

BIAIS COGNITIFS

Biais de vérité illusoire



MOTS CLÉS

désinformation | familiarité | répétition | crédibilité



Nous recevons chaque jour des centaines de messages provenant de nos amis, de l'école, des réseaux sociaux, des actualités, des publicités, des mèmes, etc. Certains sont exacts, d'autres non.

Comme notre cerveau a tendance à privilégier ce qui nous semble familier, entendre quelque chose à plusieurs reprises le rend plus convaincant, même si ce n'est pas vrai. C'est pourquoi, à force de répétitions, même une fausse affirmation peut finir par sembler vraie.

"Je l'ai entendu partout, donc ça doit être vrai."

C'est ce qu'on appelle le biais de vérité illusoire. Il s'agit de la tendance à croire quelque chose simplement parce qu'on l'a entendu plusieurs fois. Plus une affirmation est répétée, plus elle nous semble familière et plus nous sommes enclins à l'accepter comme vraie. Notre cerveau prend des raccourcis, et la familiarité nous rassure. Nous faisons confiance aux informations répétées, même si elles ne sont pas exactes. Ce n'est pas par paresse, mais pour faciliter la réflexion. Les choses familières nous semblent plus sûres, et ce sentiment de sécurité nous incite à croire qu'elles sont correctes.





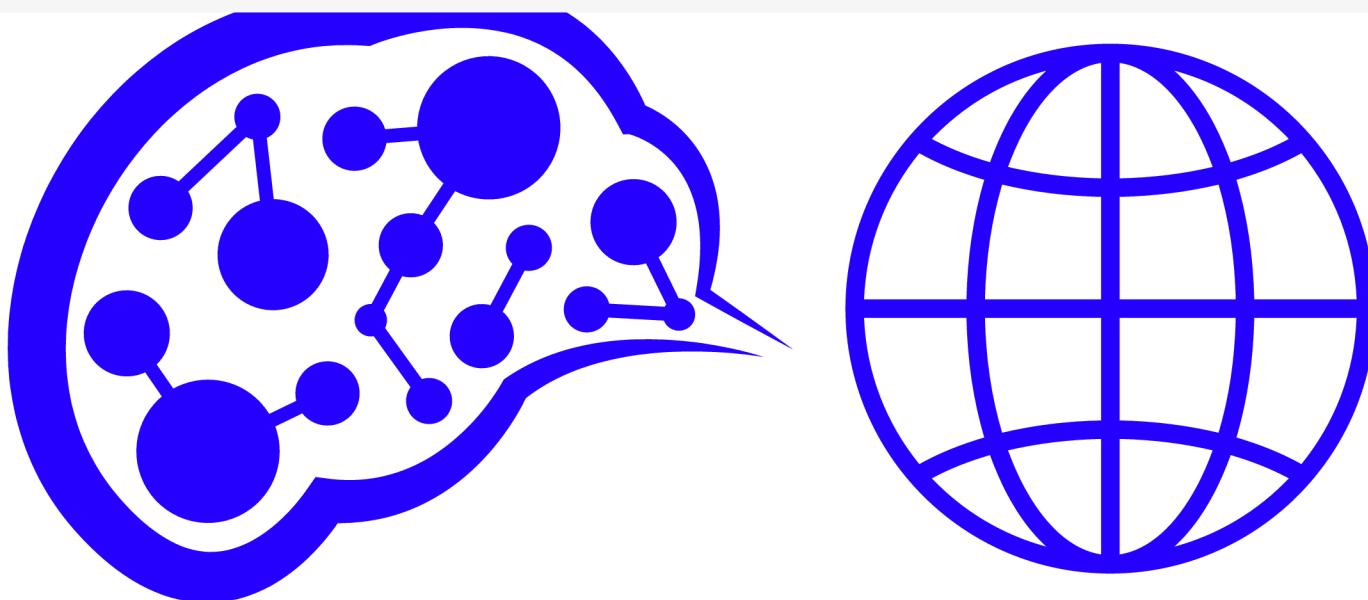
"Attendez... Je crois avoir lu ça quelque part."

Imaginez que vous entendiez quelque chose comme "Boire du café vous aide à vivre plus longtemps". Vous tombez dessus en ligne, votre ami vous en parle, puis vous le voyez à nouveau dans un article. Cela commence à vous sembler crédible, même s'il n'y a aucune preuve solide pour l'étayer. Très vite, vous pourriez vous surprendre à le répéter à d'autres personnes.

C'est ainsi que se propagent les fausses informations. Nous ne nous souvenons pas toujours où nous avons entendu quelque chose pour la première fois, mais plus nous l'entendons souvent, plus nous sommes enclins à y croire.

Notre cerveau confond la répétition avec la vérité.

Une dynamique similaire se produit avec la propagande, comme les discours répétés par Poutine au sujet de la guerre en Ukraine. Comme ces idées sont constamment répétées sur différents canaux, les gens commencent à les accepter comme des faits, simplement parce qu'ils les ont entendues tant de fois, même si elles ne résistent pas à un examen minutieux.

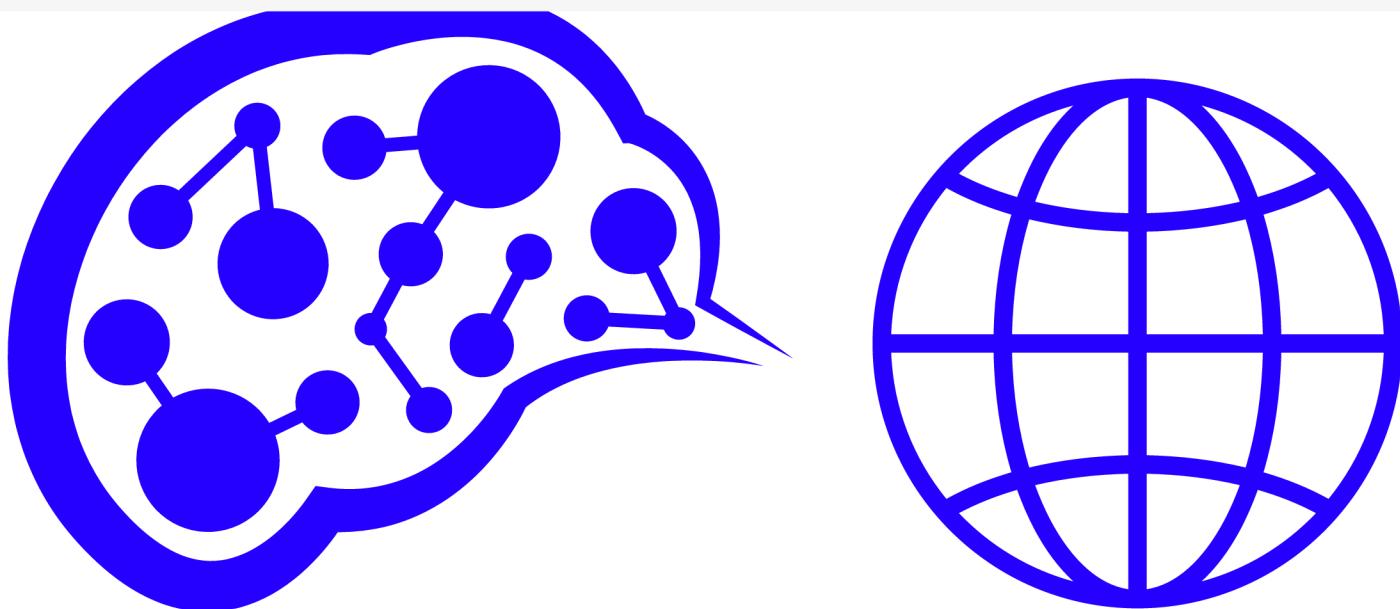




"Tout le monde le dit, alors j'ai arrêté de me poser des questions."

Ce biais est omniprésent :

- Dans **la publicité** : "8 dentistes sur 10 recommandent ce dentifrice" semble toujours convaincant, mais nous connaissons rarement tous les détails de l'étude.
- En **politique** : les dirigeants répètent si souvent des déclarations telles que "Cette politique réduira le chômage" qu'elles finissent par sembler vraies, même sans données pour les étayer.
- Dans **les mythes quotidiens** : "Nous n'utilisons que 10 % de notre cerveau", une croyance qui perdure simplement parce qu'elle est répétée à maintes reprises.
- En **ligne** : pensez à l'affirmation "Boire de l'eau citronnée le matin aide à perdre du poids". Répétée sur les blogs et les réseaux sociaux, elle finit par sembler vraie, même si elle n'est pas scientifiquement prouvée.



"J'essaie de réfléchir avant de répéter ce que j'ai entendu".

Vous n'avez pas besoin de remettre en question tout ce que vous entendez, mais il est important de prendre le temps de réfléchir. Avant de transmettre une information, posez-vous les questions suivantes :

- "Où ai-je entendu cela ?"
- "Pourquoi cela me semble-t-il vrai ?"
- "Ai-je vérifié cette information moi-même ou est-ce simplement quelque chose qui me semble familier ?"
- "Y a-t-il une autre version de cette histoire ?"

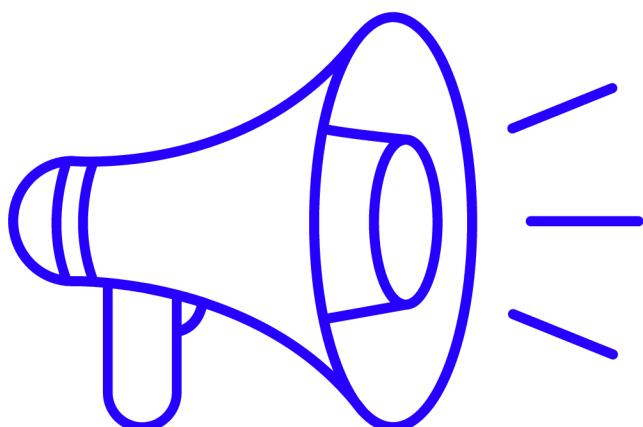
Lorsque nous cessons de remettre les choses en question simplement parce que nous les avons déjà entendues, nous ouvrons la porte à la propagande, aux fausses nouvelles et aux stéréotypes nuisibles.

Prendre un moment pour réfléchir de manière critique n'est pas une question d'hésitation. Il s'agit de s'assurer que nous n'acceptons pas les choses telles quelles.

La pensée critique ne nous ralentit pas, mais elle aiguise notre jugement et nous aide à voir la situation dans son ensemble !



BIAIS COGNITIFS



Cofinancé par
l'Union européenne

Financé par l'Union européenne. Les points de vue et opinions exprimés sont toutefois ceux des auteurs uniquement et ne reflètent pas nécessairement ceux de l'Union européenne ou de l'Agence exécutive européenne pour l'éducation et la culture (EACEA). Ni l'Union européenne ni l'EACEA ne peuvent en être tenus responsables.