# IA et parentalité
# REVUE DE LA LITTERATURE

**Aout 2026**

yapaka.be

FÉDÉRATION
WALLONIE-BRUXELLES

# Table des matières

Introduction ..... 3
Contexte théorique ..... 4
Usage de l'IA par les jeunes ..... 4
IA et processus d'attachement ..... 5
Risques d'une relation affective à l'IA ..... 6
IA et facteurs d'inégalité ..... 7
Représentations et stratégies parentales par rapport à l'usage de l'IA ..... 8
Bibliographie ..... **Erreur ! Signet non défini.**

## Introduction

Les IA conversationnelles se sont aujourd'hui inscrites dans notre quotidien. Les travaux récents en la matière montrent un usage particulièrement important et croissant de ces IA chez les adolescent·es (voir ci-dessous les études Common Sense Media et CNILE) : plus de la moitié des adolescent·es utilisent des compagnons IA plusieurs fois par mois, et près d'un élève sur cinq déclare avoir eu, ou avoir des amis ayant eu, des relations amoureuses avec une IA. 48% des jeunes les utilisent pour aborder des sujets personnels ou intimes et 33% leur attribuent des qualités de « psy », proportion qui atteint 46% chez ceux souffrant d'anxiété.

Ces usages s'accompagnent de risques documentés : dépendance émotionnelle, exposition à des contenus sexuels ou violents, validation de pensées dangereuses, et manipulation commerciale ou affective. La problématique de l'attachement des enfants et adolescent·es aux IA posent d'importantes questions de santé publique. En effet, les études soulignent les conséquences des effets mirroring (perception d'une relation humanisée et réciproque) telles que des déficits d'empathie, l'érosion des compétences sociales et émotionnelles, l'isolement social, la désinhibition numérique, etc.

Outre ces problèmes d'ordre psychologique, l'utilisation de compagnon IA pose aussi des questions sur le plan structurel. Les évaluations de risque menées par des organisations de protection de l'enfance révèlent des défaillances systémiques. Par exemple, Common Sense Media (2025) a conclu que plusieurs plateformes populaires de compagnons IA (Character.AI, Nomi, Replika) présentaient des « risques inacceptables » pour les utilisateurs de moins de 18 ans, notamment en raison de : réponses inadaptées face à des idées d'automutilation ou de suicide, des conseils dangereux (automutilation perte de poids, etc.), la validation de discours haineux ou de stéréotypes, etc. Face à ces dangers pour le développement des jeunes, quelques dispositifs légaux de régulation ont été mis en place. Ainsi, en 2025, New York et la Californie ont adopté des lois exigeant des notifications régulières de non-humanité et interdisant l'exposition des mineurs à des contenus sexuels via les chatbots, ainsi que la mise en place de protocoles face à des propos suicidaires chez les utilisateurs. Des approches complémentaires privilégient le développement d'une littératie numérique chez les jeunes, des campagnes de sensibilisation auprès des familles afin d'encourager les pratiques de médiation et co-utilisation médiation active, restriction et co-utilisation (Prasetyo, & Hidayat, 2024 ; Zhang et al., 2025).

La protection des mineur·es face aux compagnons IA requiert une approche multidimensionnelle combinant régulation, conception éthique, éducation et accompagnement psychosocial. Dans ce travail, nous nous penchons sur les enjeux éthiques des problématiques d'attachement des jeunes à l'IA : sur le plan microsocial, nous cherchons à comprendre comment les familles perçoivent l'IA, comment les parents conçoivent l'IA dans la vie de leurs jeunes, afin d'identifier, en quelque sorte, le degré d'acceptabilité de tels processus affectifs avec une machine. Sur le plan macrosocial, nous nous interrogeons sur le rôle que la collectivité aurait à jouer dans la régulation de ces pratiques. Pour répondre à ces questionnements éthiques, nous avons décidé d'analyser les représentations et besoins des parents en matière de gestion de l'IA. Nous avons récolté l'avis de 146 parents sur les usages de l'IA par leur jeune, la perception des risques et les besoins en matière d'accompagnement. Plusieurs constats intéressants peuvent être tirés de cette étude exploratoire. Ils indiquent principalement une dimension paradoxale dans les perceptions parentales : les parents paraissent hyper-conscients des risques associés aux usages de l'IA, cependant les pratiques éducative (discussion, vérification, perception des enjeux normatifs ne semblent pas être ajustées à cette conscience des dangers. Les répondant·es expriment aussi un important besoin de politiques publiques ciblées dans l'accompagnement.

## Contexte théorique

### Usage de l'IA par les jeunes

L'intelligence artificielle générative s'est rapidement diffusée dans les pratiques numériques des enfants et des adolescent·es. Le champ de la recherche sur les usages de l'IA par les jeunes et plus particulièrement sur l'utilisation des compagnons IA et des effets sur le développement des enfants et des adolescent·es est également en pleine expansion.

Trois recherches comparatives récentes permettent d'éclairer les usages de l'IA par les jeunes et les conséquences psychosociales pour ceux-ci. L'étude Common Sense Media réalisée en 2025 aux USA auprès de 1060 adolescent·es de 13 à 17 ans[1], l'enquête CNIL IPSO réalisée en Europe en 2026 auprès de 3800 jeunes de 11 à 25 ans[2] et plus récemment l'enquête « EU Kids Online » menée auprès de 25 592 enfants âgés de 9 à 16 ans dans 17 pays[3]. Ces trois études quantitatives permettent de faire plusieurs constats sur l'utilisation et les perceptions des jeunes à l'égard de ces technologies émergentes. Deux de ces enquêtes (Common Sense Media et CNIL) portent sur des dyades parents-enfants, aussi bien que dans une moindre mesure, nous disposons de quelques informations sur les représentations parentales.

Ces travaux mettent en évidence que 72% des adolescent·es américains de 13 à 17 ans auraient déjà utilisé un « compagnon IA » au moins une fois. Parmi eux, plus de la moitié s'en serviraient plusieurs fois par mois, et environ un sur huit lui parlerait tous les jours. Sur le plan de la dimension affective accordée au compagnon IA, un tiers des adolescent·es interrogés déclarent avoir parfois préféré parler à une IA qu'à un humain pour des conversations sérieuses. Idem du côté européen, l'étude de la CNIL montre que 48% des jeunes utilisent une IA conversationnelle pour parler de sujets personnels ou intimes. Dans cette même enquête, 33% considèrent l'IA comme un « psy » dans certains cas, et cette proportion monte à 46% chez les jeunes souffrant d'anxiété. Au niveau de la perception de confidentialité, 56% des jeunes pensent qu'elle peut garder les échanges secrets, et 51% qu'elle peut protéger les informations confiées. 69% des jeunes pensent en outre, qu'une IA peut donner des conseils fiables.

L'usage important de l'IA s'accompagne toutefois d'une conscience des limites de ces outils : près de deux tiers des jeunes interrogés considèrent que l'IA générative peut fournir des contenus inexacts, et une proportion importante déclare vérifier les réponses à l'aide d'autres sources. Plus précisément, 32% seulement des jeunes disent savoir ce que deviennent les données qu'ils partagent et 34% l'ayant utilisé pour des sujets personnels déclarent s'être déjà sentis mal à l'aise à cause d'un conseil reçu. Enfin, 85% souhaitent davantage d'informations sur les risques et les bonnes pratiques.

Dans le contexte européen, les données issues d'EU Kids Online (la plus importante cohorte de jeunes interrogés sur ces questions) indiquent une diffusion encore plus large de ces usages : 72% des enfants âgés de 9 à 16 ans déclarent utiliser l'IA générative, notamment pour apprendre, faire leurs devoirs ou obtenir des conseils sur des préoccupations personnelles.

L'ensemble de ces résultats suggèrent que l'IA n'est plus seulement perçue comme un outil technique ou scolaire, mais aussi comme un interlocuteur susceptible d'être mobilisé dans des situations de recherche d'aide ou de réassurance. Il semble que l'usage de l'IA s'inscrit dans un continuum allant de l'assistance cognitive à une forme de soutien informationnel, voire relationnel, particulièrement chez les adolescent·es.

---

[1] https://www.commonsensemedia.org/sites/default/files/research/report/talk-trust-and-trade-offs_2025_web.pdf
[2] https://www.cnil.fr/sites/default/files/2026-05/ipsos_bva_les_jeunes_et_l_ia.pdf
[3] https://researchonline.lse.ac.uk/id/eprint/137132/

Pour la Belgique, les données EU Kids Online disponibles indiquent une adoption également élevée de l'IA générative chez les enfants et adolescent·es : les données pour 2026 révèlent un taux de 89% chez les 9–16 ans en Belgique, ce qui place le pays parmi ceux où l'usage est le plus répandu en Europe. Cela suggère que l'IA est déjà fortement intégrée aux pratiques quotidiennes des jeunes, notamment pour apprendre, faire des devoirs et chercher des informations. Les données belges montrent aussi que l'IA ne sert pas uniquement à l'école. Des enquêtes belges citées par Child Focus indiquent que 20% des élèves du secondaire en Flandre et 10% en Fédération Wallonie-Bruxelles l'utilisent pour chatter ou parler avec un ami virtuel.

### IA et processus d'attachement

Quelques études analysent les processus de construction de l'attachement aux compagnons IA (Dongmei et al., 2025 ; Xu et al., 2025. Mouhoud, 2026 ; Lee et al., 2026). Elles mettent en exergue une progression de la relation humain-IA allant d'un usage instrumental vers une relation quasi sociale puis émotionnelle. L'attachement à l'IA se construirait donc à travers plusieurs dimensions, notamment la fréquence d'interaction, la personnalisation, la perception d'empathie et la sensation d'être compris ou reconnu. La perception d'un échange symétrique renforcerait le phénomène d'anthropomorphisation : l'utilisateur peut avoir le sentiment que l'IA « le comprend », « lui ressemble » ou « s'aligne sur lui ». Ce phénomène qualifié de *mirroring* entre humains et IA contribue à rendre les échanges plus fluides et plus crédibles, et peut aussi renforcer l'illusion d'une relation réciproque, ce qui pose des questions spécifiques pour les jeunes utilisateurs. En effet, le jeune se sent systématiquement compris, valorisé et confirmé et cette impression de validation constante limite l'apprentissage de la négociation, de la frustration et de la différence.

Des modèles théoriques sont actuellement élaborés pour comprendre les dynamiques relationnelles et les risques psychologiques liés à l'interaction entre les humains et l'intelligence artificielle, particulièrement chez les jeunes. A cet égard, le Cadre de Dépendance Médiatisée par l'Attachement (AMDF) de Harris et Agarwal (2026) peut être compris comme une extension contemporaine de la théorie de l'attachement, dans la mesure où il transpose vers les environnements médiatisés une problématique centrale déjà formulée par Bowlby : la recherche de proximité d'une figure perçue comme disponible, fiable et régulatrice du stress. Les premières expériences relationnelles s'organisent en modèles internes opérants, c'est-à-dire en représentations intériorisées de soi, des autres et des relations, qui structurent les attentes ultérieures de soutien, de rejet ou d'accessibilité. L'intérêt de l'AMDF est de montrer que ces modèles peuvent aussi orienter les modalités d'investissement des technologies numériques : selon leur histoire relationnelle, les individus ne s'attachent pas de la même manière à des objets médiatisés, et n'y cherchent pas les mêmes fonctions psychiques. Ainsi, l'outil numérique peut devenir un substitut partiel de la figure d'attachement, un support de régulation émotionnelle ou un espace de contrôle relationnel, en particulier lorsque les relations humaines sont vécues comme trop coûteuses, imprévisibles ou intrusives.

La variabilité des styles d'attachement (Ainsworth), observés à travers les différences dans la recherche de proximité, l'exploration et la réaction à la séparation ou au retour de la figure de soin aide à comprendre pourquoi certains individus s'orientent vers les technologies comme vers un refuge, alors que d'autres les utilisent de manière plus instrumentale ou les rejettent. Par exemple, un jeune au profil anxieux peut être particulièrement sensible aux dispositifs qui promettent une disponibilité ininterrompue, car ceux-ci réduisent l'imprévisibilité relationnelle. À l'inverse, un sujet à tendance évitante peut préférer une interaction médiatisée précisément parce qu'elle minimise l'exposition émotionnelle et la dépendance interpersonnelle. La technologie n'est donc plus seulement un outil externe, elle peut devenir un support projectif sur lequel se rejouent des attentes préexistantes de soutien, de rejet, de contrôle ou de désillusion. Cette perspective permet aussi de comprendre pourquoi certaines personnes

développent des usages répétitifs, voire compulsifs, de dispositifs médiatisés. À l'adolescence, les liens d'attachement se réorganisent autour d'un double mouvement de séparation et de maintien d'une base de sécurité. Dans ce contexte, un cadre de type AMDF peut être mobilisé pour analyser l'investissement des technologies numériques comme supports médiatisés de régulation émotionnelle et de recherche de sécurité. Si les données empiriques spécifiquement consacrées à l'AMDF chez les adolescent·es restent limitées, la littérature sur l'attachement à l'adolescence suggère que les jeunes présentant des organisations d'attachement plus insécures pourraient être particulièrement enclins à investir ces dispositifs comme substituts fonctionnels ou compléments relationnels.

Des travaux complémentaires mettent aussi en évidence la boucle de rétroaction négative dans laquelle les jeunes peuvent être piégés avec l'usage affectif de l'IA (Gong et Li, 2026). Dans la première phase de la boucle, les jeunes qui éprouvent des difficultés dans le monde réel (par exemple, la pression scolaire, la solitude) pourraient en quelque sorte « externaliser » leur compétence cognitives (déléguer sa réflexion à l'IA) et aussi leur compétences émotionnelles (remplacer les amis réels par l'IA). Dans la seconde phase de la boucle, cet usage de substitution risque d'entraîner une érosion des capacités réelles, et amener l'utilisateur à dépendre encore plus de l'IA pour compenser. Dès lors, la solution à court terme se révèle un piège à long terme.

### Risques d'une relation affective à l'IA

Le développement d'une relation, que nous appellerons « attachée » à l'IA, n'est pas sans conséquence pour le développement des jeunes. Plusieurs travaux documentent les impacts négatifs de cette utilisation dite affective de l'IA (Sun, Wang, & McDaniel, 2026 ; Kim, 2026 ; Boucher et al., 2026). En dehors des risques connus de l'exposition des jeunes aux réseaux sociaux et médias internet (isolement social, exposition à des contenus inadaptés ou dangereux, dépendance), les études récentes montrent que l'usage des IA peut conduire à des risques spécifiques. Les jeunes attachés à un compagnon IA seraient ainsi davantage exposés aux risques suivants :

- **Empathy gap** : Les jeunes rencontrent des difficultés à reconnaître que l'IA ne ressent pas d'émotions réelles. Ainsi, l'émotion simulée par la machine produit une réponse affective authentique chez l'utilisateur. Cela peut conduire à une confusion entre empathie algorithmique et empathie humaine, avec un risque d'attribution de qualités intentionnelles à un système informatique.
- **Caregiving** : cette notion renvoie à l'idée que l'utilisateur peut aussi adopter envers l'IA une posture de soin, de protection ou de responsabilité émotionnelle. Le lien n'est donc pas seulement réceptif, il peut devenir actif : la personne vérifie si l'IA « va bien », s'inquiète de la perdre, entretient la relation, ou cherche à la préserver comme on le ferait pour une relation humaine.
- **Hyper-attachement** : il s'agit d'une forme d'investissement relationnel intense dans un agent conversationnel perçu comme disponible, empathique et sécurisant, au point d'être mobilisé comme substitut aux relations humaines. Cette dynamique peut favoriser la dépendance affective, l'isolement social et une confusion entre relation simulée et réciprocité intersubjective.
- **Désinhibition numérique** : La facilité de parler à une machine sans crainte d'être jugé peut encourager la verbalisation d'angoisses, de ruminations ou de confidences intimes. Si cet espace peut parfois soulager à court terme, il peut aussi maintenir le jeune dans une boucle de rumination ou de co-régulation illusoire, au lieu de l'orienter vers des ressources humaines adaptées.

- **Altération des compétences sociales** : À force d'interactions avec un système prévisible, tolérant et non conflictuel, on assiste à une érosion des compétences sociales telles que la gestion du désaccord, l'interprétation des intentions, le compromis, la tolérance à l'ambivalence et la réparation relationnelle.
- **Renforcement de l'isolement** : Lorsqu'elle se substitue progressivement aux interactions humaines, l'IA peut contribuer à un retrait social discret mais réel. Le jeune peut alors se sentir accompagné sans sortir de sa solitude, ce qui entretient une illusion de lien plutôt qu'un lien social effectif.
- **Normalisation de la dépendance émotionnelle** : Comme l'IA est toujours disponible et répond sans fatigue, certains jeunes peuvent intégrer l'idée qu'un lien relationnel « idéal » ne comporte ni attente, ni frustration, ni limite. Cela risque de déplacer les attentes relationnelles vers des formes de dépendance émotionnelle peu compatibles avec les relations humaines ordinaires.

### IA et facteurs d'inégalité

L'usage de l'IA s'inscrit dans des rapports de pouvoir, dès lors ces risques sont accrus pour les jeunes vivant des inégalités liées au genre, à l'origine, au milieu social ou tout autre critère de discrimination (validisme, hétérosexisme, islamophobie, …). Les algorithmes reproduisent et amplifient les biais racistes, sexistes et classistes présents dans les données et les pratiques sociales. Idem pour les conditions d'accès, d'accompagnement et de littératie numérique qui varient fortement selon le genre, l'origine ethnoraciale et la classe sociale. Ces éléments ont des conséquences très concrètes pour les jeunes (Chen, 2023 ; Baker & Hawn, 2022 ; Naudet, 2025). Par exemple, il y aurait davantage de suspicion d'usage « frauduleux » de l'IA chez les élèves racisés ou de milieux populaires. Les adolescent·es afro-américains ont deux fois plus de risques d'être accusés à tort d'avoir utilisé l'IA pour leurs devoirs, révélant des biais dans les pratiques enseignantes. Au niveau européen, les enfants issus de familles à faibles revenus sont moins susceptibles de discuter d'IA à l'école. En France, les enfants de milieux aisés sont plus avertis sur les risques de désinformation et mieux armés pour identifier les deepfakes que ceux de milieux populaires.

Ces recherches contestent l'idée d'une jeunesse numériquement homogène. Si les jeunes sont souvent présentés comme « naturellement » à l'aise avec les outils numériques, de nombreux travaux ont mis en évidence des inégalités numériques persistantes, non seulement en termes d'accès, mais aussi de qualité, d'encadrement, et surtout de finalité des usages (Fluckiger, 2019 ; Bruillard, 2008 ; cités par Naudet, 2025).

En effet, le rapport réflexif face à un outil tel que l'IAG dépend fortement du contexte familial, scolaire et social. Les jeunes qui bénéficient d'un accompagnement familial averti, d'une culture numérique préalable ou d'une maîtrise plus solide des attendus scolaires développent plus facilement un usage stratégique et critique de l'IA. À l'inverse, les élèves les plus éloignés de ces ressources sont davantage exposés à des usages passifs ou mal compris, qui risquent d'entraver leur progression et de renforcer les malentendus socio-scolaires (Naudet, 2025).

Il existe également un gap de genre important dans l'usage de l'IA par les jeunes (comme d'ailleurs pour l'utilisation du numérique en général). Selon l'enquête européenne ICILS[4] qui mesure les compétences numériques, les filles de 14 ans ont, en moyenne, 25% de chances en moins que les garçons de savoir exploiter les technologies numériques à des fins élémentaires, quatre fois moins de chances de savoir programmer un ordinateur et treize fois moins de déposer

[4] European Commission, Directorate-General for Education, Youth, Sport and Culture. (2024). *International Computer and Information Literacy Study (ICILS) in Europe, 2023: Main findings and educational policy implications*. Publications Office of the European Union.

un brevet technologique. Aux États-Unis, les adolescentes sont plus susceptibles d'utiliser l'IA pour obtenir du soutien émotionnel, tandis que les garçons l'utilisent davantage pour le divertissement et l'assistance académique. Le croisement des facteurs d'inégalités vulnérabilisent tout particulièrement les jeunes. Les adolescentes issues de milieux populaires, de zones rurales ou de minorités ethnoraciales cumulent les désavantages : moindre accès aux équipements, moindre accompagnement scolaire, exposition accrue aux biais et aux stéréotypes.

### Représentations et stratégies parentales par rapport à l'usage de l'IA

Ces différents constats sur les risques encourus par les jeunes utilisateurs de l'IA convoquent la question de la posture parentale. Comment les parents perçoivent-ils ces usages ? Quelles représentations se font-ils des risques et comment encadrent-ils l'utilisation ?

Il existe encore peu de recherches sur la perception parentale des risques liés aux usages affectifs de l'IA. Toutefois, les quelques travaux sur le sujet montrent un décalage entre les usages réels des adolescent·es et la conscience parentale (Madden, Calvin, Hasse et Lenhart, 2024). Seuls 37% des parents dont les enfants utilisent l'IA en avaient connaissance, ce qui indique que beaucoup de familles ne perçoivent pas encore l'ampleur réelle de ces pratiques. L'étude souligne aussi que 83% des parents disent que l'école n'a pas donné de consignes claires sur l'usage de l'IA, ce qui renforce le flou éducatif autour de ces technologies. Il apparait également que les parents perçoivent majoritairement l'IA à travers le prisme étroit du soutien scolaire, négligeant souvent son rôle de technologie polyvalente ou de compagnon affectif et que de nombreux jeunes utilisent l'IA de manière "clandestine" pour leurs devoirs ou pour se confier, sans cadre familial établi (Xie, et al., 2025).

Les représentations parentales sont fortement influencées par le discours médiatique (IA comme révolution vs IA comme menace) et par la littératie numérique des parents. Ces résultats rejoignent les travaux plus généraux sur les inégalités numériques (Pfeffer-Meyer, 2026). L'appropriation des technologies dépend du capital culturel, des ressources éducatives et des contextes familiaux. En effet, l'IA n'est pas seulement un objet technique, c'est un objet socialement interprété, dont les usages sont façonnés par des normes éducatives, des attentes parentales et des formes de surveillance plus ou moins explicites.

Étant donné l'impact des représentations sur les attitudes et les comportements, nous avons cherché à en savoir plus sur les stratégies éducatives liées à la gestion de l'IA. Les quelques études empiriques sur le sujet s'appuient sur les stratégies parentales liées au numérique (au sens large) et montrent que les pratiques éducatives oscillent entre médiation active, restriction et co-utilisation (Prasetyo, & Hidayat, 2024 ; Zhang et al., 2025). Mais dans tous les cas, il apparait que les défis restent importants pour les parents en raison de la méconnaissance des usages réels de l'IA par les jeunes, de la complexité technique et de la tension que peut générer l'utilisation de l'IA entre la demande d'autonomie des jeunes et le souci de protection des parents.