

La « science des autres »

Une science offre aujourd'hui un moyen simple et abordable de comprendre les comportements de nos semblables : la psychologie sociale.

Christophe André

Imaginez que vous soyez en train de lire cette revue assis sur un banc dans un parc public un dimanche matin. À chaque fois qu'un joggeur passe, regardez-le attentivement et ostensiblement : vous avez toutes les chances d'observer qu'il va amplifier ses foulées sous l'effet de votre regard. Observez aussi comment celles et ceux qui courent en groupes vont en général plus vite que les solitaires. Voilà, vous venez de faire deux observations de psychologie sociale (par ailleurs validées par la recherche) qui montrent simplement à quel point la présence d'autrui nous influence dans toutes nos activités, que cette présence soit proche ou lointaine, réelle ou imaginée. *Le Traité de psychologie sociale*, récemment paru chez De Boeck sous la direction de Laurent Bègue et Olivier Desrichard, nous propose une somme exhaustive et accessible sans difficulté au lecteur motivé, même non spécialiste, de cette discipline importante et méconnue.

La psychologie sociale est l'étude scientifique de la façon dont nos comportements, nos pensées, nos émotions sont influencés par nos milieux sociaux, que ces derniers consistent en des liens directs, des représentations intériorisées, ou des normes et règles en vigueur dans notre culture. L'objet de la discipline est au cœur de notre humanité, car elle concerne notre nature d'animal hautement social : sans société, pas d'humanité. Et sans la psychologie sociale, pas de possibilité de comprendre l'humain, ce dernier étant avant tout, selon le mot célèbre de Montesquieu, un « animal sociable ».

Même les concepts classiques de la psychologie traditionnelle (que l'on pourrait qualifier d'intrapersonnelle par opposition à l'interpersonnelle) sont aujourd'hui éclairés par la psychologie sociale. Par exemple, la question de l'estime de soi : on sait que ce concept (qui définit la nature du regard et du jugement que nous portons sur nous-même) connaît

une vogue importante depuis les années 1980. La psychologie sociale nous aide à mieux cerner les mécanismes de l'estime de soi. Par exemple, pour certains auteurs, elle ne serait qu'un « sociomètre » : notre sentiment d'estime de soi dépendrait pour l'essentiel de la perception que nous sommes acceptés et appréciés par les autres. D'où la violence de toute forme de rejet ou d'ostracisme social, dont on sait qu'elle est une source de pathologies psychiques et physiques importantes, liées en grande partie à l'effondrement de l'estime de soi.

La science de « l'animal social »

Autre question soulevée : l'estime de soi est-elle un besoin universel, ou propre à l'Occident et à son culte de l'individu ? Il semble qu'elle soit bel et bien un besoin universel, mais enraciné dans des aspirations différentes : dans les cultures occidentales, c'est sa dimension « agentique » qui prédomine, c'est-à-dire la dimension de l'estime de soi alimentée par le sentiment d'efficacité personnelle et de réussite sociale (être dominant ou admiré) ; dans les cultures orientales, c'est plutôt la dimension « communautaire » qui compte, autrement dit le sentiment d'être intégré et apprécié par les autres. Les premières mettent l'accent sur un soi « indépendant »,

« Durant notre existence, notre bien-être et notre santé dépendent de l'importance et de la qualité de nos attaches sociales. »

L. Bègue et O. Desrichard, *Traité de Psychologie sociale*

là où les secondes ont une vision plus marquée par un soi « interdépendant », ce qui peut expliquer un certain nombre de différences entre cultures individualistes ou collectivistes. Le tout étant brouillé par la mondialisation en cours des modèles culturels, où les valeurs occidentales ont plutôt, jusqu'ici, brutalement contaminé le reste du monde, tout en étant elles-mêmes peu à peu modifiées en retour. Bref, il n'est guère plus possible de penser la psychologie individuelle sans un examen attentif des travaux de la psychologie sociale.

La clé des communautarismes

La psychologie sociale est évidemment la branche de la psychologie la plus en lien avec les préoccupations et les besoins de son époque. Et ce, pas seulement dans l'explication, mais aussi dans l'action. Ainsi, elle est sans doute l'outil scientifique le mieux à même d'aider à comprendre un phénomène qui va en s'amplifiant dans nos sociétés contemporaines, et donne des sueurs froides à nombre de politiques et de penseurs : le communautarisme, autrement dit la tendance à se définir prioritairement à partir de son groupe d'appartenance (social, culturel, religieux, ethnique, national, sexuel, etc.). Et à rapidement considérer les humains ne faisant pas partie de son groupe avec indifférence (au mieux) ou hostilité (au pire). Un cauchemar, donc, pour les rêves de fraternité universelle chéris et promus par les valeurs démocratiques et humanistes.

Non seulement la psychologie sociale démonte les conditions qui facilitent le communautarisme (principalement tout ce qui encourage les stéréotypes réducteurs sur « l'autre »), mais elle se penche aussi sur les moyens de l'endiguer. Les pages du livre consacrées à ces recherches sont passionnantes et insistent par exemple sur l'import-

tance de faciliter des rencontres et contacts intergroupes, mais à des conditions bien précises. Ainsi, on sait que les contacts intergroupes ne font reculer les préjugés que

si les membres des deux groupes bénéficient lors des échanges d'un statut égal (et non de type dominant-dominé, ou chef-subordonné); s'ils coopèrent dans des actions communes à la poursuite d'objectifs communs (et ne se contentent pas de parler et s'écouter); si ces situations de contacts bénéficient du soutien et de l'approbation des autorités (politiques, religieuses, morales) des groupes qui se rencontrent.

On voit qu'il y a donc beaucoup de travail à mener pour réunir durablement ces conditions. Mais on voit aussi que les politiques et travailleurs sociaux auraient tout à gagner d'une bonne connaissance de ces travaux. Dans les colonnes de ce même magazine, le psychologue Alain Lieury proposa d'intégrer la psychologie scientifique au programme des classes terminales, histoire de moderniser les éternelles références à la psychanalyse et à Freud. Oui, et il faut sans doute aller plus loin encore : la psychologie, dans sa forme contemporaine, c'est-à-dire empirique et scientifique, doit faire partie du savoir de tout honnête citoyen du XXI^e siècle. Et ses rudiments doivent être suffisamment connus et maîtrisés par les penseurs, les politiques et les décideurs. C'est sans doute un des moyens de nous sortir d'un paradoxe étonnant : nos sociétés vont mal, alors que nous disposons d'un trésor de connaissances utiles, utilisables, mais bien souvent... non utilisées.

Non seulement la psychologie sociale démonte les conditions qui facilitent le communautarisme, mais elle pose aussi des moyens de l'endiguer.

Christophe ANDRÉ,
est médecin psychiatre
à l'hôpital Sainte-
Anne, à Paris.



Bibliographie

Traité de Psychologie sociale,
sous la direction de L. Bègue
et O. Desrichard,
Éditions de Boeck, 2014.

A. Lieury, *La psychologie scientifique doit être enseignée en terminale*, in *Cerveau & Psycho*, n° 48, pp. 14-15, 2011.

T. Pettigrew et al.,
A meta-analytic test of intergroup contact theory, in *Journal of Personality and Social Psychology*, vol. 90, pp. 751-783, 2006.

M. Leary et al., *Interpersonal functions of the self-esteem motive : The self-esteem system as a sociometer*, in MH Kernis (Éd.), *Efficacy, Agency, and Self-Esteem*, New York, Plenum Press, 1995.