

# Journal de veille informationnelle : IA en Psychologie Clinique

---

12 février 2025

## Titre : L'IA peut désormais analyser des récits comme le font les psychologues - un changement de cap pour la santé mentale ?

Aujourd'hui j'ai trouvé un article qui parle d'une étude récente (2025) sur la révolution de l'IA dans les évaluations psychologiques, plus particulièrement sur l'analyse des récits psychologique. Les chercheurs Barry Dauphin et Caleb Siefert ont testé des chatbots IA, comme ChatGPT-4 et CLAUDE-2-100k, pour évaluer des récits, une tâche traditionnellement effectuée par des psychologues experts. En optimisant ces modèles d'IA avec des invites spécialisées, ils ont constaté que l'IA pouvait atteindre, voire dépasser, la fiabilité des évaluations humaines. Les IA ont montré une cohérence impressionnante en utilisant des outils comme les Social Cognition and Object Relations Scales (SCORS-G), qui mesurent des aspects cognitifs, émotionnels et interpersonnels. De plus, la combinaison des évaluations de plusieurs modèles d'IA a permis de réduire les biais et d'augmenter la précision globale. Cela montre que l'IA peut analyser rapidement de grandes quantités de données narratives, identifier des schémas subtils et offrir des résultats cohérents. Cependant, l'étude met en évidence des défis, notamment la confidentialité des données personnelles et le risque de biais si les modèles d'IA ne sont pas formés avec une supervision adéquate.

Source : <https://www.devdiscourse.com/article/technology/3256740-ai-can-now-analyze-narratives-like-psychologists---a-game-changer-for-mental-health>

19 février 2025

## Titre : L'IA pour aider les enfants des communautés défavorisées : Une réflexion sur le soutien en santé mentale

Cet article par d'Anya Jan, étudiante en psychologie qui explore comment l'IA pourrait transformer les soins de santé mentale pour les enfants des communautés sous-desservies, où la stigmatisation et le manque de ressources rendent l'accès aux soins difficile. Elle propose que des outils IA, comme des chatbots, offrent un soutien privé et accessible, en particulier dans des environnements où les thérapeutes sont rares. L'IA pourrait ainsi aider les enfants confrontés à des traumatismes, leur permettant d'exprimer leurs émotions et de commencer à guérir là où les ressources manquent.

Source : <https://www.bps.org.uk/psychologist/can-ai-help-children-were-otherwise-unable-reach>

12 mars 2025

## Titre : L'IA pour le TDAH : Révolutionner la concentration et la gestion

Cet article parle de la façon dont l'IA et les technologies comme les jeux vidéo, la réalité virtuelle (RV) et les objets connectés offrent de nouvelles perspectives pour traiter le TDAH. Ces outils peuvent améliorer des compétences exécutives telles que la gestion du temps, la mémoire de travail et l'autocontrôle. Par exemple, des jeux comme EndeavorRx et des applications d'IA adaptatives peuvent personnaliser le traitement et améliorer l'attention. Bien que ces technologies ne remplacent pas les traitements traditionnels, elles complètent les approches existantes en soutenant les personnes atteintes de TDAH dans la gestion de leurs compétences exécutives.

Source : <https://www.psychologytoday.com/us/blog/screen-play/202502/adhd-executive-functions-and-ai-a-new-era-in-treatment>

19 mars 2025

### Titre : Comment l'IA peut améliorer l'efficacité des traitements par placebo

Cet article parle de l'effet placebo qui se produit lorsque des patients éprouvent une amélioration de leur condition de vie en croyant à l'efficacité d'un traitement inactif. L'IA peut jouer un rôle clé dans l'amplification de cet effet en personnalisant les traitements, en améliorant les interactions médecin-patient et en optimisant l'utilisation des placebos. L'IA permet de créer des traitements placebo sur mesure, de délivrer des placebos numériques, d'améliorer la relation médecin-patient, d'aider à la gestion du stress et à la neuroplasticité, et de faciliter les essais cliniques. Cependant, des considérations éthiques liées à la transparence et à l'autonomie du patient doivent être prises en compte. En fin de compte, l'IA pourrait bien révolutionner la manière dont les placebos sont utilisés dans le domaine de la santé.

Source : <https://www.psychologytoday.com/us/blog/screen-play/202502/adhd-executive-functions-and-ai-a-new-era-in-treatment> [<https://zeedimension.com/blogs/f/how-ai-can-boost-the-effectiveness-of-placebo-treatments>]

26 mars 2025

### Titre : Les bienfaits pour la santé mentale du chatbot thérapeutique IA de Dartmouth sont « comparables à la thérapie ambulatoire traditionnelle »

Cet article parle du chatbot thérapeutique IA de Dartmouth, Therabot. Il a montré de réels bénéfices dans un essai clinique, réduisant significativement les symptômes de dépression, d'anxiété et de troubles alimentaires. Ce succès met en lumière le potentiel de l'IA pour fournir un soutien en santé mentale, surtout en période de pénurie de prestataires. Cependant, des préoccupations éthiques subsistent, notamment concernant le risque de dépendance émotionnelle et l'absence de fiabilité de l'IA dans des contextes sensibles. L'IA peut-elle combler le fossé des soins en santé mentale ou faut-il toujours privilégier l'accompagnement humain ?

Source : <https://www.eweek.com/news/dartmouth-therapy-chatbot-depression/>

02 avril 2025

### Titre : Étude : Les professionnels de la santé mentale passent souvent à côté du diagnostic de la boulimie

Cet article parle d'une étude menée par des chercheurs de l'Université de Floride qui a révélé que seulement un quart des professionnels de la santé mentale pouvaient diagnostiquer correctement la boulimie nerveuse lorsqu'ils examinaient des vignettes de patients fictifs. Les erreurs de diagnostic étaient en grande partie dues à des stéréotypes concernant l'apparence du patient, notamment l'idée que les personnes atteintes de boulimie doivent être très maigres, ainsi qu'à une sous-estimation de l'impact de l'exercice excessif comme comportement compensatoire. L'étude souligne l'importance d'une détection précoce et de la formation continue pour les professionnels non spécialisés, afin de garantir que les patients reçoivent un traitement adapté.

Source : <https://www.news-medical.net/news/20250401/Study-Mental-health-providers-often-miss-bulimia-diagnosis.aspx>

07 avril 2025

## Titre : IA vs Thérapeutes humains : les machines peuvent-elles égaler la thérapie cognitive ?

L'intelligence artificielle transforme l'accès à la thérapie, notamment grâce à des applications comme Woebot et Wysa qui utilisent des chatbots basés sur la thérapie cognitivo-comportementale (TCC). Ces outils sont particulièrement prisés dans les zones où les professionnels sont peu nombreux, comme en Inde, offrant un soutien immédiat et discret. Cependant, les experts soulignent les limites de ces technologies. Les chatbots ne peuvent pas capter les nuances émotionnelles, comme un silence significatif ou un changement de ton, essentiels dans une relation thérapeutique. La relation humaine reste au cœur de la thérapie, selon les psychologues. L'essor de l'IA en santé mentale répond à un besoin croissant de prise en charge, amplifié depuis la pandémie, alors que le nombre de thérapeutes reste insuffisant. Cela pousse certains à expérimenter des modèles hybrides, où l'IA assiste les thérapeutes (ex : suivi de l'humeur, détection des rechutes). Enfin, des problèmes éthiques subsistent, notamment sur la gestion des données sensibles par les applications.

Source : <https://www.analyticsinsight.net/artificial-intelligence/ai-chatbots-with-internet-access-in-2025>

16 avril 2025

## Titre : Applications de santé mentale : révolution ou simple gadget ?

Cet article nous parle des applications de santé mentale basées sur l'IA, comme Woebot ou Wysa. Qui se multiplient pour répondre au manque de psychologues. Elles proposent un soutien 24h/24 avec des conseils personnalisés inspirés des thérapies cognitivo-comportementales. Si elles sont utiles pour améliorer l'accès aux soins, leur efficacité reste limitée : peu sont validées scientifiquement, et elles ne peuvent pas remplacer l'empathie d'un vrai thérapeute. Des questions de sécurité des données et d'éthique sont aussi soulevées.

Source : <https://www.news-medical.net/health/AI-Powered-Mental-Health-Apps-Game-Changer-or-Gimmick.aspx>

19 août 2025

## Titre : Les Tests de Sécurité de la "Psychose IA" montrent que les modèles réagissent de manière différente

Cet article nous parle de récentes recherches sur l'IA et montrent que certains modèles réagissent mal aux symptômes psychotiques. Certains chatbots IA pourraient en fait amplifier ou déclencher des symptômes délirants chez les utilisateurs. Le test de sécurité des IA, appelé "red teaming", est nécessaire pour s'assurer que les modèles réagissent de manière sûre face aux idées délirantes. Les tests ont montré que GPT-5 performait mieux que GPT-4o, en refusant de valider des idées délirantes et en encourageant davantage les utilisateurs à chercher de l'aide professionnelle. Toutefois, des problèmes persistent, notamment le risque d'amplification des délires, l'isolement social et les retards dans la recherche d'une aide professionnelle. La collaboration avec des psychiatres et des cliniciens sera essentielle pour améliorer la sécurité des modèles IA dans le domaine de la santé mentale.

Source : <https://www.psychologytoday.com/us/blog/urban-survival/202509/ai-psychosis-safety-tests-find-models-respond-differently>

26 août 2025

## Titre : L'Incertitude à l'Ère de l'IA : Exploration de l'Effet Médiateur de l'Intolérance à l'Incertitude Entre les Mentalités et l'Anxiété liée à l'IA

Cette étude a exploré les liens entre les mentalités de croissance, de fixation et l'anxiété liée à l'IA, en mettant en lumière le rôle de l'intolérance à l'incertitude. Sur un échantillon de 368 participants, les résultats ont révélé que les personnes ayant une mentalité fixe et une forte intolérance à l'incertitude étaient plus susceptibles de ressentir de l'anxiété face à l'IA. Par contre, la mentalité de croissance n'avait pas d'effet direct sur l'anxiété liée à l'IA. L'intolérance à l'incertitude a agi comme médiateur dans la relation entre ces mentalités et l'anxiété. Ces conclusions soulignent l'importance de prendre en compte les mentalités des individus lors de l'élaboration de stratégies de prévention et de gestion de l'anxiété liée à l'IA.

Source : <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/10447318.2025.2558043?src=>

2 septembre 2025

## Titre : Pourquoi mon chat est un meilleur thérapeute que l'IA

L'article critique l'idée que l'IA puisse remplacer les thérapeutes humains, soulignant que la relation thérapeutique est essentielle pour le succès du traitement. Un thérapeute joue plusieurs rôles (mentor, confident, miroir) et crée une connexion humaine profonde qui ne peut être reproduite par un algorithme. L'auteur utilise l'exemple de son chat, qui a apporté une touche d'émotion et de spontanéité lors des sessions de thérapie, pour illustrer l'importance de la subjectivité humaine dans la guérison. Il met également en garde contre les dangers de l'isolement émotionnel et des risques liés à l'utilisation d'IA pour résoudre des conflits personnels. Les relations humaines, et non l'IA, sont vues comme le moteur du véritable changement et de la croissance en thérapie.

Source : <https://www.psychologytoday.com/us/blog/the-everyday-unconscious/202509/why-my-cat-is-a-better-therapist-than-ai>

9 septembre 2025

## Titre : Les dangers cachés des outils de thérapie basés sur l'IA : Ce que les cliniciens doivent savoir

L'article nous parle des outils de thérapie basés sur l'IA, comme les chatbots, présentent des risques majeurs, notamment le manque de détection de crises suicidaires et des réponses stigmatisantes envers certaines pathologies. Bien que conçus pour des conversations agréables, ils ne sont pas adaptés à la gestion des risques cliniques. Les cliniciens doivent interroger les patients sur leur utilisation d'IA, éduquer sur les usages sûrs (ex. : exercices de compétences), et mettre en place des plans de sécurité clairs. L'IA ne doit pas remplacer les soins humains, mais les compléter, sous supervision clinique

Source : <https://www.healio.com/news/psychiatry/20250915/the-hidden-dangers-of-ai-therapy-tools-what-clinicians-need-to-know>

16 septembre 2025

## Titre : L'IA détecte la dépression légère via les micro-mouvements faciaux

Une étude de l'Université Waseda a montré que l'intelligence artificielle peut identifier la dépression légère en analysant les micro-mouvements des muscles du visage. Les étudiants présentant des symptômes de dépression sous-seuil étaient perçus comme moins expressifs et sympathiques. L'IA a détecté des mouvements spécifiques, comme le haussement des sourcils et l'étirement des lèvres, liés à des scores de dépression. Cette méthode non invasive pourrait être utilisée pour des détections précoces dans des environnements éducatifs et professionnels.

Source : <https://www.news-medical.net/news/20250916/Artificial-intelligence-detects-mild-depression-through-micro-movements-in-facial-muscles.aspx>