

# Effet de vérité et croyances aux théories du complot

## Introduction

### Sophie Chaulaic

Bonjour à toutes et à tous ! Bienvenue sur *On R*, le podcast de l'Université Toulouse Jean-Jaurès. Je m'appelle Sophie Chaulaic, je suis journaliste et je vous propose ensemble de tout comprendre sur un sujet de recherche le temps d'un trajet en métro ou en bus.

« La mémoire est la sentinelle de l'esprit », disait William Shakespeare. C'est justement de cette mémoire dont on va parler aujourd'hui avec notre invitée et comment cette mémoire agit sur notre façon de penser, voire même de croire en telle ou telle vérité.

Bonjour Ophélie Carreras.

### Ophélie Carreras

Bonjour.

### Sophie Chaulaic

Vous êtes maîtresse de conférence et chercheuse en psychologie cognitive au sein du laboratoire CLLE (Cognition, Langues, Langage, Ergonomie) de l'Université Toulouse Jean-Jaurès. Vous travaillez notamment sur les processus mnésiques et les fonctionnements de la mémoire.

## Intérêt de la mémoire

### Sophie Chaulaic

Ophélie Carreras, la mémoire est un des sujets auxquels s'intéresse la psychologie cognitive. Pourquoi est-elle intéressante ?

### Ophélie Carreras

De mon point de vue, la mémoire est un des processus cognitifs les plus centraux, parce que c'est tout ce qui nous permet de prendre de l'information

On R : Effet de vérité et croyances aux théories du complot

dans notre environnement, de la maintenir, de la stocker et de la réutiliser dans nos activités quotidiennes. Si on n'encodait rien du tout, on serait en grande difficulté pour reconnaître notre environnement, reconnaître les gens, parler avec eux, travailler... Cela nous permet de faire toutes les activités quotidiennes : les interactions et le stockage des informations de l'environnement.

### **Sophie Chaulaic**

Des informations qu'on stocke, qui nous formatent quelque part. Cette mémoire a-t-elle un rôle dans la façon dont on va recevoir des informations ?

### **Ophélie Carreras**

Alors, elle a un rôle dans la façon dont on reçoit, interprète et récupère également des informations. Ce n'est absolument pas une photographie du réel, c'est-à-dire que la mémoire est reconstructive. Elle est sélective dans les informations auxquelles on prête attention parce que l'attention et la mémoire de travail sont limitées, donc on ne peut pas tout encoder. On fait des choix, on oriente notre attention sur certaines informations au détriment d'autres. De la même façon, on va les ranger, les stocker avec d'autres informations qui nous sont propres. Donc chaque individu va interpréter le réel de façon un petit peu différente.

### **Sophie Chaulaic**

Cela nous amène à la notion de vérité, de ce qui est vrai pour tout un chacun. Cette mémoire joue forcément un rôle là-dessus aussi.

### **Ophélie Carreras**

Disons que c'est sûr que ce qu'on va concevoir comme étant vrai va dépendre des connaissances, des expériences qu'on a eues préalablement. Du coup, on ne va peut-être pas tous être d'accord, effectivement, sur la vérité. On ne va peut-être pas rentrer dans un débat philosophique sur ce que c'est que la vérité, mais en tout cas c'est aussi une construction individuelle et collective.

## **Théories du complot**

### **Sophie Chaulaic**

Nous arrivons à l'évocation de croyances qui sont très répandues, les fameuses

On R : Effet de vérité et croyances aux théories du complot

théories du complot. Comment pourrait-on les définir, Ophélie Carreras ?

### **Ophélie Carreras**

Les théories du complot sont des explications alternatives à des événements qui sont en général médiatisés, par rapport à une version officielle. L'idée des complots, c'est qu'il y a des petits groupes derrière ces explications qui agissent dans l'ombre et qui auraient des intentions et des objectifs, pour manipuler les gens. En tout cas, ils auraient des objectifs pour agir dans l'ombre et manipuler effectivement un certain nombre de personnes. Ce sont des explications, des récits, des explications alternatives.

### **Sophie Chaulaic**

Pourquoi c'est problématique ?

### **Ophélie Carreras**

C'est problématique parce qu'effectivement cela peut conduire à un certain nombre de « dérives ». Cela conduit souvent à du scepticisme ou à de la méfiance envers beaucoup de groupes : des médias, des politiques, des scientifiques également. Du côté de la méfiance vis-à-vis de la science, évidemment, il peut y avoir des dérives : on ne croit pas au réchauffement climatique, on ne croit pas à tout ce qu'on nous dit sur la santé ou sur les vaccins, etc. Cela peut conduire aussi à des comportements qui peuvent être problématiques pour la planète ou pour la santé des gens. Cela peut conduire également à de l'isolement ou de la radicalisation, c'est aussi ce qui a été mis en évidence. Si c'était juste qu'on ne croit pas à la version officielle, mais à une interprétation différente, on pourrait se dire : « Ce n'est pas grave, ce sont des hurluberlus », mais cela a des impacts importants sur les comportements des gens.

### **Sophie Chaulaic**

Et ces théories du complot prennent de l'ampleur, cela veut dire qu'on peut y aller très facilement. Pourquoi on y va si facilement, Ophélie Carreras ? Est-ce qu'il y a des déterminants ?

### **Ophélie Carreras**

Il y a beaucoup de déterminants différents dans les travaux sur les croyances aux théories du complot. C'est pour cela que c'est compliqué. Il y a plein de

On R : Effet de vérité et croyances aux théories du complot

facteurs qui peuvent influencer cela. L'idée c'est de le percevoir plutôt comme un continuum. On ne peut pas dire : « il y a des complotistes et puis il y a les autres », étant donné qu'il y a plein de facteurs qui peuvent jouer. Certains ont ce qu'on appelle la « mentalité complotiste », ils ont une tendance systématique à expliquer les événements par des complots sous-jacents, voire même un grand complot mondial. C'est un extrême total. Et puis de l'autre côté, tout un chacun peut effectivement se poser des questions sur un certain nombre de choses qui sont arrivées et se dire : « Est-ce qu'il faut forcément croire tout ce qu'on nous raconte sur cet événement ? Est-ce qu'on ne peut pas douter sur un certain nombre de choses ? »

Effectivement, la question du doute et de l'esprit critique est souvent mentionnée, notamment par les personnes qui croient dans les théories du complot en disant : « Il ne faut pas croire tout ce qu'on nous dit, il faut douter ». Le problème avec ce type de doute qui est mis en avant par ces complotistes, c'est que le doute est uniquement sur la version officielle, et qu'il n'y en a aucun sur les versions alternatives. C'est une espèce de dévoiement de cet esprit critique, c'est-à-dire qu'ils se veulent critiques, mais ils le sont de façon unilatérale. Donc cela peut expliquer en tout cas un certain nombre de théories.

## **Biais et déterminants cognitifs**

### **Sophie Chaulaic**

D'un point de vue purement cognitif, que se passe-t-il quand on adhère à une théorie du complot ? Je sais qu'il y a le rôle des biais qui est très important.

### **Ophélie Carreras**

Alors effectivement, il y a plusieurs déterminants. Je m'intéresse pas mal aux déterminants cognitifs. Vous avez évoqué la question des biais. Par exemple, le biais de confirmation est un biais que tout un chacun a, c'est-à-dire qu'on va avoir tendance plutôt à aller chercher des informations qui vont dans notre sens, qui vont dans le sens de ce qu'on croit, dans le sens de nos attentes et qui vont confirmer nos croyances. C'est un biais générique que tout le monde a et duquel il faut effectivement se méfier, se dire : « Finalement, est-ce que cela ne vaudrait pas le coup d'aller voir un peu ailleurs que dans les sphères dans lesquelles je regarde, de lire des choses un petit peu différentes, d'écouter des émissions un petit peu différentes que celles que j'écoute toujours ? », parce qu'on a tendance à rester toujours dans le même type d'explication. Typiquement, sur les théories du complot, cela joue à plein parce que souvent on ne va chercher que des informations qui vont valider ces choix.

### **Sophie Chaulaic**

« Ben voilà, c'est bien ce que je pensais ! », le fameux. Et « Comme par hasard ! »

### **Ophélie Carreras**

La question du hasard et des corrélations qu'on appelle les corrélations illusoires, c'est un autre phénomène, effectivement, qui peut aussi expliquer. On a tendance, tout un chacun, ici encore, à chercher du sens dans les événements aléatoires. On a tous vu des choses dans les nuages, on a tous vu dans la fumée du World Trade Center un espèce de visage maléfique qui en sortait. Comme on le disait au début, on interprète le réel et on a tendance à chercher du sens, à chercher à comprendre les choses. Face à deux événements qui vont arriver en concomitance, même si c'est totalement le hasard, on va avoir tendance à dire : « Ces deux événements sont liés ». Par exemple, les croyances prémonitoires : « Mais c'est quand même dingue, j'ai rêvé de machin et le lendemain je l'ai vu. C'est pas possible que ce soit le hasard », sauf que le nombre de fois où on a rêvé de machin et on ne l'a pas vu le lendemain, on ne le note pas.

### **Sophie Chaulaic**

Et comment est-ce que cela s'appelle ?

### **Ophélie Carreras**

Les corrélations illusoires, c'est le fait de lier des événements qui ne sont pas du tout liés par ailleurs, qui surviennent de façon proche mais de façon aléatoire, entre lesquels on va aller chercher un lien et un sens. Pareil, sur le vaccin de la covid : « Je connais machin, il s'est fait vacciner et le lendemain, il est mort. Bidule aussi d'ailleurs ». Si on va chercher, avec le biais de confirmation, plein d'autres informations de ce genre, oui, il y a plein de personnes qui sont mortes après avoir été vaccinées. Si on le rapporte au nombre de gens qui ne sont pas morts après avoir été vaccinés, on relativise un peu l'information. Le biais de confirmation fait en sorte qu'on va aller chercher, qu'on va retenir en mémoire surtout ces informations.

### **Sophie Chaulaic**

À quel besoin est-ce que cela répond ? Vous aviez évoqué l'importance du sens tout à l'heure. On a besoin de comprendre quelque chose qu'on ne peut pas

On R : Effet de vérité et croyances aux théories du complot

s'expliquer.

### **Ophélie Carreras**

On a besoin de comprendre, d'avoir le sentiment de contrôler notre environnement aussi. Le besoin de contrôle, c'est aussi quelque chose qui est souvent mentionné dans les explications des théories du complot. Le besoin de pouvoir contrôler son environnement, de pouvoir être rassuré par une explication. L'esprit scientifique c'est toujours de douter et d'arriver à dire que parfois on ne sait pas. Et c'est vrai que pour la covid, typiquement au début, les scientifiques ne savaient pas. Il y a plein de gens que cela angoisse énormément de ne pas savoir. Avoir une explication plus simple, plus rapide, cela rassure finalement. Donc c'est plus facile pour certaines personnes de se dire « Même si cette explication n'est pas validée, il n'y a pas de preuve particulièrement, mais cela me rassure parce qu'il y en a une », parce que cela donne du sens au phénomène. Les scientifiques disent « On ne sait pas, on cherche », oui, mais il y a ce besoin de savoir, ce besoin de compréhension, de contrôle et de comprendre l'environnement.

### **Sophie Chaulaic**

La psychologie cognitive l'a bien démontré.

### **Ophélie Carreras**

Les aspects de besoin de contrôle oui, il y a des aspects cognitifs aussi.

## **Impact d'Internet**

### **Sophie Chaulaic**

Les théories du complot sont renforcées, largement diffusées par Internet. Je voulais aborder ce point avec vous, Ophélie Carreras, le fait qu'Internet et l'action des algorithmes peuvent nous enfermer dans ce qu'on appelle des « bulles informationnelles » ou des « bulles d'intérêt ». Cela n'aide pas à sortir de nos biais, de nos imprégnations, de nos conditionnements, j'imagine.

### **Ophélie Carreras**

Tout à fait. Les théories du complot, il y en a toujours eu, mais avec l'avènement d'internet, des réseaux sociaux et du partage rapide des informations, c'est un phénomène qui prend effectivement de l'ampleur parce

On R : Effet de vérité et croyances aux théories du complot

que c'est de plus en plus facile de partager l'information. Comme vous le dites, la notion de bulle et les algorithmes vont nous amener, nous bercer finalement dans le biais de confirmation. On sait qu'on va chercher tel type d'informations, donc les algorithmes vont nous ramener aussi ce type d'information. Et donc on va continuer à boucler dans les mêmes informations.

Cela me permet de faire le lien avec le travail qui a été mené par Jérémie Bena lors de son doctorat, qui était sur ce qu'on appelle « l'effet de vérité illusoire », c'est souvent appelé « effet de vérité » tout court. C'est le phénomène selon lequel plus on voit une information, plus on a le sentiment qu'elle est vraie. Ce sont des travaux qui ont été mis en évidence depuis longtemps sur des propositions neutres, comme « il n'y a pas de serpents familiers en Écosse et au Groenland ». C'est quelque chose qu'on ne sait pas trop. Ces affirmations, si elles sont vues plusieurs fois, on va avoir tendance à penser que c'est plus vrai que quand on les voit pour la première fois. Le travail qu'a mené Jeremy a été de mettre cela en évidence avec des propositions complotistes. Dans une première phase, on proposait à des participants de juger l'intérêt d'un certain nombre de propositions. Est-ce que cette proposition est intéressante ou pas ? Il y avait des propositions neutres et puis il y avait des propositions de type « théorie du complot ».

Dans un deuxième temps, on demande aux gens de juger de la vérité. On fait d'autres propositions, certaines avaient déjà été vues et d'autres sont nouvelles. Et on observe qu'il y a un biais positif : ce que j'ai déjà vu, j'ai tendance à le trouver plus vrai. Cela peut être expliqué par la mémoire, le fait qu'on a déjà encodé une information, donc on a un sentiment de familiarité avec cette information. Ce sentiment, on va l'utiliser un petit peu par erreur, pour décider que oui, cela doit être vrai.

Ce phénomène, avec les réseaux et le partage régulier d'informations, il peut être énormément amplifié. Ce n'est pas le déterminant majeur, mais c'est un des déterminants qui peut aussi jouer sur la propension à croire à des informations, que ce soit une théorie du complot ou des *fake news*. Plus je vois une information, plus j'ai tendance à penser qu'elle est vraie.

### **Sophie Chaulaic**

Ce que vous nous racontez là, Ophélie Carreras, cela nous montre qu'on est tous exposés aux dangers de nos biais, puisqu'on en a tous.

### **Ophélie Carreras**

Tout à fait. C'est notre fonctionnement.

## **Sophie Chaulaic**

Personne n'est plus intelligent que l'autre.

## **Ophélie Carreras**

Non, c'est pour cela que je pense qu'il ne faut pas se dire que les gens qui croient à la théorie du complot sont bêtes... Je n'en ai pas parlé, mais il y a des déterminants psycho-sociaux aussi. Des études ont montré que les bords politiques extrêmes, les personnes parfois très anxieuses ou paranoïdes, les gens avec un petit peu moins d'instruction, ont été associés à plus de croyance aux théories du complot. Néanmoins, c'est assez faible comme association. Encore une fois, ce ne sont pas les seuls déterminants de ces croyances. Donc il ne faut pas penser que les gens qui croient aux théories du complot n'ont rien compris, qu'ils sont bêtes, etc. C'est beaucoup plus compliqué que cela. Tout un chacun, on est amené à pouvoir être tenté par ce type de croyance.

## **Leviers**

### **Sophie Chaulaic**

Il y a des leviers, paraît-il. Quels sont-ils ?

### **Ophélie Carreras**

C'est compliqué. Comme on l'a dit, la question des biais, je pense que de l'éducation aux biais, apprendre aux gens comment ils fonctionnent, comment fonctionne la mémoire, comment on tord les informations, comment on peut créer des faux souvenirs très facilement, être conscients de tous ces biais, savoir que le biais de confirmation existe, il est très spontané et donc essayer de lutter contre. Quand on cherche une information, que la personne est de tel bord politique, on se dit : « Non je ne veux pas l'écouter », je suis la première à dire « non, je ne veux pas écouter ça, ça me rend malade ». Mais c'est intéressant d'écouter, parce que c'est un autre son de cloche, cela permet de comprendre, de se mettre à la place de l'autre, de comprendre ce que les gens vont chercher là-dedans. Et du coup, c'est vrai que cela nous permet de sortir de ces biais. Donc éduquer effectivement au biais, éduquer à l'esprit critique aussi : vérification des sources, questionnement sur la crédibilité des sources. D'où vient l'information ? Je ne sais plus quel réseau social, je voulais partager une information que j'avais vu déjà par ailleurs, mais je n'avais pas cliqué sur le lien pour aller la lire. L'application m'a dit : « Attention, vous voulez transférer une information que vous n'avez pas lue. Êtes-vous sûre de vouloir le faire ? » J'ai trouvé cela très intéressant. Je pense qu'il y a des possibilités de ce type-là,



On R : Effet de vérité et croyances aux théories du complot

c'est-à-dire inciter les gens à se questionner sur une information avant de la partager par exemple, pour éviter effectivement d'avoir des choses qui traînent, qu'on ne lit pas. Il y a des petits leviers de ce type. Des travaux montrent aussi qu'utiliser l'humour, tourner en dérision, peut être efficace.

### **Sophie Chaulaic**

Cela crée une certaine distance.

### **Ophélie Carreras**

Il y a des faux documentaires sur les théories du complot par exemple, qui sont assez rigolos, qui permettent parfois de prendre conscience.

### **Sophie Chaulaic**

Il y a un site internet aussi qui fait des « vraies fausses informations », mais c'est assumé : c'est le *Gorafi*.

### **Ophélie Carreras**

Tout à fait.

## **Recommandation de lecture**

### **Sophie Chaulaic**

Ophélie Carreras, on pourrait en parler pendant des heures, mais à un moment donné, *On R* ferme les portes et il y a une tradition avant de se quitter. Est-ce que vous auriez un conseil de lectures, d'exposition, de documentaires, conférences, livres, ce que vous voulez, à nous conseiller ?

### **Ophélie Carreras**

Un petit livre de Pascal Wagner qui s'appelle *Psychologie des croyances aux théories du complot : Le bruit de la conspiration* qui est paru aux Presses Universitaires de Grenoble. C'est un petit ouvrage très intéressant qui fait le point sur les recherches en psychologie. Vous pouvez le retrouver aussi dans des conférences sur Internet. Et puis il y a aussi des conférences de Sylvain Delouée qui est un psychologue social de l'université de Rennes deux.

On R : Effet de vérité et croyances aux théories du complot

## **Remerciements**

### **Sophie Chaulaic**

Un très grand merci, Ophélie Carreras.

### **Ophélie Carreras**

Merci à vous.

### ***Sophie Chaulaic***

*ON R* est une production de l'Université Toulouse Jean Jaurès, portée par le Centre de promotion de la recherche scientifique, le service Communication et le Pôle Production – Le Vidéographe de la Maison de l'Image et du Numérique de l'UT2J. Réalisation Cédric Peyronnet du Pôle Production– Le Vidéographe. *ON R* est diffusé sur *Miroir* le webmédia de l'Université Toulouse Jean-Jaurès et est accessible via le site [www.univ-tlse2.fr](http://www.univ-tlse2.fr) de l'université et vous pouvez bien sûr retrouver *ON R* sur les différents comptes de l'UT2J et sur les plateformes numériques.