WOW, MAIS...

La présentation

Le phénomène Madame Qualité

Pourquoi on résiste à l'IA
(et comment en sortir)

Alexandre Stopnicki · 3h33



La vidéo (3 min) : wowbut.com/#explication

Madame et Monsieur Qualité sont des personnages de fiction.


MONSIEUR & MADAME QUALITÉ
Alexandre Stopnicki · 3h33.com



Le phénomène Madame Qualité



Le phénomène Madame Qualité



Alexandre Stopnicki

Pourquoi on résiste à l'IA

(et comment en sortir)

3h33

Alexandre Stopnicki · 3h33.com


Toute nouveauté franchit trois étapes



Toute nouveauté franchit trois étapes

01

Ridiculisée

On s'en moque.

02

Combattue

On la critique.

03

Évidente

On a oublié qu'on n'en voulait pas.

Et l'IA ?

Phrase attribuée à Schopenhauer

3h33

Alexandre Stopnicki · 3h33.com



01 — Biais de négativité



01 — BIAIS DE NÉGATIVITÉ

Notre alarme intérieure (l'amygdale) a été réglée pour repérer les dangers… elle s'active encore aujourd'hui pour de simples détails.

Prendre un bâton pour un serpent : une frayeur.

Prendre un serpent pour un bâton : la mort.

Un bâton n'est pas un serpent.

3h33



02 — Maximizer et satisficer

02 — MAXIMIZER ET SATISFICER

Le maximizer

Veut absolument la meilleure solution possible. Compare, peaufine, recommence.

Le satisficer

S'arrête dès qu'une solution répond à son besoin. Et avance.

Suffisamment bien, c'est souvent exactement ce qu'il faut.



Les satisficers sont en général plus satisfaits de leurs choix (Schwartz et al., 2002).

3h33

Alexandre Stopnicki · 3h33.com



03 — Adaptation hédonique

Forme-toi à l'IA et au vibe coding sur 3h33.com



03 — ADAPTATION HÉDONIQUE

On s’habitue très vite à un progrès : ce qui nous émerveillait devient normal, puis on en veut plus.

Le miracle d’hier devient la norme d’aujourd’hui.

3h33

Alexandre Stopnicki · 3h33.com



04 — Coût d'opportunité

Forme-toi à l'IA et au vibe coding sur 3h33.com

04 — COÛT D'OPPORTUNITÉ

Chaque choix a un prix : ce qu'on perd en ne choisissant pas l'autre option.

Compte rendu à la main : 2 heures. Avec l'IA : 10 minutes.

Le temps gagné va aux clients et à l'équipe, pas à l'administratif.

Qu'est-ce que je ne fais pas pendant ce temps ?

Ne pas choisir l'IA a aussi un coût.



3h33

Alexandre Stopnicki · 3h33.com



05 — Paralysie de l'analyse



05 — PARALYSIE DE L’ANALYSE

Trop analyser empêche d’agir.

À force de tout analyser, on n’arrive plus à décider ni à a

« Tant que l’IA n’est pas parfaite, je ne m’en sers pas. »

3h33

Alexandre Stopnicki · 3h33.com



06 — Learning by doing

Forme-toi à l'IA et au vibe coding sur 3h33.com



06 — LEARNING BY DOING

Apprendre en faisant

1er
prompt : maladroit

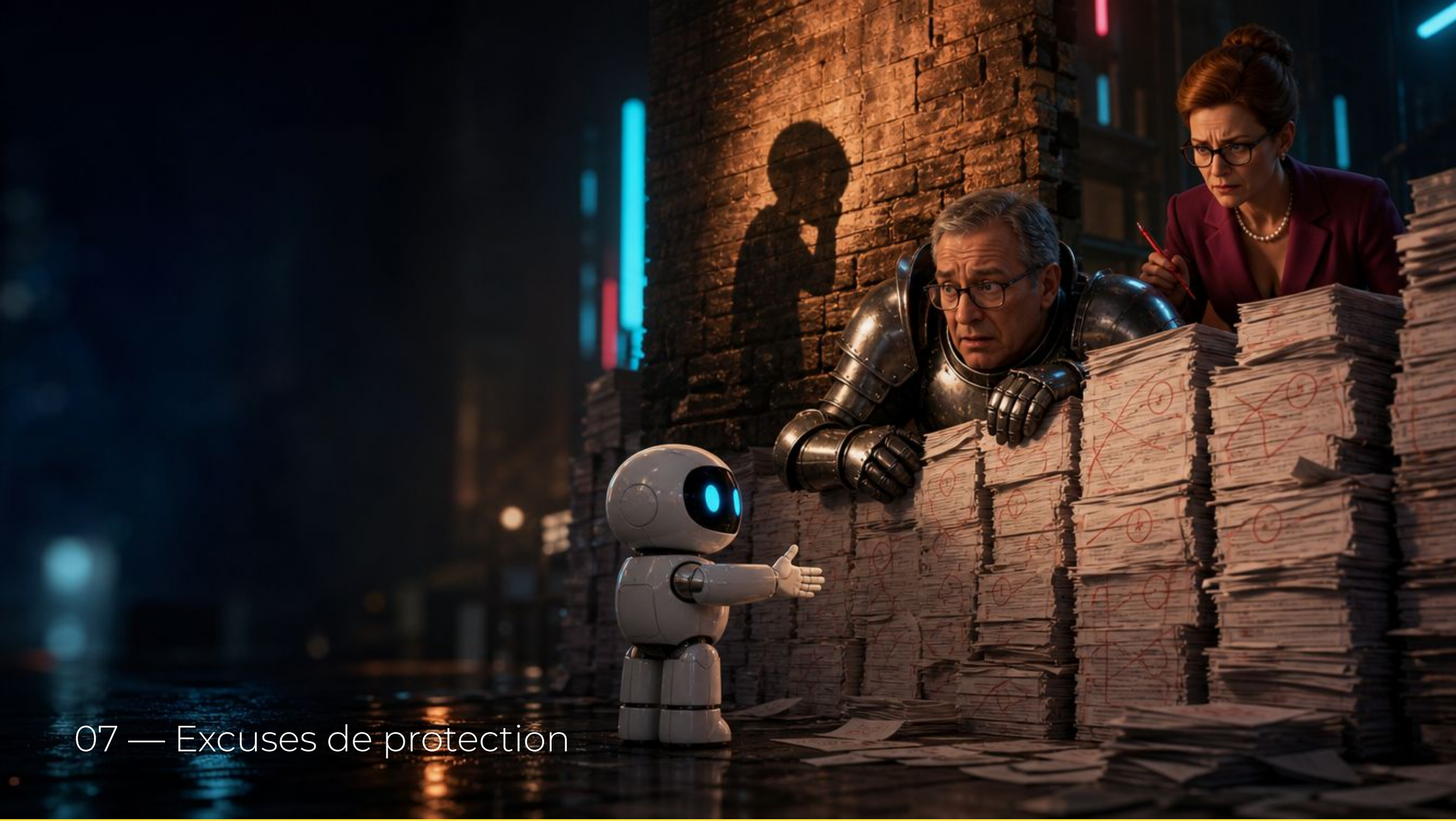
10e
prompt : bon

100e
prompt : excellent

Personne n’est prêt au départ :
c’est la pratique qui rend plus efficace.

3h33

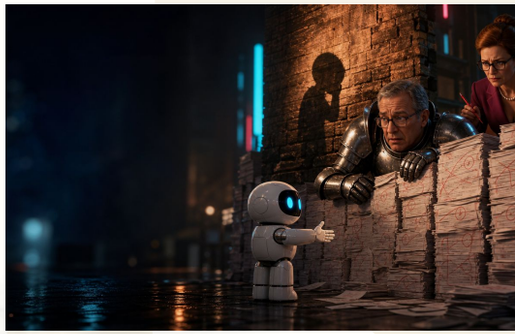
Alexandre Stopnicki · 3h33.com



07 — Excuses de protection

07 — EXCUSES DE PROTECTION

Derrière « pas assez bien » se cache souvent « pas encore à l’aise ».



Rationalisation / auto-handicap

Quand une nouveauté fait peur (d’échouer, de paraître moins compétent, de changer ses habitudes), le cerveau fabrique de bonnes raisons de ne pas essayer.

3h33

Alexandre Stopnicki · 3h33.com


10 secondes perdues, 1 heure gagnée



Erreur = 10 secondes perdues.

Réussite = 1 heure gagnée.

Avec l'IA, l'erreur ne coûte presque rien : c'est ne pas essayer qui coûte cher.

3h33

Alexandre Stopnicki · 3h33.com



N'attends pas que l'IA soit parfaite



N’attends pas que l’IA soit parfaite pour t’en servir.

Essaie-la sur une vraie tâche, puis relis et corrige.

C’est en l’utilisant qu’on voit ce qu’elle fait bien… et ce qu’il faut vérifier.

3h33

Alexandre Stopnicki · 3h33.com



Sources

Sources (1/2)



1

Les trois étapes

Phrase attribuée à Arthur Schopenhauer ; attribution incertaine.

2

Biais de négativité

LeDoux, J. (1996). The Emotional Brain. Simon & Schuster.

3

Biais de négativité

Baumeister, R. F. et al. (2001). « Bad Is Stronger Than Good ». Review of General Psychology, 5(4).

Rozin, P. & Royzman, E. B. (2001). « Negativity bias, negativity dominance, and contagion ». Personality and Social Psychology Review, 5(4).

4

Maximizer et satisficer

Schwartz, B. et al. (2002). « Maximizing versus satisficing ». JPSP, 83(5).

Schwartz, B. (2004). The Paradox of Choice. Ecco.

5

Maximizer et satisficer

Simon, H. A. (1956). « Rational choice and the structure of the environment ». Psychological Review, 63(2).

6

Adaptation hédonique

Brickman, P. & Campbell, D. T. (1971). « Hedonic relativism and planning the good society ».

Brickman, P., Coates, D. & Janoff-Bulman, R. (1978). « Lottery winners and accident victims ». JPSP, 36(8).

3h33

Alexandre Stopnicki · 3h33.com



Sources (suite)

Sources (2/2)



7 **Coût d'opportunité**
von Wieser, F. (1914). Theorie der gesellschaftlichen Wirtschaft.

8 **Paralysie de l'analyse**
Iyengar, S. S. & Lepper, M. R. (2000). « When choice is demotivating ». JPSP, 79(6).

9 **Learning by doing**
Arrow, K. J. (1962). « The Economic Implications of Learning by Doing ». Review of Economic Studies, 29(3).

10 **Learning by doing**
Kolb, D. A. (1984). Experiential Learning. Prentice Hall.

11 **Learning by doing**
Dewey, J. (1938). Experience and Education.

12 **Excuses de protection**
Berglas, S. & Jones, E. E. (1978). « Drug choice as a self-handicapping strategy… ». JPSP, 36(4).

3h33

Alexandre Stopnicki · 3h33.com



Madame et Monsieur Qualité : ce qu'on retient

MADAME QUALITÉ
• 40 pages traduites en 1 minute → « un terme technique pas tout à fait juste »
• Compte rendu en 30 s → « Elle a mis cordialement. Moi, je dis bien à vous. »
• Canva → « Ça fait de la 3D ? »… sans avoir fait une seule affiche

MONSIEUR QUALITÉ
• GPS : des heures gagnées → « une fois, une petite rue »
• Visio : 4 h de train évitées → « Le son a coupé deux secondes. »
• Excel : 12 000 lignes corrigées → « pas l'onglet que je voulais »… silence gêné
• L'extraterrestre : téléportation → « le décalage horaire » · pilule de mille ans → « goût fraise ? » · 4 000 langues → « un petit accent »

POURQUOI : biais de négativité · adaptation hédonique · paralysie de l'analyse · excuses de protection
À FAIRE : comparer à hier, pas à la perfection. Essayer sur une vraie tâche, puis relire et corriger.

Il faut des Madame et des Monsieur Qualité… mais pas trop.

3h33

Alexandre Stopnicki · 3h33.com