ON

MODE PARENT : ON

LA COLLECTION DES PARENTS QUI GÈRENT

N°19 · GUIDE PRATIQUE POUR LES PARENTS

L'IA et les enfants : ChatGPT, devoirs et règles

Comprendre ce que font vraiment ChatGPT et les autres IA, savoir ce que l'école permet, régler les contrôles parentaux, apprendre à vérifier, protéger ses données et se protéger des faux nus et des arnaques. De 6 à 17 ans.

PAR ÂGE

6–9 ans · 10–12 ans · 13–17 ans · Devoirs · Sécurité

INCLUS

Règles CH · FR · BE · Charte familiale · 13 fiches



Collection Mode Parent : ON · Édition 2026 · France · Suisse · Belgique · Fondé sur les repères du ministère français de l'Éducation nationale, de la CIIP, des cantons romands, de la Fédération Wallonie-Bruxelles, de l'UNESCO, de l'UNICEF, de la CNIL et sur la recherche scientifique, avec fiches à imprimer

SOMMAIRE

Au programme

1	L'IA, c'est quoi ? L'expliquer simplement	4
2	Ce que font déjà nos enfants	5
3	À partir de quel âge ?	6
4	Les contrôles parentaux, service par service	7
5	Les devoirs : ce que dit l'école	8
6	Aide ou béquille : ce que montre la recherche	9
7	Apprendre avec l'IA, sans arrêter de réfléchir	10
8	Vrai ou inventé ? Apprendre à vérifier	11
9	Ce qu'on ne confie pas à une IA	12
10	Quand le chatbot devient un « ami »	13
11	Faux nus, deepfakes et sextorsion	14
12	Les arnaques à la voix clonée	15
13	Créer avec l'IA, honnêtement	16
14	Les repères selon l'âge	17
15	Quatre cas pratiques et la FAQ	18
16	La charte familiale et le plan en 4 semaines	20
✎	Les 13 fiches à imprimer	21
§	Sources	34

LE MOT DE L'AUTEUR

L'intelligence artificielle est entrée dans nos maisons plus vite que n'importe quelle technologie avant elle. Nos enfants l'utilisent déjà, souvent avant même qu'on ait eu le temps de s'y intéresser.

Elle peut être un formidable outil pour apprendre, à condition de ne pas réfléchir à leur place. Elle peut aussi se tromper, recueillir des confidences ou servir à tromper.

Notre rôle n'est pas de tout interdire, mais de comprendre, de poser des règles claires et de garder le dialogue ouvert. Apprendre à douter et à vérifier : c'est peut-être la leçon la plus utile de notre époque.

Thanh, papa de 2 enfants

Le principe du guide en une phrase

L'IA peut **expliquer**, mais c'est l'enfant qui **réfléchit**, qui **vérifie** et qui **garde ses secrets** pour les humains de confiance.

CHAPITRE 1

L'IA, c'est quoi ? L'expliquer simplement

Pour bien accompagner son enfant, pas besoin d'être informaticien. Il suffit de comprendre une idée simple : un chatbot ne « sait » pas les choses comme nous, il fabrique des réponses qui ont l'air justes.

Comment ça marche, en trois points

1. **Il a lu énormément de textes.** Un chatbot comme ChatGPT a été entraîné sur une quantité gigantesque de textes. Il y a appris comment les mots s'enchaînent le plus souvent.
2. **Il devine la suite.** Quand on lui pose une question, il construit sa réponse mot après mot, en choisissant à chaque fois une suite probable. C'est pour cela que ses réponses sont si fluides.
3. **Il ne vérifie pas tout seul.** Une réponse probable n'est pas forcément une réponse vraie. Le chatbot peut inventer une date, une citation ou une source, avec le même ton assuré.

Il peut se tromper, et c'est son fabricant qui le dit

OpenAI, l'entreprise qui fabrique ChatGPT, appelle ces erreurs des **« hallucinations »** : des affirmations plausibles mais fausses. Dans un article de septembre 2025, elle explique que les méthodes d'entraînement récompensent souvent le fait de deviner plutôt que d'avouer qu'on ne sait pas, et reconnaît que la précision n'atteindra jamais 100 %. Son centre d'aide prévient aussi que ChatGPT peut sembler sûr de lui même quand il se trompe, et qu'il peut inventer des citations, des études et des sources.

L'idée à retenir

Un chatbot n'est **ni un moteur de recherche, ni une encyclopédie, ni une personne**. C'est un outil qui produit du texte plausible. Il peut être très utile, à condition de rester aux commandes.

Il n'est pas une personne

Les chatbots écrivent « je », font des compliments, s'excusent et se souviennent parfois de conversations passées. Les plus jeunes peuvent facilement croire qu'il y a quelqu'un derrière l'écran. Au Royaume-Uni, **60 % des parents** craignent que leur enfant pense que les chatbots sont de vraies personnes (Internet Matters, 2025). Dans l'Union européenne, le règlement européen sur l'IA (AI Act) impose depuis le 2 août 2026 qu'un chatbot indique qu'il est une IA.

🧸 À dire à l'enfant

6–9 ans : « C'est un programme qui a lu plein de livres et qui invente des phrases. Il ne pense pas comme toi, et parfois il raconte n'importe quoi. »
10 ans et plus : « Il prédit les mots les plus probables. Probable ne veut pas dire vrai : c'est à toi de vérifier. »

👨‍👩‍👧 À faire en famille

Posez ensemble à un chatbot une question dont vous connaissez la réponse : la date de naissance d'un grand-parent, le nom de votre rue, l'histoire de votre village. Observez ce qu'il invente. Puis faites le test « Vrai ou inventé ? » (fiche 1).

CHAPITRE 7

Apprendre avec l'IA, sans arrêter de réfléchir

L'IA peut être un excellent répétiteur, patient et disponible. À condition de lui donner le bon rôle.

Le feu tricolore des devoirs

Couleur	Exemples
🟢 **Vert** Ça aide à apprendre	Réexpliquer une leçon autrement, donner un exemple de plus, poser des questions pour réviser, inventer un quiz, vérifier sa compréhension après avoir fait l'exercice seul, s'entraîner à l'oral dans une langue étrangère.
🟠 **Orange** On en parle d'abord	Corriger l'orthographe d'un texte déjà écrit, proposer un plan, résumer un chapitre qu'on a déjà lu, chercher des idées. Seulement si l'enseignant l'accepte, et en le déclarant.
🔴 **Rouge** Ça remplace l'élève	Écrire la rédaction, résoudre l'exercice et recopier, résumer un livre pas lu, traduire tout un texte, rendre un travail sans dire que l'IA a servi.

Transformer le chatbot en répétiteur

La différence tient souvent à la façon de demander. Quelques formules qui obligent l'IA à faire réfléchir :

- « Ne me donne pas la réponse. Pose-moi des questions pour que je trouve moi-même. »
- « Explique-moi cette notion comme à un enfant de 10 ans, puis vérifie avec trois questions que j'ai compris. »
- « Voici ma réponse. Dis-moi seulement s'il y a une erreur et à quel endroit, sans la corriger. »
- « Fais-moi un quiz de 5 questions sur ma leçon, une question à la fois. »

Certains services proposent aussi un mode pensé pour apprendre. Dans ChatGPT, il s'appelle le **mode étude**, et il fait partie des réglages du contrôle parental.

Quatre habitudes à prendre

1. **D'abord seul.** L'enfant essaie l'exercice avant d'ouvrir l'IA, même s'il bloque.
2. **Avec la leçon.** On s'appuie sur le cahier : c'est la méthode de l'enseignant qui compte, pas celle du chatbot.
3. **Expliquer à voix haute.** Après l'aide de l'IA, l'enfant doit pouvoir réexpliquer sans écran. Sinon, ce n'est pas acquis.
4. **Déclarer.** Une petite note à la fin du devoir : « J'ai utilisé l'IA pour réviser les verbes. »

Pour les plus jeunes

Avant 13 ans, l'IA s'utilise à côté d'un adulte, sur votre appareil ou un outil fourni par l'école. C'est aussi l'occasion de montrer comment vous, vous vérifiez une réponse.

🧸 À dire à l'enfant

« Tu peux demander à l'IA de t'entraîner, de t'expliquer, de te poser des questions. Mais l'exercice, c'est toi qui le fais. »

👨‍👩‍👧 À faire en famille

Collez la grille des devoirs (fiche 5) et les bonnes questions à poser (fiche 6) près de l'endroit où l'enfant travaille.

FICHE 5 · À COLLER PRÈS DU BUREAU

La grille des devoirs

La règle de l'enseignant passe toujours en premier. En cas de doute, on demande.

La règle de mon enseignant sur l'IA :

	Exemples
🟢 **VERT** J'y vais	Réexpliquer la leçon autrement · donner un exemple de plus · me poser des questions · faire un quiz · vérifier après avoir fait seul · m'entraîner à parler une langue
🟠 **ORANGE** Je demande d'abord	Corriger l'orthographe de MON texte · proposer un plan · résumer un chapitre DÉJÀ lu · chercher des idées · seulement si mon enseignant est d'accord, et je le déclare
🔴 **ROUGE** Jamais	Écrire ma rédaction · résoudre l'exercice à ma place · résumer un livre que je n'ai pas lu · traduire tout le texte · rendre un travail sans dire que l'IA a aidé

Mes trois questions avant de rendre un devoir

- ☐ Est-ce que je peux l'expliquer sans écran, avec mes mots ?
- ☐ Est-ce que j'ai vérifié les informations importantes ?
- ☐ Est-ce que j'ai dit si l'IA m'a aidé, et comment ?

Ma phrase de déclaration

Exemple : « J'ai utilisé [nom de l'outil] le [date] pour [réviser / vérifier / trouver des idées]. »

EXTRAIT GRATUIT · GUIDE N°19

Vous avez lu 5 pages. Le guide en compte 34.

La version complète de « L'IA et les enfants : ChatGPT, devoirs et règles » vous accompagne pas à pas, avec des repères vérifiés pour la Suisse, la France et la Belgique.

Au programme du guide complet

- L'IA, c'est quoi ? L'expliquer simplement
- Ce que font déjà nos enfants
- À partir de quel âge ?
- Les contrôles parentaux, service par service
- Les devoirs : ce que dit l'école
- Aide ou béquille : ce que montre la recherche
- Vrai ou inventé ? Apprendre à vérifier
- Ce qu'on ne confie pas à une IA
- Faux nus, deepfakes et sextorsion
- **et 7 autres chapitres**, jusqu'aux 13 fiches à imprimer

Découvrir le guide complet

www.modeparenton.com · téléchargement immédiat