

SE SOUVENIR... DE CE QUI NE NOUS EST PAS ARRIVÉ

Pouvons-nous nous remémorer avec certitude un événement que nous n'aurions, en fait... pas vécu ? Et bien, oui ! Des travaux ont montré que non seulement notre mémoire est peu fiable mais qu'il est tout à fait possible d'y introduire de faux souvenirs !

ANDRÉ DIDIERJEAN

Professeur de psychologie cognitive à l'université de Franche-Comté, il a publié, entre autres, *La Madeleine et le savant, balade proustienne du côté de la psychologie positive* (Le Seuil, 2015).

CYRIL THOMAS

Docteur en psychologie cognitive, il est attaché temporaire d'enseignement et de recherche à l'université de Franche-Comté.

La mémoire est sans conteste notre outil principal dans les interactions que nous avons avec le monde : nous nous rappelons sans difficultés particulières le trajet pour rentrer chez nous, nous y reconnaissons au premier coup d'œil les visages de nos proches et nous leur racontons les événements de notre journée... Toutes nos activités quotidiennes s'appuient sur le stock phénoménal de connaissances que nous avons accumulé en mémoire, années après années. L'une des caractéristiques principales des relations que nous entretenons avec notre mémoire est que, la plupart du temps, nous accordons une grande confiance à nos souvenirs. Bien qu'il existe certains pans de notre passé dont nous ne nous rappelons pas, ou peu, au contraire nous nous rappelons de manière très précise de très nombreux autres moments de notre vie. Le sentiment de se souvenir avec précision est-il cependant un gage du fait que la scène s'est bien déroulée comme notre mémoire semble le suggérer ? Pouvons-nous nous remémorer avec certitude un événement que nous n'aurions, en fait... pas vécu ? Un grand nombre de recherches en psychologie cognitive ont tenté d'étudier en laboratoire la fiabilité de la mémoire. Ces travaux

ont montré que non seulement notre mémoire est peu fiable mais que, sous certaines conditions, il était tout à fait possible d'y introduire de faux souvenirs.

Créer de faux souvenirs en laboratoire

À partir des années 1960, sous l'impulsion notamment de la chercheuse américaine Elizabeth Loftus (1944-), des recherches en psychologie cognitive se sont données pour objectif de démontrer l'existence des faux souvenirs et d'en comprendre les mécanismes. L'enjeu de ces travaux est de taille. Il suffit de penser par exemple à l'importance des témoignages en justice. Si un témoin peut se rappeler, en toute bonne foi, avoir vu quelqu'un commettre un crime alors que ce souvenir est faux, les conséquences peuvent être dramatiques. Elizabeth Loftus décrit ainsi dans un de ses articles le cas de Ronald Cotton, un prisonnier américain condamné en 1986 pour le viol d'une étudiante de 22 ans, Jennifer Thomson. Lors du procès, Jennifer Thomson a reconnu sans équivoque son agresseur en Ronald Cotton et celui-ci, sur la base de ce témoignage, a été condamné à la prison à vie. Onze ans après cette condamnation, des tests ADN ont permis d'innocenter Ronald Cotton et d'arrêter le véritable coupable, qui a alors reconnu les faits. Elizabeth Loftus décrit comment, confronté à plusieurs reprises au visage de Ronald Cotton après son arrestation, la victime a construit un faux souvenir associant son visage à l'agression qu'elle avait subie (1). L'idée des travaux réalisés en laboratoire sur les faux souvenirs est donc que, si l'on identifie certains des paramètres générant des faux souvenirs, alors il doit être possible de les éviter lorsque, par exemple, on interroge des témoins. Ainsi sur ce principe, aux États-Unis, en 2002, suite à une attaque terroriste, la police a encouragé les futurs témoins d'une telle attaque à consigner tout ce qu'ils avaient vu avant d'en discu-



ter avec qui que ce soit. Les expériences qui visent à implanter en laboratoire des faux souvenirs chez des participants sont pour un grand nombre d'entre elles construites sur le même canevas. Les chercheurs passent une annonce pour recruter des étudiants qui acceptent de participer à une recherche sur la mémoire. Les participants ont préalablement autorisé les chercheurs à contacter leurs familles pour recueillir des informations sur leur enfance : est-ce qu'ils avaient un animal de compagnie, se sont-ils perdus une fois dans un supermarché lorsqu'ils étaient enfants... Le jour de l'expérience, les étu-

On peut amener des étudiants innocents à se rappeler qu'ils ont commis une agression.

dants viennent au laboratoire et on les informe qu'ils vont être confrontés à des anecdotes recueillies auprès de leurs parents sur des faits qui sont survenus durant leur enfance. L'expérimentateur indique à chacun des étudiants qu'il a probablement oublié certains de ces événements qui remontent à très longtemps, et que l'objectif de l'expérience

est justement de voir si, à force d'efforts de remémoration, il est possible de faire remonter à la conscience des souvenirs enfouis.

Pour réaliser cet exercice visant à essayer de faire « remonter » des souvenirs enfouis, les étudiants participent à plusieurs séances, réparties sur plusieurs jours. Chacune des séances se déroule de manière identique : l'expérimentateur indique les grandes lignes d'une situation vécue par l'étudiant lorsqu'il était enfant (par exemple, la fois où il s'est perdu dans un supermarché) et celui-ci doit indiquer s'il se rappelle avoir vécu cet événement. S'il s'en souvient, il doit le raconter avec le plus de détails possibles. S'il ne s'en souvient pas, il doit faire des efforts de remémoration, notamment en tentant de visualiser la scène, pour essayer de faire remonter des souvenirs.

La « ruse » utilisée par ces recherches est qu'au milieu des vraies anecdotes racontées par les parents, les auteurs vont discrètement ajouter de faux événements qui ne sont jamais arrivés au participant. Ainsi, par exemple, l'étudiant va devoir essayer de se souvenir du jour où, enfant, il a été emmené à l'hôpital pour une infection à l'oreille, alors même que cet événement ne lui est jamais arrivé. Le résultat « classique » qu'on observe est que si le premier jour très peu d'étudiants indiquent se souvenir des faux événements qu'on leur présente, à partir du deuxième jour, à force d'efforts, des souvenirs remontent à leur mémoire. Au final, au bout de quelques jours, une partie importante d'entre eux se rappellent avec précision des événements qu'ils n'ont jamais vécu !

Le champ des possibles est très large...

Le phénomène selon lequel on parvient à implanter de faux souvenirs en laboratoire a été observé de nombreuses reprises, sur des participants de tout âge et sur des types de souvenirs très variés. Simplement en demandant aux participants de tenter intensément de se remémorer des événements inventés par les expérimentateurs, ceux-ci induisent des souvenirs d'une grande variété. Certains sont plutôt joyeux, comme avoir serré la main de *Bugs Bunny* à *Disney Land* ou avoir bu un thé, enfant, avec le prince Charles, d'autres relèvent d'expériences plus traumatisantes, comme avoir été sauvé par un sauveteur en mer alors qu'ils se noyaient ou avoir été attaqué par un animal dans leur enfance.

En 2015, les chercheurs Julia Shaw et Stephen Porter, de l'université de Bedfordshire, ont montré qu'on pouvait même amener des étudiants à se rappeler avoir été l'auteur d'une agression. Dans cette recherche les participants sont informés que leurs parents ont rapporté être un jour allés les recher- >>



Exemple de matériel utilisé par Wade et al. (2002). Les parents d'un des participants ont fourni la photo de gauche le représentant enfant avec son père. La photo de droite est un montage transformant cette photo en baptême de l'air en montgolfière. Le participant dira se souvenir de cet événement qui n'a jamais eu lieu.



DR

>> cher au commissariat car ils avaient agressé un de leurs camarades. Après plusieurs séances de tentative de remémoration dans lesquelles tout est fait pour crédibiliser l'événement, plus de deux tiers des étudiants finissent par se souvenir, avec moult détails, de la fois où ils ont commis une agression. Alors même que celle-ci n'a jamais eu lieu.

Les recherches dans ce domaine, parfois très discutables d'un point de vue éthique, n'ont pas uniquement permis de révéler qu'il est possible d'implémenter de faux souvenirs dans notre mémoire. Elles ont également permis de mieux comprendre les facteurs susceptibles d'augmenter la probabilité que des participants (ou des témoins en justice) développent des faux souvenirs. Ainsi, par exemple, observer que la répétition des expériences de remémoration augmente considérablement le nombre de faux souvenirs permet de suggérer qu'il vaut mieux éviter d'interroger des témoins à de multiples reprises.

Une fois implanté en mémoire, il devient très difficile de se débarrasser d'un faux-souvenir.

À force d'interrogatoires, ce qui était au début une possibilité évoquée par d'autres peut devenir un souvenir personnel très sûr.

Des images pour développer de faux souvenirs

Un autre facteur qui semble jouer un rôle très important dans la création de faux souvenirs est le fait de se représenter mentalement de manière imagée la scène au moment où l'on cherche à se la remémorer. Si celui qui tente de se rappeler un événement s'imagine la scène, celle-ci est davantage susceptible de devenir un faux souvenir. Un des moyens

d'induire une telle représentation imagée consiste à confronter les participants à des images. Kimberley Wade, de l'université de Warwick, et ses collègues ont réalisé en 2002 une expérience en tous points similaire aux canevas classiques des expériences du domaine. En outre, ils ont demandé aux parents des participants de fournir non seulement des anecdotes sur leur enfance, mais également des photos de familles représentant le participant enfant. Le jour de l'expérience, le participant est confronté aux anecdotes fournies par les parents, mais aussi aux photos, et il doit tenter de se remémorer ce qui s'est passé ce jour-là. Pour une partie des participants, les auteurs ont créé de fausses photographies. Ainsi, à partir de la photo présentée dans la partie gauche de la figure ci-dessous, les auteurs ont réalisé un montage (voir partie droite de la figure). Le participant devait se remémorer le « jour où il a fait un baptême de l'air en montgolfière » en étant confronté à un montage le montrant dans la montgolfière avec son père.

Les résultats sont spectaculaires. Dès la première interview, un tiers des participants donne des détails sur leur baptême de l'air, et ce résultat monte à plus de 50 % lors de la deuxième interview. Comme l'évoquent les auteurs, cette recherche souffre sans doute d'une faible validité écologique : on est rarement confronté à de « fausses photographies » de son enfance. Maryanne Garry et son équipe ont réalisé en 2004 une expérience similaire en confrontant cette fois les participants non plus à de fausses photographies, mais à de vraies photographies. Comme il est compliqué méthodologiquement d'avoir de vraies photographies d'un événement qui n'a pas eu lieu, les auteurs ont trouvé une astuce. La procédure est similaire à celle des expériences que nous avons décrites et les expérimentateurs demandent à des étudiants de se remémorer des souvenirs de leur enfance. Comme dans l'expérience précédente, les parents des participants ont fourni des anec-

L'alerte-enlèvement de Jean Piaget

Qu'est-ce qu'un faux souvenir ? C'est le souvenir précis d'un événement qui n'est jamais survenu. Un exemple célèbre de faux souvenirs est relaté par le psychologue genevois Jean Piaget (voir p. 30), dans l'une des rares interviews qu'il a données à la télévision, à près de 70 ans. Piaget y raconte que lorsqu'il était enfant, alors que sa nourrice le promenait en poussette, un homme a surgi et a tenté de l'enlever. Cette tentative de rapt a été empêchée par l'intervention vigoureuse de sa nourrice qui, par ses cris, a mis en fuite l'agresseur. Pour récompenser la nourrice d'avoir sauvé leur fils, les parents de Piaget lui ont offert une montre de luxe. Des années plus tard, raconte Piaget dans l'interview télévisée, ses parents ont reçu par la poste un paquet contenant la montre, accompagné d'un courrier de la nourrice expliquant pourquoi elle souhaitait restituer cet objet. Elle était devenue très religieuse et se devait de confesser que l'épisode de la tentative de rapt était une invention de sa part pour justifier son retard ce jour-là. Or, si l'événement est fictif, Jean Piaget raconte dans l'interview qu'il en a encore dans sa mémoire, près de soixante-dix ans après, des souvenirs extrêmement précis. Alors qu'il sait que la tentative d'enlèvement n'a jamais eu lieu, il est pourtant capable de visualiser dans sa tête de manière précise les lieux, les habits des protagonistes... Il possède de nombreux souvenirs visuels d'une scène qu'il n'a au final jamais vécue ! Ces faux souvenirs se sont probablement construits en mémoire, dit Piaget, en entendant ses parents parler entre eux du rapt, et sont désormais indissociables de ses vrais souvenirs.

A.D. et C.T.

dotes et des photographies représentant les participants dans leur jeune âge. De manière «classique», les auteurs ont relaté aux participants des anecdotes fournies par les parents et leur demander d'essayer de s'en rappeler. De plus, ils ont proposé à une moitié des étudiants une «aide» pour faire remonter de leur mémoire ces souvenirs enfouis. En plus de l'évocation de l'événement survenu lorsqu'ils étaient enfants, les participants ont été confrontés à des photographies, fournies par leurs parents, les représentant eux à cette même époque. Les photographies ne montrent donc pas le faux événement mais eux-mêmes à l'âge où celui-ci est censé avoir eu lieu. Ainsi, un participant incité à se souvenir de «*la fois où ses parents ont été convoqués par l'enseignant car, pour faire rire la classe, il avait placé un objet gluant sur le siège du professeur*», va se voir présenter, pour «*étayer son souvenir*», la photo de classe de cette année-là présentée dans la figure ci-dessous.

Maryanne Garry et son équipe de l'université de Wellington observent que, si l'on encourage les participants à essayer de développer dans leur tête des images de l'événement, et qu'on leur fournit un support visuel pour les y aider, le nombre de faux souvenirs augmente considérablement. Alors que, dans ce type d'expérience, il faut en général plusieurs séances pour que des faux souvenirs apparaissent chez environ un tiers des participants, en étayant le rappel avec des images, des faux souvenirs apparaissent dès la première séance de remémoration. Lors de la deuxième séance, plus de 60 % des participants décrivent avec précision et donnent de nombreux détails d'un événement qu'ils n'ont pas vécu.

Selon Elizabeth Loftus, pour que surviennent des faux souvenirs, deux conditions majeures doivent être respectées. Tout d'abord un événement doit être accepté comme possible : il y a peu de chances qu'on arrive à vous implanter un souvenir d'avoir été sur la lune avec Neil Armstrong. Ensuite, il faut créer une connaissance contextualisée de cet événement (par exemple, que vous développiez des images mentales de la situation). En cela, inciter les participants à imaginer l'événement, éventuellement en leur fournissant des images, est un moyen très fort de contribuer au phénomène. Mais comme l'illustre bien l'anecdote de Jean Piaget, qui garde dans sa tête des images d'une scène qu'il sait ne pas lui être arrivé, les faux souvenirs sont très robustes. Une fois implantés en mémoire il devient très difficile de s'en débarrasser. Ils résistent par exemple à des informations *a posteriori* expliquant aux participants qu'ils ont été confrontés à de fausses informations. Avancer dans la compréhension du phénomène permettra sans doute au maximum de s'en prémunir dans l'avenir. Il est

intéressant de noter qu'Elizabeth Loftus, grande spécialiste du domaine, est à la fois professeur de psychologie et professeur de droit. En effet, les questions qu'elle étudie sont de la plus grande importance pour les deux disciplines. ∞

(1) Aux États-Unis, les «*faux souvenirs induits*», c'est-à-dire suggérés par des psychothérapeutes, ont généré des centaines de procès intentés par des patients persuadés à tort d'avoir été abusés par leurs propres parents.

Quelques références :

- Braun, K.A., Ellis, R., & Loftus, E.F. (2002) «*Make my memory: How advertising can change our memories of the past*». *Psychology & Marketing*, 19, 1-23.
- Foster, J. L., Huthwaite, T., Yesberg, et al, (2012). «*Repetition, not number of sources, increases both susceptibility to misinformation and confidence in the accuracy of eyewitnesses*». *Acta Psychologica*, 139, 320-326.
- Heaps C.M., Nash M. (2001). «*Comparing recollective experience in true and false autobiographical memories*». *Journal of Experimental Psychology-Learning Memory and Cognition*.27, 920–930.
- Higham, P.A. (1998). «*Believing details known to have been suggested*» *British Journal of Psychology*, 89, 265–283.