

# JDP\_BC - Jeu de piste Biais Cognitif

## Fiche pedagogique - toutes les notions du jeu

Ce jeu de piste transforme un sentier en parcours de lucidité : huit balises, huit pièges mentaux (biais cognitifs) à démasquer en famille. Chaque découverte est présentée avec son nom savant, sa version anglaise, un antidote concret et des exemples du quotidien. Cette fiche rassemble l'intégralité des notions utilisées par l'application, pour préparer l'animation ou prolonger la réflexion après la partie.

## Comment se joue une partie ?

1. Suivez le sentier dans l'ordre : la carte indique toujours la prochaine balise.
2. Chaque balise cache une énigme : répondez juste pour démasquer le piège.
3. Écoutez la signature sonore puis réussissez le quiz pour valider l'étape.
4. Vous avez 8 synapses à connecter : utilisez-les à bon escient.
5. Le palmarès récompense les familles les plus observatrices.

Sécurité : restez sur le sentier balisé, en groupe ; ne grimpez pas sur les poteaux ; à la tombée de la nuit, allumez vos lampes.

## Les 8 pièges du sentier

### 1. Biais de confirmation

Piège en pleine lumière - Confirmation bias · Wason, 1960

**Antidote : chercher ce qui te contredit**

- Notre cerveau adore avoir raison : il collectionne les preuves qui lui plaisent et jette les autres.
- Sur les réseaux sociaux, on voit surtout les messages qui confirment ce qu'on pense déjà : le biais adore ça !
- Pour le contrer, pose-toi la question : « Qu'est-ce qui pourrait prouver que j'ai tort ? »

### 2. Effet d'ancrage

Piège en pleine lumière - Anchoring effect · Tversky & Kahneman, 1974

**Antidote : comparer avec tes propres repères**

- Le premier nombre entendu devient une ancre : notre estimation reste collée dessus, même si elle est absurde.
- « Au lieu de 100 , seulement 39 ! » : le prix barré est une ancre qui donne l'impression d'une bonne affaire.
- Même les experts se font piéger : une roue de loterie truquée a suffi à fausser leurs estimations en labo.

### 3. Biais de disponibilité

Piège en pleine lumière - Availability heuristic · Tversky & Kahneman, 1973

**Antidote : chercher les vrais chiffres**

- Ce qui revient souvent à la télé ou dans les discussions semble plus fréquent qu'il ne l'est vraiment.
- On craint parfois l'avion plus que la voiture, parce que les accidents d'avion marquent les mémoires.

- Astuce : avant de juger « c'est plein d'accidents », demande-toi « ai-je des chiffres ou juste des souvenirs ? »

## 4. Effet Dunning-Kruger

Piege en pleine lumière - Dunning-Kruger effect · Kruger & Dunning, 1999

**Antidote : s'entraîner et demander des avis**

- Débutants, on se croit souvent très fort ; en progressant, on découvre enfin l'étendue de ce qu'on ignore.
- Les chercheurs ont testé des étudiants : les moins bons s'estimaient au-dessus de la moyenne !
- La vraie compétence commence quand on sait mesurer ce qu'on ne sait pas encore.

## 5. Sophisme du coût irrécupérable

Piege en pleine lumière - Sunk cost fallacy · Arkes & Blumer, 1985

**Antidote : raisonner sur l'avenir, pas le passé**

- Rester jusqu'au bout d'un film ennuyeux « puisque le billet est payé » : l'argent dépensé ne reviendra pas !
- Continuer simplement parce qu'on a déjà beaucoup investi, c'est jeter bon argent après mauvais.
- La bonne question : « En partant de maintenant, qu'est-ce qui est le mieux pour la suite ? »

## 6. Effet halo

Piege en pleine lumière - Halo effect · Thorndike, 1920

**Antidote : juger chaque point séparément**

- Une seule qualité illumine tout le reste : on trouve quelqu'un « sympa », et voilà qu'on le croit intelligent et honnête.
- Edward Thorndike l'a observé chez des officiers notés par leurs supérieurs : une bonne note entraînait toutes les autres.
- La publicité l'utilise beaucoup : une star souriante prête son « halo » au produit.

## 7. Illusion de la vérité

Piege dans l'ombre - Illusory truth effect · Hasher, Goldstein & Toppino, 1977

**Antidote : vérifier la source**

- Plus une information est répétée, plus elle paraît vraie - même si elle est fausse !
- Les rumeurs et la désinformation exploitent cette répétition pour s'installer dans nos têtes.
- Avant de croire, demande-toi : « Qui le dit ? Où est la preuve ? » Une répétition n'est pas une preuve.

## 8. Effet Barnum

Piege dans l'ombre - Barnum (Forer) effect · Forer, 1949

**Antidote : demander une description précise**

- « Tu es parfois timide, mais très sociable avec ceux que tu aimes » : ça te ressemble ? Ça ressemble à tout le monde !
- Les horoscopes et faux tests de personnalité utilisent des phrases floues valables pour presque tous.
- Bertram Forer a donné exactement le même « portrait » à tous ses étudiants : ils y ont cru à 4/5 !

## Pour aller plus loin : les notions du guide

### 1. Biais de réciprocité

Piège en pleine lumière - Reciprocity norm · Cialdini

Recevoir un petit cadeau crée une dette invisible : on dit alors oui à de grosses demandes.

**Antidote : accepter sans se sentir redevable**

- C'est la technique du « échantillon gratuit ».
- Offrir d'abord, demander ensuite : ça marche trop bien.

## 2. Erreur du joueur

Piège en pleine lumière - Gambler's fallacy

Croire que « ça doit bien tomber maintenant » après une série de pile, alors que les chances n'ont pas bougé.

**Antidote : chaque tirage est indépendant**

- La pièce n'a pas de mémoire.
- Les casinos adorent cette erreur.

## 3. Apophénie

Piège dans l'ombre - Apophenia · Conrad, 1958

Voir des formes ou des liens là où il n'y en a pas : visages dans les nuages, « coïncidences » partout.

**Antidote : tester avant de croire**

- Pareidolie : voir un visage dans une prise électrique.
- Notre cerveau détecteur de motifs, parfois trop zélé.

## 4. Biais d'optimisme

Piège en pleine lumière - Optimism bias · Weinstein, 1980

« Ça n'arrivera qu'aux autres. » On sous-estime ses risques et on surestime ses chances.

**Antidote : prévoir une marge de sécurité**

- La plupart des conducteurs se disent « au-dessus de la moyenne ».
- Les projets dépassent toujours leur délai prévu : loi de Hofstadter.

## 5. Homme de paille

Piège en pleine lumière - Straw man fallacy

Déformer l'argument de l'autre pour le réfuter plus facilement, puis attaquer cette version affaiblie.

**Antidote : reformuler l'argument d'autrui**

- Classique des débats en ligne.
- Contre-pied : l'homme d'acier - reformuler au plus juste.

## 6. Biais du statu quo

Piège en pleine lumière - Status quo bias · Samuelson & Zeckhauser, 1988

Préférer ce qui existe déjà, par simple habitude, même quand une meilleure option est disponible.

**Antidote : imaginer qu'on choisit aujourd'hui**

- Le « fait comme d'habitude » qui coûte cher.
- Tester : « Si je découvrais tout aujourd'hui, je choisirais quoi ? »

## 7. Simple exposition

Piege en pleine lumiere - Mere exposure effect · Zajonc, 1968

À force d'être vu ou entendu, quelque chose nous plaît davantage - sans aucune autre raison.

**Antidote : juger la chose, pas sa familiarité**

- Pourquoi les pubs passent en boucle.
- Une chanson « moyenne » devient favorite après quelques écoutes.

## 8. Illusion de contrôle

Piege en pleine lumiere - Illusion of control · Langer, 1975

Croire qu'on maîtrise des événements purement aléatoires : lancer fort les dés pour faire un six !

**Antidote : distinguer habileté et hasard**

- Les loteries vendent le choix des numéros comme un pouvoir.
- Souffler sur les dés ne change pas les probabilités.

## 9. Pensée de groupe

Piege dans l'ombre - Groupthink · Janis, 1972

Dans un groupe soudé, l'envie d'être d'accord écrase le doute : personne n'ose dire « attention ».

**Antidote : garder un avocat du diable**

- Décisions célèbres ratées faute de contradiction.
- Une voix discordante améliore la décision collective.

## 10. Biais de récence

Piege en pleine lumiere - Recency bias

Donner trop de poids aux derniers événements : la dernière réponse d'un élève colore toute sa note.

**Antidote : regagner la vue d'ensemble**

- Après un accident médiatisé, tous les risques semblent imminents.
- Tenir un journal aide à se souvenir de tout, pas juste de la fin.

## Vocabulaire utile

- Biais cognitif : mecanisme de pensee qui s'ecarte de la logique et fausse nos jugements sans que nous nous en rendions compte.
- Heuristique : raccourci mental rapide et economique, efficace la plupart du temps mais source de biais dans certains contextes.
- Metacognition : capacite a penser a sa propre pensee, a evaluer ce que l'on sait vraiment - l'antidote commun a tous les pieges.
- Debiasing : ensemble de techniques (point de vue adverse, decalage, reformulation) pour limiter un biais identifie.