

Quand l'apprentissage rapide s'accompagne d'une mémoire vacillante : L'avertissement d'une étude révélatrice

L'impact des assistants numériques sur l'apprentissage des étudiants

Les [assistants numériques](#) deviennent des alliés incontournables pour les étudiants, notamment lors des périodes de révision. Parmi ceux-ci, ChatGPT a captivé de nombreux utilisateurs grâce à son efficacité et sa rapidité. Cependant, une étude récente, publiée en avril 2026, met en lumière un effet surprenant sur les capacités mnésiques des étudiants qui l'utilisent.

Une étude révélatrice sur 120 étudiants

André Barcaui, chercheur à l'université fédérale de Rio de Janeiro, a mené une analyse minutieuse impliquant **120 [étudiants universitaires](#)**. Dans cette étude, la moitié des participants a recours à ChatGPT pour préparer un exposé de dix minutes sur le thème de l'intelligence artificielle, tandis que l'autre moitié a opté pour des méthodes traditionnelles, sans l'assistance d'outils numériques.

Les deux groupes étaient composés d'un nombre équivalent d'utilisateurs réguliers de l'outil afin d'éviter toute

distorsion due à la familiarité avec l'IA. Quarante-cinq jours après, tous les étudiants ont passé un [test surprise](#) portant sur le même sujet.

Les résultats ont révélé que le groupe ayant utilisé ChatGPT a obtenu une **moyenne de 5,75 sur 10**, tandis que le groupe témoin a atteint **6,85 sur 10**, ce qui représente un écart de **11 %**. Paradoxalement, les étudiants ayant utilisé l'IA avaient investi en moyenne **3,2 heures** dans la préparation, comparé à **5,8 heures** pour ceux ayant suivi des méthodes classiques.

« Le déchargement cognitif réduit l'effort mental nécessaire à l'encodage des informations, fragilisant ainsi la mémoire à long terme. »

Comprendre le déchargement cognitif

Selon les résultats de cette étude publiée dans **Social Sciences & Humanities Open**, la différence observée peut être expliquée par un phénomène désigné sous le terme de déchargement cognitif. En utilisant un outil externe pour obtenir des réponses prêtes à l'emploi, les étudiants réduisent l'effort nécessaire pour traiter et assimiler les informations. Ce processus d'effort est crucial pour mémoriser sur le long terme.

En confiant la synthèse à une machine, les étudiants omettent les opérations mentales essentielles qui transforment une donnée brute en un souvenir solide. En somme, la quête de gain de temps peut entraîner une diminution notable de la mémorisation.

- Le groupe utilisant ChatGPT a préparé son exposé en **3,2 heures** en moyenne
- Le groupe témoin a consacré **5,8 heures** à la même tâche
- L'écart observé au test surprise était de **11 %**
- Le phénomène de déchargement cognitif fragilise l'encodage des souvenirs

- Cette étude a été publiée dans le journal **Social Sciences & Humanities Open**

Un effet similaire à celui de Google

Ce constat est similaire à ce que l'on appelle l'effet Google, identifié pour la première fois en 2011. Avec l'essor des moteurs de recherche, les utilisateurs ont tendance à mémoriser non pas l'information elle-même, mais plutôt l'endroit où ils peuvent la retrouver. Avec des outils comme ChatGPT, cette tendance se renforce.

Contrairement à simplement localiser les informations, ChatGPT les reformule, les structure et les résume, offrant ainsi aux utilisateurs un contenu directement exploitable. Ce phénomène réduit encore plus l'implication cognitive de l'utilisateur, ce qui peut mener à un encodage moins durable des données reçues.

Une telle dynamique soulève des interrogations critiques sur la profondeur des connaissances acquises par les étudiants. La promesse d'un gain de temps devient alors un sujet de débat en termes d'efficacité réelle de ces outils dans un environnement éducatif.

Vers une pédagogie réfléchie

De nombreuses autres recherches corroborent cette découverte. Plusieurs équipes ont mis en évidence que l'utilisation excessive de certains outils d'IA peut affaiblir la pensée critique et l'autonomie intellectuelle des étudiants. La question actuelle ne réside plus tant dans la vitesse d'apprentissage qu'elle apporte, mais dans la préservation des processus cognitifs nécessaires à la transformation d'informations transitoires en savoir durable.

Encadrer et non interdire l'usage de l'IA

Le chercheur André Barcaui ne préconise pas l'interdiction de ChatGPT dans le cadre éducatif. Au contraire, il plaide pour un encadrement de son usage, par exemple par l'imposition de phases de reformulation individuelle. Des exercices de restitution sans assistance pourraient également renforcer la mémorisation.

En réalité, le défi ne vient pas de l'outil lui-même, mais de son remplacement potentiel du travail intellectuel au lieu de le compléter. Un usage équilibré, qui varie entre recherche assistée et auto-apprentissage, permettrait de bénéficier des atouts de la rapidité de l'IA tout en conservant les mécanismes mentaux nécessaires à un apprentissage durable.

Cette approche offrirait aux étudiants le meilleur des deux mondes, allégeant leur quête d'informations tout en préservant l'intégralité de leurs profils cognitifs. De plus, elle favoriserait le développement d'une pensée critique face à l'information générée automatiquement.

Les découvertes de cette étude nous incitent à repenser la place de l'IA dans nos pratiques pédagogiques. La vitesse ne doit pas être synonyme de superficialité dans l'acquisition de connaissances solides.



Publié le 11 avril 2026

Source : mcetv.ouest-france.fr

→ ☐ Accéder à [CHAT GPT](#) en cliquant dessus