis qui demandent des permissions sans raison.

CAT-WAY TICKET

TU TROUVERAS PLUS DE RESSOURCES SUR GAOANDBLAZE.ORG!

PROTÉGEONS NOTRE TEMPS ET NOTRE CONCENTRATION!

CAT-WAY TICKET

NOTRE MAISON A DES RIDEAUX ET DES PORTES QUI FERMENT À CLÉ. ET NOTRE VIE EN LIGNE, COMMENT LA PROTÉGER?

VOL D'IDENTITÉ

Tape régulièrement ton nom sur Internet pour vérifier que personne ne l'a usurpé, et signale-le si c'est le cas.

ARNAQUES

Méfie-toi des messages annonçant un cadeau ou de l'argent ; vérifie l'authenticité du compte et les conditions du jeu.

PIRATERIE

Protège tes données confidentielles et ne les publie pas sur les réseaux sociaux.

ATTEINTE À LA DIGNITÉ

Sois vigilant·e à tout ce que tu publies ; rien ne disparait jamais vraiment.

DIFFUSION D'INFORMATIONS FAUSSES

Vérifie que les sources sont fiables et confirme toujours une info avec d'autres médias.

CYBERHARCÈLEMENT

Ne t'isole pas, parles en autour de toi et signale-le.

DÉFIS VIRAUX

Ne reproduis pas de défis pouvant mettre ta vie ou ta santé en danger.

DOMMAGES À LA SANTÉ PHYSIQUE

Pratique une activité sportive, ne te limite pas aux activités en ligne.

DOMMAGES À LA SANTÉ MENTALE

Souviens-toi que les réseaux sociaux ne reflètent pas la réalité ; prends du recul quand il le faut.