

# ca M'INTÉRESSE



**SCIENCE**  
Geckos, moules,  
escargots...  
comment  
s'accrochent-ils ?

**ENQUÊTE**  
La recherche  
peut-elle éviter  
les tests sur  
les animaux ?



**SOCIÉTÉ**  
Restaurant: y a-t-il encore  
un chef aux fourneaux ?



**CULTURE**  
Le débarquement revu  
et corrigé par les historiens



**INSOLITE**  
Les artistes du monde entier  
font leur show dans la rue

# MÉDITATION, HYPNOSE, TRANSE, SOPHROLOGIE

**4 techniques  
pour être plus fort,  
vaincre le stress  
et la douleur**



[www.caminteresse.fr](http://www.caminteresse.fr)

GRUPE PRISMA MEDIA

M 01237 - 400 - F: 3,70 € - RD



Les blondes, les mendiants, les femmes, les Noirs, les jeunes... Qui n'a jamais collé

# Pourquoi avons-nous

*Que nous l'admettions ou non, nous sommes influencés par les stéréotypes. Si la société et la publicité contribuent à les diffuser, c'est aussi le fonctionnement de notre cerveau qui nous pousse à tout catégoriser.* Texte Caroline Péneau

Imaginez... vous assistez à l'anniversaire d'une amie d'enfance. Vous ne connaissez personne et scrutez l'assistance pour trouver à qui parler. Une jeune fille blonde, très maquillée et habillée d'une robe moulante ? Hum, elle ne doit rien avoir à dire. Un homme qui arbore un tee-shirt du PSG ? Non, vous n'aimez pas les supporters de foot. En quelques minutes, vous vous êtes fait une idée sur ces personnes, fondée sur leur apparence et sur des stéréotypes : les blondes sont superficielles, les supporters de foot idiots, etc. Même si nous avons un peu honte de juger autrui d'un coup d'œil, nous ne pouvons pas nous en empêcher. « Les stéréotypes, ce sont des croyances sur un groupe social, souvent partagées par le plus grand nombre, par exemple : les Français sont romantiques, les femmes n'ont pas le sens de l'orientation, les pompiers sont beaux et musclés, etc. », souligne Jean-Baptiste Légal, maître de conférence en psychologie sociale à l'université Paris Ouest Nanterre La Défense. Des affirmations plus ou moins fausses mais surtout très générales. « Les préjugés, en revanche, impliquent un jugement, souvent négatif, par exemple "je n'aime pas les routiers". Et ils peuvent conduire à la discrimination », poursuit le psychologue.

Les stéréotypes, tout le monde les connaît, n'y adhère pas forcément mais contribue à les diffuser. Pourquoi sont-ils si répandus ? A cause du fonctionnement de notre cerveau. Cette fabuleuse machine ne peut pas traiter immédiatement le flot d'informations dont elle est bombardée. Elle doit travailler vite et se montrer efficace. Le cerveau a donc pour habitude de généraliser sans tenir compte des détails. Par exemple, si nous entendons le mot « oiseau », nous visualisons un merle ou une mésange, plus présents dans notre quotidien qu'un manchot. De même, quand on rencontre une nouvelle personne, on doit se faire une opinion en moins d'une seconde. « Notre cerveau fonctionne à l'économie », souligne Jean-Léon Beauvois, enseignant chercheur en psychologie sociale. « Il développe des stratégies, dont la catégorisa-

tion sociale. » Quand nous croisons un inconnu, nous faisons appel aux modèles existants rangés dans notre cerveau : le sexe, la façon de s'habiller, etc.; nous le classons dans des catégories et y associons les caractéristiques inhérentes. « Cela permet à partir de très peu d'informations de prédire le comportement d'autrui, de lui attribuer d'autres traits donc d'économiser du temps et de l'énergie », ajoute Jean-Baptiste Légal. Mais cette stratégie a un effet collatéral : l'apparition de préjugés.

## La reconnaissance erronée des visages a déjà entraîné des erreurs judiciaires

Ils sont d'autant plus puissants que nous gommions les spécificités des individus n'appartenant pas à notre groupe. Par exemple, les Français pensent que leurs compatriotes ont des caractéristiques variées mais que les autres (Anglais, Allemands...) sont tous pareils. Démonstration avec une expérience menée en 1988 à l'Université du Colorado. Des psychologues ont demandé à des volontaires d'observer des tableaux de Klimt et de Kandinsky puis les ont répartis en deux groupes, soi-disant en fonction de leurs préférences, en fait, de façon aléatoire. Ensuite, les participants, réunis dans une salle, se sont présentés. Enfin, chacun devait dire ce qu'il avait pensé des autres. Les chercheurs ont constaté que les participants jugeaient les membres de leur groupe plus hétérogènes que ceux de l'autre groupe : le leur était composé de personnes sympathiques, intelligentes, désagréables, alors qu'en face ils étaient plus uniformes. De même, on a tendance à généraliser l'individu au groupe. Par exemple, si à l'étranger, un serveur ne vous rend pas exactement la monnaie, vous allez considérer que tous les habitants de ce pays sont malhonnêtes...

Notre cerveau se spécialise tellement qu'il distingue mal les visages non familiers : tous les Asiatiques se ressemblent, disons-nous parfois si nous sommes Blancs... Et les Asiatiques font le même genre de confusion.



VETTA GETTY IMAGES

Pour comprendre ce phénomène, des chercheurs se sont intéressés à l'aire fusiforme faciale, une zone cérébrale spécialisée dans la reconnaissance des visages. Quand nous voyons une trombine, un signal électrique s'y déclenche après une centaine de millisecondes, mais s'il s'agit d'un visage d'une autre ethnie, elle détecte le signal plus vite. « C'est un peu comme si je vous présentais deux livres, un en français, l'autre en finlandais », explique Roberto Caldara, professeur à l'université de Fribourg (Suisse). « Quand

d'étiquette?

# tous des préjugés ?



**LES HOMMES ?**  
Ils travailleraient pour rapporter de l'argent et nourrir leur famille.

**LES FEMMES ?**  
Elles s'épanouiraient dans l'organisation de la maison, le ménage et la maternité.

**LES ENFANTS ?**  
Ils préféreraient la télé à la lecture...

vos yeux se posent sur la couverture en français, vous extrayez plus d'informations que sur le livre en finlandais. Du coup, vous y passez plus de temps. De même, quand vous regardez un visage, vous le rattachez à un réseau sémantique élaboré : il ressemble à mon oncle ; il a 30 ans ; il est séduisant. Ce traitement plus riche est plus lent. » Mais ce processus a un prix : la reconnaissance erronée des faciès. Il a déjà entraîné des erreurs judiciaires, notamment aux Etats-Unis quand un témoin assurait identifier un suspect alors

qu'en réalité, il confondait les visages. Ce phénomène, appelé « effet de l'autre race » ne survient qu'à partir de l'âge de 9 mois. Avant, les bébés distinguent autant les visages familiaux que non familiaux.

Dès 3 ou 4 ans, en revanche, les enfants sont influencés par les stéréotypes, comme le révèle une expérience américaine des années 1970, maintes fois reproduite. Un expérimentateur montre à des petits des dessins représentant des enfants noirs et blancs identiques (posture, vêtements...),

hormis la couleur de peau, et leur pose cette question : « L'un des deux a vu un chaton tomber dans un lac et il l'a sauvé, lequel ? » En majorité, les enfants blancs désignent l'enfant qui leur ressemble. *Idem* pour les autres questions du même acabit : « Qui est le plus gentil ? Qui est le plus beau ? » « A l'origine de ces stéréotypes, il y a la peur sociale », souligne Christine Deruelle, chercheuse à l'Institut de neurosciences de la Timone (Marseille). « Du point de vue de l'évolution, on avait besoin de détecter ■■■■

■ ■ ■ le danger précocement, donc de reconnaître rapidement ce qui n'était pas familier.» Les enfants s'identifient alors naturellement aux membres de leur propre groupe. A cette origine biologique des préjugés s'ajoute évidemment l'impact de la société, de la publicité, des parents, etc. En effet, même quand ces derniers se disent dénués de préjugés, ils véhiculent des stéréotypes par leurs comportements implicites (regards, postures). Tous les enfants éprouvent cette peur sociale, sauf... ceux atteints du syndrome de Williams, une maladie génétique rare. « Ces derniers ont le contact très facile », souligne Christine Deruelle. Confrontés aux mêmes tests que les autres, ils choisissent l'enfant le plus gentil ou le plus beau au hasard. « Ils n'ont pas de préjugés. Or, dans leur cerveau, l'amygdale, la zone impliquée dans les réactions de peur, interagit moins bien avec l'aire fusiforme faciale, dédiée à la reconnaissance des visages. »

### Si on leur parle de personnes âgées, les gens se mettent à marcher plus lentement

Chez les plus jeunes, les préjugés peuvent glisser vers la discrimination, y compris quand elle est créée de toutes pièces. En 2006, une institutrice québécoise a affirmé à ses élèves que, d'après les recherches scientifiques, les petits sont plus intelligents, plus créatifs, plus soignés... que les grands. Elle a alors imposé aux grands de porter un dossard et à l'inverse, les petits ont joui de privilèges comme une heure de luge à la récré. En deux heures à peine, les enfants ont intégré cette différenciation : les petits se moquaient des grands, les deux groupes ne jouaient plus ensemble et quand ils devaient

## Faire des choses ensemble permet de limiter les idées reçues sur autrui

tèrent le jugement, confirme Jean-Baptiste Légal. Nous avons tendance à chercher chez autrui ce que l'on s'attend à y trouver. Résultat, nous détectons et assimilons mieux l'information qui va dans le sens du stéréotype. » Pire, les victimes des préjugés adoptent parfois un comportement qui confirme ces clichés. Par exemple, selon une étude de mai 2012 (IMS-Entreprendre), 44 % des managers masculins mais surtout 51 % des managers féminins estiment qu'à chaque genre s'attachent des compétences professionnelles différentes...

se mettre en rang, ils se séparaient en deux lignes. Dans cette expérience, tout est rentré dans l'ordre une fois que l'institutrice a dévoilé le pot aux roses. Mais elle révèle la puissance des préjugés et des stéréotypes. Puissance à laquelle il est difficile d'échapper... quel que soit l'âge.

Ainsi, lors d'une expérience, menée aux Etats-Unis en 1983, des volontaires devaient regarder la vidéo d'une fillette, Hannah, en train de répondre à un test de compétences verbales. Dans la vidéo vue par un premier groupe, les parents d'Hannah étaient avocat et écrivain, et elle vivait dans un quartier huppé. Dans la deuxième visionnée par le second groupe, le père était ouvrier, la mère couturière et la famille habitait dans un immeuble délabré. Or ce groupe a jugé le test plus facile et estimé qu'Hannah y avait moins bien répondu. « Les stéréotypes al-

Le plus souvent, nous ne sommes même pas conscients d'avoir été influencés par un préjugé : les stéréotypes s'activent automatiquement. En 1998, des psychologues de l'université de Nijmegen (Pays-Bas) ont demandé à des volontaires de décrire la journée type d'un prof puis d'un *hooligan*. Puis ils devaient répondre à des questions de culture générale, type Trivial Pursuit. Or les participants s'en sortaient mieux après avoir parlé du prof. De même, si on « active » le stéréotype de la personne âgée, les gens marchent plus lentement en sortant de la pièce ; si on active celui de l'Afro-Américain, ils se montrent plus agressifs quand on les provoque, etc. Pourquoi ? « Dans l'exemple du prof et du *hooligan*, l'activation des traits liés au premier pousse les participants à se concentrer sur l'exercice et à avoir plus confiance en leurs connaissances », explique Jean-Baptiste Légal.



## Que ressent-on face à la douleur les autres ?

**E**n 2010, des scientifiques italiens ont enregistré les réactions de volontaires (via des électrodes, la mesure de la sudation et du rythme cardiaque) devant une vidéo où une seringue est enfoncée dans une main. Résultat : les Blancs

éprouvent de l'empathie quand l'aiguille pique une main blanche mais aussi une main violette. Le cerveau se montre empathique face à quelqu'un de différent... tant que la société n'a pas transmis de préjugés. Mais les Blancs restent

insensibles quand l'aiguille pénètre une peau noire (et inversement les Noirs envers les Blancs) alors que tous se disaient sans préjugés. Selon les scientifiques, le cerveau passe en mode sans empathie car il a été modelé par la société.

Si certains stéréotypes restent anodins, beaucoup peuvent empoisonner les relations avec autrui. Comment les atténuer ? « C'est difficile mais possible si on est conscient d'en avoir et d'être influencé par eux », avance Jean-Léon Beauvois. Se donner du temps permet aussi de prendre du recul. Une expérience américaine a montré que lors du visionnage d'une interview d'un Afro-Américain, le stéréotype lié s'active en quinze secondes mais se dissipe douze minutes plus tard. En effet, les informations recueillies sur la personne diluent le stéréotype. Pour décoller les étiquettes, le meilleur moyen reste de multiplier les contacts avec les victimes de ces préjugés. « Poursuivre un but commun, faire des choses ensemble permet de limiter ces idées reçues », souligne Jean-Baptiste Légal. Seul risque : le sous-typage. « Plutôt que remettre en cause nos stéréotypes, nous préférons penser qu'il existe des exceptions à la règle », poursuit le psychologue. C'est le fameux « ami arabe » du militant xénophobe. Les études montrent aussi que plus le niveau de préjugés est élevé, plus il sera difficile de les juguler. Raison de plus pour tenter de déjouer ces stéréotypes dès le plus jeune âge. Afin, au prochain anniversaire, de ne plus penser que la blonde qui rit près du buffet est superficielle ou que la comptable sera ennuyeuse... ■

## POUR ALLER PLUS LOIN



### Livres

■ « Stéréotypes, préjugés et discrimination », Jean-Baptiste Légal, Sylvain Delouée, éd. Dunod.



### Internet

■ [implicit.harvard.edu/implicit/France](http://implicit.harvard.edu/implicit/France)  
Des tests pour savoir si on a des préjugés.