

Biais cognitifs

L'EFFET ZEIGARNIK

cette importance démesurée
pour ce qui n' a pas été terminé



crédit image Kanako



un besoin d'achèvement

L'effet Zeigarnik* (ou motivation d'achèvement) fait partie des biais cognitifs.

Il décrit la tendance qu'a notre cerveau à bien mieux se souvenir des tâches qui sont restées **inachevées** que de celles qui ont été terminées.

* du nom de la psychologue russe (aujourd'hui Lituanie) Bluma Zeigarnik qui a développé cette théorie dans les années 1920.



au départ ...

Zeigarnik avait remarqué que les serveurs dans les restaurants étaient capables de se souvenir des **commandes non encore servies** beaucoup plus facilement que de celles déjà servies.

Elle a ensuite confirmé cette observation en demandant aux participants d'une expérience de réaliser certaines tâches, en leur donnant la possibilité de les terminer ou pas ... au choix.

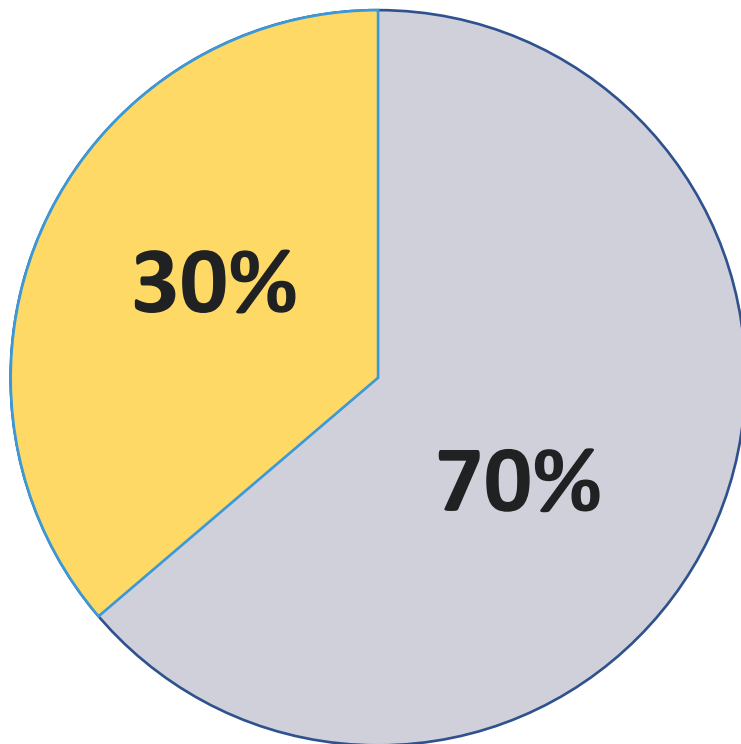
Les résultats ont montré qu'ils se souvenaient beaucoup plus du travail qu'ils n'avaient pas terminé.



exemples

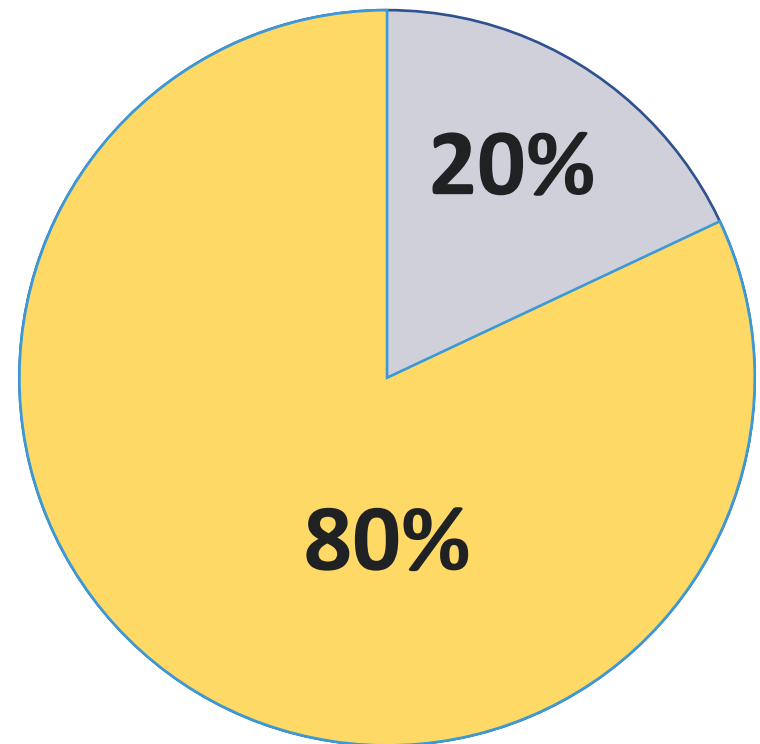
- Si on commence un travail et qu'on nous interrompt avant qu'il soit terminé, on lui donnera beaucoup plus d'importance qu'à tout ce qu'on aura achevé ce jour-là.
- Les étudiants qui travaillent en faisant des impasses vont plus se souvenir des thèmes qui n'ont pas été étudiés.
- Les joueurs d'échecs se souviennent mieux des coups **qui n'ont pas encore été joués** que de ceux déjà faits.

... le schéma 😊



en réalité

tâches inachevées 30%
tâches terminées 70%



ce dont on se souvient

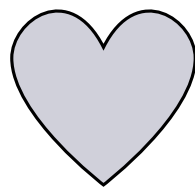
tâches inachevées 80%
tâches terminées 20%

application marketing

L'effet Zeigarnik est utilisé dans le marketing pour inciter l'utilisateur à poursuivre une action inachevée, comme un achat en ligne en évitant l'abandon du panier ou une inscription à un service....

Et aussi le fameux retargeting, tous ces messages publicitaires qui envahissent notre écran après qu'on se soit intéressé à un produit.

**Un grand merci pour vos likes et vos partages
qui nous soutiennent tous les jours !**



www.eb-consult.fr