

Yves-Alexandre **Thalmann**

Mon cahier poche



*Je ne me trompe
plus en pensant
avoir raison*

Illustrations de Jean **Augagneur**

jouvence
EDITIONS

Du même auteur aux Éditions Jouvence :

Apprenez à conduire votre cerveau

Petit Cahier d'exercices d'efficacité personnelle

Les Fabuleux Pouvoirs de la psychologie positive

Petit Cahier d'exercices pour vivre sa colère au positif

Je positive 2.0

Petit Cahier d'exercices d'entraînement au bonheur

Tout ce qu'il faut savoir pour bien vivre : Les 4 essentielles

La Réduction de la dissonance cognitive

Mon Cahier poche : Je fais le choix de la psychologie positive

Dans la même collection **Mon cahier poche**

Mon Cahier poche : je cocoone ma maison et je déploie mes ailes,
Solange Cousin

Mon Cahier poche : je cultive ma joie de vivre, D^r Anne van Stappen

Mon Cahier poche : Je pratique la Communication NonViolente,
D^r Anne van Stappen

Mon Cahier poche : Je vis avec les quatre accords toltèques, Patrice Ras



CATALOGUE GRATUIT SUR SIMPLE DEMANDE

ÉDITIONS JOUVENCE

BP 90107 – 74161 Saint-Julien-en-Genois Cedex

Suisse: Route de Florissant, 97 – 1206 Genève

Internet: www.editions-jouvence.com

Mail: info@editions-jouvence.com

© Éditions Jouvence, 2018

ISBN : 978-2-88911-957-8

Couverture : Éditions Jouvence

Mise en page: Frank Pitel [grad-design.fr]

Dessins de couverture et intérieurs : Jean Augagneur

Habillage graphique : ©Freepik



Introduction

Vous arrive-t-il de commettre des erreurs de réflexion? De vous tromper en étant persuadé d'avoir raison ? Sans doute, pensez-vous en vous remémorant quelques décisions antérieures malheureuses...

**Eh bien voilà,
vous venez d'en
commettre une
nouvelle,
et de taille !**

Nous commettons **énormément** d'erreurs de raisonnement, sans même nous en rendre compte¹. Avec parfois de graves conséquences : émotions pénibles, pertes financières, comportements inappropriés, voire mise en danger de la vie...

Ce Cahier poche est fait pour vous aider à repérer ces erreurs. Et surtout, il va vous donner des outils afin de moins vous tromper à l'avenir...

1 - C'est ce que nous apprend la psychologie cognitive, qui consacre l'essentiel de ses recherches à la pensée et aux raisonnements.



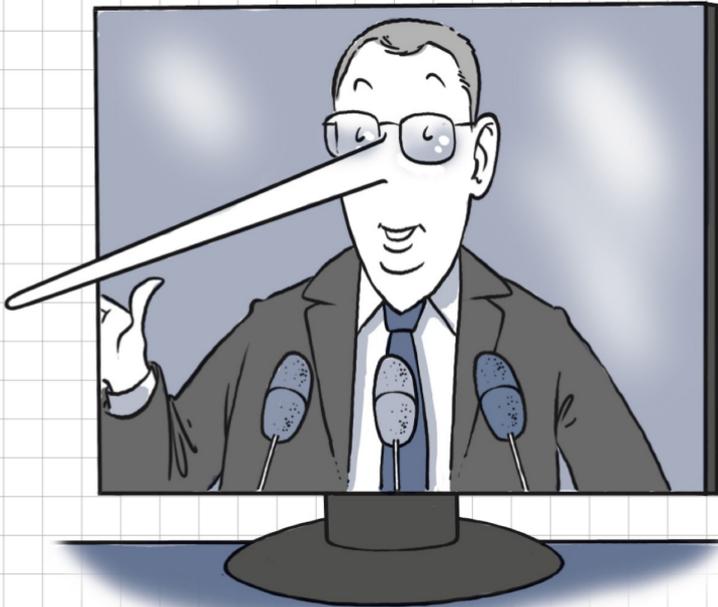


Au royaume
des erreurs...
nous sommes
tous rois

Ne nous méprenons pas...

Ce Cahier poche ne traite pas de mensonges volontaires ni de mauvaise foi !

Il ne s'intéresse pas aux manipulations de la vérité destinées à tromper sciemment autrui.

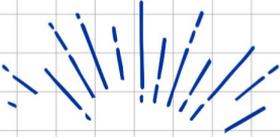


Son sujet est exclusivement dévolu aux erreurs de raisonnement que nous commettons en étant persuadés d'avoir raison, quand notre logique se fourvoie alors même que nous sommes certains d'être dans le juste. Sans même que les émotions viennent tout emmêler...

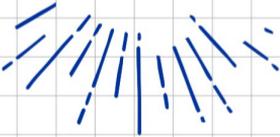
Ces erreurs de raisonnement ont pourtant un coût élevé :

- ⇒ elles nous amènent à prendre de mauvaises décisions qui peuvent avoir de lourdes conséquences dans nos vies (par rapport à un traitement médical par exemple) ;
- ⇒ elles nous poussent à entretenir des croyances irrationnelles (et donc à donner du crédit à des charlatans qui cherchent à exploiter notre crédulité) ;
- ⇒ elles génèrent des sentiments désagréables (par exemple des regrets injustifiés) qui peuvent contribuer à miner notre humeur, voire à précipiter une dépression.

Les connaître et les corriger est par conséquent un véritable moyen d'augmenter son bien-être.



**ET POUR COMMENCER,
UNE PETITE MISE EN
SITUATION...**





Qui veut gagner LE million ?

Vous êtes sur le plateau du fameux jeu télévisé Qui veut gagner LE million ? présenté par le célèbre animateur Jean-Pire Toufaut. C'est l'heure de vérité : soit vous gagnez le million, soit vous repartez les mains vides. Le principe de l'épreuve est simple, vous devez choisir laquelle parmi trois boîtes vous allez ouvrir.

Jean-Pire vous dit : « Le chèque d'un million d'euros a été coupé en deux. Chacune des parties a été placée dans l'une des quatre boîtes ici présentes. Il y a une grande boîte blanche, une grande boîte noire, une petite boîte blanche et une petite boîte noire. »



Sur ce, il ouvre la grande boîte blanche, qui contient la première moitié du chèque, sous les applaudissements et les cris du public. Puis il continue :

« Le chèque a été placé dans deux boîtes, que l'on appellera **FORTUNE**. Nous avons



choisi une grandeur et une couleur pour définir ce qu'est une boîte **FORTUNE**. Vous ne savez pas les caractéristiques que nous avons choisies (grand ou petit, noir ou blanc), mais vous pouvez être certain que la grande boîte blanche est une boîte **FORTUNE**, puisqu'elle contient la première moitié du chèque. Une boîte ne peut être **FORTUNE** que si elle possède soit la grandeur, soit la couleur que nous avons choisie, mais pas les deux à la fois. À vous de jouer pour trouver l'autre (ou les autres) boîte **FORTUNE**... Vous avez une minute ! »



FORTUNE



?



?



?



La minute est passée : Quelle est votre réponse ?

Allez, prenez encore le temps de réfléchir, ce n'est pas si simple...



Vous avez décidé d'ouvrir la grande boîte noire.

VOUS VENEZ DE PERDRE UN MILLION !

Deuxième chance : vous avez décidé d'ouvrir la petite boîte blanche.

VOUS VENEZ À NOUVEAU DE PERDRE UN MILLION !

(ça fait beaucoup, quand même !)

Il y a une seule bonne réponse à ce problème : la petite boîte noire !

Vous n'êtes pas convaincu ? Réfléchissez encore un peu...

Toujours pas convaincu ? Alors rendez-vous à la fin de ce cahier, à l'annexe 1.

Vous n'avez pas trouvé la bonne solution ? Pas d'inquiétude ! Le taux de réussite à cette épreuve ne dépasse pas les 10%, preuve en est que notre réflexion s'empêtré facilement dans des raisonnements **boiteux**