

**Elizabeth
Loftus**

***Vices et vertus
de la mémoire***

**traduit de l'anglais
par Joëlle Marelli**

Lorsque nous tentons d'« accéder à la réalité », il semble naturel de se fier à la mémoire humaine. Après tout elle est le socle de notre personnalité. Sans la mémoire, nous n'aurions pas le sentiment de la continuité de la vie. Nous ne pourrions nous rappeler ce que nous voulons dire. Nous n'aurions pas le sentiment de continuité qui nous permet de savoir qui nous sommes. Cependant, comme l'ont montré mes recherches des trente dernières années, la mémoire est malléable. La malléabilité de la mémoire importe peu quand les variations

sont petites et insignifiantes ; par exemple si je dis à une collègue que Martha a fait deux remarques fûtées hier à la réunion du département, alors qu'en fait elle en a fait trois. Mais parfois il s'agit de variations si importantes qu'elles peuvent conduire à une situation très gênante, voire détruire des vies.

La mémoire est une chose étrange, surtout quand elle déraile. Un bon exemple en est ce qui s'est passé début 2008, quand Hillary Clinton était candidate aux élections présidentielles. Pendant sa campagne, elle évoqua un voyage éprouvant qu'elle avait fait environ douze ans plus tôt en Bosnie, débarquant sous des tirs de snipers. Ses souvenirs étaient relativement vifs, et en tous cas assez détaillés : « Je me souviens avoir atterri sous des tirs de snipers... Une sorte de cérémonie d'accueil était prévue à l'aéroport, au lieu de quoi nous avons couru, tête baissée, vers les véhicules qui nous ont emmenés à notre base. »

Son souvenir fut remis en question quand les médias montrèrent des photographies de son arrivée effective en Bosnie. Ces photos ne montraient pas un atterrissage en milieu hostile, mais un débarquement paisible ; quittant l'hélicoptère en compagnie de sa fille, elle avait été gentiment saluée par des enfants des écoles. Se saisissant de cet instant, un commentateur décerna « quatre Pinocchios » à la mémoire de Hillary. Elle s'était trompée sur au moins quatre points : pas d'atterrissage « en tire-bouchon », pas de tirs de snipers, pas de réception annulée à l'aéroport — seulement l'accueil de ces enfants — et enfin, elle n'était pas la première épouse de président américain à se rendre dans une zone de guerre.

Invoker Pinocchio, c'est suggérer que Hillary Clinton mentait peut-être délibérément en racontant sa première version de cette arrivée. Mais son explication fut différente : « Je me suis trompée. Mon souvenir était différent. Je me suis trompée, cela arrive et cela prouve que je suis un être humain, ce qui est une révélation pour certains. »

Une gêne comparable s'est abattue en 2012 sur le candidat républicain à la vice-présidence des États-Unis, Paul Ryan, qui raconta sur une radio nationale que son meilleur temps au marathon était inférieur à trois heures. « J'ai fait deux heures cinquante et des poussières », a-t-il dit. Mais une enquête réalisée par le magazine *Runner's World* révéla que le meilleur temps de Ryan était considérablement moins bon : 4h01. Sachant qu'il était déjà sous l'œil des médias internationaux, il semble peu probable qu'il ait voulu faire son « Pinocchio ». Il me semble plus probable que Ryan ait cru sincèrement à cette version de son souvenir, dont la déformation était à son avantage.

En trois décennies d'études de la mémoire humaine, j'ai répertorié de nombreuses déformations du souvenir, d'importances variables. Mes recherches et celles de nombreux autres psychologues scientifiques nous ont enseigné la malléabilité de la mémoire humaine. Des milliers d'expériences menées au cours du siècle passé révèlent cette vérité : quelle que soit la valeur de la mémoire humaine en ce qu'elle nous permet d'organiser nos vies, il n'est pas très difficile de faire en sorte que des gens se rappellent

des choses qui ne sont jamais arrivées. Ce que nous apprennent les récits enjolivés de Hillary Clinton et de Paul Ryan, c'est que des souvenirs déformés peuvent être très vifs et détaillés même chez des gens très intelligents et très diplômés, une presque-présidente et un presque-vice-président des États-Unis. Si cela peut leur arriver sur des sujets aussi faciles à réfuter, cela peut nous arriver à tous.

Étudier les déformations de la mémoire

Dans les premières études menées dans les années 1970, j'ai montré ce qui peut arriver quand une personne qui a assisté à un crime ou à un accident est ensuite interrogée de manière biaisée sur cet événement. Dans une de ces études, on demandait à des gens qui avaient assisté à des accidents de voiture simulés : « À quelle vitesse roulaient ces voitures quand elles se sont écrasées l'une contre l'autre ? » La formulation suggestive de cette question les conduisait à des estimations de vitesse plus élevées que lorsque la question était plus neutre : « À quelle vitesse roulaient ces voitures quand elles se sont heurtées ? » De plus, la question la plus suggestive (« écrasées ») amenait plus souvent les témoins à se rappeler avoir vu du verre brisé sur la scène de l'accident, alors qu'il n'y en avait pas.

Dans une autre étude, une question simple mentionnant un panneau « Stop ! » (alors qu'il s'agissait en réalité d'une panneau de cession de priorité) incitait beaucoup de gens à croire avoir vu un « Stop ! ». Dans une autre étude encore, on a créé le faux souvenir de quelque chose d'aussi grand et manifeste qu'une grange : on a posé aux témoins d'un accident simulé une première question mentionnant une grange. Une partie de ces témoins ont affirmé avoir vu une grange, dans un paysage de campagne dépourvu de toute construction.

Depuis mes premiers travaux, des centaines d'études ont documenté comment l'exposition à une information erronée peut ajouter à nos souvenirs, les contaminer ou les déformer. Nous recueillons de fausses informations non seulement à partir de questions biaisées et suggestives, mais aussi en discutant avec des personnes qui (consciemment ou par inadvertance) donnent une version inexacte d'un événement passé. En psychologie, on appelle « effet de mésinformation » cette inadéquation du souvenir due à la transmission d'une information erronée après un événement.

Richesse des faux souvenirs

Au début des années 1990, particulièrement en Amérique du nord et en Europe, on a commencé à observer un phénomène beaucoup plus extrême. Des individus entamaient une thérapie pour un certain type de problème, dépression ou anxiété, et en émergeaient avec un autre : des « souvenirs » de violences épouvantables infligées par des personnes aimées, impliquant souvent des rituels sataniques pleins d'éléments bizarres et parfois improbables. Une femme se rappelait avoir été mise enceinte par son père, bien qu'il fût démontré par la suite qu'elle était vierge et lui stérile.

D'où venaient ces étranges « souvenirs » ? On suspecta des procédures thérapeutiques fortement suggestives comme l'imagination guidée, l'interprétation des rêves, l'hypnose et l'exposition à de fausses informations.

Pour déterminer si de telles techniques pouvaient réellement conduire à des souvenirs à la fois faux et riches, les chercheurs ont élaboré des procédures inspirées par certaines de ces thérapies problématiques. Utilisant la suggestion, mes collègues et moi avons d'abord fait croire à des gens qu'enfants, ils s'étaient perdus, pendant une durée assez longue, dans un centre commercial. La technique dite « perdu-au-centre-commercial » utilisait des informations obtenues auprès des parents afin de créer des scénarios associant des événements exacts aux faux événements associés à l'expérience. Les scénarios étaient

restitués aux sujets comme s'ils étaient entièrement vrais. Dans ce travail initial, environ un quart des participants se laissèrent prendre au piège des fausses informations et affirmèrent avoir été perdus comme on le leur suggérait.

Plus tard, d'autres recherches qui recouraient à la technique « perdu-au-centre-commercial » montrèrent que les gens se laissaient aussi influencer par la suggestion d'événements plus bizarres et bouleversants encore. Dans une étude menée dans le Tennessee, environ un tiers des personnes furent persuadées d'avoir failli se noyer et d'avoir été sauvées par un maître-nageur. Dans une étude canadienne, les chercheurs parvinrent à convaincre la moitié des participants qu'ils avaient été attaqués dans leur enfance par un animal méchant.

Dire à quelqu'un qu'on tient l'information biographique de ses parents est sans aucun doute une forme de suggestion très forte. Mais des travaux ultérieurs ont montré que des formes de suggestion plus subtiles peuvent également conduire à développer de fausses croyances et de faux souvenirs. Une technique de ce genre, commune dans certains cabinets de psychothérapie, consiste à *guider l'imagination*, le thérapeute disant quelque chose comme : « Vous ne vous rappelez pas avoir subi des violences, mais vous en avez tous les symptômes. Fermez donc les yeux et essayez d'imaginer qui pourrait vous avoir fait ça ? » La technique de l'imagination guidée persiste, malgré de solides preuves que le fait d'imaginer un événement qui n'est pas arrivé (par exemple avoir brisé une fenêtre à main nue) peut amener à croire qu'il a vraiment eu lieu. Les chercheurs appellent cela *inflation de l'imagination*.

Au moyen de procédures de suggestion, les chercheurs ont invité des gens à se rappeler toutes sortes de choses qui n'étaient pas arrivées, y compris des choses improbables ou impossibles. Plusieurs études ont ainsi consisté à faire croire à des sujets qu'ils avaient croisé le personnage de Bugs Bunny dans un parc Disney, en les exposant à une seule fausse publicité pour Disney montrant ce personnage. Les participants devaient regarder cette publicité et l'évaluer selon une série de critères. Nombreux furent ceux qui affirmèrent par la suite avoir vu Bugs Bunny à Disney, ce qui est impossible étant donné que Bugs Bunny est un personnage de la Warner Brothers et n'apparaît pas sur les sites Disney.

Les faux souvenirs important

Après avoir passé des années à implanter de faux souvenirs dans les esprits de cobayes, mes collaborateurs et moi nous sommes intéressés aux conséquences que cela pouvait avoir. Les fausses croyances et les faux souvenirs ont-ils des ramifications pour les gens, au sens où cela affecterait plus tard leurs intentions, leurs pensées ou leurs conduites ? Nos premiers efforts dans ce sens ont consisté à implanter le faux souvenir d'avoir été malade, enfant, pour avoir mangé des œufs durs ou des cornichons à l'aneth. Une fois cette croyance enracinée, les participants, conviés à un buffet champêtre, avaient tendance à moins vouloir consommer de ces mets. On a pu observer la même chose avec le faux souvenir d'être tombé malade après avoir mangé des aliments très caloriques, en l'occurrence de la glace à la fraise. On a montré que ce genre de faux souvenirs peut avoir sur le comportement alimentaire une influence qui se prolonge parfois pendant assez longtemps, comme l'indiquent une étude canadienne utilisant du yaourt à la pêche ou une étude néerlandaise utilisant de la salade d'œufs. En outre, les faux souvenirs positifs portant sur une nourriture saine (asperges) avaient aussi des répercussions sur les conduites alimentaires des gens. Les plus sensibles à la suggestion diront qu'ils aiment les asperges davantage que ce que montrent les contrôles, qu'ils voudraient en manger davantage. Pris ensemble, ces résultats dépassent la simple démonstration de la malléabilité de la mémoire et de sa capacité à s'enrichir ou à se laisser modifier par de nouvelles informations. Ils montrent que les distorsions de la mémoire peuvent avoir des répercussions et affecter les comportements

longtemps après que les pseudo-souvenirs se sont enracinés. Bien sûr, cette capacité à contaminer la mémoire et à contrôler le comportement donne lieu à des considérations éthiques. Quand peut-on recourir à ce type de technologie mentale ? Faut-il en interdire l'usage ?

Faux souvenirs et société

Des milliers de chercheurs ont contribué à la science de la distorsion mémorielle, mais malgré ces efforts soutenus, les faux souvenirs restent un problème pour la société. Des centaines de personnes, dont la plupart doivent leurs problèmes à la mémoire fautive d'un tiers, se sont retrouvées accusées de crimes qu'elles n'avaient pas commis. Alors qu'elles étaient en prison, les vrais coupables étaient libres — et, souvent, commettaient de nouveaux crimes. Des centaines, sinon des milliers, de pères, de mères, d'oncles, de grands-parents et de voisins, ont été accusés de crimes qui n'ont peut-être jamais existé. Certains de ces accusés sont toujours en prison. Un faux souvenir en est la cause.

Mais la science du faux souvenir nous en apprend tout autant sur les innovations qui peuvent réduire le nombre de ces tragédies et certains de ces changements sont déjà appliqués par la police et les professionnels de la santé mentale. Le fait de communiquer ce que nous avons appris à un plus vaste public contribuera considérablement à réduire les dégâts que peuvent causer les faux souvenirs. S'il y a une leçon à retenir de nos découvertes, c'est celle-ci : le fait qu'un souvenir soit exprimé avec assurance, avec émotion, le fait qu'il soit détaillé, ne signifie pas qu'il est réel. On ne peut encore établir de distinctions fiables entre vrais et faux souvenirs ; on a encore besoin de confirmations indépendantes. Les avancées dans le domaine de la neuro-imagerie et d'autres techniques nous y aideront peut-être dans l'avenir. Mais entre-temps, nous, en tant que société, ferions bien de garder constamment à l'esprit le fait que la mémoire — comme la liberté — est fragile.

Joëlle Marelli est traductrice (Amira Hass, Judith Butler, Rashid Khalidi, Joseph Massad) et directrice de programme au Collège international de philosophie.