

Biais Inconscients

Qu'est-ce que c'est ?

Catégoriser instinctivement les gens, les choses ou les informations sans en être conscient.e.s.

Pourquoi c'est important ?

Les biais impactent et influencent nos perceptions, nos décisions, nos relations et nos actions. Ils peuvent nous porter à discriminer inconsciemment.

Le savais-tu ?

Il existe plus de
200
— types de —
BIAIS !

NOTRE cerveau cherche  **AUTOMATIQUEMENT** À CONFIRMER ce qu'il sait déjà

Prends
CONSCIENCE de tes **MOTS** et tes **ACTIONS**



Quoi faire ?

1

Éduque-toi!

Connais bien tes biais.
Lis davantage sur le sujet.
Reconnais qu'ils existent.

2

Utilise ta pensée critique

Arrête-toi pour analyser la situation.
As-tu pensé à toutes les facettes ?
As-tu pensé à tes biais et privilèges ?
Il y a toujours 2 côtés à la médaille!

3

Remets-toi en question

Réfléchis à tes hypothèses, les traditions qui t'entourent et ce que tu considères être la norme.
As-tu essayé d'analyser le tout avec une vision différente ?

Et surtout, pratique l'empathie!

