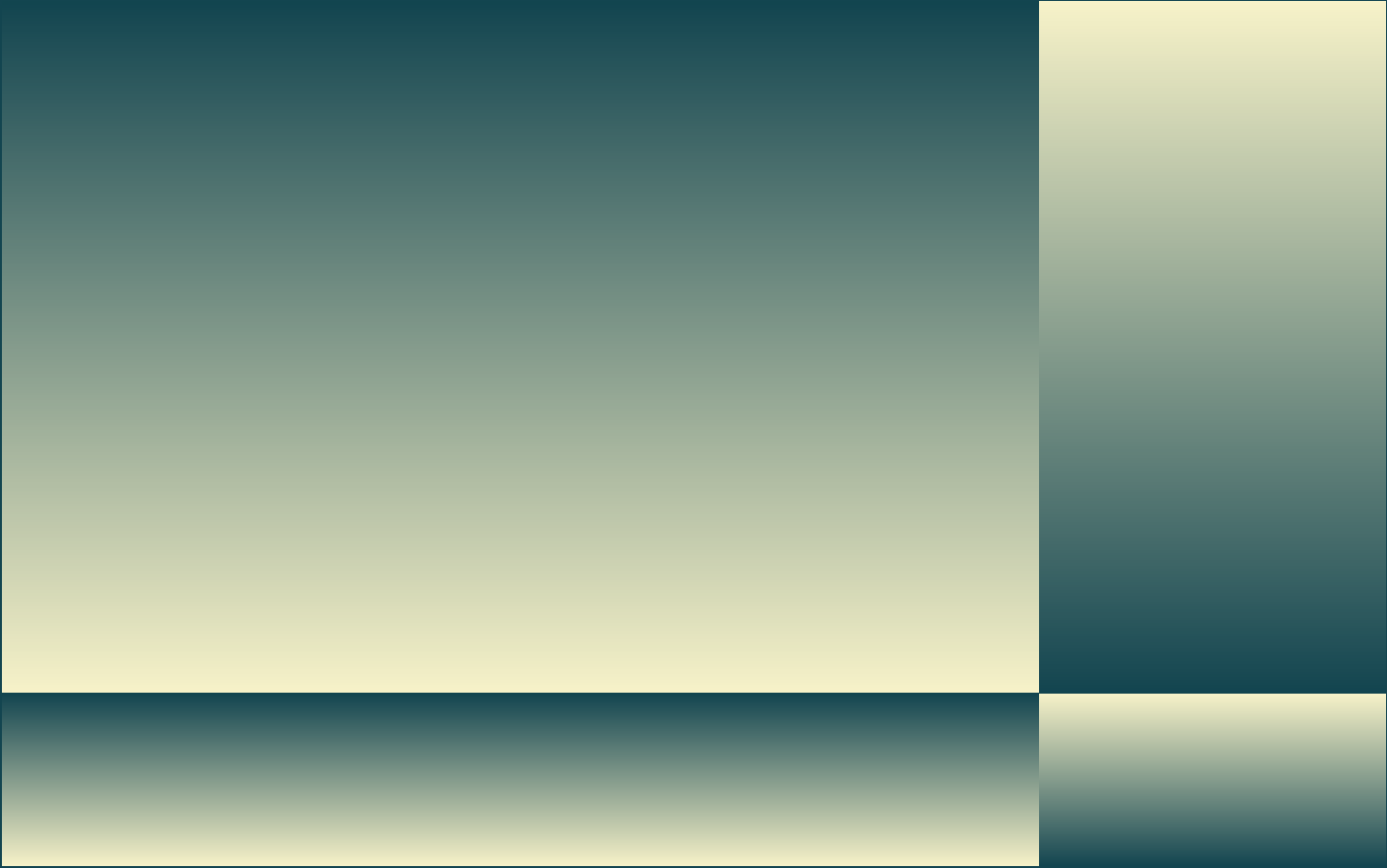




DATA BRIEF

Grandir avec l'IA générative

Ce que l'expérience des adolescents français nous apprend sur l'avenir de la sécurité des enfants en ligne

Jessica Galissaire

October 22, 2026

Table of Contents

1.	L'IA générative est largement adoptée par les adolescents, et ce dès le plus jeune âge	4
----	--	---

2.	Les adolescents voient surtout des opportunités, là où les parents voient aussi des risques	5
----	---	---

3.	Les compagnons IA et l'IA intégrée aux réseaux sociaux méritent une attention particulière	6
----	--	---

4.	Quel est l'impact de l'utilisation de l'IA générative sur le bien-être des adolescents ?	8
----	--	---

5.	Les parents souhaitent être davantage accompagnés	9
----	---	---

À propos de l'étude

Pour le compte d'*interface*, YouGov a réalisé une enquête en ligne en France du 24 au 30 juin 2026 à partir de son panel propriétaire. Les répondants ont été recrutés au sein du panel en ligne de YouGov, avec le consentement parental pour la participation des enfants et adolescents. L'enquête a été menée auprès de 1 138 parents d'enfants âgés de 11 à 17 ans et de 970 adolescents âgés de 11 à 17 ans. L'échantillon de parents était représentatif en termes d'âge, de genre, de région géographique et de catégorie socioprofessionnelle, tandis que l'échantillon d'adolescents était suffisamment important pour permettre une analyse selon trois tranches d'âge : 11-12 ans, 13-15 ans et 16-17 ans. Le questionnaire fournissait aux répondants des définitions et des exemples des différentes catégories d'IA étudiées, en distinguant l'IA générative à usage général (ou « IA générative généraliste »), les compagnons IA, l'IA générative intégrée aux réseaux sociaux et les assistants vocaux. Une partie de l'analyse repose sur un « score de vulnérabilité », qui constitue un indicateur de bien-être auto-déclaré et non un diagnostic médical.

Rapport YouGov complet : [Français \(PDF\)](#), [English \(PDF\)](#)

L'intelligence artificielle (IA) générative fait désormais largement partie du quotidien des jeunes français. Qu'il s'agisse d'aide aux devoirs, de recherche d'informations, des compagnons conversationnels ou des fonctionnalités d'IA intégrées aux réseaux sociaux, ces outils transforment la manière dont ils apprennent, communiquent et occupent leur temps libre. Ils contribuent également à façonner la manière dont les jeunes se perçoivent eux-mêmes et perçoivent les autres, en particulier lorsqu'ils sont utilisés comme confidants ou pour apporter un soutien émotionnel.

Cette utilisation croissante soulève des questions quant à la [santé mentale](#) des jeunes et, dans certains cas, à leur [intégrité physique](#). Dans ce contexte, les débats sur l'impact de l'IA générative sur le bien-être des enfants, sur la nécessité de les protéger davantage et sur la forme que devrait prendre cette protection progressent rapidement ; souvent plus vite que les données empiriques sur la manière dont les jeunes appréhendent réellement ces technologies.

Afin de mieux comprendre comment ces derniers utilisent l'IA générative, YouGov a mené pour *interface* une enquête auprès de 970 adolescents âgés de 11 à 17 ans en France et de leurs parents. L'étude examine l'accès à différents types d'IA génératives et leur fréquence d'utilisation, les raisons qui poussent les jeunes à y recourir, leur perception des avantages et des risques de leurs usages, les liens éventuels avec leur santé mentale et leur bien être en général, ainsi que le soutien dont leurs parents estiment avoir besoin. Elle établit une distinction entre les outils d'IA générative à usage général (dits « généralistes ») tels que ChatGPT, les compagnons IA tels que Character.AI, l'IA intégrée aux réseaux sociaux comme My AI sur Snapchat, et les assistants vocaux tels que Siri.

Les principaux enseignements de l'étude sont présentés ci-dessous. Ils sont également disponibles en anglais [ici](#).

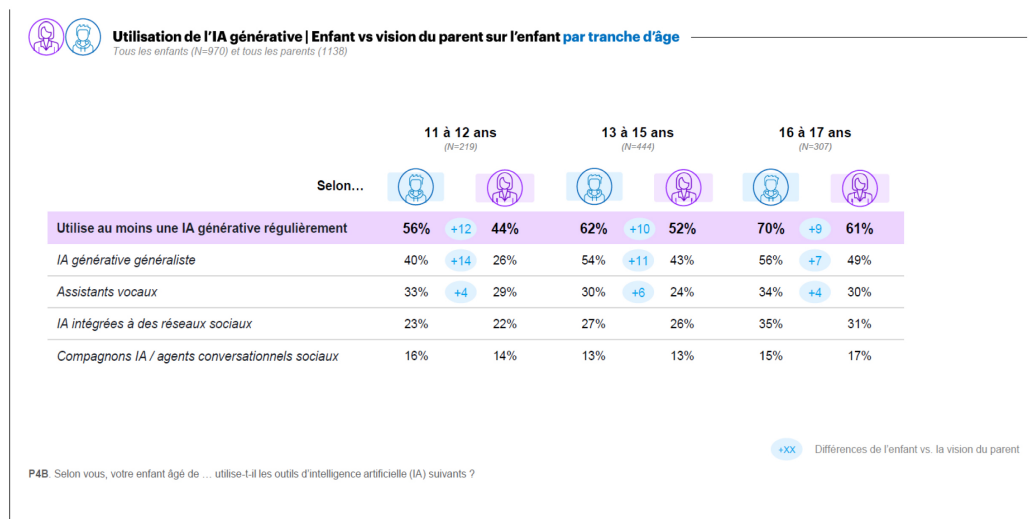
L'IA générative est largement adoptée par les adolescents, et ce dès le plus jeune âge

L'étude fait état d'une utilisation fréquente de l'IA générative tant chez les parents que chez les adolescents interrogés : **63 % des parents comme des enfants utilisent au moins un outil d'IA générative au moins une fois par semaine.**

Les outils d'IA généralistes, tels que ChatGPT, constituent la catégorie la plus couramment utilisée. Parmi les mineurs français interrogés, 78 % déclarent utiliser ce type d'IA, contre 55 % pour les assistants vocaux, 50 % pour l'IA intégrée aux réseaux sociaux et 32 % pour les compagnons IA. L'utilisation régulière devient également plus courante avec l'âge, en particulier pour l'IA à usage général et l'IA intégrée aux réseaux sociaux. Toutefois, **l'adoption commence dès le plus jeune âge : 56 % des 11-12 ans utilisent au moins un type d'IA générative au moins une fois par semaine.** Chaque semaine, 40 % d'entre eux utilisent une IA générative à usage général et 33 % ont recours à des assistants vocaux. Plus frappant encore, 23 % d'entre eux déclarent utiliser l'IA intégrée aux plateformes de réseaux sociaux et 16 % déclarent utiliser des compagnons IA, alors qu'ils ne devraient pas y avoir accès, conformément aux conditions générales de la plupart de ces services.

Les parents n'ont pas toujours une vision claire des activités de leurs enfants. Ils sous-estiment notamment l'utilisation de l'IA à usage général de leurs enfants, l'écart le plus important étant observé chez les plus jeunes. Parmi les 11-12 ans, 40 % déclarent utiliser régulièrement une IA à usage général, tandis que les parents estiment ce chiffre à 26 %.

Plus l'enfant est jeune, plus les parents sous-estiment son utilisation de l'IA générative

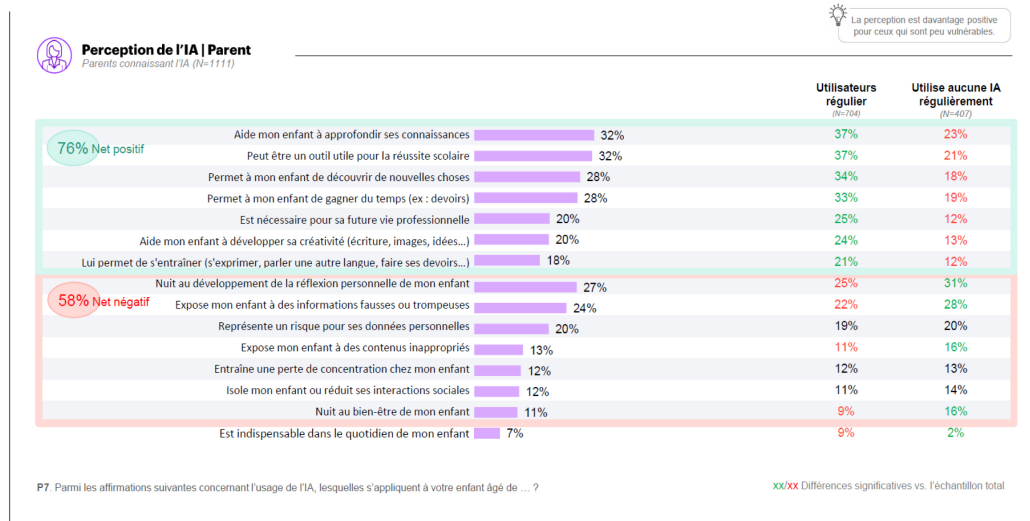


Source : YouGov pour interface, « [Parents et adolescents face à l'IA générative](#) », p. 17

Les adolescents voient surtout des opportunités, là où les parents voient aussi des risques

Pour les adolescents, l'IA générative est avant tout une ressource pratique : un moyen de gagner du temps, de trouver des réponses, d'apprendre et de faire leurs devoirs. Parmi les adolescents qui sont familiers de ces outils, 89 % y voient au moins un aspect positif. Les parents reconnaissent également leur potentiel éducatif, mais ils se montrent nettement plus ambivalents. Leurs inquiétudes portent notamment sur la diminution de l'esprit critique, la diffusion d'informations trompeuses et les risques liés aux données personnelles. 44 % des parents de jeunes utilisateurs déclarent ne pas se sentir à l'aise lorsque leur enfant utilise l'IA générative.

Même si les bénéfices perçus l'emportent, les parents sont inquiets



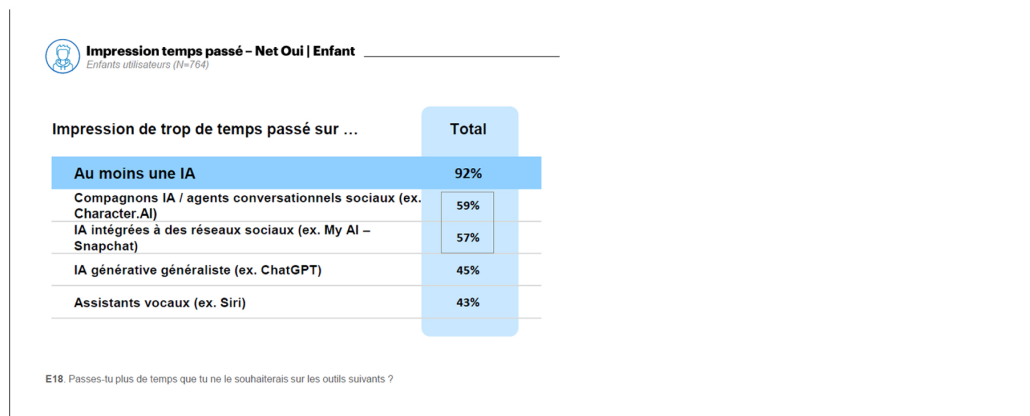
Source : YouGov pour interface, « [Parents et adolescents face à l'IA générative](#) », p. 29

Ce contraste ne saurait être réduit à une simple opposition entre des adolescents enthousiastes et des adultes sceptiques. Il met en évidence un enjeu politique plus large, à savoir : comment préserver les avantages auxquels les jeunes eux-mêmes accordent de l'importance, tout en prenant en considération les risques qu'ils ne perçoivent pas forcément ?

Les compagnons IA et l'IA intégrée aux réseaux sociaux méritent une attention particulière

L'un des constats les plus marquants de l'étude concerne le **temps passé** sur ces services. Parmi les adolescents qui utilisent l'IA générative, **92 % déclarent passer plus de temps qu'ils ne le souhaiteraient sur au moins l'un des outils couverts par l'enquête**. Bien que ce chiffre ne constitue pas un indicateur clinique de dépendance, il témoigne d'un sentiment largement répandu selon lequel les mineurs passent plus de temps qu'ils ne le souhaiteraient sur ces plateformes.

Presque tous les enfants qui utilisent l'IA générative ont le sentiment d'y consacrer trop de temps



Source : YouGov pour interface, « [Parents et adolescents face à l'IA générative](#) », p. 32

Ce sentiment est particulièrement marqué pour les compagnons IA et l'IA intégrée aux réseaux sociaux : 59 % des utilisateurs de compagnons IA et 57 % des utilisateurs d'IA intégrée aux réseaux sociaux déclarent passer plus de temps qu'ils ne le souhaiteraient avec ces outils, contre 45 % des utilisateurs d'IA générative dite généraliste et 43 % des utilisateurs d'assistants vocaux. Ces services méritent une attention particulière en matière de sécurité des enfants en ligne, d'autant plus qu'ils sont conçus autour d'interactions répétées : les compagnons IA entretiennent de manière artificielle des conversations continues, tandis que l'IA des réseaux sociaux est intégrée dans des environnements déjà optimisés pour un engagement maximum.

Les résultats suggèrent également que **la dimension relationnelle de l'utilisation de l'IA générative est relativement plus prégnante chez les jeunes enfants.** Bien que les 11-12 ans soient globalement moins enclins que les adolescents plus âgés à utiliser régulièrement l'IA générative, **14 % des 11-12 ans utilisateurs d'IA générative déclarent s'en servir pour se confier, contre 6 % chez les 13-15 ans utilisateurs.** L'utilisation régulière de compagnons IA est également déjà répandue chez les plus jeunes interrogés, avec un taux de 16 %, contre 13 % chez les 13-15 ans et 15 % chez les 16-17 ans.

Ces chiffres suggèrent que les politiques publiques devraient aller au-delà des questions d'âge d'accès. Il apparaît primordial d'accorder une attention particulière à la conception de systèmes favorisant des interactions prolongées, personnalisées ou entraînant un attachement émotionnel, en particulier lorsqu'ils sont utilisés par de jeunes enfants.

Quel est l'impact de l'utilisation de l'IA générative sur le bien-être des adolescents ?

L'enquête dessine un tableau nuancé. La plupart des adolescents font état d'un bon niveau général de bien-être, quel que soit leur usage de l'IA. Dans le même temps, les utilisateurs réguliers d'IA générative déclarent plus fréquemment ressentir des émotions négatives. Parmi l'ensemble des adolescents interrogés, **38 % déclarent ressentir des émotions négatives au moins une fois par semaine. Cette proportion atteint 44 % chez les utilisateurs réguliers d'IA générative et 50 % chez les utilisateurs réguliers de compagnons IA.**

Des émotions négatives plus fréquentes pour les enfants utilisateurs réguliers de compagnons IA

 **Lien entre l'usage de l'IA générative et le bien-être | Enfant**
Tous les enfants (N=970)

	Total	Utilisateurs réguliers* IA générative en général (N=704)	IA générative généraliste (N=495)	Assistants vocaux (N=306)	IA intégrées à des réseaux sociaux (N=279)	Compagnons IA / agents conversationnels sociaux (N=136)
 Peu vulnérable	77%	78%	79%	81%	81%	86%
 Plus vulnérable	23%	21%	21%	19%	19%	14%
Est heureux(se)	95%	95%	95%	97%	98%	97%
A confiance en soi	79%	80%	80%	82%	84%	88%
Se sent soutenu(e) par son entourage	96%	96%	96%	97%	97%	98%
Emotions négatives régulières (au moins une fois par semaine)	38%	44%	45%	46%	44%	50%
Dort bien	75%	75%	75%	78%	78%	80%
La santé mentale est un sujet important	70%	74%	74%	76%	80%	82%

E1, E2, E13, E14

 Les enfants utilisant les IA non-généralistes ont davantage de parents peu vulnérables

*Utilisateurs réguliers= Au moins une fois par semaine
xxx Différences significatives vs. l'échantillon total

Source : YouGov pour interface, « [Parents et adolescents face à l'IA générative](#) », p. 38

Bien que ces chiffres ne doivent pas être interprétés comme la preuve que l'IA générative provoque une détresse émotionnelle chez les mineurs, ils méritent qu'on s'y attarde. Ils suggèrent en effet que la relation entre certaines formes d'utilisation de l'IA générative et la santé mentale mérite d'être examinée de plus près, en particulier lorsque les systèmes sont conçus pour des interactions répétées ou relationnelles.

Les parents souhaitent être davantage accompagnés

Les parents français font face à ces évolutions avec un soutien limité. Seuls 32 % estiment être suffisamment accompagnés pour aider leurs enfants à naviguer dans l'usage de l'IA générative. **26 % se sentent accompagnés, mais pas suffisamment, et 42 % ne se sentent pas accompagnés du tout.** Les parents les plus vulnérables ou ceux qui utilisent peu ou pas l'IA générative se sentent particulièrement laissés de côté.

Lorsqu'on leur demande qui devrait les accompagner, les parents citent le plus souvent les écoles et le personnel enseignant (51 %), suivis des fournisseurs d'IA générative eux-mêmes (41 %) et des pouvoirs publics (30 %). Cela suggère qu'ils ne considèrent pas l'accompagnement des usages de l'IA comme relevant uniquement de la responsabilité individuelle ou familiale. **Ils attendent un soutien à la fois des institutions chargées de l'éducation et des entreprises qui conçoivent et déploient ces systèmes.**

Rendre l'IA générative plus sûre pour les jeunes suppose de prendre en compte leurs expériences réelles – et pas seulement d'en gérer l'accès. Cela nécessite également d'examiner de plus près la manière dont ces systèmes sont conçus, les types d'interactions qu'ils encouragent et la répartition des responsabilités dans la réduction des risques potentiels.

Alors que l'IA générative occupe une place croissante dans le quotidien des enfants, les réponses politiques doivent à la fois encourager les possibilités d'apprentissage et de participation avec certains outils lorsque cela fait sens, mieux informer les familles et renforcer l'encadrement des systèmes d'IA conçus pour capter durablement l'attention des utilisateurs ou susciter un attachement émotionnel. Ces politiques doivent être ancrées dans des données empiriques et non des intuitions. C'est précisément dans cette perspective que s'inscrit cette étude, qui entend contribuer au débat public sur la sécurité des mineurs en ligne.

Author

Jessica Galissaire

Senior Policy Researcher Digital Public Sphere

jgalissaire@interface-eu.org

Imprint

interface – Tech analysis and policy ideas for Europe
(formerly Stiftung Neue Verantwortung)

W www.interface-eu.org

E info@interface-eu.org

T +49 (0) 30 81 45 03 78 80

F +49 (0) 30 81 45 03 78 97

interface – Tech analysis and policy ideas for Europe e.V.
c/o Publix
Hermannstraße 90
D-12051 Berlin

This paper is published under CreativeCommons License (CC BY-SA). This allows for copying, publishing, citing and translating the contents of the paper, as long as interface is named and all resulting publications are also published under the license “CC BY-SA”. Please refer to <http://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/> for further information on the license and its terms and conditions.

Design by Make Studio

www.make.studio

Code by Convoy

www.convoyinteractive.com