



Le paradoxe du choix:

Aider les étudiants à débloquer

Jay Gosselin
Fondateur

DISCOVER **YEAR**



**3 étudiants se rendent
au centre de
ressources...**

Le paradoxe du choix

De nos jours, nous disposons
d'un choix presque infini.

“Tout ce choix nous permet de
MIEUX FAIRE.

Pourtant, nous nous sentons
souvent PIRE.”



Barry Schwartz, Ph.D

Le paradoxe du choix

- Paralysie par analyse
- Plus d'options = plus probable de regretter son choix (moins satisfait)



Attentes

=



Déception



Barry Schwartz, Ph.D

Le paradoxe du choix

“Les gens vivent des expériences décevantes parce que leurs attentes sont trop élevées, et quand ils doivent s’expliquer ces expériences à eux-mêmes, ils s’en veulent.”



Barry Schwartz, Ph.D

Le paradoxe du choix

“Avoir un peu de choix est mieux que n’en avoir aucun, mais cela ne signifie pas qu’en avoir davantage soit mieux qu’en avoir un peu.”



Barry Schwartz, Ph.D

DISCUSSION ÉCLAIR: PARALYSIE PAR ANALYSE

Discutez par paires:

- Voyez-vous de nombreux étudiants qui semblent accablés par la quantité de choix?
- Qu'avez-vous essayé pour les aider à s'engager et faire une bonne décision?



Comment faciliter la prise de décision

- **Problème du monde d'aujourd'hui: surcharge de choix**

À l'épicerie: 348 types de confitures

Grandes universités: 300+ programmes



Sheena Iyengar, Ph.D

Comment faciliter la prise de décision

Expérience: 24 confitures vs 6 confitures

- 24 = plus % échantillonnées
- 6 = plus % achetés

Plus de choix = plus probable de ne PAS CHOISIR



Sheena Iyengar, Ph.D

Comment faciliter la prise de décision

“Quand nous avons trop d'options, nous choisissons de ne pas choisir, même si cela va à l'encontre de notre intérêt.”



Sheena Iyengar, Ph.D

Comment faciliter la prise de décision

La surcharge de choix réduit:

- 1. L'engagement**
- 2. La qualité décisionnelle**
- 3. La satisfaction**



Sheena Iyengar, Ph.D

Comment faciliter la prise de décision

Quatres techniques:

1. Couper
2. Concrétisation
3. Catégorisation
4. Conditionner à la complexité

Les maîtres d'échecs :
considèrent moins d'options



Sheena Iyengar, Ph.D



Walmart vs Costco

Départements = écoles

Catégories = facultés

Produits = programmes

DISCUSSION ÉCLAIRE : RECRÉER L'EXPÉRIENCE COSTCO

Discutez par paires:

- Quelles idées pratiques avez vous pour aider les étudiants à couper, concrétiser, catégoriser, et se conditionner pour la complexité?

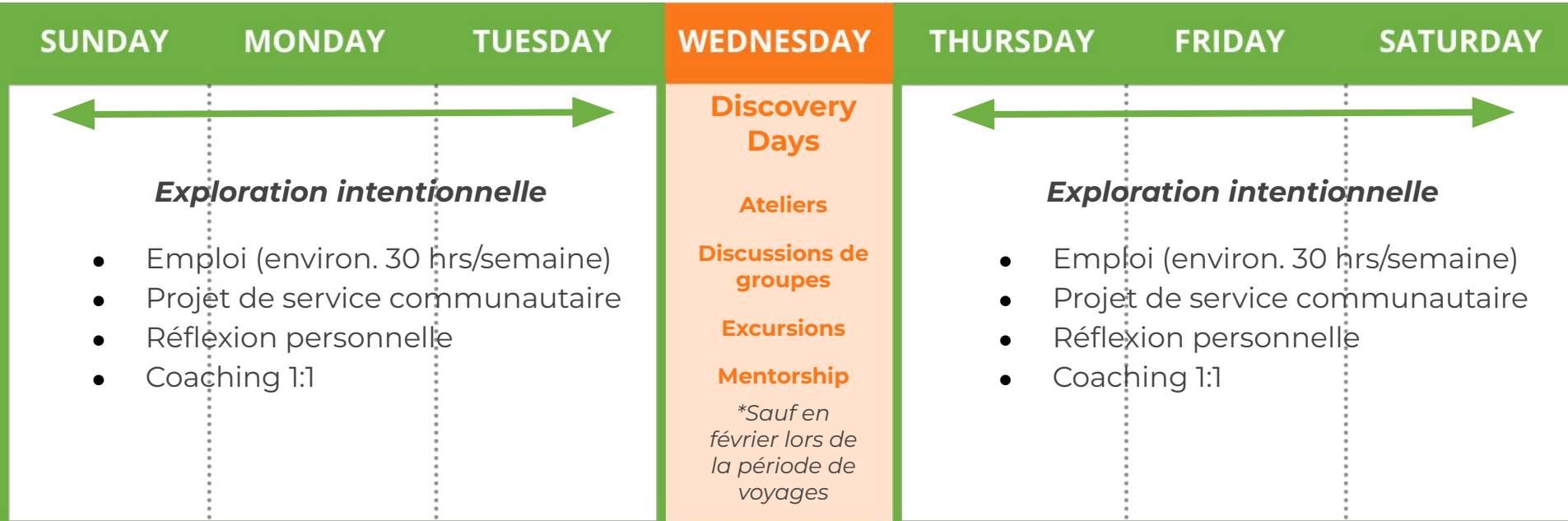




Une année sabbatique intentionnelle: Magasiner chez Costco

UNE SEMAINE À DISCOVER YEAR:

1 journée d'apprentissage dynamique | 6 jours d'exploration intentionnelle



ÉDUCATION DYNAMIQUE, AXÉE SUR L'ÉTUDIANT



**Ateliers compétences
emploi, vie quotidienne
et leadership**



**Coaching de carrière et de
vie**



Excursions expérientielles

“GOOD LIFE CONVERSATION”



**ABENEZER
ABEBE**
Ingénieur
logiciel à Spotify



EMILY BEEKMANS
Photographe et
fondatrice de
*Emily Beeks
Creative*



NATALIE ROWE
Assistante
directrice à
l'Agence de
Revenu Canada



**BILLY
ANDERSON**
Fondateur de
*The Courage
Crusade*



RYAN VAN ASTEN
Directeur de la
performance des
Flames de Calgary

EXPLORATION INTENTIONNELLE



Travailler



Voyager



Service communautaire



CONSCIENCE DE SOI



CONFIANCE



COMMUNICATION



RÉSILIENCE



La différence DY

1. Confiance: changer de plan, c'est correct
2. Faibles enjeux (pas de bulletins)
3. Grande sécurité psychologique
4. Apprentissage – Application –
Réflexion

Le paradoxe du choix

TED Talk



Barry Schwartz, Ph.D

Comment faciliter la prise de décision

TED Talk



Sheena Iyengar, Ph.D



We'd love your feedback!

Scan this QR code with your phone
camera to access our feedback form.



www.discoveryyear.ca



outreach@discoveryyear.ca



[@discoveryyear](https://www.instagram.com/discoveryyear)

MERCI!

DISCOVER YEAR