



Lâ??intelligence artificielle : progrÃs utile ou piÃge pour nos esprits ?

Description

OmniprÃ©sente dans nos vies, lâ??intelligence artificielle fascine autant quâ??elle inquiÃte. Si elle simplifie le quotidien et stimule la curiositÃ©, elle peut aussi encourager la passivitÃ© et fragiliser notre esprit critique. Face Ã ces outils Ã « prÃts Ã penser Ã », le dÃ©fi est de prÃ©server notre autonomie mentale, nos Ã©motions et la richesse des relations humaines.

par HÃ©lÃ©ne PÃ©cot.

Qui nâ??a pas vÃ©cu ce moment surrÃ©aliste oÃ¹ en composant un numÃ©ro de tÃ©lÃ©phone, vous entendez une voix qui vous demande de prÃ©ciser le but de lâ??appel en choisissant dâ??appuyer sur une touche qui elle-mÃªme vous demande dâ??appuyer sur une autre touche et lÃ â?! vous prenez conscience quâ??en fait aucune formulation ne correspond vraiment Ã votre questionnement. Cela gÃ©nÃ©re, en tout cas en moi, des sentiments mitigÃ©s : de la frustration de nâ??avoir trouvÃ© la rÃ©ponse Ã ma question, du doute sur ma capacitÃ© Ã utiliser mon tÃ©lÃ©phone et en consÃ©quence, lâ??angoisse de me sentir inapte, et renvoyÃ©e toute seule face Ã un manque dâ??autonomie.

Certes, la prÃ©sence des nouvelles technologies sâ??est immiscÃ©e dans notre quotidien : internet, plateformes de streaming, objets connectÃ©s! Mais parmi elles, lâ??intelligence artificielle (IA) occupe une place Ã part. Souvent invisible, parfois mal comprise, elle sâ??invite partout : dans les mÃ©dias, sur les rÃ©seaux sociaux, dans nos Ã©changes.

MÃªme les plus rÃ©ticents ne peuvent y Ã©chapper car elle nous est imposÃ©e Ã notre insu parfois par la diffusion dâ??images Ã la tÃ©lÃ©vision, sur les rÃ©seaux sociaux pour les utilisent ! Sans compter que son nom-mÃªme, IA, est au moins prononcÃ© une dizaine de fois par jour, que ce soit Ã la radio, Ã la tÃ©lÃ©vision ou dans des discussions privÃ©es.

Mais que signifie rÃ©ellement Ã « intelligence artificielle Ã ? Longtemps, lâ??intelligence a Ã©tÃ© associÃ©e au savoir, Ã la connaissance, puis au quotient intellectuel (QI), avant dâ??intÃ©grer aussi le savoir-faire et lâ??intelligence pratique. Aujourdâ??hui, lâ??idÃ©e dâ??une intelligence Ã « artificielle Ã » interroge : peut-on vraiment parler dâ??intelligence pour des systÃ©mes qui produisent des rÃ©ponses sans conscience ni vÃ©cu ? Ne risque-t-on pas de consommer des pensÃ©es toutes faites, sans effort personnel ? Allons-nous nous transformer en robots pensant artificiellement ? Cette question est dâ??autant plus importante que notre cerveau a besoin dâ??Ãªtre stimulÃ©.

Particulièrement en avançant en âge. Comme un muscle, il peut s'affaiblir s'il n'est pas exercé. Mémoire, concentration, raisonnement, créativité, adaptabilité : autant de capacités essentielles que l'IA peut, paradoxalement, mettre en veille si nous nous reposons trop sur elle. Le risque ? Une forme de paresse intellectuelle. Car il faut le reconnaître : l'intelligence artificielle est capable de nous faciliter le travail en nous livrant tout faits des documents, des commentaires, souvent pertinents, mais qui sont pré-pensés. Il existe un autre danger à utiliser souvent l'intelligence artificielle par confort : la dispersion mentale. Un peu comme on se laisser aller à faire défiler des pages sur Facebook nous informant sur la vie des chats ou nous vantant les mérites d'Untel ou d'Untel. Cependant, l'intelligence artificielle n'est pas uniquement une menace. Elle peut aussi être un formidable outil : une source d'information rapide, une aide à la compréhension, un levier pour approfondir certains sujets. Tout dépend de la manière dont nous l'utilisons. L'enjeu est donc de trouver un équilibre. L'IA ne remplacera jamais la conscience de soi, la capacité à ressentir des émotions, ni la richesse des relations humaines. Elle ne doit pas se substituer à notre jugement, mais rester un outil au service de notre réflexion. Préserver notre curiosité, exercer notre esprit critique, continuer à échanger avec les autres : autant de clés pour rester acteurs de notre pensée. Car, au-delà des technologies, ce sont bien nos interactions humaines qui nourrissent le plus profondément notre intelligence et notre vie intérieure.

Categorie

1. Humeurs

date création

08/05/2026