

Les bonnes pratiques pour l'utilisation des IA_g

L'utilisation des systèmes d'IA générative se démocratisant, il est important de connaître les forces, faiblesses et les enjeux autour de ces outils pour en faire une utilisation réfléchie et éviter la délégation cognitive.

Vérifier les informations

Les systèmes d'IA génératives (IA_g) de type chatbots comme Mistral Vibe et ChatGPT par exemple, sont entraînés sur une très grande quantité de données. La provenance de ces données étant quasi impossible à identifier, il faut être vigilant concernant les informations fournies par ces outils d'IA_g. Nous vous conseillons donc de systématiquement vérifier les informations obtenues et de les **croiser à l'aide de sources fiables**. Comme mentionné dans la fiche [Fonctionnement de ChatGPT](#), les IA_g peuvent « halluciner » des réponses et des sources mais aussi parfois reproduire du contenu protégé sans attribution.

Faire attention aux biais

Les IA_g peuvent reproduire des biais présents dans leurs données d'entraînement. Par exemple, ChatGPT a été entraîné en majorité par des données occidentales et anglophones, ce qui a un impact sur les réponses générées. Lorsqu'on interroge un LLM sur un sujet politique controversé, sa réponse peut refléter des **biais culturels ou idéologiques** liés aux données d'entraînement, ajustements spécifiques (fine-tuning) et paramétrages appliqués. De la même façon, les données d'entraînement peuvent également inclure des **biais liés au genre**, et ainsi perpétuer des stéréotypes dans les réponses du modèle.

Faire preuve de transparence

Pour des questions d'intégrité, il est recommandé de mentionner l'utilisation que vous avez faite de l'outil d'IA_g dans votre travail, quelles parties du travail ont été assistées ou générées par IA_g, quelles ont été les propositions retenues, dans le corps du texte, dans une note de bas de page ou dans une section distincte consacrée aux méthodes ou aux outils utilisés. Si vous souhaitez intégrer un texte généré par l'IA dans une production, vous pouvez adapter cette citation en format [APA](#) :

Mistral AI. (2026). *Vibe* [Grand modèle de langage / Agent conversationnel]. (lien partagé de la conversation)

Pour aller plus loin : [modèles de citations de l'université de Sherbrooke](#).

Protéger les ressources

Le ministère de l'Éducation Nationale préconise de « renoncer aux IA grand public quand des données personnelles, confidentielles ou protégées par le droit d'auteur sont en jeu. ». Cette précaution s'impose notamment lors du téléversement de documents dans ces outils. Dans ce cas, il est fortement conseillé de désactiver, si elle existe, **l'option de contribution ou d'amélioration des modèles**, pour empêcher que les données soient utilisées par l'IA pour son entraînement futur. Pour les agents publics des [solutions d'IA souveraines](#) et sécurisées existent et doivent être privilégiées. Les utilisateurs qui ont des besoins stricts en matière de confidentialité ou qui traitent des données sensibles (ex : informations personnelles), peuvent opter pour des solutions qui permettent de télécharger et d'exécuter des modèles de langage (LLM) directement **en local** sur leur ordinateur. Ainsi les données ne transitent par aucun serveur externe.

Enfin, l'utilisation des systèmes d'IA doit s'inscrire dans une démarche raisonnée, lorsqu'une plus-value est avérée et en tenant compte de leurs empreintes environnementales.

Il est important de garder un certain recul et de ne pas dépendre de ces outils, ni les subir. Pour en savoir plus sur les bonnes pratiques recommandées, vous pouvez consulter la fiche [IA et propriété intellectuelle](#), le [guide d'usage de l'IA pour les agents publics de l'Etat](#), ou encore le [cadre d'usage de l'IA en éducation](#) du Ministère de l'Éducation nationale. Si vous vous interrogez sur une utilisation de l'IA par les étudiants, vous pouvez consulter la fiche [Stratégies adaptée à l'ère de l'IA](#).

Sources :

- Cabana, M. et Beaudet, M. (2024). Modèles de citations : utilisation de l'IA dans une production. Service de soutien à la formation, Université de Sherbrooke.
<https://zenodo.org/records/14510665>
- Ministère de l'Éducation nationale. (2025, juin). *Cadre d'usage de l'IA en éducation*.
<https://www.education.gouv.fr/cadre-d-usage-de-l-ia-en-education-450647>
- Proactive Academy. (2023, septembre). *IA à l'école : Guide ChatGPT pour les enseignants*. <https://www.proactiveacademy.fr/blog/ia/ia-a-lecole-guide-chatgpt-pour-les-enseignants/>
- Forbes. (2023, mai). *Les outils basés sur l'IA comprennent-ils les biais liés à la diversité ?* <https://www.forbes.fr/technologie/les-outils-bases-sur-l-ia-comprennent-ils-les-biais-lies-a-la-diversite/>
- Zeghni, S. (2022, décembre). *Quand l'IA reproduit nos biais culturels*. LinkedIn.
https://fr.linkedin.com/pulse/quand-lia-reproduit-nos-biais-culturels-sylvain-zeghni?trk=pulsearticle_more-articles_related-content-card