

# Notre cerveau s'épuise devant trop de choix

Dans notre monde moderne, nous sommes confrontés en permanence devant un nombre incroyable de choix. Choisir, c'est renoncer. On a remarqué que décider du choix devant un panel pléthorique d'options nous rendait plus fatigué et moins productif. Il s'agit de la conclusion d'une étude réalisée par des équipes de spécialistes en psychologie de plusieurs universités. Même si l'humain est par nature capable de peser différents choix possibles et que cela lui est avantageux pour sa survie, cela a aussi ses limitations.

[Actualité rédigée par science]

Lorsque des gens sont ainsi confrontés avec des options très nombreuses, que ces options soient viables ou non, ils ont dans ce cas des difficultés à rester suffisamment concentrés afin de terminer des projets complets, de mener à bien des tâches quotidiennes ou même prendre ses médicaments. Les chercheurs en psychologie ont réalisé 7 expériences avec 328 participants et 58 consommateurs dans un centre commercial. Lors d'expériences en laboratoire, on demandait à certains participants de décider entre plusieurs choix concernant des produits de consommation, des cours à l'université ou du matériel scolaire. D'autres participants ne devaient pas prendre un choix mais devaient considérer les options présentées. Ensuite, on a demandé aux volontaires de participer à des tâches peu plaisantes comme finir de boire une boisson présentant un goût désagréable (type médicament). D'autres devaient mettre leurs mains dans l'eau glacée. Cela devait tester combien l'acte de choisir ou de ne pas choisir lors des expériences précédentes affectait la capacité des personnes à rester concentré sur une tâche donnée et poursuivre des comportements afin d'atteindre un but visé... Suite, sources et traduction de vidéo scientifique sur le paradoxe du choix (Barry Schwartz) sur Imaginascience

*Par*

**Publié sur Cafeduweb - Archives le samedi 19 juillet 2008**

Consultable en ligne : <http://archives.cafeduweb.com/lire/8632-notre-cerveau-epuise-devant-trop-choix.html>