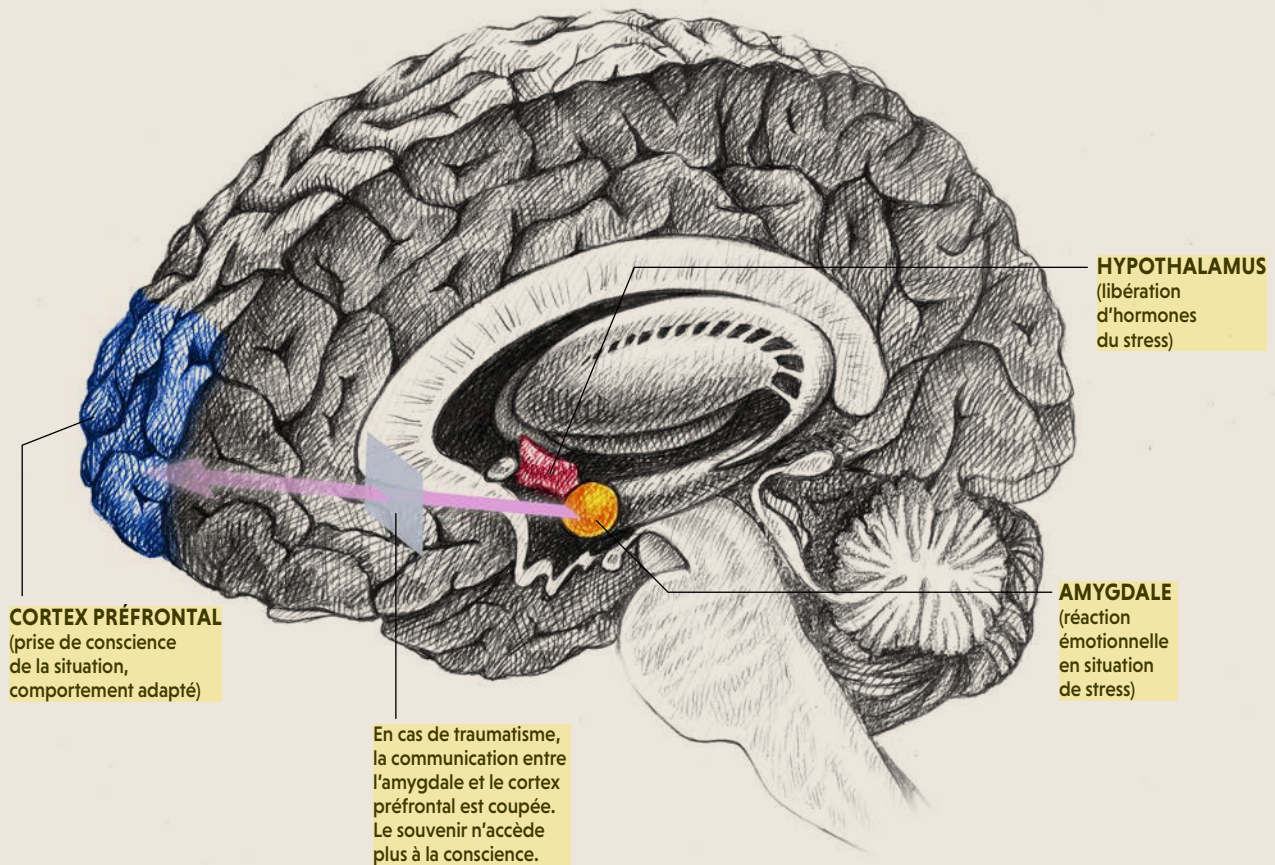


QU'EST-CE QUE LA DISSOCIATION TRAUMATIQUE ?



Certaines victimes d'agressions ou de viol ont vécu un traumatisme si puissant que le souvenir de l'événement est enfoui dans des zones émotionnelles profondes du cerveau et devient inaccessible à la conscience. Il faut alors un événement déclencheur, qui peut survenir des années plus tard, pour faire remonter l'événement à la mémoire. Aujourd'hui, cette réaction neurobiologique est connue et même visible en imagerie fonctionnelle. Lorsqu'un sujet est confronté à un stimulus stressant mais non traumatique, les amygdales cérébrales provoquent une réaction émotionnelle qui active l'hypothalamus, lequel déclenche la sécrétion d'adrénaline (ce qui provoque une réaction d'alarme) et de cortisol (ayant une fonction d'adaptation à la situation). L'énergie du sujet est mobilisée pour faire face au danger ou fuir, mais dans les millisecondes qui suivent, l'hippocampe informe les cortex préfrontal et cingulaire, qui remettent la situation dans son contexte et annulent la réaction de stress. En revanche, lorsqu'il s'agit d'un événement traumatique, l'hyperstimulation des amygdales

enclenche une réaction neurobiologique intense qui coupe les afférences du cerveau émotionnel vers le cortex cérébral. Le vécu du sujet reste piégé dans le cerveau émotionnel, ce qui peut déclencher une amnésie émotionnelle dissociative : le souvenir du traumatisme devient inaccessible à la conscience. Ce mécanisme permet à la victime de ne pas revivre les événements traumatiques subis. À un stade moins aigu, les victimes recourent de manière préventive à des comportements paradoxaux pour se mettre en état d'anesthésie émotionnelle, afin de ne pas revivre les émotions négatives vécues par le passé : il peut s'agir de conduites addictives, de mises en danger de soi, de conduites autoagressives comme la scarification, ou les tentatives de suicide, de conduites sexuelles dangereuses (rapports sexuels non protégés, sexualité violente, multiplication des partenaires, rapports avec des inconnus, prostitution, pornographie), ou encore de conduites délinquantes récidivantes avec vols, destructions de biens ou comportements violents.

GARE AUX MANIPULATIONS

En 1986, Nadean Cool, aide-soignante dans le Wisconsin, consulte un psychiatre pour un traumatisme vécu par sa fille. Le thérapeute utilise alors l'hypnose et d'autres techniques de suggestion pour savoir si Nadean n'aurait pas elle-même été maltraitée et si elle n'en aurait pas refoulé le souvenir. Après quelques séances, elle est convaincue qu'elle a effectivement été utilisée par une secte satanique qui lui aurait fait manger des bébés, l'aurait violée, lui aurait fait avoir des rapports sexuels avec des animaux et l'aurait forcée à regarder le meurtre de son ami âgé de 8 ans. Le psychiatre finit par lui faire croire qu'elle a plus de cent vingt personnalités (enfants, adultes, anges, canard...). Le psychiatre pratique plusieurs séances d'exorcisme destinées à faire sortir Satan de son corps. Lorsque Nadean Cool comprend qu'on lui instille de faux souvenirs, elle poursuit le psychiatre en justice. En mars 1997, l'affaire se règle à l'amiable par une indemnité de 2,4 millions de dollars versés par le psychiatre. La suggestion et l'imagination suffisent donc à ancrer de faux souvenirs. Nadean Cool n'est pas un cas isolé. Comment établir l'authenticité de souvenirs? Sans corroboration, la différence entre les vrais et les faux souvenirs est difficile. Aujourd'hui, la fausseté n'est établie que lorsque les faits contredisent les souvenirs. Pourrait-on



L'hypnose, lorsqu'elle est pratiquée par un thérapeute peu scrupuleux, est un moyen efficace d'ancrer des faux souvenirs.

trouver d'autres moyens de distinguer les vrais souvenirs des faux? Et pourquoi des personnes en viennent-elles à imaginer de faux souvenirs aussi élaborés? Plusieurs équipes explorent ces phénomènes. Après plus de vingt ans de recherche sur la puissance de la désinformation, nous connaissons mieux les conditions qui rendent les personnes sensibles à la suggestion. Nous avons notamment montré que les souvenirs les plus anciens sont le plus facilement manipulables. Ensuite, les pressions sociales exercées sur un individu, comme un chercheur sur un participant, favorisent l'apparition du faux souvenir. Enfin, on peut les encourager à ne pas s'interroger sur la réalité de leurs constructions. Les faux souvenirs se créent facilement lorsque ces facteurs externes sont présents, dans une situation expérimentale, dans un

contexte thérapeutique ou dans les activités quotidiennes. Les faux souvenirs s'élaborent par combinaison de vrais souvenirs et de suggestions provenant d'autres personnes. Au cours du processus, les sujets sont susceptibles d'oublier la source de l'information. C'est un exemple de confusion de source, où le contenu et la source sont dissociés. Quelles leçons la justice ou la psychiatrie, par exemple, doivent-elles tirer de ces études? Bien que les policiers, qui mènent les interrogatoires de suspects et de témoins, ou les psychothérapeutes aient rarement recours aux techniques de suggestion, ils proposent souvent des exercices d'imagination. Ainsi, les policiers demandent parfois aux suspects d'imaginer avoir participé à un crime, et certains psychothérapeutes encouragent leurs patients à

imaginer des événements de leur enfance afin de retrouver des souvenirs enfouis. Or l'imagination peut également stimuler la construction du souvenir. Pour étudier ce phénomène, nous avons conçu une procédure en trois étapes. Nous avons d'abord demandé à des sujets d'indiquer la probabilité que quarante événements se soient produits au cours de leur enfance. Deux semaines plus tard, nous avons demandé aux participants d'imaginer qu'ils avaient vécu huit de ces événements, dont ils avaient dit qu'ils ne s'étaient pas produits. Puis nous avons de nouveau demandé aux sujets d'évaluer la probabilité qu'ils aient vraiment vécu les quarante événements. Résultat? Le sentiment d'avoir réellement augmenté notablement chez les participants qui ont eu à l'imaginer. Cet effet d'«inflation de l'imagination» s'explique: le fait d'imaginer un événement le rend plus familier, et la familiarité serait alors faussement associée aux souvenirs. Une telle confusion (oublier la source d'une information) peut être particulièrement aiguë pour des expériences enfantines. Ces travaux obligent à mettre en garde les professionnels: ils doivent savoir qu'ils risquent d'influencer leurs interlocuteurs.

Elizabeth Loftus est professeure émérite à l'université de Californie, à Irvine.