



# Fiche 3

## Les défauts de votre cerveau : les biais cognitifs

Si vous ne pouvez pas vous débarrasser de votre cerveau, vous pouvez vous entrainer à en repérer les failles.

Pour fonctionner et résoudre des tâches complexes, votre cerveau prend parfois quelques raccourcis<sup>39</sup>, comme **les biais cognitifs, qui sont des schémas de pensée trompeurs**, des distorsions de l’information que l’on reçoit et que l’on traite.

 Pour aller plus loin

### Codex simplifié des biais cognitifs<sup>40</sup>

#### NOTRE MÉMOIRE A SES LIMITES

Notre mémoire n’est pas infinie, ce qui amène notre cerveau à faire le tri de manière sélective dans nos souvenirs.

**Effet de primauté**  
L’information reçue en premier détermine plus l’impression que l’on a d’autrui que l’information reçue ensuite.

**Biais de stéréotypes**  
Nous avons des croyances à la fois positives et négatives au sujet de caractéristiques de divers groupes sociaux.

**Effet de négativité**  
Nous mémorisons davantage des arguments négatifs que des arguments positifs.

**Effet de position en série**  
Nous avons tendance à mieux nous rappeler du premier et du dernier élément d’une série.

#### ON DOIT AGIR VITE

Pour ne pas perdre de temps, notre cerveau incite à choisir des options qui paraissent plus simples, ou qu’on a déjà explorées.

**Biais du statu quo**  
Résistance exagérée au changement et préférence pour rester dans notre état initial plutôt que de s’en écarter.

**Principe du rasoir d’Okham**  
Principe selon lequel l’explication la plus simple serait généralement la meilleure et la plus probable.

**Biais de croyance**  
Nous formulons nos hypothèses et nous prenons des décisions en fonction de ce que l’on désire et que l’on se plaît à imaginer, au lieu de prendre en compte la rationalité et la réalité.

**Effet d’ambiguïté**  
Tendance à éviter les options pour lesquelles nous ne disposons pas assez d’information.

**Biais d’autocomplaisance**  
Tendance à attribuer la causalité de notre réussite à nos qualités propres et leurs nos échecs à des facteurs ne dépendant pas de nous.

#### TROP PLEIN D’INFORMATIONS !

Notre capacité d’attention est limitée. Ainsi, nous avons tendance à remarquer davantage certaines choses plutôt que d’autres.

**Biais de confirmation**  
Impression que des informations sont jugées plus véridiques lorsqu’elles nous ont déjà été présentées antérieurement dans le passé.

**Biais attentionnel**  
Lorsque nous prenons une décision ou considérons quelque-chose, notre attention est focalisée sur certains facteurs en particulier.

**Biais d’omission**  
Considérer que causer un tort par une action est pire que de causer un tort par l’inaction.

**Biais de congruence**  
Tendance à vouloir mettre en œuvre et tester exclusivement une seule hypothèse, sans tester d’hypothèses alternatives.

**Biais de soutien de choix**  
Tendance à attribuer rétroactivement des attributs positifs à une option que l’on a choisie.

**Biais du point aveugle**  
Tendance à distinguer les biais cognitifs davantage chez les autres qu’en nous-mêmes.

#### NOUS AVONS BESOIN DE DONNER DU SENS

Nous imaginons les éléments manquants pour que notre environnement fasse plus de sens pour nous.

**Corrélation illusoire**  
Perception d’une corrélation entre deux événements, corrélation qui n’existe pas ou qui est bien plus faible en réalité.

**Effet de compensation morale**  
La réalisation d’un acte individuel moralement valorisable peut donner lieu à la légitimation d’un acte moralement moins valorisable par la suite.

**Effet de notoriété, de halo**  
Une caractéristique jugée positive à propos d’une personne à rendre plus positives les autres caractéristiques de cette personne.

**Biais d’homogénéité de l’exogroupe**  
Réduction au minimum des différences entre les individus à l’intérieur d’un même groupe qui n’est pas le nôtre.

**Biais de projection sociale**  
Projection sur autrui de nos propres croyances, opinions et visions de la réalité.

