Comment aiguiser son esprit critique ?

Plusieurs axes doivent être travaillés si l'on veut savoir faire preuve d'esprit critique de manière appropriée.

APPRENDRE COMMENT FONCTIONNE SON CERVEAU

Connaître les bases du fonctionnement du cerveau permet de pouvoir s'interroger sur sa manière de l'utiliser (métacognition, évaluation épistémique) et d'éventuellement la changer pour raisonner différemment.

Quelques grandes fonctions du cerveau :
- la perception : comment les sens envoient de l'information au cerveau ?
- la mémoire : comment se construit-elle et comment l'utilise-t-on ?
- la compréhension : comment le cerveau assemble différentes informations ?
- l'argumentation : comment le cerveau raisonne et communique ?
- l'interaction sociale : comment le cerveau est sensible au contexte social ?

Le cerveau étant sujet à certains biais, dans certaines situations, connaître ces biais permet d'avoir plus de chance de les éviter.

TRAVAILLER SUR SES DISPOSITIONS

En se confrontant à différentes situations ou à d'autres personnes, on peut accepter de revoir certaines dispositions intellectuelles : humilité, courage, intégrité, etc.

Ces dispositions sont souvent très difficiles à changer car elles font partie de notre identité sociale. En questionnant son rapport à la connaissance et à ses propres croyances, on doit accepter de modifier une partie de sa personnalité, malgré l'inconfort d'une éventuelle dissonance cognitive.

L'esprit critique c'est aussi savoir juger de la pertinence de déclencher une démarche critique selon les situations.

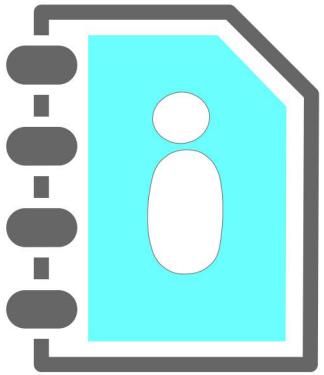
Selon les situations, on peut tous être amenés à ne pas assez faire preuve d'esprit critique ou à déclencher une réflexion critique inadéquate.

ACQUÉRIR DES OUTILS D'ANALYSE ET DE RAISONNEMENT

Déclencher une démarche critique nécessite de disposer d'outils permettant de modifier sa manière de penser. Des outils portant sur :
- l'analyse de l'information : images, textes, graphiques
- l'analyse des sources avec la question de la confiance épistémique
- le raisonnement logique et la démarche scientifique
- l'argumentation et la collaboration avec les autres

A SECONDE VUE
PRENONS LE TEMPS DE RAISONNER

GUIDE DE L'ESPRIT CRITIQUE



Référence : *Croyez-en mon expérience ! Voyage dans les rouages de la pensée.* Mireille Bétrancourt, Emmanuel Sander, Association A seconde vue. 2023. Editions Book-e-book. ISBN 978-2-37246-081-1.

A SECONDE VUE

Une Définition

Faire preuve d'esprit critique, c'est être en mesure de déclencher une démarche raisonnée, lente et rigoureuse, incluant une évaluation épistémique et conduisant à l'élaboration d'une représentation mentale appropriée pouvant aller à l'encontre d'une première impression, en évitant les nombreux biais cognitifs qui peuvent fausser le jugement.

ÊTRE EN MESURE ?

L'esprit critique nécessite une série de dispositions, notamment :
- l'humilité intellectuelle (savoir se remettre en question et accepter l'erreur),
- le courage intellectuel (chercher à modifier ses connaissances)
- l'intégrité intellectuelle (adopter la même rigueur pour ses propres opinions que pour celles des autres).

Il peut s'appliquer :
- sur des situations du quotidien : questionner ce qu'on vit
- sur des problèmes à résoudre : questionner la manière dont on raisonne
- sur des informations ou connaissances : questionner ce qu'on croit

RÉFLÉCHIR VITE OU PLUS LENTEMENT ?

Raisonner vite, de manière automatique, est suffisant et efficace dans la majorité des cas mais peut être source d'erreurs dans d'autres.
Raisonner plus lentement permet de limiter les réactions ou les jugements inappropriés.

ÉVALUATION ÉPISTÉMIQUE ?

Épistémique : relatif à la connaissance.
Une évaluation épistémique est une analyse critique de la manière dont on se construit et on utilise une connaissance.

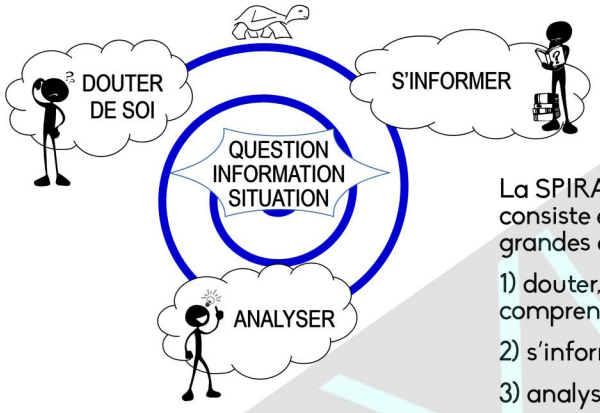
REPRÉSENTATION MENTALE ?

Une représentation mentale est ce que le cerveau comprend d'une situation, d'un problème ou d'une information, à partir de la perception et des connaissances en mémoire.

BIAIS COGNITIFS ?

Le cerveau est très performant mais possède des limites qui peuvent prendre la forme d'illusions perceptives, de fausses croyances, de raisonnements erronés. Ce sont des biais cognitifs, des déviations par rapport à un mode de fonctionnement habituel.

La démarche critique



La SPIRALE DE LA TORTUE consiste en un processus regroupant trois grandes étapes :

1) douter, prendre le temps de bien comprendre et savoir se remettre en question ;

2) s'informer et approfondir le sujet ;

3) analyser les informations recueillies.

La démarche critique peut être longue et complexe et donner lieu à plusieurs passages de la spirale de la tortue.

DOUTER DE SOI

– Est-ce un sujet sur lequel on peut et on veut s'interroger et débattre ou est-ce une croyance personnelle ?
– Ai-je bien compris de quoi il s'agit ?
– Quelles sont les idées que j'ai sur le sujet ? Qu'en dit ma mémoire ?
– D'où viennent ces idées ? Témoignages ? Données objectives ? Vécu personnel ?
– Qui pense la même chose ? Est-il possible que mes idées soient influencées par mes engagements personnels ou ceux de groupes auxquels je m'identifie ?
– Quelle expertise ai-je sur ce sujet ?
– Ai-je la motivation et les dispositions intellectuelles pour apprendre en acceptant de modifier mes opinions, et donc un risque de dissonance cognitive ?

S'INFORMER

– Approfondir le sujet en cherchant des informations auprès de sources fiables.
– Vérifier et comparer ces informations auprès de plusieurs sources.
– Expérimenter et tester.
– Éviter le biais de confirmation en cherchant aussi des informations qui vont à l'encontre de nos opinions.
– Avoir une démarche collective.

ANALYSER

– Évaluer la pertinence des arguments avancés.
– Comprendre les données.
– Savoir identifier les variables et les paramètres qui peuvent moduler les arguments.
– Construire un argumentaire solide.

La démarche critique peut nous amener à suspendre notre jugement ou à le déléguer à d'autres personnes plus compétentes que nous.

ASECOVE-VUE