



Association Européenne
de la
Pensée Libre

Bâtir une Europe de libertés, d'équité, de solidarité

*Article 17 (TFEU) dialogue seminar on
"Health and well-being in the age of artificial intelligence:
communities tackling isolation and digital risks" –
09 June 2026*

**Contribution de l'AEPL-EU
Claude WACHTELAER
Président**

En 1776, la déclaration d'indépendance des EU affirmait un droit nouveau, celui de la recherche du bonheur. En 1946, l'OMS définissait la santé comme "un état de complet de bien-être physique, mental et social", et "La santé mentale *"comme un état de bien-être permettant à chacun de réaliser son potentiel, de surmonter les tensions normales de la vie, d'accomplir un travail productif et de contribuer à la communauté."*

Elle est donc constitutive du bonheur humain.

Posons-nous deux questions : des libertés fondamentales comme la liberté de conscience ou de pensée et leurs déclinaisons comme les libertés politiques contribuent-elles positivement à notre santé mentale ? D'autre part, la santé mentale est-elle menacée parce que l'intensification du recours à l'Intelligence artificielle porterait atteinte à ces libertés ?

L'IA, comme toutes les nouvelles technologies, génère à la fois des enthousiasmes et des peurs et c'est normal. Dans le domaine de la santé physique, on peut être raisonnablement optimiste quant aux avancées que l'IA permettra, nous n'en parlerons donc pas.

En revanche, nous avons de réelles craintes par rapport à l'influence que l'IA aura sur nos vies, sur nos libertés et donc sur notre santé mentale. Et, malheureusement, certaines menaces apparaissent de plus en plus clairement. Parmi celles-ci:

- L'impact des écrans sur les enfants et les adolescents. Certains signaux d'alarmes, dépression, phobies scolaires, moindre résistance au nudge, encouragement du narcissisme connaissent une augmentation préoccupante. Il ne faut évidemment pas confondre corrélation et causalité, mais les signaux d'alerte sont bien là.

- L'influence des réseaux sociaux sur la polarisation et la radicalisation. Les algorithmes facilitent la pensée 'en silos' et on peut voir des individus apparemment "normaux" se radicaliser et passer à l'acte très rapidement.
- Autre sujet de préoccupation, l'impact négatif sur la maîtrise du langage. Ce phénomène est mis en évidence dans les enquêtes internationales. Un langage fruste, un vocabulaire limité encouragent le recours aux fake news, limitent la capacité d'exercer son esprit critique. Les spécialistes parlent d'*atrophie cognitive*, une vraie menace pour l'exercice d'une citoyenneté responsable.
- Le refuge dans les réalités alternatives qui ouvrent la porte à toutes les manipulations. Une influenceuse américaine, Jessica Foster, compte plus d'un million de followers et recrute pour l'armée. Le problème c'est qu'elle n'existe pas, elle est une illusion créée par l'IA. Mais la chose la plus dangereuse à propos de Jessica Foster n'est pas qu'elle soit fausse ; c'est de voir à quel point un million de personnes avaient besoin qu'elle soit réelle.
- Enfin, que penser de la gouvernance par les nombres que la société Palantir, p. ex., verrait bien utiliser pour remplacer la délibération classique de nos gouvernements ? Ce nouvel idéal normatif, qui vise la réalisation efficace d'objectifs mesurables plutôt que l'obéissance à des lois justes, comme le dit Alain Supiot, nous garantit-il le bonheur ? .

Il ne fait guère de doute qu'il faudra continuer à réguler, et l'UE jusqu'ici le fait plutôt bien. Mais les institutions n'échapperont pas au dilemme entre la nécessité de limiter les excès et les dérives et celle de préserver la liberté. Il faudra le faire avec le souci constant de maintenir l'humain dans la boucle et de ne pas se laisser éblouir par des performances des LLM, certes impressionnantes, mais, comme tout système, avec des imperfections. La gouvernance par les nombres pourrait s'avérer être l'ennemie de la délibération et du débat.

Il faudra donc, impérativement, éduquer le citoyen pour qu'il résiste à la tentation de s'en remettre totalement à la machine pour assurer son bonheur. Henri Poincaré le disait, "la pensée ne doit jamais se soumettre, ni à un dogme, ni à un parti, ni à une passion, ni à un intérêt, ni à une idée préconçue, ni à quoi que ce soit, si ce n'est aux faits eux-mêmes". Il ne faudrait pas qu'elle se soumette trop vite à l'IA. Nous ne voulons pas, en nous réveillant demain matin, constater que nous aimons Big Brother.