

# Réglementation des plateformes de communication afin de protéger la santé mentale, en particulier celle des enfants et des adolescent-e-s

## En bref

L'état actuel de la recherche montre que les plateformes de communication comme les réseaux sociaux peuvent avoir un impact positif ou négatif sur la santé mentale. Cette dernière n'est pas suffisamment prise en compte dans la conception actuelle des plateformes de communication. La protection des enfants et des adolescent-e-s, en particulier, est insuffisante.

Une réglementation efficace et ciblée des plateformes de communication et des moteurs de recherche est nécessaire pour protéger la santé mentale des enfants et des adolescent-e-s, et leur permettre de les utiliser en toute sécurité.

- Les fournisseurs de ces plateformes doivent assumer la responsabilité de leurs systèmes de recommandation et de leurs contenus, et veiller à ce qu'ils n'aient pas d'effets néfastes.
- Les plateformes de communication doivent agir de manière transparente, tout en garantissant un contrôle par des instances indépendantes.
- Les enfants et les adolescent-e-s, ainsi que les personnes chargées de leur éducation (parents, enseignant-e-s, etc.) doivent être en mesure d'évoluer sur les réseaux sociaux en toute sécurité.

## 1. Réseaux sociaux et santé mentale

L'état actuel de la recherche montre que les réseaux sociaux peuvent avoir un **impact positif ou négatif** sur la santé mentale.

- + Impact positif : construction de l'identité, liens sociaux et soutien, sentiment d'appartenance, accès à l'information.
  - Impact négatif : idéaux (physiques) problématiques, durée et qualité de sommeil insuffisantes, exposition à des contenus extrémistes, stress, images potentiellement traumatisantes, cyberharcèlement, discours haineux et violence sexuelle.
- Les sollicitations psychiques ne sont pas dues isolément à l'usage des réseaux sociaux, mais à l'action conjuguée de plusieurs facteurs individuels (âge, sexe, vulnérabilités psychiques, etc.), de facteurs sociaux contextuels (environnement, éducation, etc.) et du type d'utilisation (intensité, type de plateforme, nature et qualité des contenus consommés, etc.).

## 2. Conception problématique des plateformes de communication

La santé mentale n'est pas suffisamment prise en compte dans la conception actuelle des plateformes de communication. La protection des enfants et des adolescent-e-s, en particulier, est insuffisante.

- Les réseaux sociaux, en particulier, sont conçus pour capter l'attention et encourager l'engagement personnel. Les algorithmes personnalisent les contenus proposés et les hiérarchisent en fonction de leur probabilité de susciter de l'intérêt. Les fournisseurs exploitent également les vulnérabilités dans la conception de leurs algorithmes.
- C'est un réel problème pour les personnes fragiles, notamment en cas de troubles psychiques et de contenus en lien avec le suicide.

- Les algorithmes favorisent notamment la diffusion de contributions émotionnelles et peuvent augmenter l'exposition aux contenus idéologiques ou extrémistes, mais contribuent aussi à la constitution de bulles de filtres, la formation de chambres d'écho et la polarisation de groupes.

### 3. Revendications de la FSP

Le Conseil fédéral a élaboré une nouvelle loi sur les plateformes de communication et les moteurs de recherche et l'a mise en consultation. Le projet de loi ne tient pas suffisamment compte de la santé mentale de la population suisse, en particulier de la protection des enfants et des adolescent-e-s. Du point de vue de la FSP, des mesures plus poussées doivent être prises :

- **Responsabiliser les fournisseurs** : afin de limiter les effets néfastes sur la santé mentale, les plateformes de communication doivent être réglementées. Les utilisatrices-teurs doivent pouvoir personnaliser facilement et durablement les systèmes de recommandation, afin de choisir les contenus (y compris les publicités) qui leur sont proposés. Les algorithmes doivent être conçus de manière à ne pas inciter à une utilisation intensive. Les mécanismes manipulateurs doivent être interdits et les contenus positifs encouragés. Des procédures de signalement des contenus préjudiciables doivent être mises en place. Les contenus signalés doivent être vérifiés et supprimés rapidement et systématiquement. Les auteurs et autrices doivent être sanctionné-e-s.
- **Garantir la transparence et le monitoring** : des règles de transparence doivent être mises en place. Les fournisseurs de plateformes de communication doivent procéder à des analyses de risques, prendre les mesures qui s'imposent et respecter des obligations. Il est nécessaire de mettre en place des instances de contrôle indépendantes, clairement définies et transparentes, qui soient en mesure de contrôler la mise en œuvre et de sanctionner les plateformes le cas échéant. La recherche doit avoir accès aux données des plateformes pour pouvoir analyser les effets des réseaux sociaux et proposer des mesures.
- **Promouvoir la compétence médiatique** : des mesures préventives – d'information, de formation et de sensibilisation, etc. – doivent être prises pour atténuer les conséquences négatives. Il convient notamment de renforcer les formations en matière de compétences médiatiques et d'utilisation des réseaux sociaux à l'intention des enfants et des jeunes ainsi que des personnes chargées de leur éducation (parents, enseignant-e-s, etc.), de même que les structures de soutien et les campagnes de sensibilisation à la santé mentale dans l'espace numérique. Les plateformes doivent participer à leur financement.

Les algorithmes ne doivent plus servir à capter l'attention et à pousser au maximum l'engagement personnel des utilisatrices-teurs, à augmenter la confrontation avec des contenus potentiellement traumatisants (guerres, accidents, suicide, etc.) ni à propager des comportements problématiques (liés à l'alimentation, à l'image corporelle, à l'automutilation, etc.) ou des propos extrémistes et haineux.

Une interdiction n'est en revanche pas efficace. Outre les nombreux effets positifs sur le développement des enfants et des adolescent-e-s, l'usage des plateformes de communication telles que les réseaux sociaux a des effets égalitaires, dans la mesure où tout le monde y a accès. Une restriction générale de l'accès annihilerait ces effets et porterait atteinte au droit de participer à la vie numérique. L'expérience montre en outre que les interdictions conduisent à des contournements et que les jeunes s'orientent vers des alternatives moins réglementées et potentiellement problématiques.