

La robotisation des liens sociaux chez les jeunes



Analyse Février 2026
Ligue des Droits de l'Enfant
Thalia Amen

Table des Matières

Introduction

Chapitre 1 : L'intelligence artificielle au regard du droit de la jeunesse

Section 1 : Les *chatbots*, des amis idéaux pour les jeunes ?

Section 2 : Une illusion d'empathie produite par l'IA

Section 3 : Quels droits / protection pour les jeunes ?

- L'intérêt supérieur de l'enfant (article 3 CIDE)
- La protection de la vie privée (article 16 CIDE)
- Les risques numériques (article 19 CIDE)
- La liberté d'expression (article 13 CIDE)
- L'accès à une information adaptée (article 17 CIDE)
- Le droit d'être entendu (article 12 CIDE)

Section 4 : Quels risques pour les jeunes ?

- La dépendance affective
- L'isolement social
- Les retards dans la prise en charge professionnelle
- Les risques liés à la vie privée
- Les inégalités d'accès

Chapitre 2 : Pourquoi l'usage des *chatbots* affecte-t-il particulièrement les jeunes ?

Section 1 : L'IA, le nouveau psy des jeunes ?

- L'accessibilité immédiate
- L'absence de jugement
- L'anonymat
- L'illusion d'écoute active
- La saturation des services de santé mentale

Chapitre 3 : Quelle influence sur l'identité du jeune ?

Section 1 : L'IA, une utilisation positive ?

Section 2 : Quelle éthique ?

- L'obligation de transparence
- La protection de la santé mentale
- La protection des données
- Le respect du développement et de l'autonomie
- La responsabilité des concepteurs et fournisseurs

Conclusion

Bibliographie

Introduction

En 2026, les agents conversationnels d'intelligence artificielle rencontrent un succès considérable auprès des jeunes, au point qu'un tiers des adolescents déclarent préférer parler de leurs émotions avec eux plutôt qu'avec des personnes¹.

L'intelligence artificielle s'immisce aujourd'hui dans les sphères les plus personnelles de la vie des jeunes, touchant un public de plus en plus précoce. Les observations des spécialistes soulignent que certains adolescents nouent des relations émotionnelles profondes avec des agents conversationnels, au détriment de liens sociaux réels². Cela révèle une transformation notable des modes de socialisation propres à cette génération. Cette évolution suscite de nombreuses interrogations quant au développement psychologique des jeunes qui considèrent les *chatbots* comme étant des confidents, mais elle met également en lumière des enjeux plus larges en matière de protection de données et de responsabilité³.

Force est de constater que l'usage systématique de ces outils peut réduire les occasions pour les jeunes d'apprendre à gérer des situations sociales délicates ou inconfortables. En évitant ce genre de situations, ils perdent une partie de l'expérience relationnelle qui permet d'acquérir des compétences telles que la résilience, la régulation émotionnelle et la communication interpersonnelle⁴. Dans un contexte où l'adolescence est une période cruciale de construction identitaire, le fait de privilégier une interaction automatisée et toujours disponible peut fragiliser l'apprentissage de relations authentiques et durables⁵.

Par ailleurs, la capacité des *chatbots* à répondre instantanément et à fournir des solutions immédiates peut encourager une forme de dépendance. En effet, l'accès rapide à des réponses limite l'effort de recherche, de réflexion critique et de confrontation des sources, ce qui peut impacter la formation des compétences scolaires et l'autonomie intellectuelle des jeunes⁶. L'intelligence artificielle transforme les modes d'apprentissage et de formation⁷.

De ce fait, nous assistons à une transformation sociale inédite, dont les conséquences sur les aptitudes relationnelles, l'empathie et la capacité à nouer des liens authentiques ne pourront être pleinement évaluées que sur le long terme⁸. Cette situation pose également une question juridique fondamentale : *comment encadrer l'utilisation de technologies susceptibles d'influencer le développement des jeunes, tout en respectant leurs libertés et en garantissant un niveau de protection adapté à leur vulnérabilité ?*

¹ KAZYNSKI., « Les *chatbots* IA menacent-ils le développement social des enfants et adolescents ? », février 2026, <https://aiapp.fr/news/chatbots-ia-menacent-developpement-social-enfants-adolescents>

² *Ibidem.*

³ *Ibidem.*

⁴ *Ibidem.*

⁵ OSEO Suisse., « Intelligence artificielle dans l'apprentissage : opportunités et risques pour les jeunes », Prise de position, 2025, p. 4.

⁶ KAZYNSKI., « Les *chatbots* IA menacent-ils le développement social des enfants et adolescents ? », février 2026, <https://aiapp.fr/news/chatbots-ia-menacent-developpement-social-enfants-adolescents>

⁷ OSEO Suisse., « Intelligence artificielle dans l'apprentissage : opportunités et risques pour les jeunes », Prise de position, 2025, p. 4.

⁸ *Ibidem.*

Chapitre 1. L'intelligence artificielle au regard du droit de la jeunesse

L'**intelligence artificielle** désigne « *les systèmes informatiques capables d'effectuer des tâches complexes que seul un être humain pouvait réaliser par le passé, comme raisonner, prendre des décisions ou résoudre des problèmes* »⁹.

Le **robot conversationnel** désigne quant à lui « *un agent spécialisé capable de mener une conversation notamment de répondre à des questions, de soutenir une conversation simple, ou de déclencher l'exécution de tâches* »¹⁰.

Les technologies numériques, et plus récemment les *intelligences artificielles* et *chatbots*, occupent une place croissante et importante dans le quotidien des jeunes, notamment depuis la crise du Covid-19. Ces intelligences sont désormais intégrées aux réseaux sociaux, aux plateformes éducatives, aux outils de recherche d'information et même à certains dispositifs d'accompagnement psychologique¹¹. Elles influencent ainsi les manières de communiquer, d'apprendre, de se représenter soi-même et d'interagir avec le monde. Cette omniprésence peut avoir des effets positifs, notamment en facilitant l'accès à l'information, en soutenant l'apprentissage personnalisé ou en offrant des formes d'assistance et d'écoute à des jeunes qui hésitent à se tourner vers des structures traditionnelles de soutien¹².

Cependant, l'impact des intelligences artificielles sur la santé mentale des jeunes soulève également de nombreuses préoccupations. Les algorithmes qui régissent les contenus proposés sur les réseaux sociaux peuvent renforcer l'exposition à des informations anxiogènes, à des normes irréalistes ou à des discours polarisants¹³. Cette dynamique favorise la comparaison sociale, le sentiment d'insuffisance et l'isolement, autant de facteurs susceptibles d'aggraver la détresse psychologique. De plus, l'automatisation de certaines interactions sociales peut réduire la qualité des relations humaines, pourtant essentielles à l'équilibre émotionnel des jeunes¹⁴.

Les intelligences artificielles posent également des enjeux en matière d'autonomie et de construction identitaire. En orientant les choix, les opinions ou les comportements à travers des systèmes de recommandation, elles peuvent influencer la perception que les jeunes ont d'eux-mêmes et de leur avenir¹⁵. Cette influence, souvent invisible, peut engendrer un

⁹ C. STAFF, « Qu'est-ce que l'intelligence artificielle ? Définition, utilisations et types », <https://www.coursera.org/fr-FR/articles/what-is-artificial-intelligence>

¹⁰ Définition les robots conversationnels : https://datafranca.org/wiki/Robot_conversationnel

¹¹ A. FRANCK, « Les jeunes et l'intelligence artificielle : entre fascination, vigilance et nouveaux usages », *Lecture Jeunesse*, 2025, <https://www.lecturejeunesse.org/dossier/les-jeunes-et-lintelligence-artificielle-entre-fascination-vigilance-et-nouveaux-usages/>

¹² *Ibidem*.

¹³ Psychologie et l'Intelligence Artificielle « Impact Psychologique de l'Intelligence Artificielle sur les Adolescents : Entre opportunités et défis », <https://psychologue-isabellecarlier.com/limpact-psychologique-de-lintelligence-artificielle-chez-les-adolescents/>

¹⁴ *Ibidem*.

¹⁵ A. FRANCK, « Les jeunes et l'intelligence artificielle : entre fascination, vigilance et nouveaux usages », *Lecture Jeunesse*, 2025, <https://www.lecturejeunesse.org/dossier/les-jeunes-et-lintelligence-artificielle-entre-fascination-vigilance-et-nouveaux-usages/>

sentiment de perte de contrôle et accentuer l'anxiété, en particulier chez les jeunes déjà fragilisés¹⁶.

En effet, l'intelligence artificielle est « *omniprésente dans les réseaux sociaux utilisés par les adolescents* »¹⁷. « *Les effets sont ambivalents. Certains adolescents trouvent dans ces outils un soutien social et un divertissement. D'autres en subissent les revers : anxiété, dépression, sentiment de comparaison constante. L'IA renforce les vulnérabilités psychologiques* »¹⁸. Le fait d'être régulièrement exposé à des contenus idéalisés, choisis par des algorithmes, peut modifier la perception de la réalité et renforcer les sentiments de mal-être et d'infériorité¹⁹.

Section 1. Les chatbots, des amis idéaux pour les jeunes ?

La croissance des intelligences artificielles conversationnelles s'inscrit dans une mutation profonde des modes de communication et de socialisation, particulièrement marquée chez les adolescents. De plus en plus, ces derniers développent des interactions régulières, voire affectivement investies, avec des systèmes d'IA capables de dialoguer de manière fluide, personnalisée et émotionnellement adaptée²⁰.

Ces technologies, accessibles en permanence et dépourvues de jugement explicite, peuvent apparaître comme des interlocuteurs idéaux pour des jeunes en quête de compréhension, de reconnaissance ou de soutien émotionnel et donne une illusion de réciprocité²¹. Ce phénomène soulève toutefois des interrogations majeures quant à ses implications psychologiques, sociales et juridiques, notamment en raison de la vulnérabilité inhérente au public mineur²².

D'un point de vue juridique, cette évolution interroge en premier lieu les principes de protection des droits fondamentaux des enfants, consacrés tant par le droit interne que par les instruments internationaux, au premier rang desquels figure la Convention internationale relative aux droits de l'enfant.

¹⁶ A. FRANCK, « Les jeunes et l'intelligence artificielle : entre fascination, vigilance et nouveaux usages », *Lecture Jeunesse*, 2025, <https://www.lecturejeunesse.org/dossier/les-jeunes-et-lintelligence-artificielle-entre-fascination-vigilance-et-nouveaux-usages/>

¹⁷ *Ibidem*.

¹⁸ *Ibidem*.

¹⁹ Psychologie et l'Intelligence Artificielle « Impact Psychologique de l'Intelligence Artificielle sur les Adolescents : Entre opportunités et défis », <https://psychologue-isabellecarlier.com/limpact-psychologique-de-lintelligence-artificielle chez-les-adolescents/>

²⁰ <https://www.rtb.be/article/les-relations-affectives-entre-jeunes-et-ia-en-hausse-quels-dangers-pour-nos-ados-11596757>

²¹ The Conversation., « Les adolescents confient-ils désormais leurs secrets aux intelligences artificielles ? », RTBF Actus, <https://www.rtb.be/article/les-adolescents-confient-ils-desormais-leurs-secrets-aux-intelligences-artificielles-11626633>

²² X., « Les relations affectives entre jeunes et ia en hausse, quels dangers pour nos ados ? », RTBF Actus, <https://www.rtb.be/article/les-relations-affectives-entre-jeunes-et-ia-en-hausse-quels-dangers-pour-nos-ados-11596757>

En effet, l'exposition prolongée des jeunes à des interactions affectives artificielles, susceptibles de se substituer partiellement aux relations humaines, pose la question du respect de leur droit à un développement harmonieux, incluant la construction de compétences sociales, émotionnelles et relationnelles fondées sur des échanges authentiquement humains²³. En ce sens, l'illusion d'empathie produite par l'IA, bien qu'efficace sur le plan technique, demeure fondamentalement dépourvue de conscience, d'intention morale et de responsabilité²⁴.

Section 2. Une illusion d'empathie produite par l'iA

Contrairement à une personne humaine, l'intelligence artificielle ne possède ni discernement éthique ni la capacité à contextualiser ses réponses. Elle se borne à générer des réponses à partir de données et de probabilités, sans apprécier la portée normative ou émotionnelle de ses propos. Cette caractéristique soulève un risque particulier lorsque l'IA est sollicitée pour répondre à des questionnements intimes, conflictuels ou psychologiquement sensibles. En l'absence de mécanismes de régulation, certaines réponses peuvent s'avérer inadaptées, voire préjudiciables, ce qui interroge directement la responsabilité des concepteurs, des exploitants et des plateformes mettant ces outils à disposition du public et notamment des jeunes²⁵.

En outre, l'attachement émotionnel excessif à une intelligence artificielle est susceptible de porter atteinte à certains droits fondamentaux, notamment le droit à la dignité humaine et à l'autonomie personnelle. En brouillant la frontière entre relation simulée et relation réelle, l'IA peut influencer la perception que l'adolescent a de lui-même et des autres, au risque de favoriser une dépendance affective ou un isolement social progressif. Ce phénomène est d'autant plus préoccupant que les adolescents se trouvent dans une phase de construction identitaire, durant laquelle les repères relationnels jouent un rôle déterminant²⁶.

²³ The Conversation., « Les adolescents confient-ils désormais leurs secrets aux intelligences artificielles ? », RTBF Actus, <https://www.rtbf.be/article/les-adolescents-confient-ils-desormais-leurs-secrets-aux-intelligences-artificielles-11626633>

²⁴ E. MARCHAL., « Les relations affectives entre jeunes et IA en hausse : quels dangers pour nos ados », 2025, <https://www.rtbf.be/article/les-relations-affectives-entre-jeunes-et-ia-en-hausse-quels-dangers-pour-nos-ados-11596757>

²⁵ *Ibidem.*

²⁶ The Conversation., « Les adolescents confient-ils désormais leurs secrets aux intelligences artificielles ? », RTBF Actus, <https://www.rtbf.be/article/les-adolescents-confient-ils-desormais-leurs-secrets-aux-intelligences-artificielles-11626633>

Section 3. Quels droits / protection pour les jeunes ?

L'utilisation croissante des intelligences artificielles impose une réflexion approfondie sur la protection des jeunes. Ceux-ci constituent un public particulièrement vulnérable, tant en raison de leur développement psychologique que de leur capacité limitée à appréhender les mécanismes complexes des technologies numériques²⁷.

La protection des jeunes face à l'utilisation des intelligences artificielles comme espace de confidence peut être analysée à la lumière de la Convention internationale relative aux droits de l'enfant, adoptée par l'Assemblée générale des Nations unies le 20 novembre 1989 et ratifiée par la Belgique. Ce texte, doté d'une valeur juridique contraignante, constitue un cadre fondamental pour évaluer la conformité des dispositifs numériques aux droits des enfants et jeunes²⁸.

L'intérêt supérieur de l'enfant

La CIDE repose tout d'abord sur quatre principes directeurs, dont le plus central est celui de l'intérêt supérieur de l'enfant (article 3 de la présente Convention). Toute décision ou réglementation affectant les enfants, y compris dans le domaine numérique, doit accorder une considération primordiale à cet intérêt supérieur. Appliqué aux systèmes d'intelligence artificielle, ce principe implique que la conception, le déploiement et l'exploitation de ce genre de plateformes accessibles aux jeunes intègrent prioritairement la protection de leur développement physique, psychique et moral. Une IA ne peut être conçue ou utilisée d'une manière qui exploite la vulnérabilité émotionnelle des enfants ou qui compromette leur équilibre.

La protection de la vie privée du jeune

L'article 16 de la Convention quant à lui, consacre le droit de l'enfant à la protection de sa vie privée. Les confidences faites à une intelligence artificielle relèvent directement de cette sphère privée protégée. Les États parties, dont la Belgique, ont l'obligation de protéger l'enfant contre toute immixtion arbitraire ou illégale dans sa vie privée. Cela implique un encadrement strict de la collecte, du traitement et de la conservation des données personnelles des enfants, en cohérence avec le RGPD. Une exploitation commerciale ou une conservation disproportionnée des données sensibles confiées par un jeune pourrait être considérée comme contraire à cet article.

Les risques numériques susceptibles de nuire au bien-être mental de l'enfant

L'article 19 impose aux États de protéger l'enfant contre toute forme de violence, d'atteinte ou de négligence, y compris lorsqu'elle est de nature psychologique. Si un système d'IA fournit des contenus inappropriés, encourage des comportements dangereux ou renforce une détresse psychologique, la question de la responsabilité des acteurs concernés et de

²⁷ X., « Les relations affectives entre jeunes et ia en hausse, quels dangers pour nos ados ? », RTBF Actus, <https://www.rtbf.be/article/les-relations-affectives-entre-jeunes-et-ia-en-hausse-quels-dangers-pour-nos-ados-11596757>

²⁸ Convention internationale relative aux droits de l'enfant, adoptée par l'Assemblée générale de l'Organisation des Nations unies le 20 novembre 1989, approuvée par la loi du 17 janvier 1992, M.B., 15 janvier 1992, p. 805.

l’obligation de prévention de l’État peut se poser. La protection ne vise donc pas uniquement les violences physiques, mais également les risques numériques susceptibles de nuire au bien-être mental de l’enfant.

La liberté d’expression

Par ailleurs, l’article 13 reconnaît à l’enfant le droit à la liberté d’expression, ce qui inclut la possibilité de rechercher, de recevoir et de répandre des informations. L’accès aux outils numériques et aux systèmes d’IA peut ainsi participer à l’exercice de ce droit. Toutefois, cette liberté n’est pas absolue. En effet, elle peut faire l’objet de restrictions nécessaires à la protection des droits d’autrui, de la sécurité ou de l’ordre public. L’enjeu consiste donc à trouver un équilibre entre l’accès à l’information et la protection contre les contenus ou interactions préjudiciables.

L’accès à des informations adaptées

L’article 17 souligne également le rôle des médias et des sources d’information dans le développement de l’enfant et invite les États à veiller à ce que les enfants aient accès à des informations adaptées à leur âge, tout en les protégeant contre les contenus nuisibles. Les systèmes d’IA conversationnels, en tant que nouveaux vecteurs d’information et d’interaction, peuvent être assimilés à ces médias. Il en découle une responsabilité accrue quant à la qualité et à la fiabilité des contenus générés.

Le droit d’être entendu

Enfin, l’article 12 consacre le droit de l’enfant d’être entendu dans toute procédure le concernant. Dans le contexte numérique, cela peut se traduire par l’exigence d’intégrer la voix des jeunes dans l’élaboration des politiques publiques relatives à l’intelligence artificielle, ainsi que dans la conception des outils qui leur sont destinés.

La Convention internationale relative aux droits de l’enfant offre un cadre normatif structurant pour analyser la protection des jeunes face aux intelligences artificielles utilisées comme espace de confidence. Elle impose aux États une obligation positive de mise en place de mesures législatives, administratives et éducatives garantissant le respect de la vie privée, la protection contre les atteintes psychologiques, l’accès à une information adaptée et la prise en compte primordiale de l’intérêt supérieur de l’enfant. L’encadrement juridique des IA ne constitue donc pas seulement une question technique ou économique, mais une exigence découlant directement des engagements internationaux relatifs aux droits fondamentaux de l’enfant.

Section 4. Quels risques pour les jeunes ?

Il est important de souligner que l'IA et les robots conversationnels peuvent présenter des risques pour les jeunes, en particulier pour les plus vulnérables. Des cas tragiques, comme le suicide d'un adolescent de 16 ans après des interactions avec ChatGPT, rappellent la nécessité de mettre en place des mesures de protection et de sensibilisation adaptées. L'adolescent « *a été retrouvé pendu après avoir fait d'un robot de conversation sur Internet son principal confident* »²⁹.

L'utilisation excessive de l'intelligence artificielle peut comporter de nombreux risques pour la santé mentale et le bien-être des jeunes. D'abord, elle peut entraîner une dépendance émotionnelle. En effet, l'IA, toujours disponible et bienveillante, peut devenir un substitut aux relations humaines, essentielles au développement affectif et social. Cela peut aussi favoriser un isolement progressif³⁰.

De plus, il existe un risque pour la santé mentale des jeunes. L'IA ne remplace pas un professionnel. Un jeune en détresse peut recevoir des réponses inadaptées ou insuffisantes et retarder une véritable prise en charge. Sur le plan du développement, un usage excessif peut affaiblir les compétences relationnelles et l'autonomie décisionnelle, si le jeune s'habitue à déléguer ses choix personnels à un outil algorithmique. Enfin, la protection de la vie privée constitue un enjeu important car les confidences partagées peuvent concerner des données très sensibles, dont la conservation ou l'utilisation présente des risques.

L'encadrement de l'IA doit dès lors intégrer des garanties spécifiques visant à préserver la santé mentale des jeunes, à prévenir les effets négatifs de la surexposition numérique et à assurer un usage responsable de ces technologies. Par ailleurs, il apparaît que les inégalités éducatives entre les jeunes peuvent s'aggraver, car les jeunes issus de milieux socio-économiques défavorisés disposent plus rarement d'un accès aux technologies telles que les ordinateurs et internet³¹.

Les intelligences artificielles représentent à la fois une opportunité et un risque pour la santé mentale des jeunes. Si elles peuvent contribuer à améliorer l'accès au soutien, à l'éducation et à l'information, leur déploiement sans régulation adéquate peut accentuer les fragilités psychologiques existantes ainsi que renforcer des inégalités entre les jeunes. Face à ces enjeux, il apparaît indispensable de développer des politiques publiques et des cadres juridiques qui placent le bien-être mental des jeunes au cœur de l'innovation technologique, en garantissant que le progrès numérique s'inscrive dans le respect de leurs droits fondamentaux et de leur développement harmonieux.

²⁹ X., « Intelligence artificielle : un adolescent poussé au suicide », SudInfo, aout 2025, https://www.franceinfo.fr/internet/intelligence-artificielle/intelligence-artificielle-un-adolescent-pousse-au-suicide_7463146.html

³⁰ ARC., « Dépendance émotionnelle à l'IA : le rôle de l'EU AI Act », 2025, <https://arc-compliance.com/dependance-emotionnelle-ia-eu-ai-act/>

³¹ Psychologie et l'Intelligence Artificielle « Impact Psychologique de l'Intelligence Artificielle sur les Adolescents : Entre opportunités et défis », <https://psychologue-isabellecarlier.com/limpact-psychologique-de-lintelligence-artificielle chez-les-adolescents/>

Chapitre 2. Pourquoi l'usage des *chatbots* affecte-t-il particulièrement les jeunes ?

Bien que ces outils numériques soient largement accessibles et présentés comme des moyens d'assistance ou d'échange, leur usage par des personnes mineures soulève de nombreuses préoccupations.

En raison de leur stade de développement cognitif et émotionnel, les jeunes constituent un public particulièrement exposé aux influences numériques. L'utilisation répétée de *chatbots* peut entraîner une forme de repli relationnel, en ce qu'elle offre une interaction constante, dépourvue de jugement ou de contradiction, susceptible de se substituer progressivement aux relations humaines. Cependant, le droit reconnaît que l'équilibre psychologique et le développement social des mineurs reposent sur des interactions réelles, indispensables à la construction de la personnalité.

Section 1. L'IA, le nouveau psy des jeunes ?

- L'accessibilité immédiate

L'intelligence artificielle et les *chatbots* sont parfois qualifiés de « nouveau psy » des jeunes en raison de la place croissante qu'elle occupe dans la gestion de leurs émotions et de leurs difficultés personnelles. Cette perception s'explique d'abord par son accessibilité immédiate. Contrairement à un professionnel de la santé mentale, l'IA est disponible à tout moment, sans rendez-vous, sans délai et sans contrainte géographique, ce qui répond aux besoins d'une génération habituée à l'instantanéité³².

- Aucun jugement

Par ailleurs, l'IA offre un espace de parole perçu comme dénué de jugement. De nombreux jeunes éprouvent des réticences et difficultés à se confier à des adultes, à leurs proches ou à des professionnels, par crainte d'être incompris, stigmatisés ou minimisés. Le *chatbot*, en tant qu'entité non humaine, permet une forme de désinhibition : il devient plus facile d'exprimer des émotions intimes, des doutes ou des souffrances sans crainte de regard critique³³.

L'anonymat relatif associé à l'usage de l'IA renforce également cette dynamique. Pour certains jeunes, se confier à un *chatbot* constitue une manière de préserver leur intimité et de garder le contrôle sur ce qu'ils dévoilent. Cette absence de conséquences sociales immédiates contribue à assimiler l'IA à un confident sûr, voire à un substitut de soutien psychologique³⁴.

³² SOLIDARIS., « L'intelligence artificielle (IA) : le nouveau psy des jeunes ? », Ma vie en plus, Solidaris-Wallonie, <https://mavieenplus.solidaris-wallonie.be/lintelligence-artificiel-le-nouveau-psy-des-jeunes/>

³³ *Ibidem*.

³⁴ *Ibidem*.

- Une écoute attentive

En outre, les agents conversationnels sont conçus pour adopter un ton empathique, structurer les réponses et reformuler les émotions exprimées, ce qui rappelle certaines techniques de l'écoute active utilisées en psychologie. Cette capacité à nommer les ressentis et à proposer des pistes de réflexion peut donner l'illusion d'un accompagnement thérapeutique, alors même que l'IA ne dispose ni de formation clinique, ni de capacité d'évaluation réelle de la détresse³⁵.

- La saturation des services de santé mentale

Enfin, le contexte actuel de saturation des services de santé mentale, combiné à un manque d'accès aux psychologues pour les jeunes, renforce le recours à l'IA comme solution de substitution. Face à des listes d'attente longues ou à des coûts élevés, les *chatbots* apparaissent comme une alternative simple et gratuite, bien que juridiquement et éthiquement, insuffisante pour remplacer un suivi professionnel³⁶.

La saturation des services de santé mentale constitue aujourd'hui une problématique structurelle importante, particulièrement chez les jeunes. En effet, l'on observe une augmentation des troubles anxieux, dépressifs et du mal-être chez les adolescents, liée notamment à la pression scolaire, aux réseaux sociaux, aux incertitudes économiques et aux conséquences de la crise sanitaire³⁷. Parallèlement, l'offre de soins reste insuffisante étant donné qu'il manque de professionnels, les délais d'attente sont longs, il existe des inégalités territoriales ainsi que les obstacles financiers compliquent l'accès à une prise en charge rapide de ces jeunes dans le besoin³⁸.

Cette situation est particulièrement préoccupante, car l'adolescence est une période déterminante du développement. Une absence ou un retard de suivi peut entraîner une aggravation des troubles, des ruptures scolaires ou sociales, voire des situations de crise.

Cependant, cette solution de substitution présente des limites importantes. Une IA ne dispose ni de compétence clinique ni de responsabilité professionnelle. Elle ne peut poser de diagnostic ni assurer un suivi thérapeutique adapté. Le risque est alors un faux sentiment de prise en charge, pouvant retarder l'accès à un professionnel. De plus, les confidences relatives à la santé mentale impliquent le traitement de données sensibles, ce qui soulève des enjeux de confidentialité, particulièrement pour les jeunes³⁹.

Les agents conversationnels ne disposent ni de la capacité d'apprécier la gravité d'une situation personnelle, ni de la faculté d'orienter efficacement un jeune vers des dispositifs d'aide adaptés en cas de souffrance psychique. Cette absence de discernement peut créer une

³⁵ SOLIDARIS., « L'intelligence artificielle (IA) : le nouveau psy des jeunes ? », Ma vie en plus, Solidaris-Wallonie, <https://mavieenplus.solidaris-wallonie.be/lintelligence-artificiel-le-nouveau-psy-des-jeunes/>

³⁶ Centre d'études JACQUES GEORGIN., « La santé mentale, un enjeu clé au sein de notre société », Note d'analyse 12-24 du Centre d'études Jacques Geordin, 2024.

³⁷ *Ibidem*.

³⁸ *Ibidem*.

³⁹ SOLIDARIS., « L'intelligence artificielle (IA) : le nouveau psy des jeunes ? », Ma vie en plus, Solidaris-Wallonie, <https://mavieenplus.solidaris-wallonie.be/lintelligence-artificiel-le-nouveau-psy-des-jeunes/>

illusion de soutien, alors même que l'utilisateur demeure seul face à des difficultés nécessitant une prise en charge humaine. Une telle situation peut être considérée comme portant atteinte au droit à la protection de la santé, compris dans sa dimension préventive et non uniquement curative.

L'intelligence artificielle peut constituer un outil d'expression ponctuel, mais elle ne peut remplacer une prise en charge par un professionnel de santé. Si certains jeunes la perçoivent comme un « nouveau psy », c'est surtout en raison de son accessibilité et de sa disponibilité, et non de compétences cliniques réelles. Cette situation souligne la nécessité de renforcer l'offre de soins et d'encadrer juridiquement l'usage des IA, afin qu'elles ne se substituent pas au soutien humain indispensable à la santé mentale des jeunes⁴⁰.

Chapitre 3. Quelle influence sur l'identité du jeune ?

Les échanges avec un *chatbot*, ne permettent pas l'apprentissage de la confrontation des opinions, de la gestion des désaccords ou de la frustration, éléments pourtant essentiels à la socialisation. En ce sens, une exposition excessive à ce type d'interactions peut entraver l'acquisition de compétences sociales fondamentales, pourtant protégées indirectement par les principes relatifs à l'intérêt supérieur de l'enfant⁴¹.

Section 1. IA, une utilisation positive ?

Toutefois, il serait réducteur de considérer l'intelligence artificielle uniquement sous l'angle de la menace. Utilisée de manière encadrée, transparente et proportionnée, elle peut également constituer un outil d'expression, d'apprentissage ou de soutien ponctuel⁴². L'enjeu juridique ne réside donc pas dans une interdiction pure et simple, mais dans la mise en place d'un cadre normatif clair, garantissant un usage respectueux des droits des jeunes. Cela implique notamment des limitations d'usage adaptées à l'âge, ainsi qu'un accompagnement par les adultes responsables (parents, éducateurs, institutions scolaires)⁴³.

⁴⁰ SOLIDARIS., « L'intelligence artificielle (IA) : le nouveau psy des jeunes ? », Ma vie en plus, Solidaris-Wallonie, <https://mavieenplus.solidaris-wallonie.be/lintelligence-artificiel-le-nouveau-psy-des-jeunes/>

⁴¹ Psychologue Ado., « La construction de l'identité des jeunes dans un monde 'accéléré' » 2021, <https://www.psychologue.net/articles/la-construction-de-lidentite-des-jeunes-dans-un-monde-accelere>

⁴² M. BANKS., « Les chabots d'IA et la santé mentale des adolescents. Réflexion à partir du mémoire de master de SOPHIE KLOSE », pedagogical culture, 2026, <https://lepole.education/fr/post/culture-pedagogique/les-chatbots-et-la-sante-mentale/>

⁴³ *Ibidem*.

Section 2. Quelle éthique ?

Enfin, cette problématique appelle une réflexion plus large sur la régulation des technologies d'intelligence artificielle dans l'espace social. Elle s'inscrit dans les débats actuels relatifs à l'éthique de l'IA, à la protection des publics vulnérables et à la conciliation entre innovation technologique et respect des droits fondamentaux. La construction d'un cadre juridique équilibré apparaît dès lors indispensable afin de prévenir les dérives potentielles, tout en permettant un développement responsable de ces outils au service de la société⁴⁴.

- L'obligation de transparence

En effet, lorsqu'un *chatbot* est utilisé par des jeunes comme espace de confidence, la question de l'éthique devient centrale, car ces outils interagissent avec un public vulnérable, dans des contextes émotionnels parfois sensibles. Une première exigence éthique fondamentale est celle de la transparence. Le jeune doit savoir clairement qu'il échange avec une intelligence artificielle et non avec une personne réelle. Toute ambiguïté sur la nature de l'interlocuteur serait susceptible de créer une illusion relationnelle, contraire au respect de l'autonomie et du consentement éclairé du mineur⁴⁵.

- Une exigence de protection de la santé mentale

Une seconde exigence concerne la protection de la santé mentale et émotionnelle. Un *chatbot* destiné à recevoir des confidences ne peut ni se substituer à un soutien humain ni se présenter comme un confident exclusif. Sur le plan éthique, il doit reconnaître ses limites, éviter toute forme de dépendance affective et, en cas de détresse exprimée, encourager le recours à des adultes de confiance ou à des professionnels qualifiés. L'absence de capacité à évaluer réellement la gravité d'une situation impose une grande prudence dans les réponses formulées⁴⁶.

- La protection des données

La protection des données personnelles constitue également un pilier éthique essentiel. Les confidences livrées par les jeunes relèvent souvent de la vie privée la plus intime. Leur collecte, leur stockage ou leur exploitation doivent être strictement encadrés, proportionnés et sécurisés, conformément aux principes de minimisation des données et de respect de la vie privée, d'autant plus lorsque l'utilisateur est mineur⁴⁷.

- Le respect du développement et de l'autonomie

Par ailleurs, une éthique adaptée suppose le respect du développement et de l'autonomie progressive du jeune⁴⁸. Le *chatbot* ne devrait pas encourager l'évitement des interactions sociales réelles, ni fournir des réponses qui suppriment l'effort de réflexion personnelle ou la

⁴⁴ LIBREO., « L'éthique des chatbots : biais, manipulation et responsabilités », 2025, <https://libreo.fr/ethique-des-chatbots-biais-manipulation-et-responsabilites/>

⁴⁵ *Ibidem.*

⁴⁶ *Ibidem.*

⁴⁷ *Ibidem.*

⁴⁸ *Ibidem.*

confrontation à des situations relationnelles complexes. Au contraire, il devrait favoriser l'esprit critique, la réflexion et l'apprentissage progressif des compétences sociales.

Enfin, l'éthique des *chatbots* utilisés par les jeunes implique une responsabilité accrue des concepteurs et des fournisseurs de ces technologies. Ceux-ci doivent intégrer, dès la conception, des limites spécifiques à l'égard des mineurs, tels que des limitations d'usage, des mécanismes d'alerte et des règles de modération adaptées. Cette responsabilité éthique rejoint ainsi les exigences juridiques de protection de l'enfance et de prévention des risques.

En définitive, l'éthique des *chatbots* destinés aux jeunes repose sur un équilibre délicat entre innovation technologique, respect de la dignité humaine et protection d'un public vulnérable, afin que ces outils demeurent des supports encadrés et non des substituts aux relations humaines essentielles au développement des mineurs.

Conclusion

L'intelligence artificielle s'impose aujourd'hui comme un acteur majeur dans la vie des jeunes. Elle répond à des besoins réels ; immédiateté, anonymat, absence de jugement, disponibilité permanente. Dans un contexte où les services de santé mentale sont saturés et où l'accès à une prise en charge professionnelle est parfois long ou coûteux, les *chatbots* peuvent apparaître comme une solution accessible et rassurante. Toutefois, ce recours massif soulève des enjeux juridiques et éthiques importants, car il touche à des droits fondamentaux protégés par des dispositions nationales, la Convention internationale relative aux droits de l'enfant et par le cadre européen de protection des données.

Les *chatbots* ne possèdent ni conscience, ni discernement moral, ni compétence clinique. Leur « empathie » est une simulation algorithmique qui peut donner l'illusion d'un accompagnement thérapeutique. Cette illusion est particulièrement dangereuse chez les jeunes, en phase de construction identitaire, car elle peut favoriser une dépendance affective, un isolement social et une fragilisation des compétences relationnelles. De plus, la confidentialité des échanges n'est jamais garantie totalement, et les données sensibles des mineurs peuvent être collectées, stockées ou exploitées à des fins commerciales, ce qui constitue une potentielle atteinte à leur vie privée.

La question juridique centrale n'est donc pas de condamner l'IA en tant que telle, mais d'en encadrer l'usage. Il est nécessaire de renforcer l'offre de soins, afin de réduire la tentation de substituer une IA à un professionnel. Parallèlement, il convient de développer un cadre normatif et éthique clair, fondé sur la protection de l'intérêt supérieur de l'enfant, la transparence, la sécurité des données, et l'obligation d'alerte en cas de détresse. Les concepteurs et plateformes doivent intégrer des mécanismes de prévention, des limitations d'usage adaptées à l'âge, ainsi que des dispositifs de redirection vers des ressources d'aide humaines.

Pour conclure, l'IA peut constituer un outil complémentaire dans l'accompagnement des jeunes, mais elle ne doit pas devenir une réponse par défaut à la fragilité des systèmes de soins ou à l'isolement des adolescents. La protection juridique des jeunes exige une approche équilibrée, qui combine innovation technologique et respect des droits fondamentaux, afin de garantir un développement harmonieux et sécurisé des jeunes dans un monde numérique en constante évolution.

Bibliographie

- Convention internationale relative aux droits de l'enfant, adoptée par l'Assemblée générale de l'Organisation des Nations unies le 20 novembre 1989, approuvée par la loi du 17 janvier 1992, M.B., 15 janvier 1992, p. 805.
- KAZNSKI., « Les *chatbots* IA menacent-ils le développement social des enfants et adolescents ? », février 2026, <https://aiapp.fr/news/chatbots-ia-menacent-developpement-social-enfants-adolescents>
- OSEO Suisse., « Intelligence artificielle dans l'apprentissage : opportunités et risques pour les jeunes », Prise de position, 2025.
- C. STAFF, « Qu'est-ce que l'intelligence artificielle ? Définition, utilisations et types », <https://www.coursera.org/fr-FR/articles/what-is-artificial-intelligence>
- A. FRANCK, « Les jeunes et l'intelligence artificielle : entre fascination, vigilance et nouveaux usages », *Lecture Jeunesse*, 2025, <https://www.lecturejeunesse.org/dossier/les-jeunes-et-lintelligence-artificielle-entre-fascination-vigilance-et-nouveaux-usages/>
- Psychologie et l'Intelligence Artificielle « Impact Psychologique de l'Intelligence Artificielle sur les Adolescents : Entre opportunités et défis », <https://psychologue-isabellecarlier.com/limpact-psychologique-de-lintelligence-artificielle-chez-les-adolescents/>
- The Conversation., « Les adolescents confient-ils désormais leurs secrets aux intelligences artificielles ? », RTBF Actus, <https://www.rtbf.be/article/les-adolescents-confient-ils-desormais-leurs-secrets-aux-intelligences-artificielles-11626633>
- E. MARCHAL., « Les relations affectives entre jeunes et IA en hausse : quels dangers pour nos ados », 2025, <https://www.rtbf.be/article/les-relations-affectives-entre-jeunes-et-ia-en-hausse-quels-dangers-pour-nos-ados-11596757>
- X., « Intelligence artificielle : un adolescent poussé au suicide », *SudInfo*, aout 2025, https://www.franceinfo.fr/internet/intelligence-artificielle/intelligence-artificielle-un-adolescent-pousse-au-suicide_7463146.html
- ARC., « Dépendance émotionnelle à l'IA : le rôle de l'EU AI Act », 2025, <https://arc-compliance.com/dependance-emotionnelle-ia-eu-ai-act/>
- SOLIDARIS., « L'intelligence artificielle (IA) : le nouveau psy des jeunes ? », Ma vie en plus, Solidaris-Wallonie, <https://mavieenplus.solidaris-wallonie.be/lintelligence-artificiel-le-nouveau-psy-des-jeunes/>
- Centre d'études JACQUES GEORGIN., « La santé mentale, un enjeu clé au sein de notre société », Note d'analyse 12-24 du Centre d'études Jacques Georgin, 2024.
- Psychologue Ado., « La construction de l'identité des jeunes dans un monde 'accéléré' » 2021, <https://www.psychologue.net/articles/la-construction-de-lidentite-des-jeunes-dans-un-monde-accelere>
- M. BANKS., « Les chabots d'IA et la santé mentale des adolescents. Réflexion à partir du mémoire de master de SOPHIE KLOSE », pedagogical culture, 2026, <https://lepole.education/fr/post/culture-pedagogique/les-chatbots-et-la-sante-mentale/>
- LIBREO., « L'éthique des chatbots : biais, manipulation et responsabilités », 2025, <https://libreo.fr/lethique-des-chatbots-biais-manipulation-et-responsabilites/>
- X., « Les relations affectives entre jeunes et ia en hausse, quels dangers pour nos ados ? », RTBF Actus, <https://www.rtbf.be/article/les-relations-affectives-entre-jeunes-et-ia-en-hausse-quels-dangers-pour-nos-ados-11596757>