

Comprendre les biais cognitifs pour...



... Mieux Réussir Ensemble

G. Tirtiaux

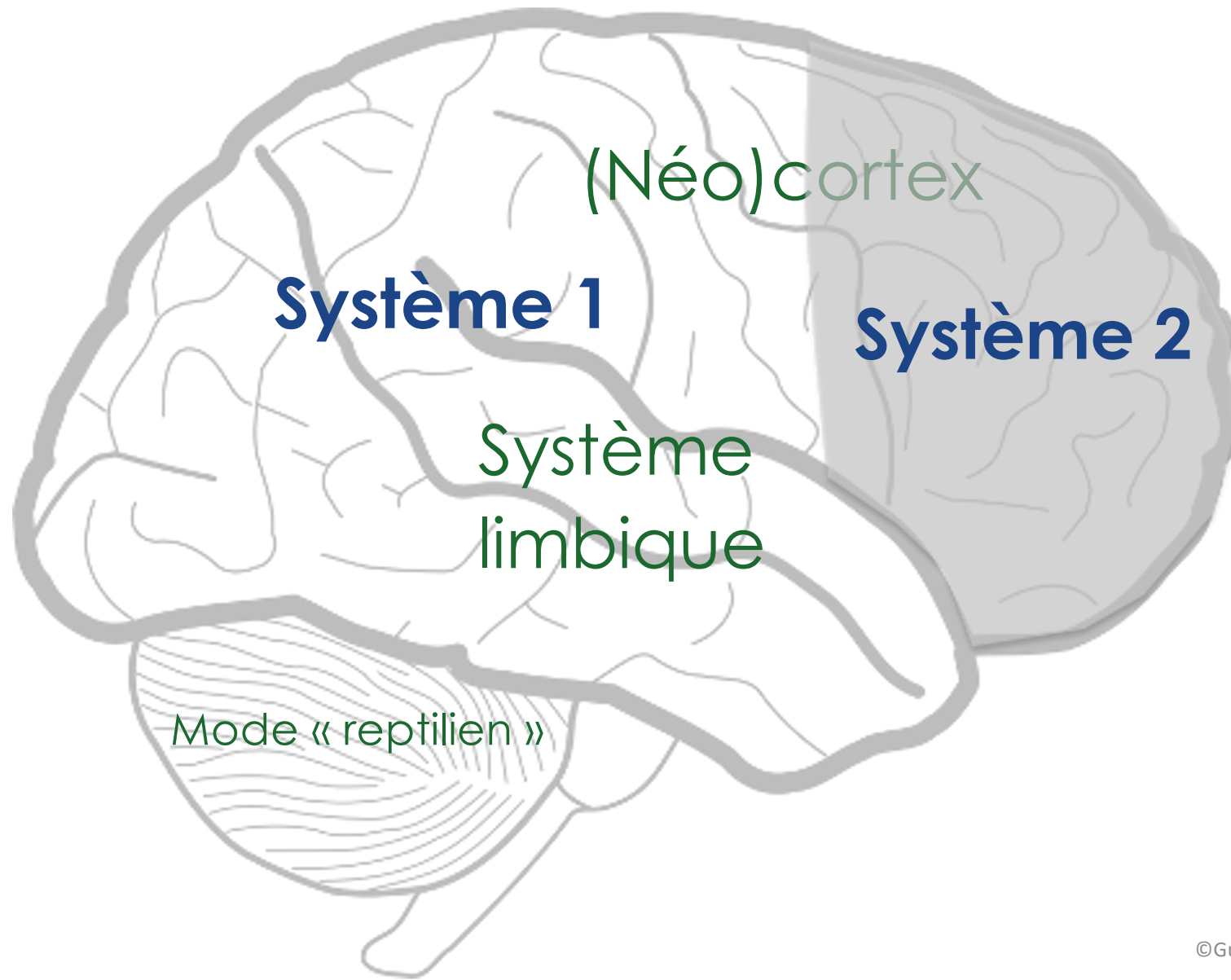
Guillaume Tirtiaux

Ingénieur civil
Pilote de ligne
CRM trainer
Maître-praticien en coaching mental
Auteur du livre « Mieux Réussir Ensemble »









(Néo)cortex

Système 1

Système 2

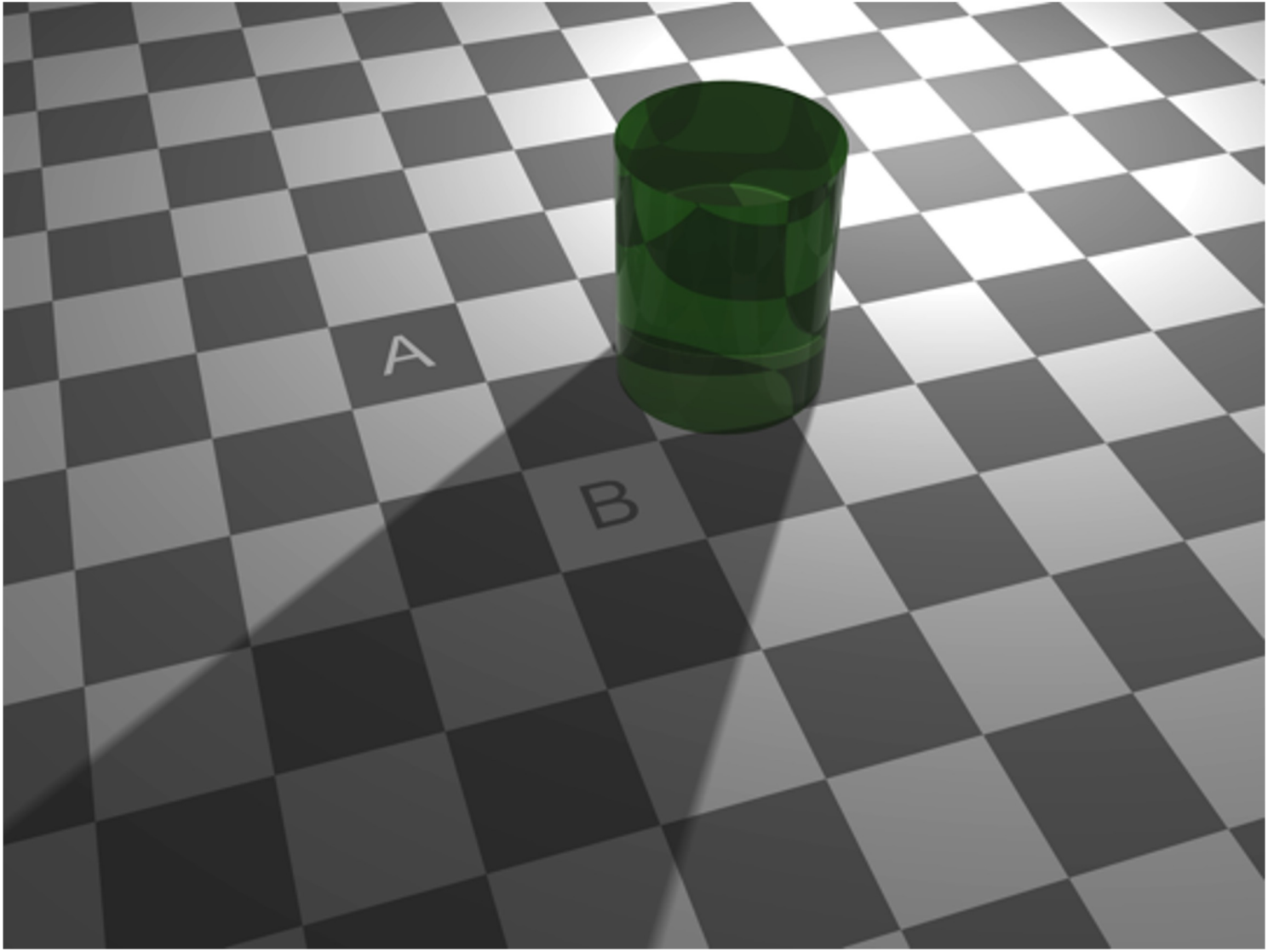
Système
limbique

Mode « reptilien »



Systeme 1

- Rapide
- Econome
- Routines
- Réponses
«pauvres»





Systeme 1

- Rapide
- Econome
- Routines
- Réponses
«pauvres»

Systeme 2

- Lent
- Energivore
- Abstraction
- Raisonnement
- Monitoring du S1
- Inhibition du S1

Stress

Fatigue

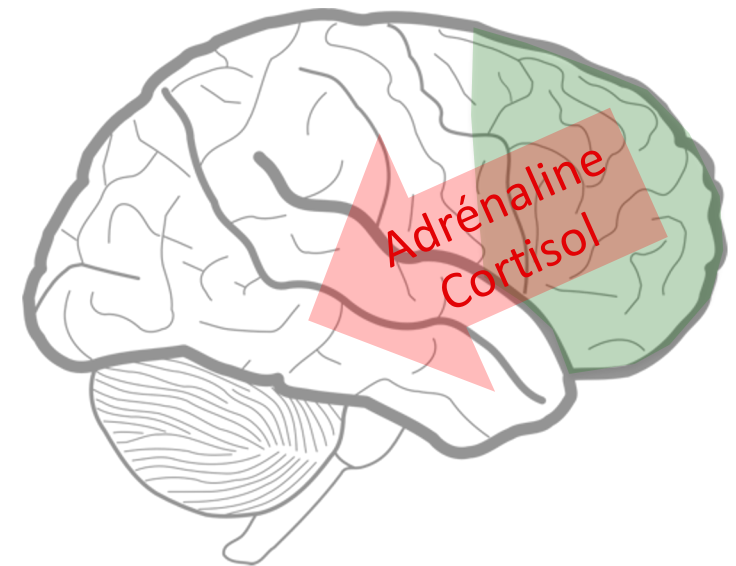
Faim, soif

Besoin physiologique non assouvi

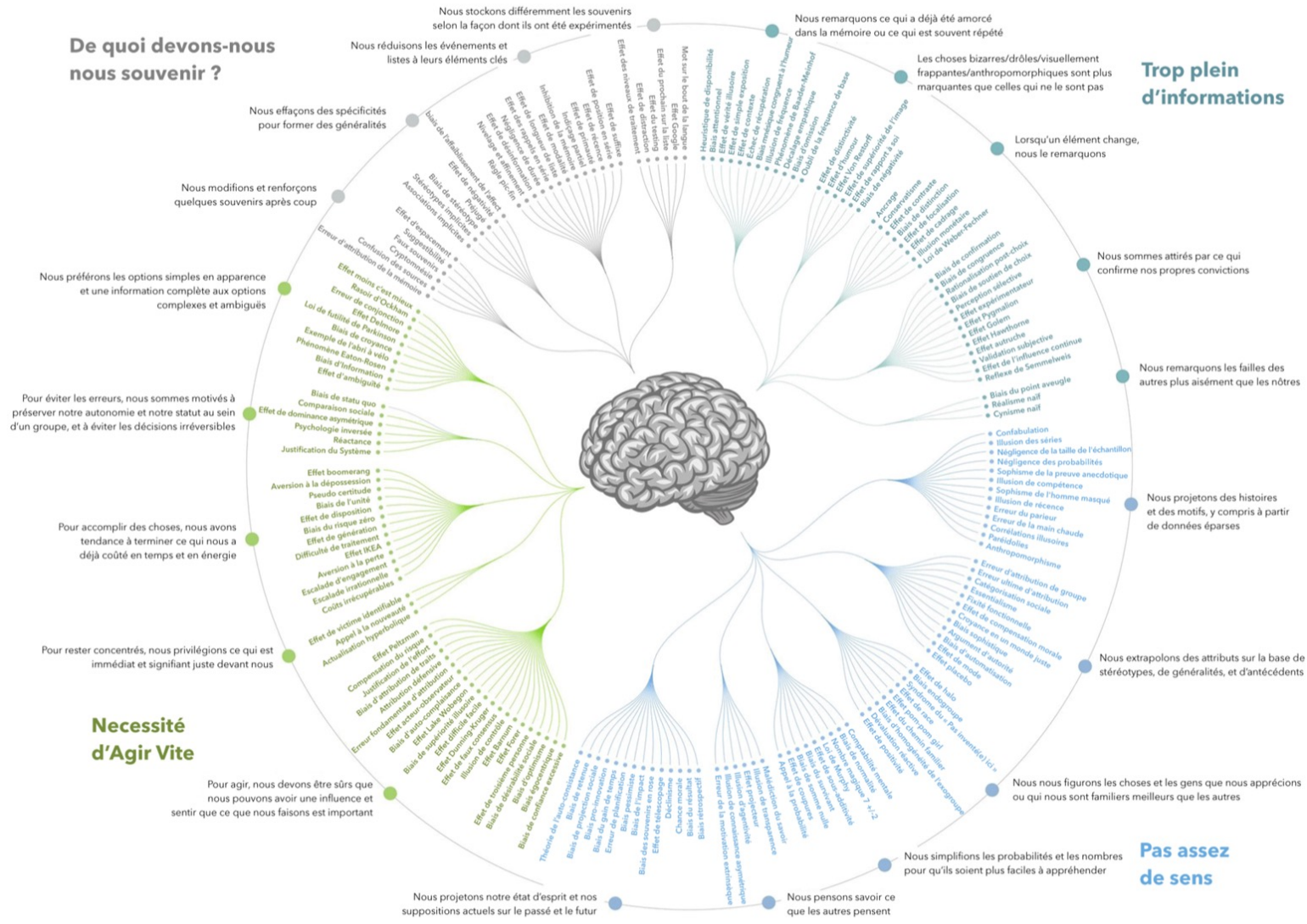
Alcool, drogue, médicaments

Emotions

Excitation sexuelle



CODEX DES BIAIS COGNITIFS, 2016



« Ça va aller... »

Biais d'optimisme

Stratégie

*« Si j'étais le patient,
qu'est-ce que je souhaiterais dans cette situation ? »*

« Je n'ai pas à remettre en cause les décisions du chef »

Biais d'obéissance à l'autorité

Stratégie

« Il est de ma responsabilité de partager mes doutes et mes désaccords avec confiance et sans agressivité ; en deux mots, d'OSER DIRE »

*« Pas besoin de chercher plus loin,
c'est de nouveau la même chose »*

Biais (heuristique) de disponibilité

Stratégie

« Qu'est-ce que ça pourrait être d'autre ? »

*« S'ils partagent tous le même avis,
c'est qu'ils doivent avoir raison »*

Biais de conformité

Stratégie

*« Je mets mon point de vue par écrit,
et je le relis avant de le partager avec assurance »*

« Je recherche les informations qui confirment mon opinion, et discrédite celles qui l'infirmement »

Biais de confirmation

Stratégie

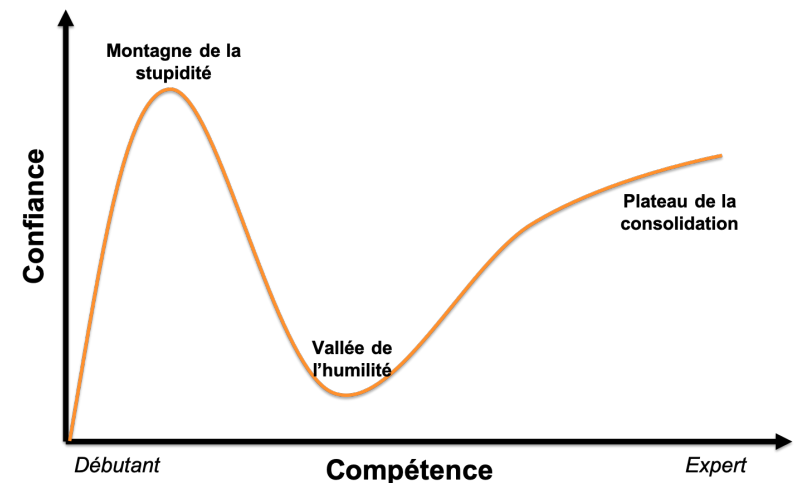
« Que me disent les éléments qui sont en opposition avec mon point de vue ? »

*« Moins je suis qualifié, plus je me sens confiant ;
plus je suis qualifié, plus je sous-estime ma compétence »*

Biais de surconfiance, ou effet Dunning-Kruger

Stratégie

*« Si je me sens à ce point confiant,
je ferais peut-être mieux de prendre conseil
auprès de quelqu'un de plus expérimenté que moi »*

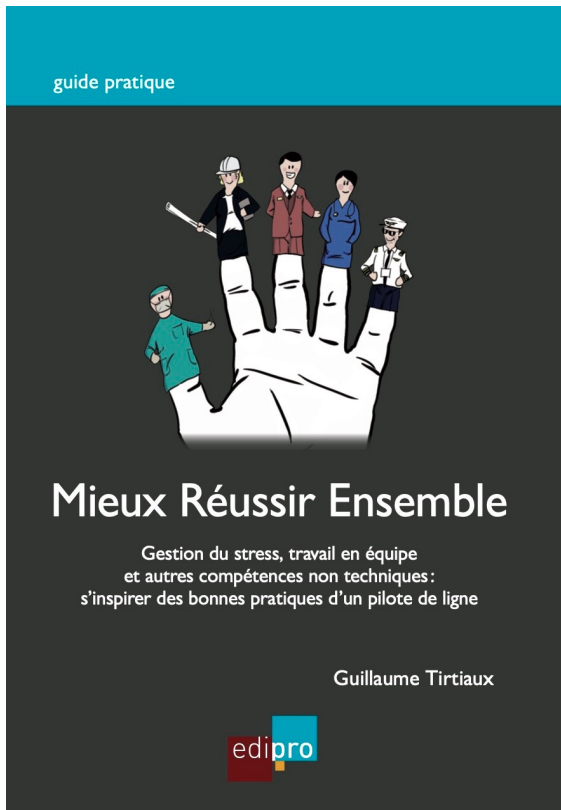


*« Toutes les informations disponibles sont devant mes yeux,
inutile de chercher plus loin »*

COVERA (Ce qu'On Voit Et Rien d'Autre)

Stratégie

*« Quelles sont les informations utiles / nécessaires,
et où puis-je les trouver ? »*



Merci
pour votre attention !