

Les bonnes pratiques pour l'utilisation des IAg

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

Vérifier les informations

Les systèmes d'IA génératives (IAg) de type chatbots comme Le Chat de Mistral 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'IAg. 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 IAg peuvent « halluciner » des réponses et des sources mais aussi parfois reproduire du contenu protégé sans attribution.

Faire attention aux biais

Les IAg 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'IAg dans votre travail, quelles parties du travail ont été assistées ou générées par IAg, 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. (2025). *Le Chat* [grand modèle de langage]. <https://chat.mistral.ai/chat> (ou lien partagé de la conversation).

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

Protéger les ressources

Le ministère de l'Education Nationale préconise de « renoncer aux IA grand public quand des données personnelles, confidentielles ou protégées par le droit d'auteur sont en jeu. » Lors du téléversement de documents dans un outil d'IA générative, il est recommandé de **désactiver l'option de contribution ou d'amélioration des modèles** si elle est proposée. Cette mesure garantit que vos données ne seront pas utilisées par l'IA pour son entraînement futur.

Pour les utilisateurs qui ont des besoins stricts en matière de confidentialité ou qui traitent des données sensibles (ex : informations personnelles), une solution consiste à utiliser des outils comme LM Studio, qui permettent de télécharger et d'exécuter des modèles de langage (LLM) directement **en local** sur son ordinateur. Ainsi vos données ne transitent par aucun serveur externe.

Enfin les systèmes d'IA doivent être utilisés de manière raisonnée, en tenant compte de leurs empreintes environnementales et lorsqu'une plus-value est avérée.

Il est très 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](#) et le [cadre d'usage de l'IA en éducation](#) du Ministère de l'Education 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-ia-reproduit-nos-biais-culturels-sylvain-zeghni?trk=pulsearticle_more-articles_related-content-card