

**Pourquoi il est plus difficile de faire
changer quelqu'un d'avis que de
l'envoyer sur la lune : Psychologie des
résistances au changement**

Pascal Wagner-Egger
Université de Fribourg

Plan de la présentation

- Changements, faire mieux : obstacles = résistances aux changements
- 1) Résistances cognitives
- 2) Résistances sociales
- 3) Internet
- Vaincre les résistances cognitives
- Vaincre les résistances sociales

1) Résistances cognitives

- Cerveau = essentiellement économe (paresseux)
- Psychologie cognitive : 2 systèmes de pensée
 - Système 1 : intuitif, rapide, heuristique (intuition)
 - Système 2 : analytique, lent, coûteux (déduction)



**Une batte de baseball et une balle coûtent 110.- au total.
La batte coûte 100.- de plus que balle.
Combien coûte la balle ?**

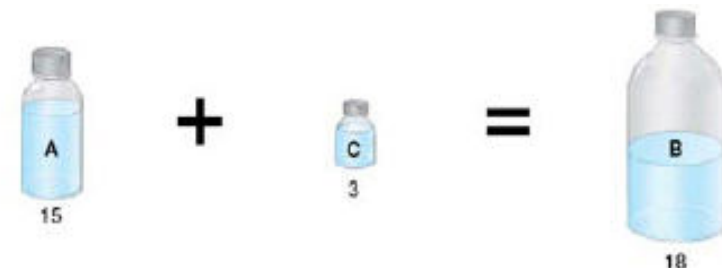
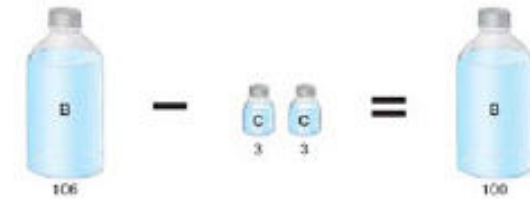
- Système 1 ➔ biais cognitifs, stéréotypes, etc. :
PARESSE cognitive
- Formé par la sélection naturelle (chasseur-cueilleur)



1) Résistances cognitives

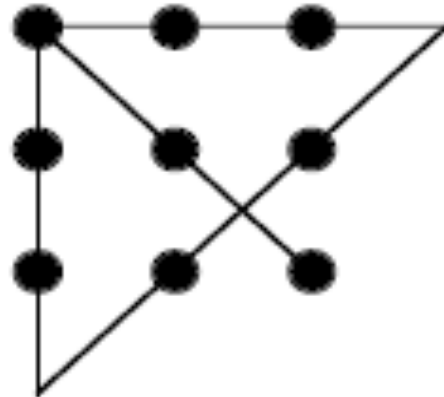
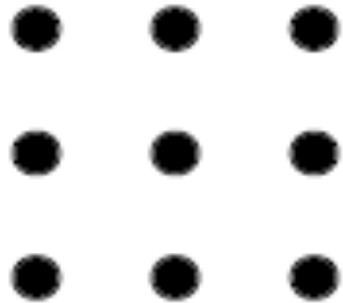
- Sortir du cadre difficile : une fois qu'une habitude est prise, difficile de changer (ornières cognitives, heuristiques)
- Jarres (Luchins)

Problem	Jug A	Jug B	Jug C	Desired quantity
1	21	127	3	100
2	14	163	25	99
3	18	43	10	5
4	9	42	6	21
5	20	69	4	31
6	23	49	3	20
7	16	30	3	18
8	28	59	3	25



1) Résistances cognitives

- Sortir du cadre difficile : une fois qu'une habitude est prise, difficile de changer (ornières cognitives)
- Le problème des 9 points (« 9-dots problem »)



1) Résistances cognitives

- Dans nos sociétés modernes :
- En 2000 : environ 800'000 articles scientifiques
- En 2015 : environ 1'800'000 (5000 par jour)
- En 2007 : 7,1 millions de scientifiques
- En 2016, 105 milliards d'euros ont été investis dans le monde dans le domaine des nouvelles technologies
- etc.
- Et pourtant :

1) Résistances cognitives

- Les croyances ésotériques, magiques, paranormales, superstitieuses :

Comme si quelqu'un essayait de retenir la flèche de [#NotreDame](#) avant qu'elle ne tombe. Image troublante

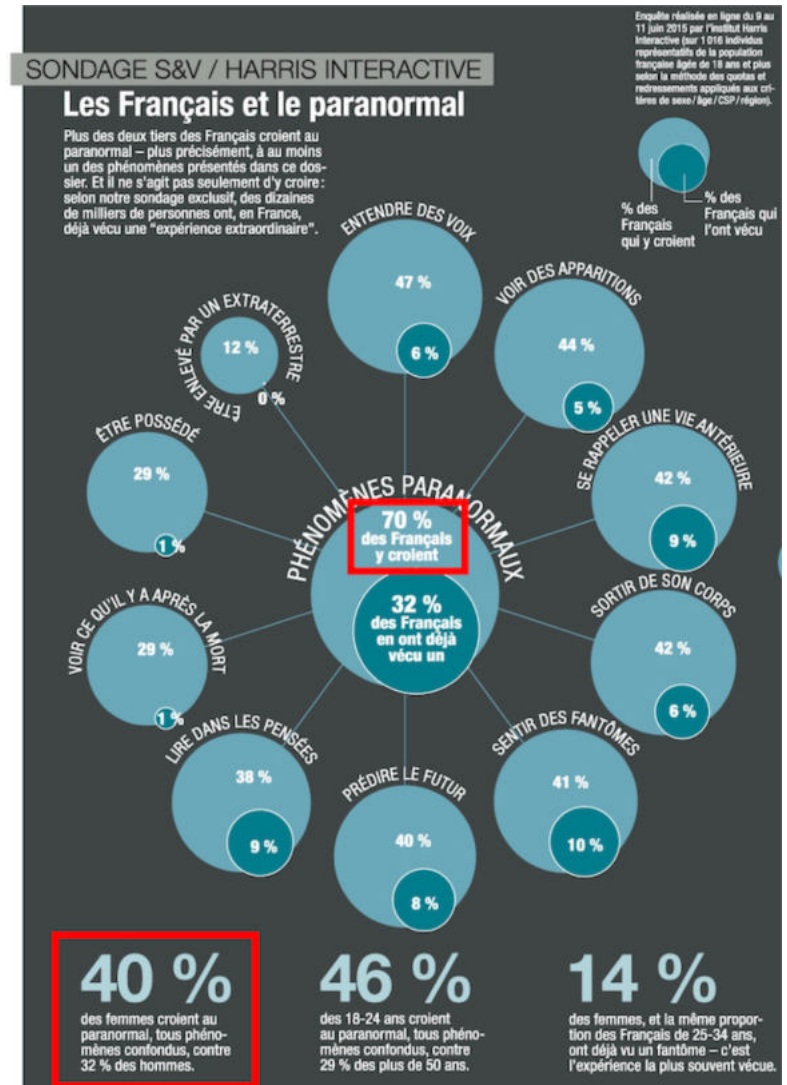


14:49 - 15 avr. 2019

1029 Retweets 2589 J'aime

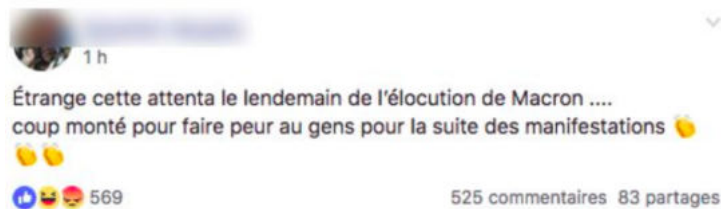


50 1,0k 2,6k



1) Résistances cognitives

Les théories du complot :



Les fausses nouvelles, ou la désinformation (« Fake news ») :



1) Résistances cognitives

- Les théories pseudo-scientifiques :



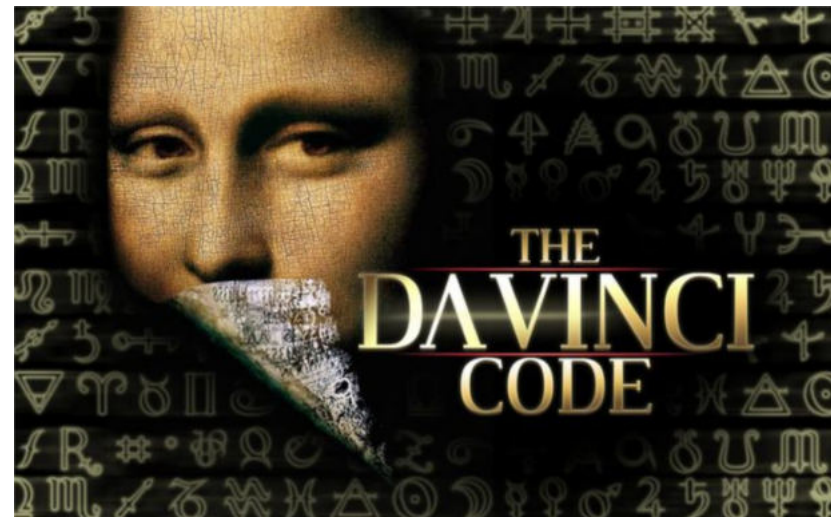
The surprising number of American adults who think chocolate milk comes from brown cows

- Créationnisme, révisionnisme, etc.
- Vidéo youtube "Les Glyphes de la Nuit"



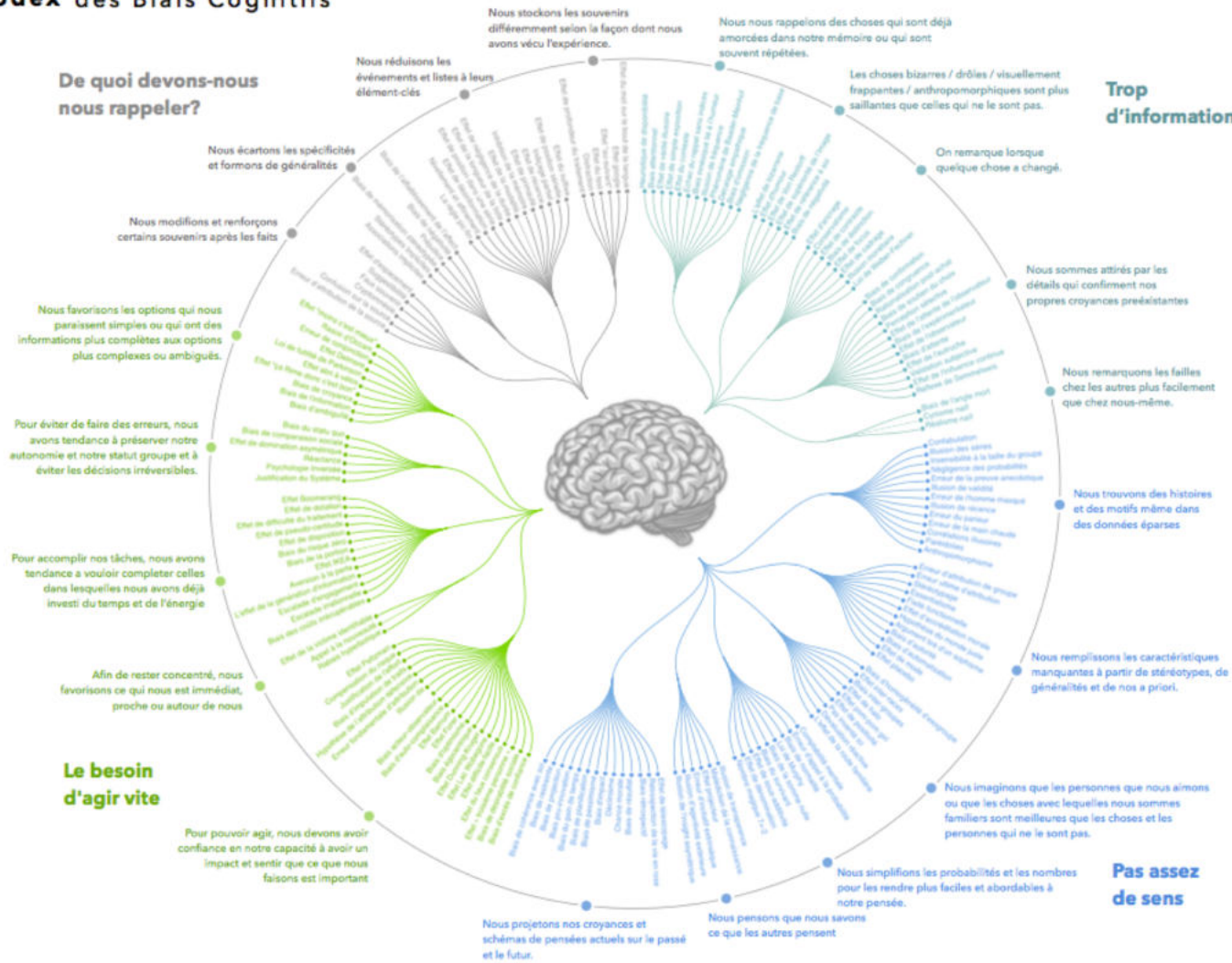
1) Résistances cognitives

- Pourquoi ces anciennes croyances survivent et fleurissent ?
- (1) Elles sont attractives pour le cerveau (chasseur-cueilleur, Oncle Harry, Pleine lune) (2) elles sont renforcées socialement (3) Internet
- Dans les œuvres de fiction : Le Labyrinthe, Hunger Games, GoT, etc.



1) Résistances cognitives

Codex des Biais Cognitifs



1) Résistances cognitives

● Biais de confirmation :

Vous devez découvrir la règle relative à la suite de nombres ci-dessous :

2-4-6

Cette règle est le lien entre les trois nombres de la suite. Formulez une hypothèse et testez-la en proposant une nouvelle suite de 3 chiffres. L'expérimentateur vous dira alors si la suite que vous proposez est conforme à la règle secrète ou non.

Tourné vers passé, présent, futur

Croyances = prophéties autoréalisatrices

1) Résistances cognitives

- Biais de conjonction : probabilité d'événements conjoints surestimée

	Pleine Lune	Pas Pleine Lune
Insomnie	10 fois	100 fois
Pas insomnie	18 fois	180 fois

Coïncidences \neq lien de causalité (hasard)

Non expliqué \neq paranormal

Généralisation hâtive

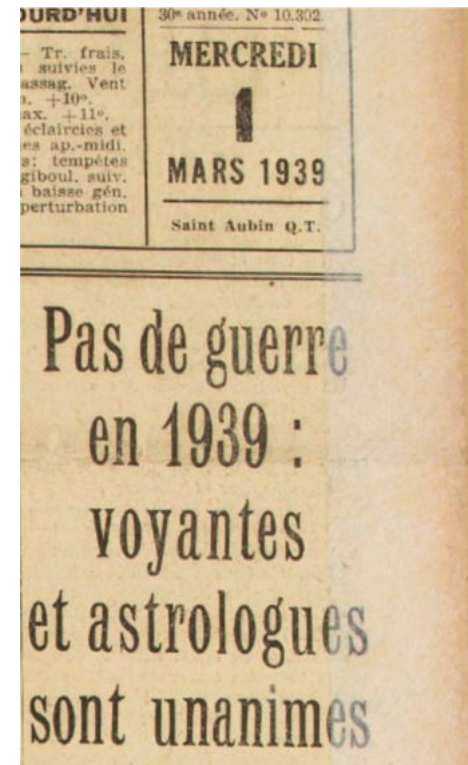
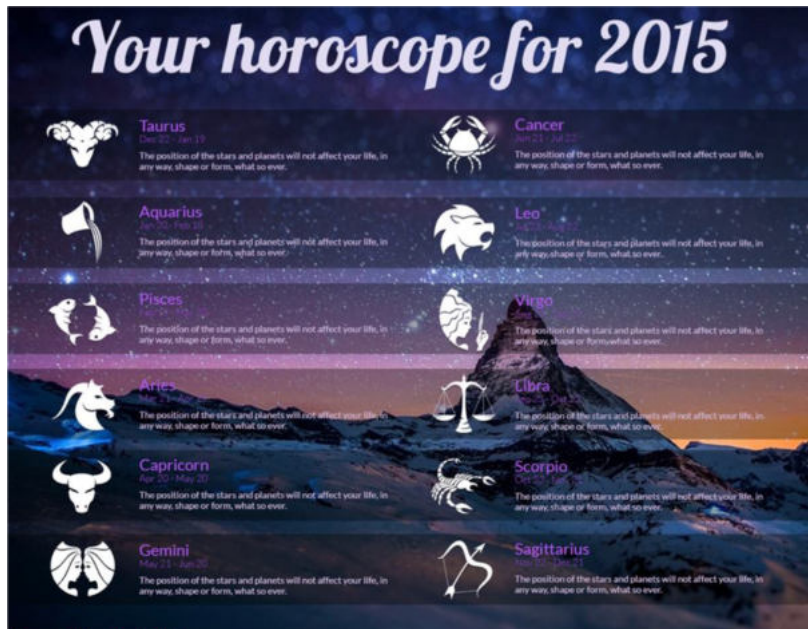
1) Résistances cognitives

● Biais de confirmation + conjonction : l'astrologie

Phrases générales, génériques (➡ "coïncidences")

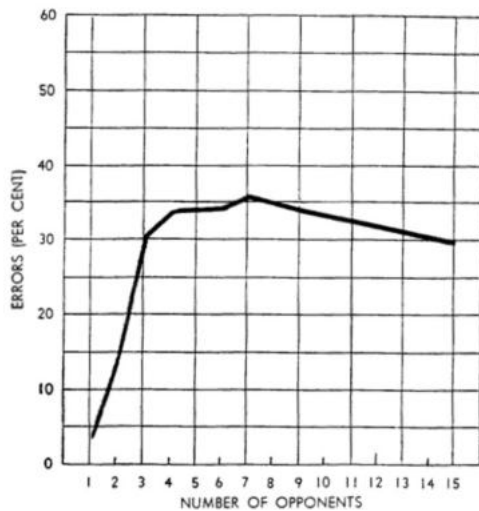
Recherche et mémorisation des cas favorables

Vidéo Specimen « Touchons du bois »

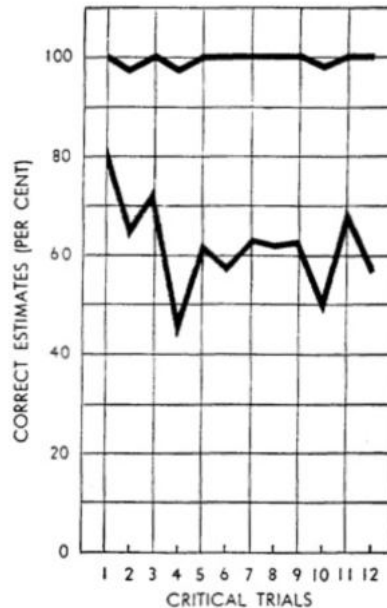


2) Résistances sociales

- Effet du groupe : le conformisme
- Expérience de Asch (1951) :



SIZE OF MAJORITY which opposed them had an effect on the subjects. With a single opponent the subject erred only 3.6 per cent of the time; with two opponents he erred 13.6 per cent; three, 31.8 per cent; four, 35.1 per cent; six, 35.2 per cent; seven, 37.1 per cent; nine, 35.1 per cent; 15, 31.2 per cent.



ERROR of 123 subjects, each of whom compared lines in the presence of six to eight opponents, is plotted in the colored curve. The accuracy of judgments not under pressure is indicated in black.



2) Résistances sociales

- Festinger, Riecken & Schachter (1956) : L'échec de la prophétie
Observation participante secte millénariste annonçant la fin du monde
Déluge sur le monde entier, extra-terrestres viendront sauver celles et ceux qui croient à la parole de la gourou Mme Keech
Mesures définitives des membres (➡ conflits ➡ ↑ foi)
Pas de prosélytisme, évitement des journalistes
Préparatifs dans une maison
4 dernières minutes dans un silence absolu
Minuit sonne ➡ aucune réaction (accusent le coup intérieurement) ➡ sentiments de désespoir, confusion ➡ nouveau message de l'au-delà : « le petit groupe, veillant toute la nuit, seul, a répandu une telle lumière que Dieu a épargné le monde »
Mais certains insatisfaits quittent la maison



2) Résistances sociales

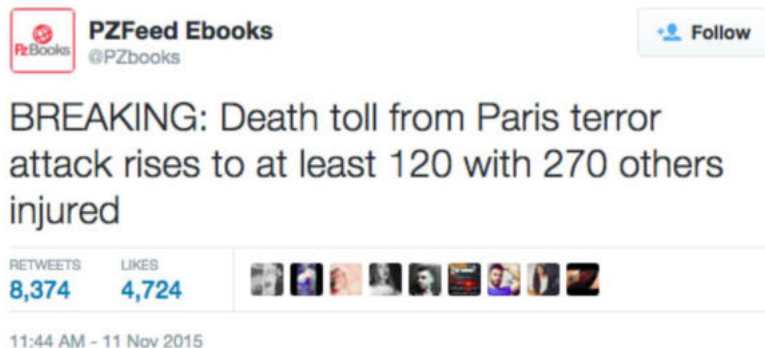
- Festinger, Riecken & Schachter (1956) : L'échec de la prophétie
Autre message ordonnant de clamer partout cette explication ➡ appel des journalistes, visiteurs, prosélytisme très actif
= conspirateurs jaloux ➡ missionnaires zélés
Perspective de perdre leur système de croyance tellement insupportable que réduction de la dissonance par la **preuve sociale** (plus de gens considèrent une idée juste et plus elle est juste)
- Preuve sociale : rires pré-enregistrés, groupe regardant en l'air

3) Internet

- Gérald Bronner (2013), « La démocratie des crédules », Paris, P.U.F.
- Depuis env. 2000 : Internet = outil de la libéralisation ou démocratisation du « marché cognitif »
- « Les réseaux sociaux ont donné le droit de parole à des légions d'imbéciles qui, avant, ne parlaient qu'au bar, après un verre de vin, et ne causaient aucun tort à la collectivité. On les faisait taire tout de suite alors qu'aujourd'hui ils ont le même droit de parole qu'un prix Nobel. »

Umberto Eco

- Sur internet, amplification des biais cognitifs (confirmation, corrélations illusoire, négligence de la taille de l'échantillon)



3) Internet

Nombre de sites conspirationnistes dans les 30 premiers sites proposés par Google

	Lady Diana	Tremblement de terre en Haïti
Sans le terme « complot »	2	0
Avec le terme « complot »	20	15

- Biais de confirmation sur Internet : moteurs de recherche, bulles de filtrage, likes, ...
- Démagogie cognitive : explications attractives plus présentes

Sensibilités des 30 premiers sites proposés par Google sur le thème de la dangerosité de l'aspartam

	Favorables	Défavorables	Neutres	Non pertinents
Aspartam	14 (70 %)	6 (30 %)	3	7

Sensibilités des 30 premiers sites proposés par Google sur le thème de la psychokinèse

	Favorables	Défavorables	Neutres	Non pertinents
Psychokinèse	17 (74 %)	6 (26 %)	7	0

Sensibilités des 30 premiers sites proposés par Google sur le thème du monstre du Loch Ness

	Favorables	Défavorables	Neutres	Non pertinents
Monstre Loch Ness	14 (78 %)	4 (22 %)	4	8

1. La recherche sur ce thème a été faite les 20 et 23 août 2010.

Vaincre les résistances cognitives

- Faire fonctionner Système 2, pensée analytique, pensée critique
- Seule la science réfute les théories/hypothèses
- Sensibilisation aux biais cognitifs
- Lutter contre le biais de confirmation : envisager hypothèses alternatives
- Vérifier les informations sur Internet avant de partager (fact-checking)
- Humour
- Debunking
- Jeux de rôles (pour sortir de son point de vue)

UN TRUC

Pour lutter contre l'insomnie, faites un quart d'heure de yoga, mangez une pomme crue, avalez une infusion de passiflore (*Passiflora incarnata*), prenez un bain chaud à l'essence de serpolet (*Thymus serpyllum*), frictionnez-vous à l'huile essentielle de jasmin (*Jasminus officinale*) et orientez votre lit au nord. Quand vous aurez fini tout ça, il sera pas loin de 8 heures du matin.

Pierre Desproges, *Almanach*



Vaincre les résistances sociales

- Jeux de rôle en groupe : jouer les contradicteurs/critiques
- Techniques de manipulation (à l'usage des honnêtes gens)
- Serge Moscovici : Psychologie des minorités actives
- Kurt Lewin : changement des normes
- Changement d'attitudes
- Juan Perez & Gabriel Mugny

Tableau synoptique de l'Élaboration des conflits

TÂCHE	OBJECTIVE NON AMBIGÜE		D'APTITUDES		D'OPINIONS			
	majorité	minorité	compétente	incompétente	majorité intragroupe	minorité intragroupe	majorité hors-groupe	minorité hors-groupe
CARACTÉRISTIQUE PERTINENTE DE LA SOURCE								
CONFLIT SPÉCIFIQUE	relationnel	épistémique	presque inexistant	d'incompétences	normatif	d'identification	intergroupe	de normes ; cognitif-culturel
ELABORATION MANIFESTE	restauration du consensus	indépendance	dépendance informationnelle	invalidation	dépendance normative	différenciation intragroupe	différenciation catégorielle	discrimination
ELABORATION LATENTE	menace de l'intégrité	uniformisation de l'objet	pensée convergente	crainte d'invalidité	cohésion	indissociation	nulle	dissociation ; remords de la discrimination
INFLUENCE DIRECTE	suivisme	conformité de soi	imitation	distanciation	conformité	nulle	nulle	nulle
INFLUENCE INDIRECTE	récupération de l'autonomie	uniformisation	apathie	validation ; décentration	paralyse	nulle	nulle	conversion

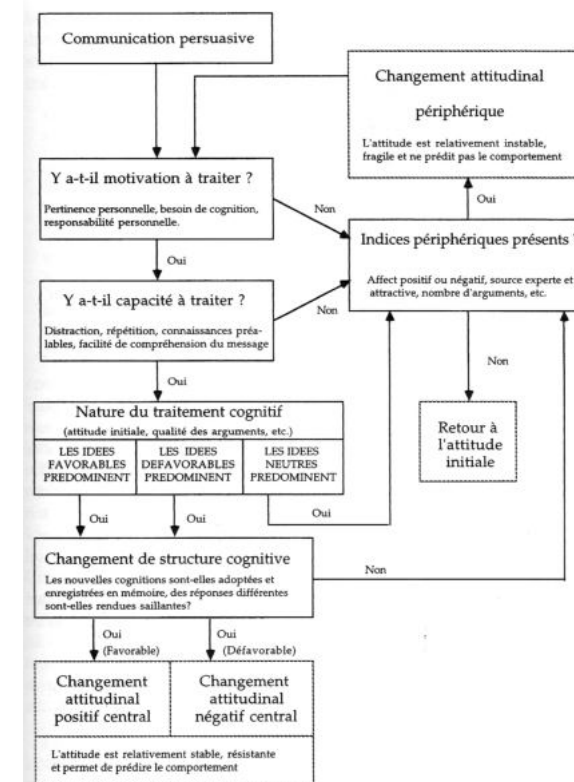
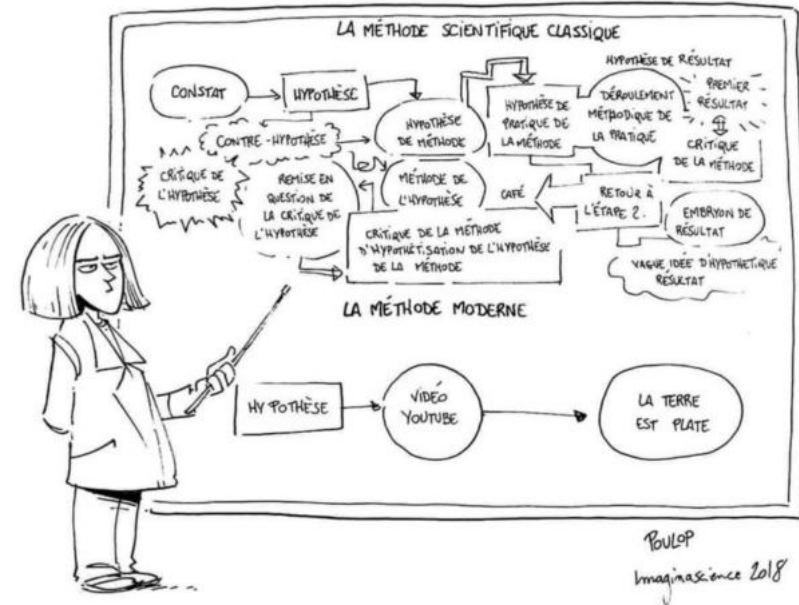


Figure 4.3 — Représentation schématique du Modèle de la Probabilité d'Élaboration.

Conclusion



Merci de votre attention !

pascal.wagner@unifr.ch