

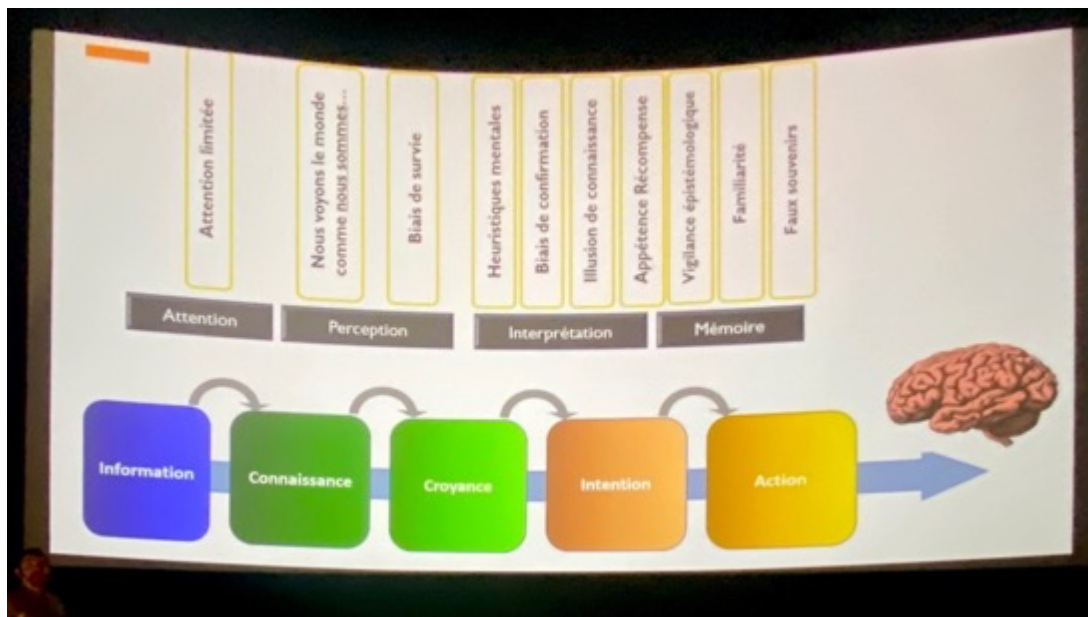
La fabrique de nos opinions : info ou infox, quelle différence pour le cerveau ?

Pierre-Yves JONIN est psychologue spécialisé en neuropsychologie depuis 2002.

Il exerce dans le service de neurologie et au Centre Mémoire de Ressources et de Recherches du CHU Pontchaillou, à Rennes.

D'origine finistérienne, il a travaillé successivement dans les services de médecine physique et réadaptation fonctionnelle ainsi que dans les services de neurologie des CHU de Reims, de Brest et à l'Hôpital d'Instruction des Armées de Brest.

Se forger des opinions est un processus complexe qui dépend de divers facteurs tels que nos expériences, nos valeurs, nos connaissances et nos interactions avec le monde qui nous entoure.



Pierre-Yves JONIN aborde sa conférence en nous présentant les connaissances issues de la psychologie et des neurosciences cognitives, en me concentrant sur ce que l'on sait du fonctionnement cérébral.

Notre système nerveux central est évidemment impliqué lors du traitement des **informations**. Nous **percevons**, **interprétons**, **mémorisons**, puis utilisons cette mémoire pour construire nos opinions.

Les particularités cérébrales et psychologiques auxquelles nous sommes tous soumis déterminent, souvent à notre insu, l'émergence d'une opinion.

L'accent a été mis sur nos erreurs de perception, d'interprétation, de mémoire. Ces erreurs sont le produit de processus psychologiques et neurologiques qui, la plupart du temps, nous permettent de nous adapter à notre environnement.

Prendre conscience de ces mécanismes peut éclairer les citoyens que nous sommes. S'il est nécessaire de distinguer entre « **info** » et **infor**, nous verrons que le cerveau, lui, ne fait guère de différence !

COMMENT REPÉRER DES « FAKE NEWS »



IDENTIFIER LA SOURCE

Explorer le site, son but, sa page « Contacts ».



ALLER AU-DELÀ DU TITRE

Les titres peuvent être racleurs, pour obtenir des clics. Lire l'article entier.



IDENTIFIER L'AUTEUR

Faire une recherche rapide sur l'auteur. Est-il fiable? Existe-t-il vraiment?



D'AUTRES SOURCES?

Consulter les liens, pour vérifier l'information.



VÉRIFIER LA DATE

Partager un vieil article ne signifie pas qu'il est d'actualité.



EST-CE DE L'HUMOUR?

Si c'est trop extravagant, est-ce une satire? Vérifier la vocation du site.



ÉVALUER NOS PRÉJUGÉS

Nos propres opinions peuvent affecter notre jugement.



QUE DISENT LES EXPERTS?

Demander à un bibliothécaire ou consulter un site de vérification des faits.

Traduit par Claire Bongrand et Jonathan Paul, BnF



International Federation of Library Associations and Institutions

Voici quelques étapes à prendre en compte pour développer vos propres opinions, de manière réfléchie :

- **Élargissez vos connaissances.**
Informez-vous sur une variété de sujets. Plus vous avez d'informations, mieux vous serez en mesure de formuler des opinions éclairées.
- **Analysez les sources d'information**
Soyez critique vis-à-vis des sources d'information. Vérifiez la fiabilité et l'objectivité des médias que vous consultez. Méfiez-vous des informations biaisées ou partisans.
- **Remettez en question vos propres croyances**
Soyez prêt à remettre en question vos propres opinions. Explorez les raisons pour lesquelles vous croyez ce que vous croyez et soyez ouvert aux changements si de nouvelles informations ou perspectives se présentent.
- **Développez votre esprit critique**
Soyez conscient de vos propres préjugés et essayez de les surmonter. Apprenez à penser de manière critique, en évaluant les arguments et en distinguant les faits des opinions.
- **Restez ouvert au changement**
Les opinions peuvent évoluer avec le temps à mesure que vous acquérez de nouvelles expériences et informations. Soyez flexible et prêt à ajuster vos points de vue lorsque cela est justifié.
- **Expérimentez par vous-même**
Parfois, l'expérience personnelle peut influencer fortement vos opinions. Essayez de vivre des expériences liées à certains sujets pour mieux les comprendre.
- **Participez à des discussions, écoutez différentes perspectives**
Entourez-vous d'opinions diverses. Parlez avec des personnes qui ont des points de vue différents des vôtres. Cela peut vous aider à comprendre les différentes nuances d'un sujet et à remettre en question vos propres idées. Cela peut aussi vous aider à affiner vos idées, à entendre des contre-arguments et à développer une compréhension plus approfondie des questions.

Il est important de noter que le processus de formation d'opinions est personnel et continu. Il n'y a pas de formule unique, et il est normal que vos opinions évoluent au fil du temps en fonction de votre croissance personnelle et de vos expériences.