

**Déclaration commune
du CCNE et du CCNEN**

Paris, le 23 février 2026

**Les jeunes face aux réseaux sociaux numériques :
le questionnement éthique face à une menace confirmée**

Alors que l'Union européenne vient de publier les premiers résultats d'une enquête sur la conception addictive de TikTok, le Comité consultatif national d'éthique pour les sciences de la vie et de la santé (CCNE) et le Comité consultatif national d'éthique du numérique (CCNEN) souhaitent exprimer leur inquiétude à propos de l'impact avéré des réseaux sociaux numériques sur la santé des jeunes, en particulier leur santé mentale, apporter leur réflexion éthique et souligner la complexité des décisions à prendre pour protéger.

Une situation alarmante

Nous sommes aujourd'hui confrontés à une exposition massive et précoce aux réseaux sociaux numériques, en particulier les plus jeunes d'entre nous. L'étude de l'ARCOM « Mineurs en ligne, quels risques, quelles protections ? » publiée en septembre 2025 nous apprend que « plus de quatre jeunes sur cinq âgés de 11 à 17 ans utilisent tous les jours au moins une grande plateforme en ligne ». La fréquentation de ces réseaux intervient de plus en plus tôt, parfois dès l'école primaire, près de la moitié des enfants accédant aux réseaux sociaux numériques avant l'âge de 13 ans.

Le rapport de l'ANSES de décembre 2025 rappelle que « les adolescents sont particulièrement vulnérables aux stratégies de captation de l'attention au regard de l'immaturité de leur cerveau ». Sur le plan neurobiologique, le cerveau n'est pas pleinement mature chez les moins de 30 ans, ce qui rend les adolescents et les jeunes adultes particulièrement sensibles à l'exploitation de leurs vulnérabilités cognitives et émotionnelles. L'exposition aux réseaux sociaux numériques intervient donc à un moment clé du développement psychologique et social.

Par ailleurs, si les réseaux sociaux numériques constituent des outils de communication et de partage, ils sont aussi de véritables espaces de socialisation où se construisent les relations et l'image de soi. À une période marquée par la construction de leurs capacités de décision et de jugement, les adolescents sont en quête de reconnaissance et particulièrement sensibles au regard des autres.

Le rapport de l'ANSES montre avec rigueur combien « les réseaux sociaux, tels qu'ils sont conçus aujourd'hui, exploitent de fait les besoins propres à l'adolescence ». Leurs algorithmes de recommandation sélectionnent et hiérarchisent les contenus afin de maximiser l'engagement de leurs utilisateurs. Certains les exposent à des masses de contenus ciblés sur des vulnérabilités propres à chaque individu (« effet spirale »). La conception toxique qui résulte du modèle même de cette « économie de l'attention » est indifférente aux impacts sur la santé et la santé mentale des utilisateurs, en particulier des plus jeunes.

Ces mécanismes peuvent conduire, chez les publics vulnérables, à la diminution de leur disponibilité aux apprentissages, à leur socialisation et leur capacité de réflexion hors numérique. Comme le mentionne le rapport de l'ANSES déjà cité, ils peuvent également induire des troubles de la santé, en particulier mentale, tels que des troubles anxieux et dépressifs (comparaison sociale permanente, pression de l'image, cyberharcèlement), des troubles de l'attention et du sommeil (utilisation nocturne, impact sur les apprentissages), et des atteintes à l'estime de soi et à l'image corporelle, incluant l'incitation aux troubles alimentaires, à l'automutilation et au suicide.

Mettons les concepteurs face à leurs responsabilités

Il est urgent de contrer la conception toxique et addictive de ces algorithmes, qui ne se limite pas aux seuls réseaux sociaux, et touche également les systèmes d'intelligence artificielle générative et les plus récents « compagnons IA ». En effet, la structure même de ces algorithmes, conçus pour maximiser l'ultra-personnalisation et l'engagement, génère des effets d'autant plus néfastes qu'ils ciblent des publics vulnérables.

Exiger des concepteurs qu'ils mettent en œuvre des paramétrages protecteurs par défaut pour les plus jeunes et qu'ils préservent, dès la conception, l'autonomie réelle des utilisateurs, en leur donnant la capacité de contrôler les recommandations qui leur sont proposées par un paramétrage simple et accessible à tous pourrait être une mesure forte exigée par les États. Cette responsabilité doit reposer uniquement sur les concepteurs, et non sur les utilisateurs ou leurs parents.

Au plan éthique, sont mis en tension : une nécessaire protection face aux risques et le respect de la capacité progressive de discernement qui caractérise le développement des enfants, des adolescents et des jeunes adultes. Leur utilisation des réseaux sociaux numériques pose ainsi un défi : comment les protéger sans les priver de leur prise d'indépendance et de leurs besoins d'ouverture. L'objectif à atteindre doit donc être de les accompagner afin qu'ils développent leur esprit critique et une autonomie numérique progressive. La liberté ne signifie pas l'absence de règles, mais la capacité à faire des choix éclairés concernant sa santé, en particulier mentale.

Le CCNE et le CCNEN recommandent que la recherche de l'équilibre entre la construction de l'autonomie et la protection des plus vulnérables guide la conception et la nécessaire et difficile régulation des technologies numériques, afin de préserver la santé mentale des jeunes.

Sources

- Avis de l'ANSES relatif aux « effets de l'usage des réseaux sociaux numériques sur la santé des adolescents » : <https://www.anses.fr/system/files/AP2019-SA-0152-RA.pdf>
- Étude de l'ARCOM « mineurs et internet » : <https://www.arcom.fr/se-documenter/etudes-et-donnees/etudes-bilans-et-rapports-de-larcom/protection-des-mineurs-en-ligne-quels-risques-queles-protections>
- « La Commission conclut à titre préliminaire que la conception addictive de TikTok est contraire à la législation sur les services numériques » : <https://digital-strategy.ec.europa.eu/fr/news/commission-preliminarily-finds-tiktoks-addictive-design-breach-digital-services-act>

À propos du CCNE :

Le Comité consultatif national d'éthique pour les sciences de la vie et de la santé (CCNE) est une institution indépendante dont la mission est de donner des avis sur les problèmes éthiques et les questions de société soulevés par les progrès de la connaissance dans les domaines de la biologie, de la médecine et de la santé ou par les conséquences sur la santé des progrès de la connaissance dans tout autre domaine. Le Comité est actuellement présidé par le Professeur Jean-François Delfraissy, renouvelé à cette fonction par décret du 9 juin 2023.

À propos du CCNEN :

[Créé par décret en mai 2024](#), le Comité consultatif national d'éthique du numérique (CCNEN) a pour mission de contribuer à la réflexion sur les enjeux d'éthique soulevés par les avancées des sciences, des technologies, des usages et des innovations dans le domaine du numérique. Instance consultative indépendante, le CCNEN peut s'autosaisir ou être saisi par diverses autorités publiques. Le Comité est actuellement présidé par Claude Kirchner, nommé à cette fonction par décret du 25 février 2025.

Contact presse : communication@comite-ethique.fr – 06.48.80.96.56.