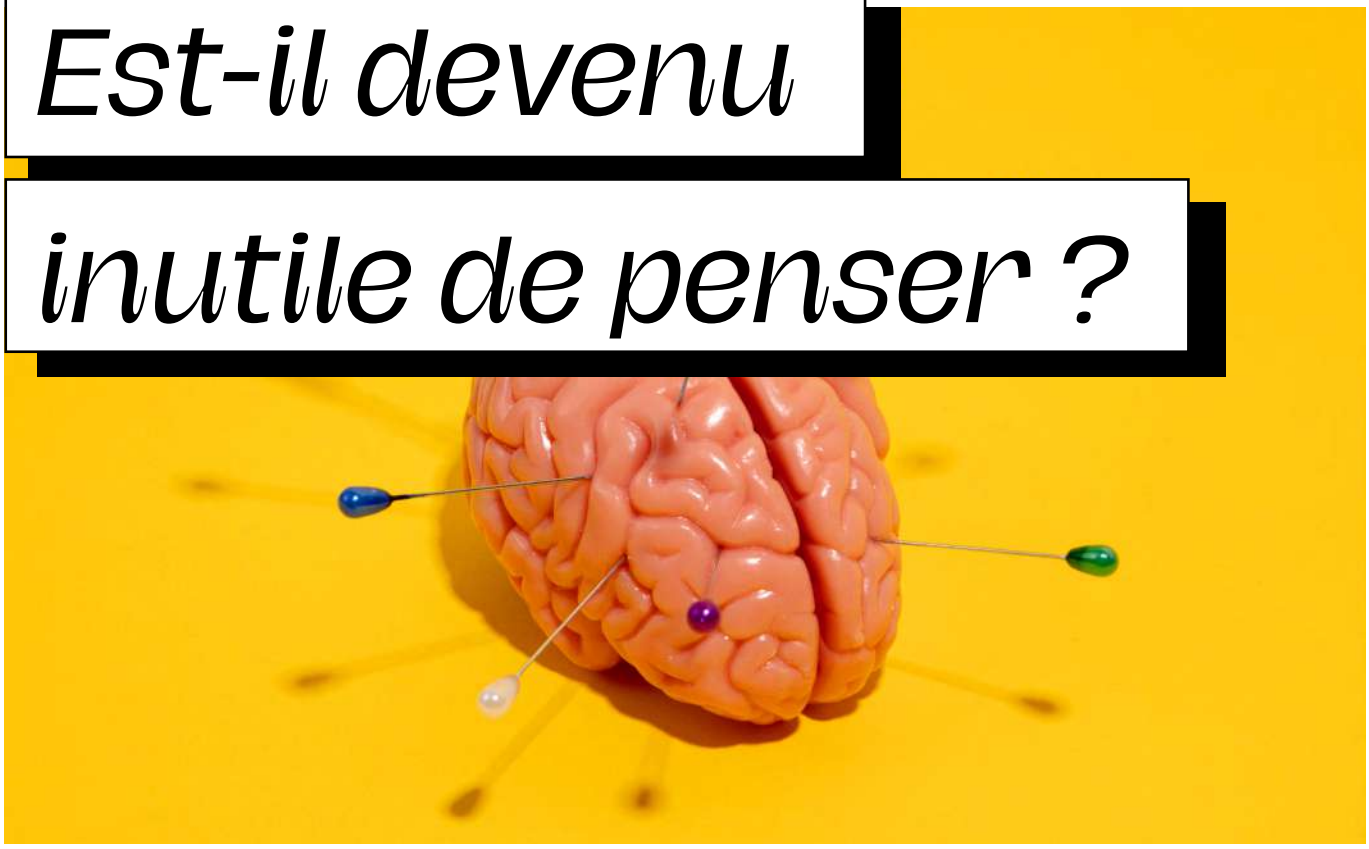
Par Adrienne Demaret

Est-il devenu inutile de penser ?



L'intelligence artificielle bouleverse notre manière d'écrire, d'apprendre et de réfléchir. Elle nous promet efficacité et productivité, mais son usage systématique pourrait aussi nous faire perdre les bienfaits de l'effort, des erreurs, de l'esprit critique, de la créativité, voire notre propre voix. Le véritable enjeu n'est-il pas d'apprendre quand ne pas utiliser l'IA ?

Il était une fois Theuth, le dieu inventeur. Il se rendit auprès du roi Thamous pour lui présenter ses dernières inventions, afin qu'il les diffuse parmi le peuple égyptien. Il exposa ainsi le nombre, le calcul, la géométrie, l'astronomie ainsi que les dés. Thamous jugea chaque art, louant ou blâmant leur utilité. Quand vint le tour de l'écriture, Theuth s'enthousiasma, la présentant comme un « remède » qui pourrait rendre les Égyptiens plus savants, en aidant leur mémoire. Mais le roi Thamous rejeta l'écriture, la trouvant néfaste : « *Cette invention, en dispensant les hommes d'exercer leur mémoire, développera l'oubli en les âmes de ceux qui l'auront acquise ; en confiance avec l'écriture, c'est du dehors, par des caractères étrangers, et non du dedans, du fond d'eux-mêmes, qu'ils chercheront le moyen de se ressouvenir ; [...] de plus, ils seront insupportables dans leur commerce, parce qu'ils auront l'apparence d'être savants, sans l'être*[1]. » Ce que Platon, à travers la voix de Thamous, exprime, c'est qu'un remède n'est souvent pas loin du poison. Ce mythe critique la confusion entre l'accumulation de données, permise par l'écriture, et la sagesse. Analyse non sans fondement, mais aujourd'hui il ne viendrait plus à l'idée de ses utilisateurs de remettre en cause l'existence et la pertinence de l'écriture.

L'IA, un outil parmi d'autres ?

Peut-être que l'être humain oublie, s'habitue, s'adapte. Peut-être que le débat revient à chaque bouleversement technologique, de la calculatrice au GPS, en passant par Internet. Car nous utilisons depuis longtemps de nombreux outils pour déléguer une partie de nos activités mentales : agenda, calculatrice, moteur de recherche… qui entrainent ce qu'on appelle une « **dette cognitive** ». « *C'est le syndrome bien connu de l'effet GPS transposé à la pensée : à force de déléguer, on désapprend. Tout comme*

les chauffeurs londoniens, célèbres pour leur hippocampe surdéveloppé à force de mémoriser les rues de la capitale, voient leur cerveau différemment sollicité que celui des adeptes du GPS, l'utilisateur qui s'en remet aveuglément à l'IA risque de perdre en capacité d'analyse et de mémorisation[2]. »

Mais l'IA générative va plus loin car, outre la mémoire ou le calcul, elle nous permet d'externaliser la rédaction et le raisonnement. D'après Xavier Aparicio, professeur en psychologie des apprentissages, un autre danger est la **métacognition** : « *Les productions des IA génératives sont fluides, bien structurées, convaincantes. Or on sait que les apprenants confondent facilement fluidité de traitement et compréhension réelle. Lire une bonne explication produite par une IA peut donner l'impression d'avoir compris, alors même que l'on serait incapable de reconstruire le raisonnement seul. C'est ce que l'on appelle "l'illusion de compétence" : le sentiment de maîtrise augmente, mais la performance autonome ne suit pas nécessairement*[3]. » L'utilisation expose aussi à des risques au sujet de ce qu'on appelle « l'illusion de vérité » : en présentant des réponses avec assurance, même quand elles sont fausses, l'IA crée une hallucination de vérité. Et prendre ces réponses pour argent comptant nous empêche d'exercer notre esprit critique et d'avoir foi en notre propre jugement.

La preuve par l'expérience

En lisant des candidatures de stages, Nataliya Kosmyna, chercheuse au MIT Media Lab du Massachusetts, a remarqué qu'un grand nombre de ces lettres de motivation se ressemblaient étrangement. Bien structurées, mais lisses et creuses. Elle a donc décidé de mesurer ce que l'IA fait au cerveau. La chercheuse a demandé à 54 personnes, âgées de 18 à 39 ans, d'écrire des rédactions sur certains sujets d'ordre général (par exemple, en répondant à la question : les œuvres d'art peuvent-elles changer la vie des gens ?) et ensuite de se souvenir de leurs écrits. Un tiers des participants pouvait utiliser l'IA pour rédiger, un tiers un moteur de recherche et le dernier groupe ne devait compter que sur son cerveau. Un dispositif a permis de surveiller leurs activités cérébrales durant la durée de l'exercice. Dans le groupe qui se servait de l'IA, la rédaction a été 60% plus rapide, mais la charge cognitive a diminué de 32% et les connexions cérébrales ont été divisées par deux. 83% des étudiants ayant utilisé l'IA étaient de plus incapables de se souvenir de ce qu'ils avaient écrit, même peu de temps après. Si le niveau d'activité cérébrale était plus élevé dans le groupe utilisant Google, les participants qui rédigeaient sans aucun outil technologique présentaient la connectivité neuronale la plus élevée.

Comme celle du MIT, de nombreuses études ont produit les mêmes résultats, mais toujours sur des échantillons trop faibles pour être tout à fait significatifs. Néanmoins, les résultats sont interpellants. De plus, « *l'expérience a également montré que les essais rédigés avec ChatGPT étaient extrêmement similaires, manquaient d'originalité et utilisaient les mêmes expressions et idées (…) D'ailleurs, dans l'expérience au MIT, plusieurs participants ont utilisé ChatGPT dans des langues autres que l'anglais (espagnol, portugais), mais ont malgré tout rédigé des essais en anglais qui étaient très similaires à ceux rédigés par les participants ayant utilisé l'outil en anglais*[4] ». Comme l'explique dans ce même article Luc Lespérance, maître d'enseignement au Département de technologies de l'information de HEC Montréal, non seulement l'utilisation de l'IA diminue notre activité cérébrale, mais tout le monde se met à penser de la même façon, à dire la même chose en utilisant à peu près les mêmes mots.

La fin de l'écriture personnelle ?

Les résultats se ressemblent car l'IA utilise les mêmes modèles de base. Elle corrige les fautes et reformule un texte en un clic, mais elle provoque une perte de style. Déléguer la rédaction à l'IA, même pour des écrits anodins, a des conséquences. Écrire moins souvent affaiblit notre voix propre et notre vocabulaire personnel. Il nous est de moins en moins aisé de nous exprimer avec clarté. Or, apprendre à structurer un texte nous aide, par la suite, à structurer notre pensée, à penser de façon rationnelle et aussi à comprendre le monde. En effet, écrire ne consiste pas seulement à produire, c'est une manière de penser. « *Quand on cherche un argument, qu'on rédige une phrase ou qu'on entraine notre raisonnement, on entraine notre mémoire et notre capacité à organiser nos idées et notre esprit critique. L'écriture peut aussi être émancipatrice et nous permettre de partager nos opinions*[5]. »

Le risque d'uniformisation de l'écriture, et donc de la pensée, est énorme. Cela produit de vives inquiétudes dans le monde de l'enseignement et de la culture. L'IA peut produire des poèmes magnifiques et des photos réalistes, mais apprécie-t-on de la même façon une œuvre non générée par un humain ? L'écrivaine Amélie Nothomb s'exprime à ce sujet au micro de Brut : « *Il y a, dans les maisons d'éditions, des gens dont le métier est de vérifier quels passages des livres qui leur sont envoyés ont été écrits par l'Intelligence Artificielle. Je me dis que confier ça à l'intelligence artificielle, c'est ne pas avoir compris ce que c'est d'être auteur. Bien sûr qu'écrire est épouvantablement difficile, mais c'est la chose la plus fascinante au monde ! (…) C'est comme si tout d'un coup il existait une machine qui allait danser à votre place. Je ne danse pas très bien, mais les rares fois où je danse, je tiens à le faire moi-même. Quel sens cela aurait de le confier à une machine ? Les gens qui confient des passages de leurs livres, voire leur livre entier à l'IA, je crois qu'ils n'ont pas compris de quoi il était question*[6]. »

La vraie question est là : le but est-il d'avoir un résultat, un texte parfait, ou que l'humain s'épanouisse dans la créativité, l'autonomie et la connaissance ? De plus, quand l'IA rédige un mail à votre place, est-ce réellement vous qui êtes en communication avec votre interlocuteur ? Ou la machine ? Pour savoir ce que l'IA fait à notre créativité personnelle, il suffit de jeter un œil à toutes les affiches générées par IA qui ont poussé comme de la mauvaise herbe dans notre paysage. Déléguer la réalisation de

nos invitations à la machine a produit une saturation visuelle dans laquelle il n'y a plus beaucoup de parcelles d'humanité. Le fait, aussi, que beaucoup de ces affiches contiennent des erreurs que leurs « créateurs » n'ont pas pris le temps de vérifier ou de corriger en dit aussi long sur l'avenir de l'esprit critique et de l'attention. Le problème n'est pas d'utiliser l'IA pour penser. C'est d'utiliser l'IA pour éviter de penser.

Réfléchir doit rester fatigant

Selon Xavier Aparicio, « *l'intelligence artificielle doit être pensée moins comme une technologie que comme un environnement cognitif* [7] ». Cette idée est importante car elle modifie radicalement notre façon de concevoir l'impact de l'IA dans nos vies. Cela signifie qu'elle ne se contente plus d'exécuter des tâches en arrière-plan, mais façonne activement le milieu culturel, social et psychologique dans lequel l'esprit humain évolue au quotidien. Et qu'il tend à l'uniformisation, et à l'abrutissement. L'IA ne nous rend pas plus intelligents, elle nous donne « l'air » intelligent. Elle offre des bénéfices de productivité à court terme, mais à long terme le coût pour l'individu est la réduction des aptitudes de son cerveau. L'utilisation effrénée de l'IA pourrait avoir des conséquences négatives sur nos capacités cognitives, notre confiance en nous, notre capacité d'attention, notre mémoire, notre faculté à réfléchir, notre motivation ou encore notre persévérance… C'est surtout interpellant pour les jeunes générations et les enfants qui construisent leur cheminement logique et leur esprit critique. C'est en essayant, en expliquant, en justifiant, en comparant, en corrigeant et en reformulant que l'élève apprend. Or, l'usage de l'IA, c'est la victoire de la performance immédiate au détriment de l'apprentissage réel.

Notre capacité à faire des efforts, à apprendre, à écrire, à mémoriser, à nous tromper, à être original, tout cela va-t-il disparaître ? L'utilisation de l'IA risque donc, à terme, de nous rendre plus paresseux, moins enclins à réfléchir, plus bêtes. À moins que la compétence essentielle à acquérir pour le futur soit de savoir « quand ne pas utiliser l'IA ». Lui laisser ce qui est monotone et qu'on aime le moins, mais ne pas lui abandonner le processus créatif et critique qui caractérise l'intelligence humaine : « *Dans l'intelligence humaine, la réflexion est toujours liée à une émotion. L'IA n'a que la réflexion, elle crée des liens grâce aux modèles de langages mais sans résonance émotionnelle. En tant qu'humain, on a un super pouvoir, il faut le conserver et le préserver, continuer à ressentir quand on réfléchit. Il ne s'agit pas uniquement de performance en termes d'information. Nous devons continuer à réfléchir, et cela a le droit d'être fatigant*[8]. »



1. «Platon, *Le Phèdre*, récit de Theuth et Thamous rapporté par Socrate, 274c–275b.
2. Charlotte Ryssen, « La science le prouve : l'IA ramollit nos cerveaux », sfeir.dev, 26 juin 2025.
3. Abderrahim Bittame, « Quels sont les effets de l'IA sur le cerveau ? 4 questions à un spécialiste en psychologie cognitive », www.allodocteurs.fr, 2 juin 2026.
4. Mélanie Meloche-Holubowski, « Utiliser ChatGPT diminue-t-il notre activité cérébrale ? », https://ici.radio-canada.ca, 9 juillet 2025.
5. « Et si l'intelligence artificielle nous faisait perdre une partie de notre capacité à réfléchir ? » capsule vidéo réalisée par *La Libre Belgique* avec Jonas Legge, 19 août 2026.
6. « Amélie Nothomb : son processus d'écriture, pourquoi on lit moins, L'adolescence du perroquet... », vidéo Youtube sur la chaîne *Brut*.
7. Abderrahim Bittame, *op. cit*.
8. « L'IA nous rend-elle stupide ? » capsule vidéo réalisée par TV5 Monde, avec Barbara Studer, neuroscientifique, et tirée de son émission « Einstein », 27 août 2026.