

Comprendre les principaux mécanismes de sa pensée

Durée 7 heures

Toutes nos décisions sont-elles rationnelles ? Réfléchit-on de la manière quand on est sous stress, en groupe ou seul ? Conçue de manière à vous faire expérimenter les rouages de la pensée, cette formation a pour objectif de vous donner les outils pour comprendre les règles de notre cognition et de l'améliorer.

Pour aborder la complexité et se former à la pensée systémique, il est important de maîtriser les process qui agissent en nous.

A qui s'adresse cette formation ?

Profil :

Tout public

Prérequis :

Aucun

Objectifs pédagogiques

Comprendre les principales règles de la cognition

Comprendre les deux systèmes de la pensée

Connaître les biais cognitifs principaux

Comprendre la nature projective du cerveau

Contenu de la formation

Quiz d'entrée

Etape 1 : Notre cerveau est une merveille
Comprendre nos capacités d'apprentissage

Etape 2 : Les deux systèmes de la pensée
Découvrir les deux modes de pensée selon
Kahneman et Tversky

- Etape 3 : Les biais cognitifs
Comprendre d'où proviennent les biais cognitifs et ce qu'ils sont.
- Etape 4 : Les biais de raisonnement
Découvrir les biais de disponibilité, de confirmation, de halo et du survivant
- Etape 5 : Les biais d'inertie
Découvrir les biais d'ancrage, d'aversion à la perte et l'effet témoin
- Etape 6 : L'optimisme et autres biais
Découvrir les biais de surestimation de soi et d'optimisme ainsi que les biais de groupe
- Etape 7 : Le cerveau projectif
A partir de la façon dont nous voyons comprendre la fonction projective du cerveau
- Quiz final (ou d'acquisition)

Moyen pédagogique

- Accueil des stagiaires dans une salle dédiée
- Exercices pratiques
- Exposés théoriques
- Utilisation des quiz dans l'apprentissage (et pas uniquement pour l'évaluation)
- Séquences d'échanges et de partages

O3A institut

Nous utilisons les apports des sciences cognitives pour permettre à chacun d'être acteurs face aux enjeux environnementaux .