ACADÉMIE NATIONALE DE MÉDECINE

Les jouets et objets connectés à des assistants conversationnels menacent la santé mentale des enfants et des adolescents[1]

Communiqué de l'Académie nationale de Médecine

28 Novembre 2025

De nombreux jouets et objets connectés à des agents conversationnels, basés sur le langage parlé ou écrit (*chatbots*), sont sur le marché. Les intelligences artificielles (IA) génératives construisent des phrases et des dialogues aussi bien que les humains. Leur utilisation précoce, par des enfants et des adolescents naturellement enclins à l'imagination et à construire des relations avec les autres, les conduit à attribuer des caractéristiques humaines à ces objets.

Le lien qui se crée entre un enfant ou un adolescent et un jouet ou un objet connecté à un assistant conversationnel - via une tablette ou un ordinateur - peut susciter une confiance excessive, parfois supérieure à celle accordée au discours parental. Cette confiance est renforcée par un sentiment de familiarité et un langage partagé, nourris par un environnement perçu comme bienveillant, ainsi que par l'illusion d'une relation réciproque, amplifiée par les algorithmes.

Au-delà de la confiance excessive, un risque de dépendance de l'enfant ou de l'adolescent ou de mésusage problématique se dessine, accentué par plusieurs facteurs :

- la personnalisation excessive, susceptible d'engendrer un sentiment d'amitié ;
- l'assurance avec laquelle l'IA fournit des réponses sans effort apparent, ce qui peut entraver le jugement de l'enfant et de l'adolescent, alimentant un déni de l'incertitude et des erreurs non reconnues (1-3) ;
- la transmission, par les gestionnaires de ces logiciels, d'informations non vérifiées et échappant à la vigilance parentale.

En raison du danger global, avec ses conséquences, que représentent ces éléments, tant pour l'enfant que pour l'adolescent, l'Académie nationale de Médecine :

Alerte sur :

- le risque élevé de dépendance cognitive et émotionnelle des enfants et des adolescents à la puissance des algorithmes ;
- le risque de substitution des repères éducatifs familiaux ;
- le risque d'utilisation du *chatbot* comme un confident privilégié, qui peut conduire au renforcement de pensées anxiogènes ou morbides, ou à des conduites à risques

[1] Communiqué de la Plateforme de Communication Rapide de l'Académie.

(régime alimentaires restrictifs, actes auto-agressifs, voire passage à l'acte suicidaire).

Met en garde :

- les parents, qui seraient enclins à offrir des jouets et objets connectés dotés d'assistants conversationnels car, selon le règlement récemment adopté par l'Union Européenne (4), ils sont reconnus comme système à haut risque, pouvant interagir directement avec les capacités cognitives de l'enfant, et exigent donc une surveillance renforcée.

Recommande :

Pour les enfants :

- Aucun usage d'outil numérique avant l'âge de 3 ans ;
- Une interdiction des enceintes et jouets connectés avant l'âge de 6 ans ;
- Au-delà de 6 ans, un accompagnement parental systématique.

Pour les adolescents :

- Aucun accès à des robots/avatars conversationnels* avant l'âge de 12 ans, et ce, sous réserve d'un contrôle parental strict ;
- Interdire l'accès à un compagnon digital** avant l'âge de 18 ans, en raison d'une aggravation du risque de fragilisation psychique, y compris suicidaire car il exige des capacités de discernement et d'esprit critique. La puissance de ces dispositifs est en effet telle que l'on songe à leur usage dans le cadre du traitement de maladies psychiatriques (5).

Aux Autorités sanitaires concernées :

- Que l'accès à des robots conversationnels et à des compagnons digitaux fasse l'objet de mesures de régulation, s'agissant de leurs usages par des enfants et par des adolescents, comme récemment recommandé par l'OMS (6).

Références

1. Frances A., OpenAI Finally Admits ChatGPT Causes Psychiatric Harm. *Psychiatric Times*. 26 août 2025. (https://www.psychiatrictimes.com/view/openai-finally-admits-chatgpt-causes-psychiatric-harm, consulté le 20 septembre 2025).
2. Tisseron S., *L'Emprise insidieuse des machines parlantes, plus jamais seul*, Les Liens qui Libèrent. (2020).
3. Sycophancy in GPT-4o: what happened and what we're doing about it. *OpenAI*. 29 avril 2025. (https://openai.com/index/sycophancy-in-gpt-4o; consulté le 11 août 2025).
4. Règlement (UE) 2024/1689, Articles 5(1)(b) et 6(2), Annexe III § 3 – Official Journal L 2024/1689 du 12 juillet 2024.
5. Cohen D., Chetouani M., Anzalone S. Jeux sérieux et robotiques d'accompagnement dans les troubles neurodéveloppementaux : sont-ils déjà des outils thérapeutiques ? *Bull Acad Natl Med*, 2025 (sous presse).
6. WHO Regional Office for Europe, Addressing the digital determinants of youth mental health and well-being: policy brief, Copenhagen, 2025, p. 9

Glossaire

* Les robots conversationnels sont des logiciels qui informent et aident ponctuellement sans établir de lien affectif ("quel temps fait-il aujourd'hui ?")

** Les compagnons digitaux simulent une relation affective en sollicitant l'interlocuteur et en se souvenant de ses préférences