

ABORDER L'INTELLIGENCE ARTIFICIELLE AVEC SES ENFANTS : CONSEILS POUR LES PARENTS

Ça peut être difficile à croire, mais il y a de fortes chances que nos enfants nous pensent beaucoup plus calés en technologie que nous le sommes en réalité! C'est pourquoi nous devons être prêts à leur parler de tous les outils, technologies et appareils qu'ils utilisent, y compris l'intelligence artificielle (IA).

Voici quelques conseils pour aborder l'IA avec eux :

Explorez l'IA ensemble. Si vos jeunes enfants utilisent un agent conversationnel ou un assistant vocal d'IA, commencez par les accompagner pour les aider à comprendre son utilisation et à s'interroger sur ses réponses. À mesure qu'ils se sentent plus à l'aise, vous pourrez les laisser faire, mais essayez de maintenir un dialogue sur ce qu'ils font et découvrent. **Assurez-vous qu'ils savent qu'ils peuvent se tourner vers vous si un agent conversationnel leur dit quelque chose d'inapproprié ou de dérangent.**

Encouragez-les à faire preuve de curiosité, de créativité et à s'amuser lorsqu'ils utilisent l'IA. Incitez-les à jouer avec l'IA en testant différentes requêtes et en se servant des réponses générées comme ébauche qu'ils peuvent ensuite modifier ou enrichir.

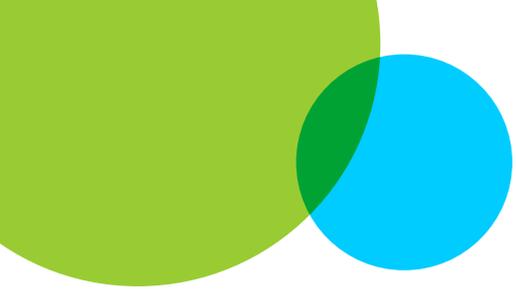
Expliquez-leur que les agents conversationnels sont des outils ludiques, pas des substituts aux amis réels ou au soutien en santé mentale qualifié. Assurez-vous qu'ils connaissent des sources qualifiées de conseil et de soutien en ligne comme [Jeunesse, J'écoute](#).

Apprenez-leur à être des utilisateurs critiques de ce qu'ils voient en ligne. Montrez-leur comment identifier les sources d'information fiables et vérifier si les réponses fournies par les IA sont exactes. Le programme [FAUX que ça cesse](#) de HabiloMédias enseigne quatre étapes simples et rapides pour vérifier la véracité d'une information.

Par exemple, utiliser une recherche d'image inversée avec TinEye permet de savoir rapidement où une photo a été publiée pour la première fois. Cela ne vous dira peut-être pas si c'est un hypertrucage, mais si la source n'est pas fiable, cela soulève des doutes sur l'authenticité de l'image.

Contrôlez la collecte des informations personnelles lorsque vos enfants utilisent l'IA :

- Vérifiez les conditions d'utilisation et la politique de confidentialité des outils : vous pouvez consulter les sites [Terms of Service](#), [Didn't Read](#) et [Privacy Not Included](#) pour des résumés et des avis sur la confidentialité.
- Vérifiez également si les plateformes sur lesquelles vos enfants publient du contenu en ligne (réseaux sociaux, sites de vidéos, sites de fanfiction, etc.) autorisent l'utilisation de ce contenu pour entraîner les IA.
- Examinez les paramètres de l'application ou du site pour savoir si vous pouvez contrôler l'historique des conversations, la collecte et le stockage des données. Prenez des décisions éclairées sur l'utilisation de vos données. De nombreuses IA conversationnelles vous permettent de refuser que vos conversations soient utilisées pour leur apprentissage, si vous le souhaitez.



ABORDER L'INTELLIGENCE ARTIFICIELLE AVEC SES ENFANTS : CONSEILS POUR LES PARENTS

- Limitez également la collecte de données sur le navigateur ou l'appareil utilisé :
 - Si vos enfants utilisent un ordinateur portable ou de bureau, installez une extension de navigateur comme *Privacy Badger*.
 - S'ils utilisent un iPhone ou un iPad, activez l'option *Demander à l'app de ne pas suivre mes activités*.
 - S'ils utilisent un appareil Android, téléchargez l'application *DuckDuckGo* et activez la protection contre le suivi des applications.
 - Accédez aux paramètres de l'appareil pour restreindre l'accès à la localisation, aux photos, à la caméra et au microphone.

Assurez-vous que vos enfants comprennent bien les règles de leur école ou de leur classe concernant l'utilisation de l'IA, ce qui est permis et ce qui ne l'est pas. Expliquez-leur que l'essentiel est d'apprendre, de progresser et d'apprendre de ses erreurs plutôt que d'obtenir toujours de bonnes notes.

Si vos enfants sont sur les réseaux sociaux, vérifiez leurs paramètres de confidentialité pour que seuls leurs amis aient accès à leurs photos. Cela réduira les risques que leurs images soient utilisées pour créer des hypertrucages.

Cependant, les hypertrucages sont plus souvent créés par des amis ou des pairs que

par des inconnus. Veillez à ce que vos enfants comprennent que les hypertrucages à caractère intime ne sont pas sans conséquence et peuvent causer un réel préjudice aux personnes représentées.

« Nous voulons nous débarrasser de la honte, car après avoir parlé à de nombreux adolescents, je peux vous dire qu'ils se tournent rarement vers les adultes lorsque les choses tournent mal, de peur qu'on leur dise : "C'est de ta faute. Tu as été stupide. Ta vie est foutue" ». Kaitlynn Mendes, Université Western

Parlez à vos enfants de sexualité et de relations saines, et veillez à ce qu'ils sachent qu'ils peuvent toujours se tourner vers vous en cas de problème. Si cela arrive, restez calme et aidez-les à trouver une solution, par exemple en utilisant les outils proposés sur [StopNCII.org](https://www.stopncii.org). Pour plus d'informations, consultez la fiche-conseil [Parler de sextage avec vos enfants](#).

Comme toutes les technologies, l'IA influence notre manière de l'utiliser, mais nous avons toujours le choix de l'utiliser de manière sûre et responsable. Aider vos enfants à comprendre comment l'IA fonctionne, discuter de ses risques et de ses avantages, et leur faire savoir qu'ils peuvent venir vous voir s'ils ont des préoccupations, leur donnera les clés pour faire de bons choix et tirer le meilleur parti de l'IA.

Avis de non-responsabilité : Meta apporte son soutien financier à HabiloMédias. Ce fiche-conseil a été élaboré conjointement par Meta et HabiloMédias. HabiloMédias ne recommande aucune entité commerciale, produit ou service. Ce guide n'a pas pour objectif de promouvoir Meta.