

2.3- En matière de santé mentale, notamment de dépression et d'anxiété, l'utilisation des réseaux sociaux semble être un facteur de risque lorsqu'il y a une vulnérabilité préexistante.

La question de la santé mentale des jeunes constitue une préoccupation croissante depuis le sortir de la crise Covid, avec des indicateurs qui ont globalement évolué défavorablement, notamment chez les jeunes filles.

L'adolescence, en particulier, constitue une période durant laquelle les jeunes sont confrontés à de nombreux changements, pressions et défis, susceptibles de les rendre plus vulnérables sur le plan de la santé mentale. C'est à cette période que peuvent apparaître les premières manifestations de l'anxiété, de la dépression ou des conduites suicidaires.

Santé publique France a alerté les pouvoirs publics sur le fait que la santé mentale des jeunes reste dégradée en France en 2023, une tendance constante depuis septembre 2020. Cette dégradation concerne plus particulièrement les adolescents (11-17 ans) et les jeunes adultes (18-24 ans). Ainsi :

- les recours aux soins d'urgence pour troubles de l'humeur, idées et gestes suicidaires ont fortement augmenté en 2021 puis 2022, pour rester depuis à un niveau élevé. Chez les jeunes de 18-24 ans, la hausse s'est même poursuivie de façon marquée en 2023 ;
- les 18-24 ans étaient 20,8 % à être concernés par la dépression en 2021, contre 11,7 % en 2017 ;
- parmi les jeunes de 17 ans, 9,5 % étaient concernés par des symptômes anxio-dépressifs sévères en 2022 contre 4,5 % en 2017 et 18 % ont eu des pensées suicidaires dans l'année contre 11 % en 2017.

Santé publique France a en outre publié en avril 2024 les résultats sur la santé mentale de l'enquête nationale en collèges et en lycées chez les adolescents (EnCLASS). L'étude, conduite à partir de données recueillies en 2022 auprès de 9 337 élèves du secondaire en France hexagonale, montre que les collégiens et lycéens ont connu une nette dégradation de leur santé mentale entre 2018 et 2022. Cette dégradation est plus marquée chez les jeunes filles, et creuse l'écart garçons-filles qui était déjà observé jusqu'alors. En particulier :

- si la grande majorité des élèves interrogés expriment une satisfaction vis-à-vis de leur vie actuelle et se perçoivent en bonne santé, seule la moitié présente un bon niveau de bien-être mental. On observe une part non négligeable de jeunes présentant un risque de dépression et déclarant un sentiment de solitude, des plaintes psychologiques et/ou somatiques ou des pensées suicidaires ;
- environ un quart des élèves interrogés ont éprouvé un sentiment de solitude au cours des 12 derniers mois ; ce sentiment étant davantage présent chez les lycéens que chez les collégiens (27 % vs. 21 %) ;
- plus de la moitié des jeunes interrogés (51 % des collégiens et 58 % des lycéens) formulent des plaintes psychologiques ou somatiques récurrentes (c'est-à-dire au moins deux plaintes plus d'une fois par semaine durant les six derniers mois). Les plaintes les plus fréquemment rapportées sont la difficulté à s'endormir, la nervosité, l'irritabilité et le mal de dos ;

- 14 % des collégiens et 15 % des lycéens présentent un risque important de dépression². Le fait de manquer d'énergie, de se sentir découragé et d'avoir du mal à réfléchir sont les trois principaux symptômes dépressifs déclarés par les adolescents ;
- les comportements suicidaires ont également été mesurés, mais uniquement parmi les lycéens. Un quart d'entre eux (24 %) a déclaré avoir eu des pensées suicidaires au cours des 12 derniers mois. Les filles sont nettement plus concernées que les garçons (31 % contre 17 %), et ce quelle que soit la classe. Environ un lycéen sur dix a déclaré avoir fait une tentative de suicide au cours de sa vie.

*

Face à ces alertes, qui ne sont pas propres à la France, la question de la responsabilité des écrans, et en particulier des réseaux sociaux, a fortement émergé dans le débat public.

Concernant les écrans, et les téléphones portables plus spécifiquement, certains jeunes, comme le reste de la population en général, peuvent souffrir de « nomophobie », c'est-à-dire vivre comme une perspective effrayante le fait d'être séparés de leur téléphone, de ne pas être joignables ou d'être privés de connexion Internet. La prévalence de cette phobie est extrêmement variable, car difficile à définir et donc à estimer. D'après les éléments dont a pu disposer la Commission, elle varierait de 6 % à 73 % de la population étudiée selon les enquêtes.

Les écrans peuvent aussi parfois être associés à des comportements d'enfermement, de coupure vis-à-vis du réel. Les exemples de jeunes préférant la « vie virtuelle » de leur avatar sur Internet ou dans un jeu vidéo plutôt que leur vie réelle ont ainsi été rapportés.

Mais l'essentiel de l'attention se concentre sur les réseaux sociaux. Ces derniers peuvent avoir des effets contrastés, et les études scientifiques manquent aujourd'hui pour établir un lien de causalité entre ces réseaux et le bien-être mental des jeunes, d'autant que ce bien-être mental est toujours multifactoriel et dépend de facteurs individuels, familiaux et environnementaux.

Toutefois, la Commission considère que les éléments sont suffisants pour indiquer qu'une consommation excessive des réseaux sociaux constitue un facteur aggravant de risque pour les jeunes présentant des vulnérabilités, et qu'il est primordial de soutenir la recherche pour mieux éclairer cela, ainsi que d'agir sur la conception des réseaux pour réduire les impacts potentiellement délétères (cf. plus bas).

Le lien entre réseaux sociaux et santé mentale ne paraît pas univoque. La science suggère en effet qu'il existe plusieurs modalités selon lesquelles les médias sociaux amélioreraient la vie des jeunes, incluant le déploiement d'opportunités de connexion à des communautés pour les jeunes plus marginalisés, et l'accès aux loisirs dans une grande variété d'usages. A l'inverse, elle suggère que certaines fonctionnalités des médias sociaux puissent nuire à la santé mentale de certains jeunes. Cela inclut les algorithmes mettant en avant les contenus inappropriés, engendrant une distraction excessive du temps qui pourrait être mobilisé dans des activités bénéfiques pour le bien-être, et la possibilité accrue pour les enfants d'être abusés. Notons que la dette de sommeil favorisée par l'usage des écrans le soir et la nuit, représente un facteur de risque indépendant d'anxiété et de dépression.

Ce débat n'a pas cours uniquement en France. En octobre 2021, l'Académie américaine de pédiatrie a déclaré une « urgence nationale pour la santé mentale des enfants » ; et le Centre américain de prévention et de contrôle des maladies (CDC) a relayé une alerte similaire en 2022. Le rôle des médias sociaux a ainsi été largement débattu aux Etats-Unis. Certains chercheurs, comme Jean Twenge et

Jonathan Haidt, défendent l'hypothèse que les médias sociaux fournissent l'explication la plus plausible pour rendre compte des problèmes tels que l'augmentation de la solitude des adolescents. D'autres chercheurs, tels que Jeff Hancock, sont moins catégoriques, et évoquent une association (et non une causalité), limitée, entre la consommation des médias sociaux et l'augmentation de la dépression et de l'anxiété, et valorisent surtout les effets positifs dans le sentiment d'appartenance et de connexion à des communautés, ainsi que dans la création de nouveaux espaces d'expression. Amy Orben et Andrew Przybylski en Angleterre suggèrent quant à eux que si un lien existe entre les réseaux sociaux et les symptômes dépressifs, il est extrêmement limité et ne nécessite pas de politique de santé publique à ce stade.

Ce débat est au cœur de la relation entre médias sociaux et santé mentale. Certains utilisateurs peuvent avoir leur santé mentale négativement affectée, d'autres ne connaîtront pas une telle nuisance, d'autres enfin auront une expérience soutenante et positive pour leur santé mentale. Il est donc difficile d'en déduire un effet global moyen pour l'ensemble de la population.

L'influence des médias sociaux sur la santé mentale des jeunes est dépendante de plusieurs facteurs complexes, incluant les forces et vulnérabilités individuelles, basées elles-mêmes sur des facteurs sociaux-économiques, génétiques, culturels, etc. Ces facteurs incluent aussi le temps passé sur les plateformes, la nature des contenus consommés, le niveau de perturbation induit sur d'autres activités essentielles pour le sommeil et l'activité physique. Or, ces facteurs sont défavorablement orientés par des designs prédateurs qui précisément visent à maximiser le temps passé en ligne, et à enfermer les adolescents dans des bulles de filtre, et à ce titre renforcent les risques pour le bien-être mental des jeunes présentant déjà des vulnérabilités.

Le rapport d'Amnesty International « Poussé·e·s vers les ténèbres : Comment le fil « Pour toi » encourage l'automutilation et les idées suicidaires » explique comment la stratégie menée par TikTok pour obtenir l'attention des utilisateurs et utilisatrices, risque d'aggraver les problèmes de santé mentale comme la dépression, l'anxiété et l'automutilation. L'étude technique se fonde sur plus d'une trentaine de comptes automatisés qui ont été paramétrés de manière à représenter des enfants de 13 ans au Kenya et aux États-Unis afin de mesurer les effets du système de recommandation de ce réseau social sur les jeunes utilisateurs et utilisatrices. Une deuxième simulation, exécutée manuellement, a été réalisée sur un compte au Kenya, un aux Philippines et un aux États-Unis. L'étude technique a révélé que :

- au bout de cinq ou six heures passées sur la plateforme, près d'une vidéo sur deux était relative à la santé mentale et potentiellement nocive, soit un volume 10 fois plus important que celui présenté aux comptes n'ayant indiqué aucun intérêt pour le sujet ;
- l'effet de « spirale » était encore plus rapide lorsque l'équipe de recherche visionnait manuellement des vidéos concernant la santé mentale qui avaient été suggérées aux comptes d'étude simulant le comportement d'enfants de 13 ans ;
- entre trois et vingt minutes après le début de l'étude manuelle, plus de la moitié des vidéos du fil « Pour toi » étaient en rapport avec les problèmes de santé mentale, et de nombreuses vidéos recommandées en l'espace d'une heure seulement idéalisaient, banalisaient voire encourageaient le suicide.

À ces constats attachés à la construction algorithmique de certains réseaux, s'ajoute le débat sur le caractère addictif ou non de ces derniers (cf. ci-dessous l'encadré sur l'addiction).

Le processus addictif et le système de récompense (à partir de l'article « L'addiction expliquée par les neurosciences » paru dans MAAD-DIGITAL⁹¹ (dispositif de l'Arbre des connaissances))

Lorsqu'il est en conditions « normales », un cerveau sain est en principe en capacité de réagir aux différentes stimulations et perturbations provenant du milieu extérieur et de maintenir son homéostasie (ou « état égal »). Mais, lorsqu'il est confronté aux effets de produit psychoactifs (drogues, alcool...), il est alors fortement perturbé au point de rendre l'homéostasie plus difficile à réaliser. Pris à répétition, ces produits sont intégrés au fonctionnement même du cerveau. Sans leur apport, le cerveau sera alors « en souffrance » et ne parviendra plus à accomplir correctement ses missions. C'est ainsi que débute le phénomène d'addiction.

Au cours de ses activités, notre cerveau recherche la récompense (souvent en lien avec des besoins vitaux : manger, boire...). Lorsque cette récompense est proche, une forte libération de dopamine, neurotransmetteur de la récompense, se produit. Avec elle, vient la phase du plaisir.

Des études d'imagerie cérébrale ont établi que les produits psychoactifs provoquent une libération de dopamine beaucoup plus importante et rapide que celle obtenue par les récompenses naturelles. Or, « la libération de dopamine joue un rôle majeur dans le développement de l'addiction, mais aussi dans la survenue de maladies psychiatriques comme la schizophrénie ou les troubles de l'attention ». Sa « libération massive dans le cortex préfrontal semble directement impliquée dans les délires et les hallucinations caractérisant les psychoses ».

Les libérations de dopamine provoquent à leur tour une envie puissante du produit et excitent l'impulsivité, c'est-à-dire la difficulté pour l'individu à se contrôler. « La répétition de ces excitations aboutit à une diffusion du signal vers le circuit de la compulsivité » qui correspond à une perte de contrôle et à une répétition de la prise du produit malgré la conscience de ses effets indésirables, et malgré la diminution voire la disparition du plaisir lié à cette consommation. Les zones cérébrales qui sont les sièges de la récompense, de l'impulsivité et de la compulsivité sont en effet très proches.

Dans le même temps, l'intensité de la réponse face au stimulus diminue. Le cerveau réalise diverses actions pour se protéger de l'effet des produits, comme « l'internalisation » des récepteurs à l'intérieur des neurones afin qu'ils ne soient plus exposés aux stimulants, ou encore la modification de la structure des récepteurs afin que le stimulant ne déclenche plus d'action. Le sujet est alors amené à augmenter sa consommation pour obtenir l'effet désiré. Cela tend à suractiver le circuit neurobiologique du stress et à favoriser l'émergence d'émotions négatives. « L'homéostasie initiale est rompue, le produit est intégré comme un élément nécessaire au fonctionnement cérébral, le cerveau est prisonnier ».

Une fois l'addiction installée, « la réversibilité des modifications des circuits neurobiologiques provoquées par les produits psychoactifs est mal connue. (...) Il apparaît toutefois que plus la durée et la fréquence d'exposition seront élevées, plus les perturbations seront sévères et durables. »

Si les troubles du jeu vidéo sont d'ores et déjà reconnus sur le plan international, ce n'est pas le cas des médias sociaux. Pourtant, les médias sociaux présentent des éléments de conception de type

⁹¹ Cet encadré a été réalisé à partir de la source suivante : B. Nalpas & S. Elmostikawi. "L'addiction expliquée par les neurosciences", article en 3 parties publié dans MAAD-DIGITAL.fr (<https://www.maad-digital.fr/dossiers/laddiction-expliquee-par-les-neurosciences-13>).

addictogène qui, selon certains auteurs, doivent nous pousser à reconnaître l'existence de l'addiction aux réseaux sociaux.

La classification sur le plan international est souvent longue et les données probantes devront être renforcées pour armer le dialogue, mais il ne fait que peu de doute que cette reconnaissance sera acquise, à fonctionnement constant des réseaux, d'ici quelques années. L'addiction, constituée par l'impossibilité répétée de contrôler un comportement amenant du plaisir et permettant d'échapper à un inconfort psychique, est elle-aussi multifactorielle ; elle s'installe toujours dans une relation complexe entre l'individu et son environnement. Mais là aussi, l'économie de la captation de l'attention mobilise précisément des « réflexes » de type addictogène qui renforcent ces risques préexistants, et il importe de protéger les plus jeunes et les plus vulnérables de ces risques.

Ces constats sont d'autant plus importants qu'ils interviennent dans la période de l'adolescence qui est particulièrement critique : c'est une période au cours de laquelle les conduites à risque atteignent leur pic, au cours de laquelle les manifestations de problèmes de santé mentale comme la dépression émergent ; au cours de laquelle l'identité et l'estime de soi se forment ; au cours de laquelle le développement du cerveau est particulièrement « sensible » à la pression sociale et aux opinions des pairs. A ce titre, les modèles algorithmiques les plus délétères portent des risques forts, comme celui d'augmenter la sensibilité aux récompenses sociales par exemple, et d'être prescriptifs d'une baisse de la satisfaction dans le développement par exemple des jeunes filles.

L'adolescence étant une période critique à bien des titres, les enfants et les jeunes n'ont pas ce luxe d'attendre que nous sachions tout comprendre à travers la science : il convient d'engager d'ores et déjà les moyens de mieux protéger les adolescents, et notamment les filles, de tout ce qui n'est pas éthique dans les médias sociaux, en particulier la mobilisation de procédés de type addictifs et enfermants. En effet, s'il faut absolument mobiliser et soutenir la recherche pour mieux documenter ces effets, la communauté scientifique s'accorde pour dire que les médias sociaux ont le potentiel de tout à la fois créer des bénéfices aux adolescents, et nuire à leur santé mentale. Or, alors que l'usage des réseaux sociaux est aujourd'hui quasi-universel, l'impact négatif, même limité, peut concerner un nombre très important d'adolescents fragilisés et les médias sociaux constituer pour eux un facteur de risque supplémentaire dont il faut les protéger.

2.4- L'accès non maîtrisé des mineurs aux écrans les expose à des contenus insuffisamment régulés, parfois traumatiques, pouvant mettre en cause leur équilibre, leur santé et leur sécurité

À l'occasion de ses travaux, la Commission a pu constater que l'insuffisante régulation des accès, d'une part, et des contenus que les écrans permettent de consulter, d'autre part, ainsi que le manque d'information, de formation et d'accompagnement tant des enfants et des adolescents que de leurs parents et de leurs éducateurs conduisaient à ce qu'ils soient exposés à des contenus inappropriés (2.4.1) ou susceptibles de menacer leur sécurité (2.4.2).

2.4.1- Le niveau d'exposition des enfants et des adolescents à des contenus inappropriés apparaît alarmant

D'après les éléments qu'elle a pu recueillir, la Commission déplore que les mineurs aient trop souvent accès à des contenus choquants et/ou inadaptés à leur âge. Ainsi, selon une enquête rendue publique

début 2023, 7 jeunes sur 10 âgés de 11 à 18 ans considéreraient eux-mêmes avoir déjà été exposés à des « contenus choquants sur Internet ou sur les réseaux sociaux »⁹².

Parmi les divers contenus inappropriés auxquels les mineurs ont accès, *via* les écrans, la Commission a principalement relevé :

- l'exposition à des contenus à caractère pornographique. L'enquête de début 2023 mentionnée plus haut concernant les 11-18 ans souligne ainsi que 36 % des enfants de cette tranche d'âge ont eu accès à des scènes de pornographie. Quand un enfant est exposé à du contenu pornographique, l'âge moyen auquel il y est confronté, y compris accidentellement, serait désormais de 10 ou 11 ans selon les sources (contre 14 ans en 2017). Une étude de l'ARCOM de mars 2023, précise pour sa part que 2,3 millions de mineurs en France fréquenteraient des sites pornographiques chaque mois (10 % des jeunes de moins de 18 ans fréquenteraient ces sites quotidiennement), dont la moitié des garçons à partir de l'âge de 12 ans et deux tiers des garçons âgés entre 16 et 17 ans⁹³. Ces données sont en nette progression (+600 000 en 5 ans, soit +36 %). Pour 75 % des moins de 18 ans, les contenus sont visionnés sur un téléphone portable. Il doit être souligné que ces contenus sont toujours plus choquants, violents, et non contrôlés, et sont donc d'autant plus inadaptés à un public mineur, qui parfois n'a pas explicitement cherché ce contenu et se l'est vu imposé, ou y a eu accès alors qu'il cherchait à se renseigner sur la sexualité ;
- l'exposition importante des jeunes à des contenus violents. L'enquête de février 2023 évoquée plus haut concernant les 11-18 ans détaille ainsi que 47 % de ces jeunes ont été exposés à des scènes de maltraitance sur les animaux, 42 % à des scènes de bagarres ou de violence et 26 % à des contenus très violents de type scènes de guerre, de torture ou d'exécution. Les témoignages des mineurs recueillis lors des échanges avec la Commission ont beaucoup évoqué les échanges entre eux de contenus d'une extrême violence, y compris par le biais de systèmes de messagerie ayant évolué silencieusement vers des modèles de médias sociaux ;
- l'exposition, *via* les écrans, à des propos ou contenus haineux. Ainsi, 48 % des jeunes disent avoir été insultés et 25 % ont subi des moqueries sur Internet⁹⁴. Une enquête de l'association Génération numérique réalisée en partenariat avec la DILCRAH et sortie en mars 2024, dénonce une banalisation de la haine en ligne. Ainsi, autour de 30 % des 11-18 ans déclarent avoir vu circuler des propos racistes en ligne (+ 9 points par rapport à 2020), et 26 % des propos insultants ou haineux en lien avec la religion (+ 8 points par rapport à 2020).

Plusieurs phénomènes contribuent à ce que les mineurs aient accès de façon aussi importante à des contenus auxquels ils ne devraient pas être soumis :

- les sites réservés aux adultes, malgré des évolutions récentes (*cf. infra* la partie 1.3), restent trop facilement accessibles aux mineurs qui peuvent aisément contourner les filtres à l'entrée. S'agissant par exemple des sites pornographiques, l'étude de l'ARCOM citée plus haut indique

⁹² Source : Génération numérique, Enquête sur les contenus choquants accessibles aux mineurs, Février 2023.

⁹³ Source : Etude de l'ARCOM sur la Fréquentation des sites adultes par les mineurs - mars 2023, données assises sur les mesures d'audience Internet de Médiamétrie.

⁹⁴ Enquête « Les pratiques numériques des 11 – 18 ans » présentées par l'association Génération numérique - Février 2022.

que les mineurs représentent en moyenne 12 % de l'audience des sites « adultes » (et jusqu'à 17 % pour l'un des sites pornographiques étudiés) ;

- les dispositifs de contrôle parental censés réguler les accès des mineurs sont insuffisamment activés et présentent trop de limites ;
- de nombreuses plateformes ou réseaux sociaux modèrent insuffisamment leurs contenus. A titre d'exemple, du contenu à caractère pornographique ou des contenus violents ou inappropriés peuvent être déposés et circuler durant plusieurs heures sur certains médias avant d'être effectivement retirés. Or, de nombreux enfants et adolescents sont présents sur ces réseaux ou plateformes, y compris de moins de 13 ans pour lesquels l'inscription n'est normalement pas possible, ce qui pose la question des conditions de vérification des accès à ces plateformes ou réseaux ;
- dans une moindre mesure, les internautes mineurs peuvent être parfois soumis à des contenus inadaptés *via* les publicités diffusées en ligne ou même dans l'espace public (exemple relevé de grandes enseignes commerciales diffusant sur les écrans exposés à la vue de tous des vidéos ou des jeux vidéo déconseillés aux mineurs).

2.4.2- Les enfants et adolescents peuvent être exposés de façon préoccupante à de graves menaces pour leur propre sécurité

La place prise par les écrans chez les mineurs, l'insuffisance des dispositifs d'encadrement et d'accompagnement des usages ainsi que le manque de régulation des contenus font que la possibilité pour eux d'être confrontés à des dérives susceptibles de mettre en péril leur propre sécurité sont importantes.

Ainsi, 19 % des 11-18 ans disent avoir déjà « rencontré un problème sur Internet ». Ces « problèmes » peuvent être de nature et de gravité différentes et aller de la simple « dispute » (58 % des jeunes de 11 à 18 ans disent s'être disputés sur Internet) à la survenue de situations extrêmement préoccupantes.

L'hyper-présence des écrans dans la vie quotidienne des mineurs fait par exemple que ces outils constituent désormais un vecteur, voire un amplificateur, des phénomènes de harcèlement. Si ce problème du harcèlement n'est pas nouveau, et que le harcèlement n'est jamais nativement numérique, la possibilité de démultiplier massivement la diffusion de ces messages sans aucun moment de répit pour ceux qui en sont victimes (y compris la nuit ou lorsque la victime n'est plus en proximité de ses agresseurs) est facilitée par la place et les usages principaux des écrans. Le cyberharcèlement constitue ainsi une réalité très présente pour les mineurs. Une étude réalisée par l'association « e-Enfance 3018 » et la Caisse d'Epargne révèle que 24 % des familles ont déjà été confrontées au moins une fois au cyberharcèlement. Et d'après les enquêtes de l'association Génération numérique, 6 % des jeunes reconnaissent avoir été auteurs ou avoir participé, même involontairement, à du cyberharcèlement. Dans certains cas, ces phénomènes ininterrompus de harcèlement peuvent conduire à la survenue de situations dramatiques pour les jeunes qui en sont victimes.

L'exposition des mineurs aux écrans et l'insuffisance de dispositifs pleinement opérants à ce stade de protection les exposent à d'autres types de situations extrêmement graves, notamment d'exploitation et d'abus sexuels en ligne. Ainsi, la Commission a-t-elle pu relever à l'occasion de ses travaux :

- la forte hausse des phénomènes de « sexe extorsions » (ou sextorsions) en direction des mineurs, et y compris parfois entre les mineurs eux-mêmes, consistant à obtenir des mineurs concernés une image ou une vidéo compromettante à caractère sexuel et à les soumettre à un chantage en contrepartie de la non diffusion de ce contenu (12 000 faits recensés en 2023 en France - probablement bien davantage si l'on tient compte du fait que les victimes sont probablement nombreuses à ne pas déposer de plainte - contre 1 400 en 2022) ;
- l'explosion des phénomènes de « grooming » en ligne à l'égard des mineurs (techniques consistant, pour un adulte malintentionné, à chercher à entrer en contact sous une fausse identité avec un mineur afin de lui faire des propositions sexuelles) ;
- des cas de diffusion de « deep fakes » à caractère pornographique dont le nombre va croissant alors que la réalisation de ces contenus visuels ou sonores est désormais facilitée par la démocratisation des systèmes d'intelligence artificielle générative ;
- la grande vulnérabilité des mineurs face à la pédocriminalité y compris *via* des sites, des forums ou des jeux vidéo en ligne en apparence sans danger mais qui, dans la mesure où ils rassemblent de nombreux enfants, représentent des espaces d'hameçonnage privilégiés par les pédocriminels.

Au total, d'après les données communiquées par l'Office mineurs (OFMIN)⁹⁵ rattaché à la Direction nationale de la police judiciaire, 318 000 signalements de contenus pédocriminels (téléchargements, diffusions de contenus pédocriminels...) ont été recensés en 2023 en France (dont les 12 000 signalements concernant des faits de sextorsion mentionnés plus haut). Plus globalement, d'après une étude réalisée en 2021 au niveau mondial⁹⁶, 54 % des personnes interrogées au cours des travaux avaient subi au moins une agression sexuelle en ligne au cours de leur enfance.

2.5 – Au-delà des enjeux de santé publique et d'intégrité individuelle, quels impacts sur le plan sociétal ?

Au-delà des enjeux d'ordre individuel exposés ci-dessus, la Commission a souhaité examiner les impacts plus systémiques sur le plan sociétal de l'exposition des enfants et des adolescents aux « écrans ».

Il ne s'agit pas là de faire un procès à charge contre le numérique en général, qui peut ouvrir les horizons d'échanges des enfants ; utilement permettre de préserver des liens avec leur famille, quand celle-ci est éloignée ; nourrir leurs besoins de socialisation avec les pairs, en particulier autour de l'âge de 13 ans où les jeunes commencent à s'émanciper de la sphère familiale ; rendre « pluriel » ce lien social, les sortir de l'isolement quand ils en sont prisonniers ; offrir l'accès à du soutien lorsqu'ils sont

⁹⁵ L'office mineurs rattaché à la direction nationale de la police judiciaire a été créé en 2023 pour répondre à la hausse des atteintes faites aux mineurs et améliorer l'efficacité du traitement judiciaire de ces violences.

⁹⁶ We protect-Global Alliance - Evaluation globale de la menace, 2021.