

Analyse systémique des vulnérabilités numériques et cadres d'intervention pédagogique auprès des adultes en situation de handicap mental en milieu résidentiel

Le déploiement hégémonique des technologies de l'information et de la communication au sein du tissu social contemporain a engendré une mutation profonde des modes d'existence, de socialisation et d'accès aux droits. Pour les adultes en situation de handicap mental résidant en structures médico-sociales, telles que les foyers de vie ou les Foyers d'Accueil Médicalisés (FAM), le smartphone connecté à Internet représente un outil d'émancipation paradoxal. S'il offre une fenêtre sur le monde et un levier d'autonomie, il expose simultanément ces usagers à des risques de captation attentionnelle, de cybercriminalité et de dérives comportementales exacerbés par des fragilités cognitives et structurelles. L'analyse qui suit propose de structurer les contours d'une intervention éducative en explorant les mécanismes de vulnérabilité, les cadres juridiques de responsabilité et les stratégies de médiation adaptées à ce public spécifique.

Fondements neurocognitifs et impact des pathologies sur l'usage numérique

La compréhension des difficultés rencontrées par les résidents en situation de handicap mental nécessite une analyse fine de l'interaction entre leurs capacités cognitives et les exigences de l'interface numérique. Contrairement aux publics rencontrés en Centre de Rééducation Professionnelle (CRP), les résidents de structures de long séjour présentent souvent des altérations plus profondes du discernement et des fonctions exécutives, rendant l'usage du smartphone particulièrement complexe.¹

Altérations des fonctions exécutives et mémoire de travail

L'utilisation d'un smartphone repose sur la sollicitation constante de la mémoire de travail et des capacités de planification. Pour un public présentant une déficience intellectuelle légère à modérée, la simple mémorisation des procédures — allumer l'appareil, saisir un code de déverrouillage, naviguer entre les applications — constitue une barrière cognitive majeure.¹ Les fonctions exécutives, qui permettent de hiérarchiser les informations et d'anticiper les conséquences d'une action, sont fréquemment entravées. Cette limitation se traduit par une difficulté à comprendre l'arborescence des menus ou la logique de confidentialité des réseaux sociaux.²

L'abstraction, nécessaire pour saisir que des données immatérielles partagées sur un écran ont des répercussions tangibles dans le monde physique, fait souvent défaut. La distinction entre l'espace privé de la chambre et l'espace public de Facebook ou TikTok est floue, ce qui explique la récurrence des erreurs de paramétrage signalées par les personnels encadrants.³

L'influence irréversible des traitements médicamenteux

Un facteur souvent sous-estimé dans l'analyse de la fracture numérique réside dans l'impact somatique et cognitif des traitements psychiatriques. De nombreux résidents consomment des neuroleptiques, des anxiolytiques ou des stabilisateurs de l'humeur de manière chronique. Ces substances peuvent affecter de manière irrémédiable les capacités intellectuelles, entraînant un ralentissement psychomoteur, des troubles de la vigilance et une diminution des capacités de concentration nécessaires à l'apprentissage de nouveaux outils.¹ L'intervention pédagogique doit donc intégrer la réalité de ces "capacités fluctuantes" au cours de la journée, indexées sur la prise médicamenteuse et la fatigue cognitive induite.

Type de limitation cognitive	Impact sur la pratique numérique	Risque associé
Déficit de l'abstraction	Confusion entre communication privée et publication publique.	Divulgaration de données personnelles ou intimes. ³
Faiblesse de la mémoire de travail	Oubli récurrent des mots de passe ou des étapes de sécurisation.	Perte d'accès aux services ou piratage de compte. ¹
Impulsivité (déficit d'inhibition)	Réaction immédiate aux stimuli (notifications, messages agressifs).	Achats impulsifs, cyber-violence ou harcèlement. ³
Difficultés de lecture/FALC	Incapacité à comprendre les conditions générales d'utilisation (CGU).	Consentement non éclairé aux politiques de données. ²

La boucle de la dopamine : l'économie de l'attention face à l'oisiveté

L'une des vulnérabilités les plus saillantes identifiées chez les résidents concerne leur perméabilité aux algorithmes de recommandation. Ce phénomène s'inscrit à l'intersection d'une oisiveté structurelle et d'un mécanisme neurobiologique de recherche de gratification immédiate.

Mécanismes de la récompense variable et dopamine

Le cerveau humain est programmé pour réagir positivement à la nouveauté et à la validation sociale par la libération de dopamine, un neurotransmetteur associé au plaisir et à la motivation. Les réseaux sociaux sont conçus pour exploiter ce circuit de la récompense via des "récompenses variables" : l'utilisateur ne sait jamais quel contenu il va découvrir en faisant défiler son écran (scroll), ce qui crée une addiction comportementale similaire à celle des machines à sous.⁴

Pour un public dont les sources de valorisation sociale sont limitées par le handicap et l'exclusion, le smartphone devient une source intarissable de dopamine. Les "likes", les vues et les commentaires agissent comme des micro-récompenses venant pallier un sentiment de solitude ou d'inutilité sociale.³ La dépendance s'installe d'autant plus vite que le seuil de tolérance augmente : le cerveau s'habitue aux stimuli et nécessite des doses de plus en plus fréquentes de contenu numérique pour ressentir la même satisfaction.⁴

L'oisiveté comme catalyseur de l'addiction numérique

Le statut de "non-travailleur" de nombreux résidents induit une oisiveté prolongée au sein des établissements. En l'absence d'activités structurantes ou de projets professionnels, le temps de connexion explose. Le smartphone n'est plus un outil mais un refuge, un moyen de "tuer le temps" qui finit par consommer la quasi-totalité de l'attention disponible.⁵ Cette surconsommation, souvent qualifiée de "Brain Rot" (pourrissement cérébral), nuit gravement à la santé mentale en favorisant le repli sur soi, l'anxiété et la fragmentation de la pensée.⁷

Les algorithmes de machine learning apprennent les préférences de l'utilisateur avec une précision redoutable. Pour une personne ayant reçu peu d'éducation critique, la distinction entre un choix délibéré et une suggestion algorithmique s'efface. L'utilisateur devient captif d'une chambre d'écho qui renforce ses obsessions ou ses angoisses, sans capacité de recul sur la véracité ou la pertinence des informations consommées.⁵

Vie affective, sexualité et risques liés à l'image de soi

Le droit à une vie intime, affective et sexuelle (VIAS) est un droit fondamental pour toute personne en situation de handicap, reconnu par le Code de l'éducation et les conventions internationales.⁹ Toutefois, l'exercice de ce droit par le biais du numérique pose des questions cruciales de protection et de discernement.

Le défi du partage d'images intimes (Sexting)

L'absence fréquente d'éducation sexuelle adaptée et la soumission aux stimulations hormonales sans réflexion sur les conséquences à long terme placent les résidents dans une position de grande fragilité. Le personnel des résidences signale une méconnaissance totale des lois concernant le partage de photos de nudité.¹¹ Pour certains résidents, envoyer une photo intime est perçu comme une preuve d'amour ou un moyen rapide d'obtenir de l'attention, sans mesurer le risque de diffusion incontrôlée ou de chantage (sextorsion).³

Le concept de "Revenge Porn" (vengeance pornographique) est particulièrement pertinent : la diffusion d'images sexuelles sans le consentement de la personne représentée est un délit sévèrement puni, y compris lorsque l'image a été initialement obtenue avec l'accord de l'intéressé.¹³ L'intervention doit donc impérativement clarifier que ce qui est "donné" numériquement échappe instantanément au contrôle de l'émetteur.

Infraction numérique	Sanction encourue (Code pénal)	Circonstance aggravante
Captation d'image sans accord	1 an de prison, 45 000 € d'amende. ¹³	Lieu privé ou intimité du corps.
Diffusion d'image sans accord	1 an de prison, 15 000 € d'amende. ¹³	Utilisation de réseaux sociaux publics.
Revenge Porn	2 ans de prison, 60 000 € d'amende. ¹³	Contenu à caractère sexuel.
Harcèlement en ligne	Sanctions variables selon la répétition.	Victime en situation de vulnérabilité. ⁹

Le consentement numérique : un processus dynamique

Le consentement ne se réduit pas à un simple "oui" ou "non" à un instant T. Il doit être révocable et porter sur un usage spécifique.¹⁴ Pour le public handicapé mental, la notion de "consentement éclairé" est souvent biaisée par un besoin de plaire ou une difficulté à dire non à

une figure d'autorité ou à un partenaire potentiel. Les centres ressources tels qu'INTIMAGIR jouent un rôle crucial pour aider les résidents à comprendre leurs droits et à identifier les situations d'abus de pouvoir, punies de 5 ans d'emprisonnement lorsque la fonction de l'agresseur est utilisée pour imposer un acte.⁹

Cadre légal et responsabilité pénale du majeur protégé

Un aspect fondamental de la préparation de l'intervention concerne la levée des malentendus sur l'irresponsabilité pénale. Le placement sous tutelle ou curatelle n'efface pas la responsabilité de l'individu face à la loi.¹⁶

Responsabilité pénale et expertise médicale (Article 122-1 CP)

Le Code de procédure pénale stipule qu'une personne majeure protégée ne peut être poursuivie qu'après une expertise médicale évaluant son discernement au moment des faits.¹⁶ Trois scénarios sont possibles :

1. **Responsabilité pleine** : Le discernement n'est pas altéré, la personne est jugée comme tout citoyen.¹⁶
2. **Altération du discernement** : La responsabilité est maintenue mais la peine est généralement réduite d'un tiers.¹⁶
3. **Abolition du discernement** : La personne est déclarée pénalement irresponsable du fait d'un trouble psychique ayant supprimé toute lucidité.¹⁶

Il est impératif d'informer les résidents que, même en cas d'irresponsabilité pénale, la **responsabilité civile** demeure. Cela signifie que les dommages causés à autrui (insultes, diffusion d'images préjudiciables, piratage) doivent être réparés financièrement par le patrimoine du majeur protégé ou ses représentants.¹⁶

Droit à l'image et gestion par les tiers

Pour les majeurs sous tutelle, la décision de diffuser une image relève du tuteur si la personne n'est pas en capacité de prendre une décision éclairée. En cas d'atteinte grave à l'intimité, le juge des tutelles doit être saisi.¹⁸ Ce cadre rigide contraste avec la liberté totale dont jouissent les résidents sur leurs propres smartphones, créant une zone de risque juridique pour l'institution qui les accueille si elle n'exerce pas un rôle de conseil et de prévention suffisant.¹⁹

Stratégies d'intervention et outils de médiation adaptée

L'intervention auprès de groupes homogènes en termes de capacités intellectuelles permet d'ajuster le niveau de langage et la complexité des concepts abordés. La stratégie doit reposer sur la valorisation de l'utilisateur et l'utilisation de supports visuels simplifiés.

L'application des règles du FALC au numérique

La méthode "Facile à Lire et à Comprendre" (FALC) est l'outil de compensation par excellence. Pour des sessions de prévention, les documents doivent suivre des règles strictes : vocabulaire simple, phrases courtes (moins de 12 mots), une seule idée par phrase, et utilisation systématique de pictogrammes validés.²⁰

Exemple de transcription FALC pour la vie privée :

- *Texte complexe* : "Veuillez configurer les paramètres de confidentialité de votre profil Instagram afin de restreindre l'accès à vos publications aux seuls abonnés approuvés."
- *Texte FALC* : "Sur Instagram, tu peux choisir qui voit tes photos. Choisis le mode 'Privé'. Comme ça, seuls tes vrais amis voient tes photos."²¹

Utilisation de jeux sérieux et mises en situation

L'apprentissage par le faire est plus efficace que le discours théorique. Des outils comme "Zones de Tolérance" permettent d'explorer physiquement (en se déplaçant dans la pièce) les limites du socialement acceptable.²³ Les ateliers doivent inclure des manipulations directes du smartphone :

- Apprendre à bloquer un profil malveillant.²¹
- Vérifier la liste de ses amis et supprimer les inconnus.²⁴
- Identifier les indices d'une fausse information ou d'une arnaque.³

Rôles et responsabilités du personnel médico-social

Le personnel doit être formé pour accompagner les résidents sans tomber dans la surveillance intrusive. La mise en place de "référénts numériques" au sein des résidences permet d'offrir un lieu de parole sécurisé pour les usagers victimes de cyber-harcèlement ou ayant commis des erreurs d'usage.²⁵ L'objectif est de passer d'un numérique "subi et contraignant" à un numérique "source d'opportunités et d'autonomie".²

Vers une citoyenneté numérique protégée

L'intervention auprès de résidents en situation de handicap mental ne doit pas viser la suppression de l'outil numérique, mais la réduction de la fracture d'usage. Si les risques sont réels — addiction dopaminergique, ignorance légale, erreurs de confidentialité — ils sont la conséquence d'un manque d'accompagnement plus que d'une incapacité intrinsèque.¹

En structurant les séances autour de la notion de respect (de soi et des autres), en utilisant le FALC pour rendre les lois accessibles, et en remplaçant l'oisiveté par une éducation aux médias active, il est possible de sécuriser le parcours numérique de ces adultes. La reconnaissance de leur statut de citoyen passe par leur droit à l'information et à la formation, afin que le smartphone ne soit plus un vecteur de vulnérabilité mais un instrument de lien social et d'inclusion.²⁰ L'expertise nécessaire pour cette mission réside dans la capacité de l'intervenant à traduire la complexité technologique en gestes quotidiens simples et protégés, tout en maintenant un dialogue constant avec les équipes de soins qui connaissent l'histoire clinique et les spécificités émotionnelles de chaque résident.²⁵

Sources des citations

1. Les perspectives d'e-Inclusion dans le secteur du handicap mental - OpenEdition Journals, consulté le mars 18, 2026,
<https://journals.openedition.org/terminal/419?lang=en>
2. LABO NUMÉRIQUE ET HANDICAP - Agence Nouvelle des ..., consulté le mars 18, 2026,
https://www.solidarites-actives.com/sites/default/files/2019-12/Ansa_Cartographie_NumeriqueHandicap_VF.pdf
3. Accompagner les personnes handicapées mentales sur les réseaux ..., consulté le mars 18, 2026,
<https://www.epsilonmelia.com/ressources-pedagogiques/accompagnement-personnes-handicap-mental-reseaux-sociaux/>
4. Dopamine et réseaux sociaux : la dépendance et comment la contrôler - Escuela PCE, consulté le mars 18, 2026,
<https://escuelapce.com/fr/Dopamine-et-d%C3%A9pendance-aux-r%C3%A9seaux-sociaux-et-comment-la-contr%C3%B4ler/>
5. The reward circuit: dopamine and digital addiction - NetPsychology, consulté le mars 18, 2026,
<https://netpsychology.org/the-reward-circuit-dopamine-and-digital-addiction/>
6. How Digital Media Made Us Dopamine Addicts - Federico Ferrarese, consulté le mars 18, 2026,
<https://www.federicoferrarese.co.uk/2025/01/01/digital-media-and-dopamine/>
7. Le brain-rot: L'impact des réseaux sociaux sur nos capacités mentales., consulté le mars 18, 2026,
<https://joelineandriana.com/brain-rot-impact-reseaux-sociaux-capacites-men/>
8. Digital Addiction & Dopamine Loops Explained - MindMap AI, consulté le mars 18, 2026, <https://mindmapai.app/mind-mapping/digital-addiction-dopamine-loops>
9. Vie intime, affective et sexuelle : droits des personnes handicapées ..., consulté le mars 18, 2026,
<https://www.monparcours handicap.gouv.fr/vie-intime-et-parentalite/vie-intime-affective-et-sexuelle-quels-sont-vos-droits>
10. Dossier technique n° 3 – Vie affective et sexualité des personnes vivant avec un handicap mental - Firah, consulté le mars 18, 2026,
<https://www.firah.org/upload/notices3/2012/dossier-technique-n3-handicap-sexualite-janvier-2012.pdf>
11. Vie affective et sexuelle des personnes handicapées Question de l'assistance sexuelle - ccne-ethique.fr, consulté le mars 18, 2026,
<https://www.ccne-ethique.fr/sites/default/files/2025-05/avis118.pdf>
12. Que dit la loi : le revenge porn - e-Enfance, consulté le mars 18, 2026,
<https://e-enfance.org/informer/cyber-harcelement/le-revenge-porn/>
13. Droit à l'image et respect de la vie privée - Service Public, consulté le mars 18, 2026, <https://www.service-public.gouv.fr/particuliers/vosdroits/F32103>
14. P-9.0002 - Loi visant à contrer le partage sans consentement d'images intimes - Gouvernement du Québec, consulté le mars 18, 2026,

- <https://www.legisquebec.gouv.qc.ca/fr/document/lc/P-9.0002>
15. Lancement du plan d'actions 2026-2027 pour la vie intime, affective et sexuelle des personnes en situation de handicap, consulté le mars 18, 2026, <https://handicap.gouv.fr/lancement-du-plan-dactions-2026-2027-pour-la-vie-intime-affective-et-sexuelle-des-personnes-en-situation-de-handicap>
 16. La responsabilité pénale d'un majeur protégé - pénaliste - Cabinet ACI, consulté le mars 18, 2026, <https://www.cabinetaci.com/la-responsabilite-dun-majeur-protege/>
 17. Le statut pénal de la personne protégée - Udaf 95, consulté le mars 18, 2026, <https://www.udaf95.fr/app/uploads/sites/41/2023/01/fiche-10-le-statut-penal-de-la-personne-protegee.pdf>
 18. Droit à l'image des personnes protégées - Protection Juridique Creai HDF, consulté le mars 18, 2026, <https://protection-juridique.creaihdf.fr/app/uploads/2023/09/Droit-a-limage-des-personnes-protegees-Schema-decisionnel-ATIL-UDAF37-ATRC-1.pdf>
 19. Comment sensibiliser au droit à l'image des enfants ? - L'Autonome de Solidarité Laïque, consulté le mars 18, 2026, <https://www.autonome-solidarite.fr/articles/sensibiliser-droit-a-limage-des-enfants/>
 20. Outils de création pour rendre l'information et la communication accessibles - L'accessibilité : un enjeu universel | info.gouv.fr, consulté le mars 18, 2026, <https://www.info.gouv.fr/accessibilite/outils-de-creation-pour-rendre-linformation-et-la-communication-accessibles>
 21. Réseaux sociaux : comment protéger votre vie privée | Orange Belgique, consulté le mars 18, 2026, <https://www.orange.be/fr/blog/parametres-de-confidentialite-facebook-instagram-twitter-linkedin>
 22. Accueil - FALC - Facile à Lire et à Comprendre, consulté le mars 18, 2026, <https://falc.unapei.org>
 23. Zones de tolérance handicap mental - (Outil pédagogique ..., consulté le mars 18, 2026, <https://intimagir-nouvelle-aquitaine.org/ressource/zones-de-tolerance-handicap-mental-outil-pedagogique/>
 24. Partage de photos et vidéos de votre enfant sur les réseaux sociaux : quels sont les risques, consulté le mars 18, 2026, <https://www.cnil.fr/fr/partage-de-photos-et-videos-de-votre-enfant-sur-les-reseaux-sociaux-quels-sont-les-risques>
 25. RECOMMANDATION Accompagner la vie intime, affective et sexuelle des personnes en ESSMS - HAS, consulté le mars 18, 2026, https://www.has-sante.fr/jcms/p_3590102/fr/recommandations-accompagner-la-vie-intime-affective-et-sexuelle-des-personnes-en-essms-volet-1-socle-transversal
 26. Du handicap mental au handicap psychique : les incidences de l'évolution du public d'un foyer de vie sur l'organisa - Documentation EHESP, consulté le mars 18, 2026, https://documentation.ehesp.fr/doc_num.php?explnum_id=13899

27. IV - L'expérience du handicap comme seuil d'humanité | Cairn.info, consulté le mars 18, 2026,
<https://droit.cairn.info/revue-interdisciplinaire-d-etudes-juridiques-2015-1-page-131?lang=fr>
28. guide - qualité de vie : handicap, les problèmes somatiques et les phénomènes douloureux - HAS, consulté le mars 18, 2026,
https://www.has-sante.fr/upload/docs/application/pdf/2018-03/guide_des_problemes_somatiques.pdf
29. édito - AgaPei, consulté le mars 18, 2026,
<https://www.agapei.asso.fr/system/files?file=journalinterne/SDV46.pdf>