



Conversations utiles sur l'IA

publié le 02/03/2026 - mis à jour le 16/03/2026

Descriptif :

Les effets possibles de l'IA générative sur le développement des compétences psycho-sociales et sur les apprentissages nous incitent à accompagner les jeunes vers des usages prudents de ces nouvelles technologies. Apports scientifiques, scénarios, ressources.

Sommaire :

- Objectif : former
- Les faux amis
- De la méthode
- Des ressources pour les élèves

Les effets de l'IA générative sur le développement des compétences psycho-sociales et sur les apprentissages invitent tout la communauté éducative à accompagner les jeunes vers des usages conscients de ces nouvelles technologies.

● Objectif : former

Apprendre et **acquérir des compétences** demandent du temps, de l'**engagement cognitif** et des **efforts**. Il faut donc éviter, quand on est en situation d'apprentissage, de déléguer certaines tâches visant la production facile et rapide de documents. Or il est tentant d'avoir recours à l'IA avant de mobiliser sa propre réflexion, ou de s'en servir pour la préparation superficielle d'un exposé.

Il est possible d'apprendre à utiliser l'IA comme **assistant** pour développer ses propres compétences. Mais cela nécessite un accompagnement **encourageant**, pour éviter la techno-dépendance.

La CNIL recommande aux enseignants de se former sur cette question :

▶ [Enseignant : comment utiliser un système d'IA dans le cadre de vos missions ?](#)

Voir une vidéo utilisée pour évoquer ces enjeux aux élèves d'un collège :



Accompagnement charte IA élèves (Vidéo PodEdu)

Ajouté par : SRANE Nouvelle-Aquitaine

Les enjeux de la formation seront mieux perçus par les élèves si on leur apporte des connaissances sur la **plus-value** possible de l'IA sur leurs apprentissages.

Résumé d'une analyse sur l'**effet miroir** :



5 minutes pour comprendre : l'effet miroir (Vidéo PodEdu)

Cette étude n'est pas évoquée dans sa globalité, mais un des axes uniquement est ici éclairé : celui de l'effet miroir. Nous mettons cet axe de l'étude en valeur, car de façon croisée avec les études de Kosmyna et al. et de Bastani et al., cet axe p...

Ajouté par : SRANE Nouvelle-Aquitaine

● Les faux amis

La Harvard Business review montre dans son étude d'avril 2025 que le principal usage des IA génératives est la

quête d'une **interaction sociale** ou **thérapeutique**.

L'IA parle (beaucoup d'adolescent-es l'utilisent en mode audio), gratifie de réponses agréables et semble nous comprendre.

Selon Pilyoung Kim¹, les adolescent-es et les jeunes adultes adoptent massivement les **agents conversationnels**, notamment pour **simuler** des relations sociales, amicales ou romantiques. Plus d'un tiers parmi elles et eux **préfèrent** leurs interactions avec les **chatbots** plutôt qu'avec leurs amis. Ceux et celles qui sont émotionnellement ou socialement vulnérables choisissent de préférence le ton qui les rassure (tutoiement, langage chaleureux, "je suis là pour toi"), ce qui renforce l'illusion d'une véritable **écoute** et de **conseils** adaptés.

Cela représente une menace pour la santé mentale et pour le développement des compétences sociales : l'adolescence est un moment où se développent des facultés essentielles pour le lien social, telles que l'empathie, la capacité à gérer sa frustration, et donc la tolérance de la diversité. Mais cela suppose d'être confronté à des points de vue différents. Or la manière dont les agents conversationnels ont été conçus les amènent à limiter significativement la diversité, en développant une dépendance émotionnelle.

Page suivante : méthodes, exemples, ressources

● De la méthode

○ Accompagnons

Dans le cadre des enseignements, et en co-animation entre plusieurs disciplines, notamment la documentation, parlons de l'IA.

Voir un exemple de séance pédagogique [explicitant le dialogue entre les enseignant-es et les élèves à propos de la recherche d'information](#) [↗](#).

○ Misons sur la co-formation

Au delà des [questions environnementales](#) [↗](#), les effets de bord sur le **mental** et les **relations** peuvent fournir de bonnes raisons d'essayer de réguler ses pratiques personnelles. Ces éléments de motivation peuvent émerger des groupes d'élèves via les **débats**. Cela suppose un climat de réflexivité qui respecte la **culture** de chaque participant·e et considère avec intérêt le **partage de connaissances**. Cette attention au climat scolaire respectueux est également propice à la confiance en ses propres compétences, qui est une condition nécessaire pour que les élèves évitent de déléguer trop de tâches à l'IA :

▶ [IA générative : le risque de l'atrophie cognitive](#) [↗](#).

Le webinaire suivant évoque les posture éducatives :

▶ [Pratiques numériques des élèves, les comprendre pour mieux les accompagner](#) [↗](#)

○ Appuyons-nous sur Pix et sur le cadre d'usage de l'IA en éducation

Paru en juin 2025, ce document donne des [repères pour guider les pratiques pédagogiques et éducatives](#) [↗](#) :

▶ [Télécharger le cadre d'usage de l'IA en éducation](#) [↗](#)

A nous d'inventer nos scénarios pédagogiques.

Plutôt que laisser les élèves utiliser directement un outil d'IA il est (parfois) efficace et (toujours) plus sobre d'effectuer une démonstration collective, en faisant réfléchir en sous-groupes sur les requêtes.

L'**analyse critique** du processus est alors plus facile à gérer et accompagner par l'enseignant·e, qui pourra aussi apporter de l'information sur le fonctionnement de l'IA.

▶ [Voir un exemple de scénario avec des élèves de 5ème](#) [↗](#)

Un [guide pédagogique lié aux parcours apprenants Pix IA](#) est paru en janvier 2026 [↗](#).



Illustration sous licence
CC domaine public : [Coco material](#) [↗](#)

● Des ressources pour les élèves

- ▶ Le guide "l'IA pour les noobs" [🔗](#) publié en 2025 (consulté en février 2026) offre une ressource textuelle accessible.
- ▶ Exemple de ressources de Tralalère sur les pratiques sociales du numérique pour les élèves de cycle 2 et cycle 3 [🔗](#).
- ▶ Exemple de parcours du site "internet sans crainte" ciblant les lycéens, évoquant l'économie de l'attention et les algorithmes de recommandation [🔗](#).
- ▶ Série "ma vie avec l'IA" de Lumni [🔗](#) (niveau lycée)
- ▶ Série "un jour une question" sur Lumni (peut-on être ami avec une IA ?) [🔗](#), pour élèves de cycle 3 et 4.



guide paru en janvier 2026

(1) [Pilyoung Kim](#) [🔗](#), spécialiste du développement cognitif et professeure de psychologie à l'université de Denver qui conduit depuis plusieurs années des expérimentations pour évaluer la manière dont l'utilisation des agents conversationnels influence les capacités sociales.

Lien complémentaire

- 🌐 [Charte d'usage de l'IA en EPLE, exemple proposé sur le Café Pédagogique \(12 janvier 2026\)](#) [🔗](#)



Académie
de Poitiers

Avertissement : ce document est la reprise au format pdf d'un article proposé sur l'espace pédagogique de l'académie de Poitiers.

Il ne peut en aucun cas être proposé au téléchargement ou à la consultation depuis un autre site.