

La dissonance cognitive

Selon Romy Sauvayre l'abandon d'une croyance d'ordre existentiel (comme croire en la vie après la mort) est difficile : démenti factuel ou preuves scientifiques ne suffisent pas. La théorie de la dissonance cognitive éclaire cette persistance des croyances là où on attendrait plutôt sa fin...

Définitions

La cognition, qui désigne l'ensemble des processus mentaux se rapportant à la connaissance, englobe une multitude de fonctions du cerveau : le langage, la mémoire, le raisonnement, l'apprentissage, l'intelligence, la résolution de problèmes, la prise de décision, la perception ou l'attention. Les processus cognitifs permettent à l'individu d'acquérir, de traiter, de stocker et d'utiliser des informations ou des connaissances. Ils se distinguent des processus mentaux qui se rapportent à la fonction affective.

En psychologie sociale, la dissonance cognitive désigne la simultanéité de cognitions inconciliables, ou l'expérience d'une contradiction entre une cognition et une action. La dissonance cognitive entraîne toujours un état psychologique pénible et inconfortable.

Théorie de Festinger

Leon Festinger¹ a mis en évidence la dissonance cognitive et étudié les stratégies qu'un individu met en place pour réduire la tension psychologique qu'elle induit.

L'expérience

Après avoir constaté que chaque démenti de prédiction de fin du monde ne conduisait pas les Témoins de Jéhovah au désaveu de leurs croyances mais, au contraire, à un regain de prosélytisme, à l'enthousiasme et au renforcement des

¹ Festinger, Riecken et Schachter, *L'Échec d'une prophétie*, Paris : PUF 1993.

convictions des adeptes, Festinger, Riecken et Schachter décidèrent de suivre, par observation participante, un groupe sectaire soucoupiste dirigé par Marian Keech², qui prétendait recevoir les enseignements de Sananda, « avatar moderne du Jésus historique » de la planète Clarion.

Elle avait prédit un cataclysme à la date du 21 décembre 1954 et annoncé que les membres du groupe, les « élus », seraient sauvés par des extraterrestres venus de Clarion.

Déroulement des faits :

- 17 décembre : Marian Keech reçoit un message des extra-terrestres disant qu'ils allaient envoyer un vaisseau avec un messenger.
- 20 décembre : le groupe applique les instructions, à savoir se débarrasser de tous les objets métalliques. Aux alentours de minuit, le groupe attend.
- 21 décembre
 - 00h05 : pas de visiteur extraterrestre.
 - 00h10 : le groupe reste assis en silence. Le cataclysme devrait se produire très bientôt ou aurait déjà dû se produire.
 - 04h45 : réception d'un message : « le petit groupe, assis toute la nuit, a répandu tant de lumière, que Dieu a décidé de sauver le monde de la destruction ».

Les extraterrestres ne vinrent pas et le cataclysme n'eut jamais lieu. Si ces non-événements constituèrent pour quelques membres une raison sérieuse de quitter le groupe, d'autres acceptèrent des démentis sans abandonner leurs croyances.

▮ Les observations

Après l'échec d'une prophétie, le désaveu des faits et la constatation non équivoque du caractère erroné de la prédiction induisent chez les adeptes un sentiment d'incohérence entre la croyance en la prophétie et son non-accomplissement. La tension psychologique interne liée à cette contradiction est appelée dissonance cognitive.

L'adepte va alors chercher à réduire ces tensions, à résoudre cette dissonance. En effet, tout comme la soif pousse l'individu à boire, l'état de dissonance pousse l'individu à réduire son inconfort psychologique. Pour atteindre la consonance cognitive, il aménage la réalité en évitant le rejet intégral de la doctrine.

Le plus fréquemment, le sujet va tenter de trouver des explications logiques qui

2 Pseudonyme.

lui permettront de maintenir sa croyance. Dans le cas de la secte de Marian Keech, des adeptes se sont « auto-convaincus » que seule la date était fausse mais que la prophétie s’accomplirait plus tard. D’autres ont prétendu que leur engagement dans la foi avait modifié le cours des événements et permis de repousser l’apocalypse et l’arrivée des extra-terrestres qui n’avaient plus de raisons de venir les secourir.

▮ Les conclusions

Les trois chercheurs définirent ainsi la dissonance cognitive :

« Deux opinions, croyances ou éléments de savoir sont dissonants s’ils jurent l’un avec l’autre, soit qu’ils se contredisent, soit que les éléments envisagés ne découlent pas l’un de l’autre (...) La dissonance est par définition génératrice de malaise, le sujet est « contraint » de chercher à le réduire ou à l’éliminer »³.

L’individu tend alors à réduire la dissonance en modifiant ou en étayant les croyances impliquées, ou à « oublier ou à minimiser les éléments cognitifs dissonants » avec le seul objectif de réduire l’émotion désagréable produite. Admettre l’invalidité de leurs croyances aurait un « coût » cognitif et émotionnel si important que les adeptes ne pourraient s’y résoudre. Festinger, Reicken et Schachter ont ainsi montré que le démenti factuel d’une croyance ne suffit pas à son désaveu. Les adeptes ont mis en œuvre des stratégies pour réduire la forte dissonance et éviter toute remise en cause de leurs croyances.

Selon les chercheurs, trois stratégies de rationalisation permettent de masquer les contradictions :

- Réduire la dissonance en conservant ses attitudes ou ses comportements,
- ajouter des éléments consonants à ses actes ou ses attitudes,
- tenter de ne pas accorder d’importance aux dissonances.

Un croyant isolé a peu de chances de tenir face au désaveu des faits, mais s’il fait partie d’un groupe où l’on s’apporte un soutien réciproque, la croyance est maintenue, elle devient « savoir » et l’adepte va alors engager des actions pour atteindre la consonance cognitive.

Lorsque l’individu peine à réduire, à faire disparaître la dissonance, il risque une grave déstabilisation psychologique. La culpabilité s’installe. Il arrive que la recherche de consonance provoque fuite, coup d’éclat, prostration ou même, suicide.

Hormis quelques exceptions, les conclusions de Festinger s’appliquent à tous

3 Festinger, Riecken et Schachter, *L’Echec d’une prophétie*, Paris : PUF, 1993, p. 24.

les mouvements sectaires. Elles permettent de comprendre la soumission psychologique des adeptes à une doctrine même lorsqu'elle est démentie et éclairent sur l'état de dépendance de l'adepte par rapport au groupe et à la doctrine.

Rendre normal l'insupportable : un exemple de dissonance cognitive

Florence Roncaglia¹, ex-membre du Mandarom, décrit une situation de dissonance cognitive dans son livre témoignage :

« Ce jour-là, je suis persuadée que le Seigneur, en pénétrant dans mon corps d'enfant, s'est mis au niveau des humbles, à mon niveau. Sa semence est une bénédiction, je dois l'accepter comme telle. Ce n'était pas un acte sexuel (...), j'imagine être la seule bénie de Dieu (...). Par la suite les viols se sont répétés ».

Pour l'enfant qu'elle était, il y avait une contradiction très forte entre ses croyances, la vénération de son gourou « cosmoplanétaire », et l'acte sexuel qui lui était imposé. Pour réduire la dissonance, elle a dû se convaincre qu'il ne s'agissait pas d'un acte sexuel mais « d'une bénédiction ».

¹ Florence Roncaglia, *Mandarom - Une victime témoigne*, Paris : TF1 Éditions, 1995, p.124.

Autres phénomènes cognitifs

Il existe d'autres phénomènes cognitifs qui transforment la perception du monde et alimentent les croyances au détriment de la réalité :

- **L'effet Forer (ou effet Barnum)** désigne l'impression qu'une description vague s'applique à soi. C'est le cas lors des consultations d'astrologie, de voyance...
- **La paréidolie** est une forme d'hallucination visuelle (parfois auditive). Elle témoigne du besoin humain de trouver un sens au chaos. L'exemple le plus fréquent est le visage du Christ que certains croyants ont tendance à voir dans les nuages, sur une tache, etc.
- **Les corrélations illusives** créent des relations entre des événements qui n'en ont pas. Elles s'expliquent par le besoin de donner du sens à ce qui arrive.
- **La prophétie auto-réalisatrice** induit chez l'autre les comportements que l'on a soi-même provoqués. Par exemple, soupçonnant votre interlocuteur

d'intentions négatives à votre égard, vous l'évitez, ce qui induit chez lui le sentiment d'être indésirable et l'incite à rester à l'écart... ce qui confirme vos soupçons ! Si votre horoscope vous annonce une mauvaise journée, vous aurez tendance, pour vous conformer à la prédiction, à ne voir que les événements négatifs et serez de mauvaise humeur...

- **L'état agentique** intervient lorsqu'un individu obéit, délègue sa responsabilité à l'autorité. L'individu n'est plus autonome, c'est un « agent exécutif d'une volonté étrangère »⁴. Transposé dans le milieu sectaire, c'est le résultat du pouvoir du gourou sur ses adeptes ; investi d'un savoir et d'un pouvoir supra-humain, il induit par sa présence, ses écrits ou sa parole d'essence divine, une justification absolue de l'action proposée. Cet état ouvre la porte à toutes les transgressions.
- **La soumission librement consentie**⁵ résulte d'un procédé de persuasion qui donne l'impression aux individus concernés qu'ils sont les auteurs de leurs décisions : une personne pourrait ainsi modifier son comportement, ses objectifs et ses choix avec le sentiment d'être responsable de ces modifications alors qu'elles lui sont dictées par ailleurs.

Sources :

- Jean-Marie Abgrall, *Les Sectes de l'apocalypse*, Paris : Calmann-Lévy, 1999.
- Romy Sauvayre, *Croire à l'incroyable*, Paris : PUF, 2012.
- Votre esprit vous manipule, *Techniques de l'Ingénieur*, 18.05.2015.
- Sandrine Mathen, *Le Maître est parfait, donc je suis une mauvaise disciple*, 20.01.2016.



4 Stanley Milgram, *Soumission à l'autorité*, Paris : Calmann-Lévy, 1990.

5 Robert Vincent Joule et Jean-Léon Beauvois (1987).