

jamais entendu cette histoire.» La deuxième fois, il répondit : «La réception était à l'extérieur, et je crois que nous courions dans tous les sens. Nous avons renversé un saladier rempli de punch ou quelque chose comme ça. Il y en avait partout et, évidemment, on s'est fait gronder.»

L'inflation de l'imagination

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. Par exemple, 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.

Des enquêtes faites auprès de psychologues cliniciens révèlent que 11 pour cent d'entre eux demandent à leurs patients de «laisser courir leur imagination», et que 22 pour cent proposent de «laisser libre cours à l'imagination». La thérapeute Wendy Maltz, auteur d'un livre sur les abus sexuels de l'enfance, conseille de dire aux patients : «Prenez le temps d'imaginer que l'on a abusé de vous sexuellement, sans vous soucier d'être précis,

de prouver quoi que ce soit, ni de la vraisemblance de vos idées. Posez-vous ces questions : Quelle heure est-il? Où êtes-vous? À l'intérieur ou à l'extérieur? Que se passe-t-il? Y a-t-il une ou plusieurs personnes avec vous?» W. Maltz continue en recommandant aux thérapeutes de poser des questions du type : «Qui auraient pu être les acteurs probables? À quelle époque de votre vie étiez-vous le plus vulnérable aux abus sexuels?»

Quelles conséquences peut avoir le recours à ces exercices d'imagination? Que se passe-t-il lorsqu'une personne imagine des expériences de son enfance qui ne se sont pas produites? Risque-t-on de croire qu'un événement s'est produit, au cours de l'enfance, quand on l'imagine? Pour étudier ces questions, nous avons conçu une procédure en trois étapes. Nous avons d'abord demandé à des sujets d'indiquer la probabilité que 40 événements se soient produits au cours de leur enfance. Les sujets devaient évaluer cette probabilité à l'aide d'une échelle allant de «ne s'est absolument pas produit» jusqu'à «s'est produit avec certitude». 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. Les sujets différents devaient imaginer des événements différents. Puis nous avons de nouveau demandé aux sujets d'évaluer la probabilité qu'ils aient vraiment vécu les 40 événements.

Un des événements de la liste, par exemple, était le suivant : vous êtes chez vous, en train de jouer à l'intérieur, après l'école. Vous entendez un bruit étranger à l'extérieur, vous courez à la fenêtre, trébuchez, tombez et cassez une vitre avec la main en essayant de vous rattraper. Lors de la séance d'imagination, nous demandions aux sujets de se représenter très concrètement les situations. Par exemple, nous leur posions des questions du type : «Sur quoi avez-vous trébuché? Qu'avez-vous ressenti?»

Dans l'une de ces études, nous avons observé que le sentiment d'avoir réellement vécu l'événement de la vitre cassée était augmenté chez 24 pour cent des participants, mais chez seulement 12 pour cent ceux qui n'avaient pas imaginé l'incident. Cet effet d'«inflation de l'imagination» a été observé pour chacun des événements que nous avons demandé à nos sujets d'imaginer. Le fait d'imaginer un événement le rend plus familier, et la familiarité serait alors faussement associée aux souvenirs d'enfance. Une telle confusion – oublier la source d'une information – peut être particulièrement aiguë pour des expériences infantiles.

À l'Université de Washington, Lyn Goff et Henry Roediger ont complété cette étude en examinant des expériences vécues récemment afin d'établir plus directement les liens entre les actions imaginées et la construction

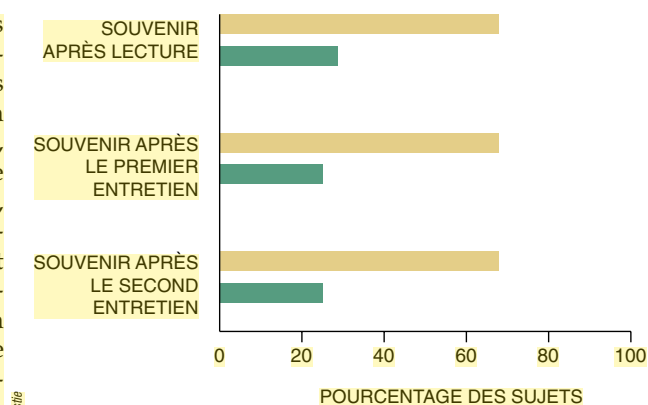


de faux souvenirs. Au cours d'une session initiale, les psychologues demandaient à leurs sujets soit de réaliser une action simple (frapper sur la table, soulever l'agrafeuse, casser le cure-dents, croiser les doigts, rouler les yeux), soit de s'imaginer en train de la réaliser, soit d'écouter simplement la description de l'action sans rien faire d'autre. Au cours d'une deuxième session, on demandait aux participants d'imaginer certaines des actions qu'ils n'avaient pas réalisées lors de la première session. Enfin, au cours de la dernière session, on leur demandait de répondre à des questions concernant les actions qu'ils avaient effectivement réalisées pendant la première session. Les résultats montrèrent que, plus une personne passe de temps à imaginer une action non réalisée, plus elle juge ultérieurement que cette action a bien eu lieu.

Des souvenirs impossibles

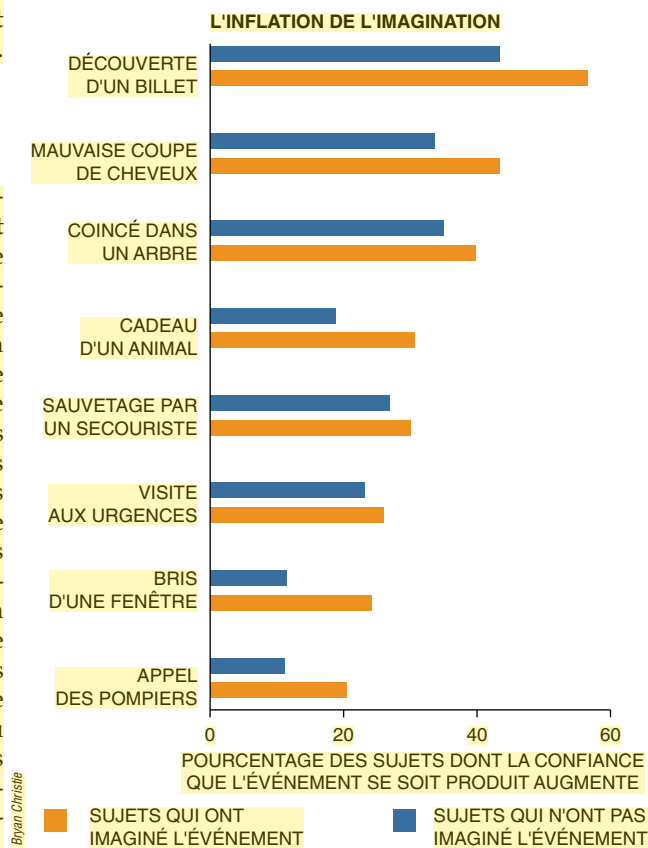
Afin de préciser ces observations, des psychologues ont voulu étudier les techniques de création de souvenirs. Les souvenirs concernant la première année de la vie sont perdus à jamais, notamment parce que l'hippocampe, qui joue un rôle important dans les mécanismes de la mémoire, n'est alors pas assez mature pour stocker des souvenirs recouvrables à l'âge adulte. Nicholas Spanos et ses collègues de l'Université Carleton ont d'abord expliqué à des volontaires que leur bonne coordination oculaire et leurs capacités d'exploration visuelle étaient probablement dues au fait qu'ils étaient nés dans des hôpitaux où des mobiles colorés étaient suspendus au-dessus des berceaux.

Les psychologues racontaient alors aux participants qu'ils voulaient vérifier s'ils avaient effectivement vécu cette expérience. La moitié des participants étaient alors hypnotisés, et on leur demandait de se souvenir du lendemain



Bryan Christie

3. UN FAUX SOUVENIR S'EST INSTALLÉ chez environ 25 pour cent des sujets participant à une étude réalisée par l'auteur et ses collègues. L'expérience consistait à créer le souvenir erroné de s'être perdu dans un centre commercial vers l'âge de cinq ans. Un cahier préparé pour chaque participant comprenait la description du faux événement d'égarement et celle de trois événements que le sujet avait réellement vécus. Après avoir lu les histoires, 29 pour cent des sujets se «rappelaient» vaguement s'être perdus dans le centre commercial. Des entretiens ont ensuite montré qu'au cours du temps les souvenirs des faux événements, comme des vrais, variaient peu.



Bryan Christie

4. L'IMAGINATION D'UN ÉVÉNEMENT FICTIF peut augmenter la conviction de sa réalité. Pour étudier cet effet, l'auteur et ses collègues ont demandé à des sujets d'estimer la probabilité que chacun des événements d'une série de 40 se soit réellement produit au cours de leur enfance. Deux semaines plus tard, ces sujets devaient imaginer certains des événements dont ils avaient dit qu'ils ne s'étaient pas produits. Puis on leur demanda d'évaluer à nouveau la probabilité de chacun des 40 événements. Pour tous les participants, la certitude que ces événements s'étaient produits augmenta.

de leur naissance. L'autre moitié du groupe participait à une procédure de «restructuration mnémotique guidée», une technique de suggestion qui utilise la régression, ainsi que des encouragements actifs pour recréer des expériences du premier âge en les imaginant.

Les analyses ultérieures montrèrent que la grande majorité des sujets sont sensibles à ces procédures de suggestion des souvenirs : dans les deux groupes, des sujets rapportèrent des souvenirs de nouveau-nés. De manière surprenante, le groupe guidé se «rappelait» mieux son enfance que le groupe hypnotisé (95 contre 70 pour cent). La fréquence des souvenirs du mobile coloré était supérieure (56 pour cent dans le groupe guidé et 46 pour cent dans le groupe hypnotisé). De nombreux participants qui ne se souvenaient pas des mobiles colorés se «remémoraient» d'autres choses, comme les médecins, les infirmières, les lumières vives, les berceaux et les masques. De plus, dans les deux groupes, 49 pour cent des sujets qui faisaient état de souvenirs de la période néonatale pensaient qu'il s'agissait de souvenirs réels, contre 16 pour cent qui les attribuaient simplement à leur imagination.

Ces résultats, qui confirment les travaux antérieurs, montrent que l'utilisation d'une procédure de suggestion relativement simple suffit pour conduire nombre de personnes à construire des souvenirs complexes, vivaces et détaillés. L'hypnose n'est pas indispensable.

Dans l'étude que nous avons effectuée avec J. Pickrell, de faux souvenirs se créaient lorsqu'une autre personne, généralement un membre de la famille, déclarait que l'incident avait eu lieu. Saul Kassin, de l'Université Williams, a confirmé