

COMMENT DÉJOUER LES PIÈGES DE MON CERVEAU ?

Les informations essentielles - *Camille Benoit, Psyadom*

Certains automatismes nous induisent en erreur dans nos perceptions et interprétations du monde. Ils peuvent colorer les explications et hypothèses que nous émettons concernant notre environnement. Les biais cognitifs désignent les facteurs liés à nos perceptions et à notre raisonnement qui nous induisent en erreur et contribuent à l'élaboration ou à la diffusion de fake news. Pour éviter ces erreurs d'appréciations et de jugement, il est utile de connaître ces biais afin de les identifier et de pouvoir les inhiber en vue d'adopter une pensée plus analytique, gage d'esprit critique.

Il est intéressant de noter que les erreurs sont souvent le fruit d'une compétition entre pensée heuristique et pensée algorithmique non engendrée par un manque de connaissances. Souvent, face à un exercice, on répond précipitamment avec une réponse automatique qui peut être erronée. Cette pensée n'a pas été inhibée au profit d'une pensée analytique.

- Il est souvent nécessaire d'inhiber les réponses automatiques pour **éviter des «erreurs de précipitations»**.
- Analyser les réponses erronées afin d'**identifier les éventuels automatismes ou erreurs de précipitation à inhiber / éviter à l'avenir**.
- Exercer un **contrôle au niveau cognitif** (pensées) et **comportemental** (ajuster son comportement à un contexte donné).

Références bibliographiques

« [Neurosciences cognitives et éducation à l'Université](#) », conférence de Grégoire Borst, professeur de Psychologie du développement et de neurosciences cognitives de l'éducation, LaPsyDé, Université Paris-Descartes. sur les facteurs de développements cognitifs de l'enfant à l'adulte. Cette conférence a été donnée dans le cadre des journées de e-pédagogie, le 30 juin 2016, à l'Université du Maine.

En savoir plus

Article - [Le codex des biais cognitifs](#)

Document - [Les fake news \(EN, FR\) ?](#)

Cours en ligne - [La recherche documentaire](#)



PSYADOM
.COM