

FUTURA

Verdict historique : Youtube et Instagram vous rendent addict ?!

Podcast écrit et lu par Adèle Ndjaki

[Générique d'intro, une musique énergique et vitaminée.]

Les réseaux sociaux vous rendent-ils consciemment accro ? C'est le décryptage de la semaine dans *Vitamine Tech*.

[Fin du générique.]

Aujourd'hui, une décision de justice pourrait bien marquer un tournant historique dans notre rapport aux réseaux sociaux. Aux États-Unis, une plainte contre Instagram et YouTube vient d'aboutir à un verdict inédit : pour la première fois, des plateformes sont reconnues responsables d'avoir rendu leurs utilisateurs addict. Alors derrière cette affaire, une question brûlante se pose : les réseaux sociaux sont-ils de simples outils ou des produits conçus pour capter, voire piéger notre attention ? Bonjour à toutes et à tous, je suis Adèle Ndjaki et cette semaine dans *Vitamine Tech* on décrypte une affaire qui pourrait redéfinir les règles du jeu pour tous les réseaux sociaux.

[Une musique électronique calme.]

C'est un procès qui pourrait marquer un véritable tournant dans la manière dont on envisage la responsabilité des réseaux sociaux. Il y a quelques jours, en Californie, un jury a estimé que Meta, la maison mère d'Instagram et YouTube, portait une part de responsabilité dans les dommages subis par une jeune utilisatrice, identifiée sous les initiales de KGM. Mais replaçons tout ça dans son contexte. Cette décision, elle fait suite à une plainte déposée par cette jeune femme, aujourd'hui âgée d'une vingtaine d'années, qui reprochait aux plateformes d'avoir favorisé, dès son plus jeune âge, un usage excessif, voire addictif. Selon elle, cette exposition prolongée aux réseaux sociaux aurait contribué à l'apparition de troubles importants, tels que la dépression, l'anxiété, mais également une dégradation de son image corporelle. Alors qu'a dit le tribunal ? Aujourd'hui, le verdict est particulièrement significatif : 6 millions de dollars de dommages et intérêts ont été accordés, c'est énorme. Mais au-delà du montant, c'est surtout la portée juridique de cette décision qui attire l'attention. Il faut comprendre, cette affaire dépasse largement le cas individuel de KGM. Aujourd'hui, des milliers de plaintes similaires sont en cours aux États-Unis. Ce procès apparaît donc comme un test majeur, destiné à déterminer si les réseaux sociaux peuvent être tenus responsables, non seulement des contenus publiés par leurs utilisateurs, mais aussi de la manière dont leurs plateformes sont conçues. Et c'est précisément sur ce point que se situe l'enjeu principal. Jusqu'à présent, les grandes plateformes bénéficiaient d'une protection juridique importante grâce à une loi américaine connue sous le nom de « section

230 ». Concrètement, cette loi signifie qu'un réseau social n'est généralement pas considéré comme responsable des contenus publiés par ses utilisateurs. Mais, dans cette affaire, le débat évolue sensiblement. Il ne s'agit plus uniquement de s'interroger sur les contenus diffusés en ligne, mais aussi sur l'architecture même des plateformes. Au cours de la procédure, plusieurs documents internes de Meta ont été présentés. Ces documents suggèrent que certaines fonctionnalités comme le défilement infini, les notifications ou encore la lecture automatique des vidéos sont spécifiquement conçues pour inciter les utilisateurs à rester le plus longtemps possible sur la plateforme. Ces mécanismes reposent sur des principes psychologiques bien identifiés, notamment ce que l'on appelle les « boucles de récompense ». À chaque interaction, un « like », une nouvelle vidéo ou une notification, le cerveau reçoit une forme de gratification immédiate, ce qui encourage à prolonger l'utilisation. Pour les plaignants, ces éléments tendent à démontrer que les plateformes sont conçues, en connaissance de cause, pour capter l'attention de manière potentiellement addictive.

[Virgule sonore, une cassette que l'on accélère puis rembobine.]

[Une musique de hip-hop expérimental calme.]

Dans cette affaire, la justice a pris une position assez nette. Elle considère que certaines entreprises n'ont pas simplement laissé faire mais qu'elles ont agi en connaissance de cause, de manière trompeuse. Ce qui leur est reproché, concrètement, c'est de ne pas avoir suffisamment prévenu les jeunes, notamment les adolescents, des risques liés à une utilisation excessive de leurs plateformes et cela, alors même qu'elles savaient que ces risques existaient. Au cœur du procès, il y a donc une idée assez forte, et encore peu utilisée dans ce type de dossiers : celle d'une "dépendance pensée dès la conception". En gros, l'accusation dit que ces plateformes ne sont pas juste là pour être utilisées mais qu'elles seraient conçues pour capter notre attention et nous garder connectés le plus longtemps possible. Pour appuyer cet argument, les plaignants se basent sur des documents internes aux entreprises. On y trouve par exemple des notions comme "maximiser l'engagement", donc faire en sorte que l'utilisateur reste le plus longtemps possible sur l'application. Selon eux, cette logique peut pousser à des usages excessifs, parfois même difficiles à contrôler. Bien évidemment, en face, Meta et YouTube rejettent ces accusations. Les deux géants de la tech affirment que leurs plateformes ne sont pas dangereuses en soi et mettent en avant les outils qu'elles proposent pour encadrer l'utilisation, notamment chez les plus jeunes. Elles rappellent aussi quelque chose d'important : les troubles psychologiques, comme l'anxiété ou la dépression, ne s'expliquent jamais par une seule cause. Il y a toujours plusieurs facteurs (familiaux, sociaux, personnels...). Et justement, scientifiquement parlant, le lien entre réseaux sociaux et dépression reste débattu, il n'y a pas de consensus clair. Oui, certaines études montrent qu'un usage intensif des réseaux sociaux peut être lié à un mal-être. Mais le lien reste complexe, difficile à prouver de manière directe. Certains spécialistes préfèrent d'ailleurs parler d'habitudes très répétitives plutôt que d'addiction au sens strict, un terme qui reste débattu. En tout cas, l'avenir s'annonce compliqué pour ces géants du numérique car la manière dont la décision a été prise n'est pas anodine. Cette décision, elle a été rendue par un jury populaire et non par un juge seul. Et ça, c'est assez rare dans ce type d'affaires, c'est d'ailleurs ce que les plateformes auraient préféré éviter. Donc, sans surprise, Meta et YouTube ont donc annoncé qu'elles allaient faire appel. Alors, qu'est-ce qu'on doit retenir de tout ça ? Ce verdict ne transformera pas à lui seul les réseaux sociaux, mais il ouvre une

brèche, une opportunité pour les régulateurs, les parents et les utilisateurs eux-mêmes de repenser notre rapport à ces plateformes. Au fond, cette affaire nous oblige à regarder nos écrans autrement. Non plus comme de simples outils, mais comme des environnements conçus pour nous retenir et parfois, bien plus qu'on ne le pense.

[Virgule sonore, un grésillement électronique.]

C'est tout pour cet épisode de *Vitamine Tech*. Pour ne pas manquer nos futurs épisodes, abonnez-vous dès à présent à ce podcast, et si vous le pouvez, laissez-nous une note et un commentaire. Cette semaine, je vous recommande de partir à l'aventure avec Zoé et Eliott, à la recherche d'un mystérieux dessin ! Pour le reste, je vous souhaite tout le meilleur, et, comme d'habitude, une excellente journée ou une très bonne soirée et rester branché !

[Un glitch électronique ferme l'épisode.]