

Après les défis viraux, quels sont les dangers numériques pour les enfants et les ados en 2026 ?

· Mis à jour 5 septembre 2026

Jeux en ligne, personnages IA, faux profils, deepfakes, communautés privées. Les dangers auxquels les enfants et les adolescents sont exposés sur Internet évoluent rapidement. Les fameux « défis viraux » ne sont plus le seul sujet de préoccupation. Aujourd'hui, une activité apparemment ludique peut progressivement conduire à une situation de manipulation, de harcèlement, d'exploitation ou de dépendance.

Le danger ne porte plus forcément un nom

Pendant plusieurs années, la vigilance des parents s'est concentrée sur les « challenges » qui circulaient sur les réseaux sociaux : défis dangereux, comportements humiliants ou prises de risques destinées à obtenir des vues.

Cette approche devient toutefois insuffisante.

En 2026, les situations préoccupantes peuvent prendre une forme beaucoup plus banale : un jeu vidéo, un avatar, une conversation avec une intelligence artificielle, un groupe privé ou encore une demande de photo.

Le véritable danger réside parfois moins dans l'activité elle-même que dans la manière dont elle fait progressivement évoluer le comportement de l'enfant.

1. Les personnages et compagnons créés par intelligence artificielle

C'est l'une des évolutions à surveiller particulièrement.

Des services permettent désormais de discuter avec des personnages virtuels ou des « compagnons » IA. Le personnage peut prendre la forme d'un ami, d'un confident, d'un personnage de fiction ou d'une personnalité imaginée par l'utilisateur.

Pour un adolescent, l'expérience peut être particulièrement séduisante : le personnage est disponible à toute heure, répond immédiatement et donne l'impression d'une conversation personnalisée.

Le problème apparaît lorsque cette relation artificielle devient une relation privilégiée pour parler de sujets personnels, de conflits familiaux, de solitude ou de difficultés émotionnelles.

Le risque n'est pas que toute utilisation d'une IA soit dangereuse. Le signal d'alerte est plutôt la place que cette relation prend dans la vie du jeune.

2. Les jeux vidéo qui deviennent des portes d'entrée vers des inconnus

Un jeu multijoueur peut être parfaitement légitime. Pourtant, la possibilité de discuter avec d'autres joueurs introduit une nouvelle dimension.

Un enfant peut rencontrer quelqu'un dans un jeu, discuter régulièrement avec cette personne, puis être invité à poursuivre la conversation sur une autre application.

Le parcours peut être très simple :

jeu vidéo → chat vocal → amitié virtuelle → autre plateforme → conversation privée.

Une étude menée par Thorn en France en 2023 auprès de 820 jeunes âgés de 12 à 16 ans permet de mesurer l'ampleur de certaines de ces interactions. 63 % des jeunes interrogés déclarent qu'une personne qu'ils ne connaissent pas physiquement et avec laquelle ils n'avaient jamais interagi auparavant les a déjà contactés en ligne.

Le chiffre ne signifie pas que ces 63 % ont été victimes d'une tentative de manipulation. Il montre simplement à quel point le contact avec des inconnus fait partie de l'expérience numérique de nombreux adolescents.

Mais un autre résultat est particulièrement intéressant.

Parmi les 524 jeunes ayant déclaré avoir des contacts uniquement en ligne, 61 % indiquent avoir été invités par l'un de ces contacts à passer d'une discussion publique à une conversation privée sur une autre plateforme.

C'est ce passage qui doit retenir l'attention : public → privé → autre plateforme.

Source : [Thorn, Points de vue des jeunes sur la sécurité en ligne en France, février 2024.](#)

En France, Roblox fait l'objet d'une attention particulière des autorités. L'Office des mineurs (Ofmin) recense environ 500 signalements liés à la pédocriminalité mentionnant cette plateforme depuis janvier 2025, soit une hausse de 20 % par rapport à 2024. Le parquet de Paris confirme que Roblox apparaît dans plusieurs enquêtes en cours. La controverse a pris une tournure politique en janvier 2026, lorsque la haute-commissaire à l'enfance Sarah El Haïry a publiquement qualifié la messagerie de la plateforme de « repaire de pédocriminels ».

», une formule qui illustre la vivacité du débat plus qu'elle ne constitue une donnée en soi ([Ici, janvier 2026](#)).

Roblox n'est pas un cas isolé. Le même mécanisme de contact et de conversation privée existe potentiellement sur tout jeu multijoueur doté d'un chat, vocal ou écrit : Fortnite, Minecraft, Call of Duty, Grand Theft Auto, Among Us, ou encore les jeux liés à des serveurs Discord. Ce n'est pas nécessairement le jeu lui-même qui pose un problème, mais les possibilités de communication avec d'autres utilisateurs et la manière dont ces échanges sont encadrés.

Cela montre pourquoi la règle « ne parle pas aux inconnus » doit être adaptée à l'environnement numérique.

Un inconnu peut connaître le prénom de l'enfant, son âge apparent, ses jeux préférés et plusieurs détails sur sa vie sans pour autant être réellement celui qu'il prétend être.

3. Les avatars et les fausses identités

L'avatar n'est plus simplement une petite image utilisée pour jouer. Pour certains adolescents, il sert à construire une véritable identité numérique : nouveau prénom, nouvelle apparence, nouvelle communauté. C'est souvent positif, une façon d'expérimenter sa créativité ou de jouer.

Ça devient plus problématique quand cette identité sert à dissimuler l'âge. Et le phénomène est documenté : dans la même étude Thorn citée plus haut, 58 % des mineurs français reconnaissent que leurs amis donnent une fausse indication de leur âge en ligne, principalement pour contourner les âges minimums des plateformes. Parmi les mineurs ayant des contacts exclusivement en ligne, 40 % déclarent que certains de ces contacts sont des utilisateurs qu'ils croient adultes.

Un profil qui semble appartenir à un adolescent n'est pas

nécessairement celui d'un adolescent.

4. Les deepfakes : quand une simple photo peut être détournée

L'intelligence artificielle change également la nature du risque lié aux photos.

Une photographie banale publiée sur Internet peut être récupérée et transformée à l'aide d'outils génératifs.

Les conséquences peuvent aller de la simple moquerie à l'usurpation d'identité, au harcèlement et à la création d'images sexualisées non consenties.

En février 2026, l'UNICEF a publié une déclaration sur ce sujet précis. Selon une étude menée avec ECPAT International et INTERPOL dans 11 pays, au moins 1,2 million d'enfants ont déclaré avoir eu leurs images manipulées en deepfakes à caractère sexuel au cours de l'année écoulée, soit environ 1 enfant sur 25 dans certains pays, l'équivalent d'un enfant par classe. L'UNICEF y affirme que ces images constituent des contenus d'abus sexuel sur des enfants, qu'un agresseur soit identifiable ou non ([UNICEF, « Deepfake abuse is abuse », 4 février 2026](#)).

Cette évolution impose une nouvelle règle de prudence :

« Une photo publiée sur Internet peut être réutilisée dans un contexte totalement différent de celui imaginé au départ. »

5. Les faux comptes et les cyberharcèlements fabriqués avec l'IA

Le cyberharcèlement peut lui aussi changer de visage.

Un adolescent peut être victime d'un faux compte créé pour se faire passer pour lui. Des messages peuvent être fabriqués. Des photographies peuvent être modifiées. Des conversations peuvent être inventées.

La victime peut alors avoir beaucoup de mal à démontrer ce qui est réel et ce qui a été fabriqué.

En France, l'Association e-Enfance / 3018, désignée premier « signaleur de confiance » par l'Arcom en novembre 2024 dans le cadre du règlement européen sur les services numériques (DSA), a publié en 2026 son premier rapport de transparence consacré à son activité de 2025. Le 3018 indique avoir reçu 124 500 sollicitations en 2025, dont 44 028 situations traitées. Le rapport précise que parmi les situations de sextorsion traitées, plus d'un quart impliquent désormais un usage de l'intelligence artificielle (deepfakes, outils de « déshabillage », agents conversationnels détournés) ([e-Enfance/3018, rapport de transparence 2025](#)).

En Suisse, le service de signalement et de conseil clickandstop.ch, géré par Protection de l'enfance Suisse, a enregistré en 2025 2 432 signalements d'URL et une augmentation de 63 % des demandes de renseignements. Cette hausse coïncide avec une tendance plus large observée par l'organisme : de plus en plus d'enfants et de jeunes sont confrontés à du cyberharcèlement et à des violences à caractère sexuel impliquant des images de nudité générées ou manipulées par l'intelligence artificielle, sans que les 63 % ne mesurent précisément la part attribuable à ces deepfakes ([RTS, février 2026](#)).

6. Les communautés privées : le risque qui échappe aux parents

C'est probablement l'un des changements les plus importants.

Un parent peut connaître TikTok, Instagram ou YouTube et pourtant ignorer totalement ce qui se passe dans :

- un serveur privé
- un groupe de discussion
- un chat vocal
- une communauté liée à un jeu
- un compte secondaire
- une conversation éphémère

Le problème est donc moins « quelle application utilise mon enfant ? » que :

« Avec qui mon enfant communique-t-il et dans quel environnement ? »

Un groupe peut progressivement imposer ses propres règles : secret, appartenance exclusive, pression pour participer, humiliation des nouveaux ou demandes de preuves.

7. Les « pranks » et humiliations filmées

Les vidéos destinées à faire rire les autres ne sont pas nouvelles.

Mais la recherche permanente de visibilité peut pousser certains adolescents à aller toujours plus loin.

Une blague peut devenir une humiliation filmée. Une humiliation peut devenir une publication. Et une publication peut rester accessible ou être copiée avant même que son auteur décide de la supprimer.

Le problème est alors double : la personne filmée subit l'humiliation et le jeune qui filme peut sous-estimer les conséquences de la diffusion.

8. Les jeux qui utilisent des mécanismes de hasard et de récompense

Une autre tendance mérite une attention particulière : la multiplication des mécanismes de récompense aléatoire.

Objets virtuels rares, tirages, coffres, récompenses limitées, monnaies virtuelles ou systèmes de collection peuvent encourager le joueur à recommencer encore et encore.

Il ne faut pas confondre tous ces mécanismes avec les jeux d'argent.

C'est le cas dans Roblox, où plusieurs jeux populaires créés par des utilisateurs, comme Adopt Me ou Pet Simulator, reposent sur des coffres et des tirages achetés en Robux, la monnaie virtuelle de la plateforme. Des associations de protection de l'enfance ont d'ailleurs demandé en 2026 à la FTC américaine d'enquêter sur ces mécanismes de type « loot box » présents sur Roblox.

Mais une question simple mérite d'être posée :

Est-ce que l'enfant gagne parce qu'il progresse et s'améliore, ou est-ce qu'il rejoue surtout parce qu'il ne sait jamais ce que le prochain coffre va lui donner ?

Dans le premier cas, l'enfant maîtrise quelque chose. Dans le second, certains mécanismes de récompense aléatoire utilisent des ressorts psychologiques qui peuvent encourager la répétition : attente, incertitude et anticipation de la prochaine récompense.

Cette distinction est particulièrement importante pour les plus jeunes.

Un risque d'une autre nature : le « brain rot »

Les risques précédents reposent sur des mécanismes différents : manipulation, exploitation, harcèlement, pression sociale ou recherche de récompense. Le « brain rot » fonctionne encore autrement. Personne ne cherche à obtenir quelque chose de l'enfant. Le risque vient simplement du volume et de la nature du contenu consommé.

« Brain rot » (littéralement « pourrissement du cerveau ») a été élu mot de l'année 2024 par les dictionnaires Oxford, avec une hausse d'usage de 230 % entre 2023 et 2024. Le terme désigne la détérioration supposée de l'état mental provoquée par une surconsommation de contenus en ligne jugés insignifiants, typiquement le défilement continu de vidéos courtes et répétitives sur TikTok, YouTube Shorts ou Instagram Reels.

Ce n'est pas un diagnostic médical, mais un terme culturel qui pointe un mécanisme réel, différent de ceux vus plus haut : ici, il ne vient d'aucune personne en particulier, il vient du format même du contenu, pensé pour être consommé en continu.

Ce n'est donc pas un neuvième danger équivalent aux autres. C'est un rappel utile que tous les risques numériques pour un enfant ne relèvent pas de l'exploitation ou de la manipulation : certains relèvent simplement d'un usage à surveiller.

J'en ai déjà parlé plus en détail dans [cet article dédié au brainrot chez l'enfant](#).

Les signaux d'alerte à connaître

Plutôt que de chercher à connaître le nom de chaque nouveau défi viral, les parents peuvent surveiller les changements de comportement.

Une vigilance particulière est justifiée lorsqu'un enfant ou un adolescent :

- cache soudainement son écran
- change fréquemment de pseudonyme
- supprime systématiquement ses conversations
- se met à communiquer avec une personne que personne dans son entourage ne connaît
- passe d'un jeu à une autre application pour poursuivre une conversation
- reçoit des cadeaux ou des objets virtuels d'une personne inconnue
- devient particulièrement attaché à un personnage IA
- semble inquiet à propos d'une photo ou d'une vidéo
- demande des cartes cadeaux ou de l'argent sans explication claire
- manifeste une peur inhabituelle lorsqu'un parent approche son téléphone

Un seul de ces signes ne signifie évidemment pas qu'un enfant est en danger. C'est surtout l'apparition soudaine de plusieurs changements qui mérite une discussion.

Comment en parler avec un enfant sans le pousser à cacher ses activités ?

L'interdiction pure et simple n'est pas toujours la meilleure stratégie.

Un adolescent qui pense qu'il sera immédiatement puni peut avoir intérêt à cacher ce qui lui arrive.

Il est donc préférable de lui apprendre quelques règles simples :

1. Un inconnu en ligne reste un inconnu

Même s'il joue au même jeu, connaît les mêmes personnes ou semble avoir le même âge.

2. Une photo n'est jamais totalement sous contrôle une fois publiée

Même après suppression, elle peut avoir été copiée.

3. Une demande de secret doit déclencher une alerte

« Ne le dis à personne », « tes parents ne doivent pas savoir » ou « prouve-moi que tu me fais confiance » sont des phrases particulièrement problématiques.

4. Changer de plateforme n'est pas anodin

Lorsqu'une personne rencontrée dans un jeu veut immédiatement poursuivre la conversation ailleurs, l'enfant doit savoir qu'il peut refuser.

5. Demander de l'aide n'entraîne pas automatiquement une punition

C'est probablement la règle la plus importante.

Un enfant doit pouvoir dire :

« J'ai fait quelque chose que je n'aurais peut-être pas dû faire, mais quelqu'un me met maintenant la pression »

sans avoir peur que la première réaction de l'adulte soit de lui confisquer son téléphone.

Que faire si votre enfant est déjà confronté à une situation inquiétante ?

La prévention ne suffit pas toujours. Si une situation problématique est déjà en cours, quelques réflexes concrets limitent les dégâts :

- Ne pas culpabiliser l'enfant, quoi qu'il ait pu faire ou accepter avant d'en parler.
- Ne pas supprimer immédiatement les conversations, photos ou comptes concernés : ce sont des preuves utiles.
- Faire des captures d'écran de tout élément pertinent avant de bloquer qui que ce soit.
- Bloquer et signaler le compte à la plateforme une fois les preuves conservées.
- Ne jamais négocier ou payer une personne qui exerce un chantage.
- En cas de menace, de chantage, de demande à caractère sexuel ou de tentative de rencontre physique, contacter rapidement les services compétents (police, gendarmerie, ou une association spécialisée dans la protection de l'enfance en ligne).

Plus que jamais, les parents ont besoin d'être soutenus face à ces risques numériques, et non jugés. On leur laisse l'entière responsabilité de cette éducation, alors qu'elle est devenue extrêmement difficile à assumer seuls en 2026.

Le véritable enjeu pour les années 2026-2027

Il serait tentant d'attendre le prochain « défi viral » pour agir. Ce serait une erreur.

Les technologies évoluent plus rapidement que les listes de dangers publiées sur Internet. Un nom de challenge peut disparaître en quelques jours alors que les mécanismes qui permettent la manipulation restent les mêmes.

Ce que cet article décrit, ce ne sont d'ailleurs pas vraiment de nouveaux dangers. Ce sont d'anciens mécanismes de manipulation, connus depuis toujours, qui empruntent de nouveaux vecteurs : un compagnon IA plutôt qu'un inconnu au parc, un deepfake plutôt qu'une rumeur, une loot box plutôt qu'un mécanisme de récompense traditionnel. Le support change, la mécanique reste.

Jeu + inconnu + confiance + conversation privée + secret + image : voilà le schéma qu'il faut apprendre aux enfants à reconnaître.

Et demain, l'interlocuteur pourra être un humain, un faux profil ou même un personnage généré par intelligence artificielle. La meilleure protection n'est donc pas de connaître tous les noms des tendances, mais d'apprendre à l'enfant à reconnaître les mécanismes de manipulation qui se cachent derrière elles.

À retenir

Les risques numériques auxquels les enfants et adolescents sont confrontés en 2026 ne sont plus limités aux défis dangereux. Les parents doivent également surveiller :

- les compagnons IA
- les jeux avec chat et inconnus
- les faux profils
- les avatars et identités virtuelles
- les deepfakes
- les communautés privées
- les mécanismes de récompense aléatoire

- les humiliations filmées
- le brain rot et la surconsommation de contenus courts

Aucun de ces points ne se résume à un nom ou une application précise. Ce sont des situations amenées à évoluer, se combiner ou changer de forme d'ici l'année prochaine. Rester en veille, c'est surtout garder le dialogue ouvert avec l'enfant, sur la durée.