

Bonjour,

Cette newsletter fait partie du thème de cet été que vous avez choisi : petite introduction à la psychologie sociale !

Plus qu'une expérience, aujourd'hui nous parlons d'un effet super sympa, très facile à obtenir du moment qu'on se dote des bons outils. Il s'agit de l'effet Forer, encore dénommé l'effet Barnum.

Et une fois n'est pas coutume (quoique), je ne vais pas vous expliquer comment se sont déroulées les premières expériences qui ont mis au jour cet effet mais plutôt comment nous (des collègues et moi-mêmes) l'avons provoqué à dessein chez nos étudiant.es de première année de psycho.

Bah oui, parce que quand ils et elles arrivent, les jeunes sont tout plein d'a priori et d'idées reçues sur ce qu'est LA psychologie (comme s'il n'y en avait qu'une). C'est sans doute la faute des médias - ils ont le dos large - ou de la représentation de la psychologie dans la société : 1. on n'envisage QUE la psychologie clinique et 2., c'est tous des fous là dedans. Alors le premier boulot des enseignant.es est de passer à la moulinette tout un ramassis d'idioties. Et puisque qu'en plus d'être zinzins (idée reçue), nous sommes aussi des êtres humains dotés de sens de l'humour (réalité), nous avons conçu un plan machiavélique à base de séances de TD (et ouais, on est comme ça en psycho).

Je vais donc vous expliquer comment nous nous y sommes pris pour faire découvrir à nos étudiant.es ébahi.es ce qu'est l'effet Forer en reproduisant (à leur insu évidemment) une expérience classique en les plaçant en position de sujets. Je vous rassure, ça ne leur a pas fait mal (un peu à l'ego, peut-être).

A la fin de la première séance de ce TD, chacune d'entre nous (je féminise parce que nous n'étions que des enseignantes) expliquait à chacun de ses groupes que la séance suivante porterait sur la personnalité. En vue de cette séance, nous propositions à nos sujets (chut, ils et elles ne sont pas encore au courant) de répondre à un questionnaire de personnalité en tout anonymat. On distribuait alors une feuille A4 recto verso avec des en-têtes et des logos très sérieux. Sur le recto, nous avions inscrit des codes de type "B79J45G", tous différents. Sur le verso, il y avait le questionnaire proprement dit. En fait, les 15 questions, loin d'avoir été testées avec soin pour leur capacité à découvrir la personnalité des gens, avaient été tirées de magazines de type Marie-Claire.

Après l'auto-passation du questionnaire, nous insistions pour que les étudiant.es notent scrupuleusement leur numéro identifiant afin de pouvoir, la semaine suivante, leur donner leurs résultats individuels.

Lorsque nous arrivions à nos bureaux après le cours, le premier geste de chacune d'entre nous était de balancer tous ces précieux questionnaires à la poubelle (oui je sais le papier tout ça mais que voulez-vous, faut ce qu'il faut pour faire avancer la science).

En amont, nous avons créé plusieurs listes d'affirmations concernant la personnalité de nos sujets. Chaque liste comprenait 10 items du type : "Vous êtes plutôt bonne pâte mais vous détestez qu'on vous marche sur les pieds". Nous avons construit 5 listes différentes à partir des 10 mêmes items (nous nous étions contentées d'en changer l'ordre). Pour parachever la supercherie, les feuilles A4 étaient pliées en deux et agrafées de manière à ne pas dévoiler leur contenu. Seuls les numéros identifiants étaient visibles.

Puis arrivait le second TD. Nous pouvions presque sentir l'excitation de nos étudiant.es à la perspective de découvrir enfin leur "vraie" personnalité (c'est scientifiquement prouvé). Au cours de la distribution des résultats des tests de personnalité, nous insistions sur le caractère intime et personnel de cette découverte et encourageions nos sujets à se cacher un peu de leurs voisin.es pendant la lecture.

Mais l'expérience n'était pas du tout terminée. Avec le prétexte de valider encore plus notre outil de mesure de personnalité, nous demandions à nos sujets de prendre une feuille et d'estimer l'adéquation entre la description de leur personnalité et qui ils ou elles étaient vraiment, et ce item par item. La question était : "Dans quelle mesure cette description correspond-elle à qui vous êtes vraiment ?". Les réponses se faisaient sur une échelle en 5 points : 1, "cela ne me correspond pas du tout" et 5, "c'est tout à fait moi".

Puis nous relevions scrupuleusement les réponses au tableau (et ça durait parfois longtemps - il faut dire que chaque groupe de TD comprenait entre 30 et 40 personnes - oui, les "premières années" sont très nombreux.ses). Quelques petits calculs plus tard, nous pouvions constater que notre outil était tout à fait exceptionnel puisqu'il était capable de découvrir la "vraie" personnalité des gens à partir d'une simple liste de 15 questions. En effet, la note moyenne d'adéquation des descriptions dépassait toujours les 4,5 (sur 5).

Le moment était alors venu de dévoiler la supercherie. Nous demandions à nos sujets d'échanger avec leur voisin.e les résultats de leur test de personnalité. Au début, il ne se passait pas grand chose puis une main se levait : un.e étudiant.e nous informait qu'il devait y avoir une erreur puisqu'il ou elle avait reçu la même description que son ou sa voisin.e - seul l'ordre différait. Les yeux de toutes les personnes s'écarquillaient, les listes s'échangeaient à qui mieux mieux jusqu'à ce que tous nos sujets comprennent qu'il n'y avait qu'une seule liste et qu'ils avaient été bernés.

Le cours commençait alors vraiment et nous expliquions que le questionnaire de personnalité avait été créé à partir de morceaux de tests trouvés dans des magazines et que les résultats avaient été rédigés à partir de phrases tirées au hasard dans les horoscopes de ces mêmes magazines. Enfin, nous expliquions l'effet de validation subjective (qu'on appelle aussi effet Forer ou Barnum) qui "désigne un biais cognitif induisant toute personne à accepter une vague description de la personnalité comme s'appliquant spécifiquement à elle-même".

Notons par ailleurs, que cet effet est encore plus fort lorsque les traits attribués sont positifs (ben oui, quand même).

Cet effet est à l'œuvre dans les tests de personnalité des magazines mais aussi quand on consulte un.e voyant.e, un.e numérologue, quand on lit son horoscope, dans la séduction et dans tout un tas d'autres domaines que je vous laisse imaginer.

Et vous savez quoi, le plus fou, c'est que même si on est au courant, l'effet peut persister (il n'y a pas de fumée sans feu). Ah, on sous-estime toujours la force des croyances !

Comme à peu près toutes les expériences dont je parle cet été, celle-ci fait partie d'un champ d'étude à part entière au sein de la psychologie sociale et de nombreux.ses chercheurs et chercheuses à travers le monde travaillent toujours à comprendre ce mécanisme. Si ce sujet vous intéresse particulièrement, je vous conseille de faire quelques petites recherches complémentaires avec des mots-clés ad hoc dans les bases de données spécialisées en science que sont [persée](#) (en français) ou encore [pubmed](#) (en anglais mais beaucoup plus riche).

J'espère que ça vous a plu et que vous serez encore plus nombreux et nombreuses à me lire la semaine prochaine.

N'oubliez pas d'encourager vos proches [à s'inscrire](#).

En attendant vendredi, je vous souhaite la meilleure des semaines possibles,

Marie