

# droit&argent

## TECHNOLOGIE

### « Nos cerveaux sont les champs de bataille du XXI<sup>e</sup> siècle »

Comment répondre à l'omniprésence des réseaux sociaux et à l'arrivée massive des intelligences artificielles dans nos vies ? Bruno Giussani, journaliste et podcasteur suisse, nous lance, à travers un passionnant manuel, une invitation à résister et, en conséquence, à se désaméricaniser.

Voici la liste des applications que Bruno Giussani n'utilise pas : Instagram, WhatsApp, Facebook, TikTok, Uber, X, ChatGPT, pour ne citer que les plus connues d'une longue liste. Pourtant, il écrit des livres, voyage, entretient un réseau de contacts internationaux et est plutôt bien informé sur la marche du monde. « On peut fonctionner très bien même sans ces apps », dit-il. Né au Tessin, journaliste et podcasteur, directeur européen des conférences TED durant vingt ans, ancien responsable de la stratégie numérique du World Economic Forum (WEF) ou encore co-créateur en 1995 du Webdo, site internet du newsmagazine *L'Hebdo* et premier journal suisse en ligne, Giussani est un spécialiste des nouvelles technologies dont l'expertise est reconnue

iStock

dans le monde entier. Mais un expert vigilant et lucide qui appelle, ce printemps, à la résistance dans un ouvrage passionnant, synthétique et accessible intitulé *Manuel de résistance à l'emprise technologique*. Lequel fait écho à un essai aussi bref et vif qu'instructif paru cet hiver, *Moins d'Amérique dans nos vies*.

**Vous affirmez que, malgré la pléthore de problèmes globaux, des dérèglements climatiques à l'instabilité géopolitique, les technologies numériques**

**sont le plus urgent de tous les défis de notre époque. Pourquoi ?**

Parce que c'est à travers ces technologies que la plupart des gens absorbent aujourd'hui l'information et interprètent le monde qui nous entoure. Résoudre tout problème demande d'en considérer les faits, de pouvoir en discuter lucidement. Or, les filtres algorithmiques qui nous entourent dégradent notre capacité de lire la réalité et polarisent les débats. Sans affronter ce problème, sans prendre conscience de l'influence des

&gt;&gt;&gt;

#### RETRAITE

Comment organiser son patrimoine.

48

#### SUCCESSION

Un testament ne suffit pas à éviter une guerre entre héritiers.

51

#### PRO SENECTUTE

Les tables conviviales nourrissent aussi la vie sociale des seniors.

52

#### CHRONIQUE

Qui paye l'addition ?

58



## SORTIR DE LA DÉPENDANCE : PAR OÙ COMMENCER ?

Comment faire, en tant qu'individu, pour sortir de la dépendance à la tech numérique états-unienne ? On trouve en ligne des listes d'alternatives européennes ou «libres» pour différents logiciels. On peut par exemple remplacer WeTransfer par Swiss-Transfer, ChatGPT par Le Chat de Mistral, Gmail avec Proton Mail ou Zoom par kMeet. Mais «ce n'est qu'un point de départ : il n'y a pas de solutions toutes faites ni parfaites», explique Bruno Giussani. «Des systèmes sont plus intégrés que d'autres, ou plus simples que d'autres. Et, surtout, nos environnements numériques, tant privés que professionnels, sont très différents. Ils sont au moins en partie sur-mesure, nos usages, métiers, besoins, processus, périmètres d'action et habitudes ainsi que notre façon d'utiliser la tech étant différents.» Il s'agit dès lors d'évaluer chaque logiciel pour vérifier qu'il répond vraiment à ce dont nous avons besoin.

technologies sur notre compréhension de la réalité, il nous sera difficile de résoudre les autres grands problèmes que notre monde affronte.

**Votre essai *Moins d'Amérique dans nos vies* nous invite à nous désaméricaniser, à décoloniser nos esprits et à nous émanciper de la soumission technologique venue des États-Unis. Que signifie réellement «moins d'Amérique» ?**

Culturellement, historiquement, économiquement, nous devons beaucoup aux États-Unis, mais nous sommes également sous influence. L'imaginaire américain, les valeurs qu'il colporte, sont très présents dans nos vies. L'aspect technologique est

«*Toute dépendance peut être transformée en soumission*»

BRUNO GIUSSANI, JOURNALISTE ET AUTEUR



encore plus prégnant : plus de deux tiers des technologies numériques que nous utilisons sont d'origine états-unienne. Or, ce ne sont plus des produits que l'on achète pour les posséder. Ce sont des plateformes auxquelles on accède, mais qui sont contrôlées par les fournisseurs. Ce sont des architectures numériques à l'intérieur desquelles nous fonctionnons. Les entreprises qui les contrôlent sont de plus en plus alignées avec les priorités de leur gouvernement. Cette dépendance technologique devient alors une vulnérabilité majeure : toute dépendance peut être transformée en soumission.

**Contrairement à ce que nous pourrions penser, les technologies algorithmiques, en particulier les réseaux sociaux, les systèmes de recommandation ou les chatbots, ne sont pas neutres.**

En effet, elles encodent toujours des valeurs, une vision du monde et des modèles d'affaires. Un tournevis est neutre : c'est vous qui décidez de l'utiliser pour serrer une vis ou pour le planter dans le ventre de votre voisin. Par contre, les technologies cognitives sont faites pour imiter la pensée et l'expression humaines, et ça change tout. Prenez les chatbots, les agents conversationnels : ils sont programmés pour dire certaines choses et pas d'autres ; pour envelopper l'utilisateur dans une sensation d'empathie, de proximité ; pour coloniser notre espace informationnel et notre intimité psychologique. Dans ce contexte, notre libre arbitre est mis à rude épreuve.

**À partir de quel stade donne-t-on trop d'informations personnelles aux différentes plateformes numériques ?**

Ne pas laisser de traces est évidemment impossible aujourd'hui, à moins de s'extraire de pans entiers de la vie professionnelle ou sociale. Chacun doit ainsi décider de son propre niveau de confort relatif au partage d'informations. Soyons attentif au fait que la machine va capter un grand nombre d'informations que nous n'avons pourtant pas l'impression de donner. Une simple recherche sur

Google ou une question à un chatbot est une information que le programme pourra utiliser dans ses futures interactions avec nous.

**Les chatbots comme ChatGPT sont programmés pour simuler des formes d'empathie et générer l'illusion d'une interaction authentique. Pourquoi y sommes-nous sensibles, alors même que nous savons qu'il s'agit de machines ?**

Les chatbots sont conçus pour se présenter non pas pour ce qu'ils sont, des machines, mais comme des simili-humains. Ils le font de mieux en mieux, puisque chaque interaction leur permet de mieux nous connaître, de s'adapter à nous. Le mécanisme d'imitation et de manipulation est inscrit dans la manière dont la machine est programmée. Nous finissons par baisser la garde, en ayant l'impression que le chatbot est réceptif, sympathique, un «ami». Un ami qui vous donne toujours raison, qui est toujours disponible, qui ne se plaint pas, que vos histoires n'ennuient pas, qui a réponse à tout : c'est presque irrésistible.

**Des mesures d'interdiction d'accès aux réseaux sociaux aux moins de 14 ou 15 ans sont discutées par des gouvernements du monde entier. Qu'en pensez-vous ? Est-ce utile, voire réaliste ?**

La question est compliquée, mais il est nécessaire de la poser. Interdire n'est peut-être pas la meilleure approche, et les interdictions peuvent être contournées. Mais nous sommes arrivés à un point où on ne peut plus attendre : il faut poser une ligne rouge, maintenant, pas dans cinq ou dix ans. Les impacts délétères des écrans, des réseaux sociaux, des chatbots sur les jeunes (dont les cerveaux sont encore en développement) sont évidents : incapacité à se concentrer, difficulté à comprendre un texte long, interférence avec le développement émotionnel, épidémie de solitude, dépendance. Les jeunes eux-mêmes demandent de l'aide. On dit «il ne faut pas interdire, il faut éduquer» : oui, il le faut, mais l'éducation à la tech prend du temps, et d'ailleurs il faudrait l'étendre aux parents aussi. La vraie réponse, toutefois, consisterait à responsabiliser, par la loi, les entreprises de la tech, qui bénéficient jusqu'ici

d'une sorte d'immunité par rapport aux énormes dégâts cognitifs et sociaux causés par leurs produits. Et de les forcer à modifier le design de leurs apps. Les procès récents contre Meta et YouTube ont montré que les réseaux sociaux sont conçus intentionnellement pour séduire et rendre accro.

**L'info y est-elle problématique ?**

L'info qui y circule est très, très problématique. Si des parents voyaient leur fils ado rentrer le soir à la maison accompagné par trois néonazis, ou leur fille ado accompagnée par un mec de 50 ans qui fait semblant d'être un jeune homme et lui demande des selfies sexy, ils réagiraient. C'est pourtant ce qui se passe derrière les écrans que ces mêmes ados utilisent dans la «sécurité» de leur chambre.

**Vous écrivez que notre avenir va se jouer autour de deux mots, «instruit» et «citoyen», deux mots qui s'opposent directement à la passivité du consommateur. En quoi ?**

La clé sera de protéger notre capacité à réfléchir et de s'opposer au délestage cognitif que nous proposent les IA. Il est nécessaire de faire l'effort de comprendre non pas uniquement comment utiliser ces technologies, mais aussi leur nature : pourquoi elles sont comme elles sont, pourquoi elles donnent les réponses qu'elles donnent, quelles valeurs elles encodent, à quelle logique de pouvoir elles obéissent. Dans mon livre, je parle de «résistance technologique». Qui n'est bien évidemment pas un refus de la tech, mais une façon lucide, vigilante, consciente de l'approcher. Une attitude, justement, de «citoyen», responsable pour nous et pour la société dont nous faisons partie. Que nous soyons à l'aise avec la tech ou débutants, sceptiques ou enthousiastes, face à l'avancée des algorithmes, nous avons tous la même responsabilité : celle d'essayer d'en comprendre l'essence, puis de faire en sorte que ces technologies soient déployées pour le bénéfice du plus grand nombre.

**Vous êtes un pionnier de l'usage autant que de l'analyse des nouvelles technologies. Comment votre rapport à ces dernières a-t-il évolué ?**

**10 ACTIVITÉS POUR LESQUELLES L'IA PEUT ÊTRE RÉELLEMENT UTILE**

- Traduction
- Transcription d'enregistrements
- Correction orthographe/grammaire
- Analyse de données
- Analyse d'images médicales
- Génération de codes informatiques
- Modélisation météo
- Optimisation énergétique
- Détection de messages «spam»
- Détection de fraudes

Je suis et je reste un technophile, mais j'essaie d'être un technophile lucide et attentif. L'enjeu n'est pas tant la technique elle-même que son impact social, politique, économique. Dans les années 1990, on considérait le web comme une technologie porteuse de nouvelles libertés. Puis cette technologie a été capturée et privatisée par des grandes entreprises, qui sont aujourd'hui plus riches et puissantes que la plupart des États. Le potentiel positif de l'intelligence artificielle est immense, mais le risque est qu'elle ne finisse par solidifier et prolonger à l'avenir le pouvoir des grandes entreprises de la tech.

PROPOS RECUEILLIS  
PAR ISABELLE FALCONNIER

*Manuel de résistance à l'emprise technologique. Comment ne pas se laisser manipuler à l'âge de l'IA,* Bruno Giussani, Éditions des Équateurs, 2026, 240 p.



*Moins d'Amérique dans nos vies,* Bruno Giussani, Éditions Georg, collection Kraft, 2025, 56 p.

