



HAL
open science

Lorsque la perte de contrôle d'autrui est contagieuse : effet de l'amorçage d'un contexte de perte de contrôle sur les performances

Jean-Baptiste Légal, Thierry Meyer

► **To cite this version:**

Jean-Baptiste Légal, Thierry Meyer. Lorsque la perte de contrôle d'autrui est contagieuse : effet de l'amorçage d'un contexte de perte de contrôle sur les performances. *Bulletin de psychologie*, 2007, pp.195-210. hal-01052935

HAL Id: hal-01052935

<https://univ-paris8.hal.science/hal-01052935>

Submitted on 7 Jan 2019

HAL is a multi-disciplinary open access archive for the deposit and dissemination of scientific research documents, whether they are published or not. The documents may come from teaching and research institutions in France or abroad, or from public or private research centers.

L'archive ouverte pluridisciplinaire **HAL**, est destinée au dépôt et à la diffusion de documents scientifiques de niveau recherche, publiés ou non, émanant des établissements d'enseignement et de recherche français ou étrangers, des laboratoires publics ou privés.

Lorsque la perte de contrôle d'autrui est contagieuse : effet de l'amorçage d'un contexte de perte de contrôle sur les performances

Jean-Baptiste Légal, Thierry Meyer

INTRODUCTION

La rencontre d'une situation, d'une personne ou l'exécution d'une activité peut rendre temporairement accessibles différents concepts en mémoire (stéréotypes, normes, scripts, etc.). L'accessibilité temporaire de ces concepts peut avoir une influence sur le comportement et les performances, produisant ce que l'on appelle un effet d'amorçage. Par exemple, le fait de se représenter une personne âgée peut, sans que l'on s'en rende compte, diminuer notre vitesse de marche (Bargh, Chen, Burrows, 1996), le fait de se trouver exposé à l'image d'une bibliothèque peut nous amener à parler à voix basse (Aarts, Dijksterhuis, 2003). Ces vingt dernières années, de nombreux effets d'amorçage ont été mis en évidence. Ils se traduisent par la production de comportements automatiques, c'est-à-dire des comportements déclenchés, non consciemment, par des éléments extérieurs (personnes stéréotypées, situations habituelles, normes sociales saillantes), puis guidés par des schémas comportementaux, associés à ces éléments (manière d'agir dans un contexte donné, comportements typiques d'une catégorie de personnes, etc.). L'élément extérieur, en activant un schéma comportemental qui lui est associé, permet l'exécution automatique du comportement. Ce dernier se réalise, alors, pour une grande part, sans effort, mais également, souvent, sans intention et sans que nous en ayons conscience (pour plus de détails sur les critères de l'automatisme d'un comportement, voir, par exemple, Bargh, 1994 ; Bargh, Chartrand, 1999). L'étendue de ces comportements automatiques est vaste (Dijksterhuis, Bargh, 2001). Ils touchent, ainsi, les jugements sociaux (par exemple, Higgins, Rholes, Jones, 1977), les performances motrices et sportives (par exemple, Bargh, Chen, Burrows, 1996 ; Follenfant, Légal, Dit-Dinard, Meyer, 2005 ; Stone, Lynch, Sjomeling, Darley, 1999), les performances intellectuelles ou mnésiques (par exemple, Dijksterhuis, van Knippenberg, 1998 ; Dijksterhuis, Bargh, Miedema, 2000), les relations interpersonnelles (l'agression, Bargh et coll., 1996 ; la coopération, Bargh, Gollwitzer, Lee-Chai, Barn-dollar, Trochel, 2001), les choix de consommation

(par exemple, Dijksterhuis, Aarts, Smith, 2004) ou encore sur les temps de réponse (Kawakami, Young, Dovidio, 2002). Cette liste n'est pas limitative. Dans bien des cas, les effets d'amorçage prennent la forme d'une assimilation : le comportement produit est congruent avec le contenu préalablement activé. Par exemple, les participants de Bargh, Chen et Burrows (1996) marchent plus lentement en suite de l'activation du stéréotype de la personne âgée. Plus rarement, les conséquences de l'amorçage prennent la forme d'un effet de contraste : le comportement produit va, alors, à l'encontre du contenu activé. On obtient, ainsi, de piètres performances à une épreuve intellectuelle, en suite d'une tâche, dans laquelle devaient être décrits les comportements, attributs et caractéristiques d'Albert Einstein (Dijksterhuis, van Knippenberg, 1998). Dans un cas comme dans l'autre, le comportement est non consciemment guidé par le contenu préalablement amorcé en mémoire.

S'ils ne constituent pas la majorité dans ce champ de recherche, des travaux indiquent que la rencontre ou même la simple évocation d'une situation ou d'un contexte – et non d'un trait, concept ou stéréotype – peut, elle aussi, influencer le comportement des individus dans une situation ultérieure. Ces travaux partent du constat que, au fil du temps, la plupart de nos actions finissent par s'effectuer sur la base de routines, mais aussi en fonction des connaissances dont nous disposons sur le monde. Bargh et Chartrand (1999) exposent que la rencontre répétée de contextes, de situations particulières, soit à l'origine de la création en mémoire d'associations fortes avec les comportements produits dans ces mêmes situations. Une fois formées, ces associations pourraient déclencher, de manière automatique, les comportements associés à la situation. Autrement dit, le fait de rencontrer

* Université de Reims Champagne-Ardenne, Département de psychologie, ACCOLADE, 57 rue Pierre Taittinger, 51096 Reims Cedex. <jb.legal@laposte.net>

** Université Paris X, Département de psychologie, EA 3984, 200 avenue de la République, 92001 Nanterre Cedex.

une situation familière augmenterait la probabilité d'apparition des comportements habituellement produits dans cette situation. Par extension, toute situation connue et/ou fortement associée à des normes comportementales serait à même d'influencer le comportement de manière non consciente. Bargh, Gollwitzer, Lee-Chai, Barn-dollar et Troetschel (2001) ont, par exemple, démontré que des buts (et les actions qui sont associées à ces buts) peuvent être suscités directement par le contexte, pour, ensuite, influencer le comportement. Les participants, placés en présence d'une autre personne, devaient effectuer une tâche consistant à découvrir des mots dans une matrice de lettres (mots mêlés). La moitié des participants faisait l'objet d'un amorçage portant sur le concept de compétition/réussite, l'autre non. Les participants amorcés obtenaient une meilleure performance, trouvant davantage de mots que les participants de la condition contrôle. Autrement dit, le contexte de co-présence a, non consciemment, déclenché un comportement pertinent en rapport avec le but amorcé. Dans une autre étude, Aarts et Dijksterhuis (2003, Exp. 2) ont montré que des étudiants, préalablement exposés à des images de leur bibliothèque, parlaient, ensuite, moins fort, lors d'une tâche de prononciation de mots, que les participants du groupe contrôle. Ici, l'amorçage du contexte (bibliothèque) a amené les participants à se conformer aux normes et aux comportements associés au contexte de bibliothèque (ne pas parler fort), alors même que ce contexte n'était pas objectivement présent. Kay, Wheeler, Bargh et Ross (2004) ont, quant à eux, mis en évidence que la présence dans le contexte – ou la représentation – d'objets fortement associés au monde du commerce (attaché-case, table de réunion, costume) suffit à amener des participants à se comporter de manière plus compétitive que des participants placés dans un contexte où ces objets étaient absents. Dans les quelques exemples qui viennent d'être cités, on observe un effet d'assimilation : le contenu préalablement activé influence – non consciemment – la nature du comportement produit dans le sens attendu par le contenu.

La littérature actuelle, relative aux effets d'amorçage sur le comportement, peut être rapprochée de recherches plus anciennes et, notamment, des travaux de Bandura sur l'apprentissage par observation (ou apprentissage vicariant, Bandura, 1980 ; voir aussi Carver, Ganellen, Froming, Chambers, 1983). Pour Bandura, face à une situation, nous aurions tendance, pour guider notre comportement, à nous servir de normes et de schémas issus de l'observation antérieure d'autrui. Ceci se traduit par une tendance à l'imitation des comportements observés chez autrui. Par exemple, Bandura, Ross et Ross (1963) ont démontré que le fait d'exposer

des enfants à un modèle agressif portait ces enfants à se comporter de manière plus agressive dans une phase de jeu qui suivait, que des enfants exposés à un modèle non agressif. Ces effets vicariants de l'observation d'autrui s'appliquent également aux performances. Dans ce domaine, l'étude de Brown et Inouye (1978) est particulièrement illustrative. Les participants devaient réaliser une tâche, en étant confrontés à un compère qui soit réussit soit échoue à la même tâche. L'observation d'un modèle en échec diminue la persévérance de l'observateur dans cette même tâche et plus encore, si le modèle est perçu comme similaire du point de vue des compétences. Les travaux de Bandura prennent également une résonance particulière, au vu des recherches sur le mimétisme non conscient. Selon « l'effet caméléon » (Chartrand, Bargh, 1999 ; Lakin, Jefferis, Cheng, Chartrand, 2003), la simple observation d'autrui se traduit fréquemment par une imitation non consciente des comportements de la cible par l'observateur. Les participants de Chartrand et Bargh (1999), sans avoir reçu d'instructions en ce sens, imitaient spontanément et non consciemment le comportement d'un compère (par exemple, se gratter le nez, balancer la jambe). Ici encore, le résultat va dans le sens d'une assimilation du comportement aux éléments présents dans ou activés par la situation, et notamment par les comportements observés. Plus précisément, du fait de l'existence d'un recouvrement entre les structures mentales destinées à la perception mais aussi à la production des actions (James, 1890 ; Prinz, 1990 ; Prinz, Hommel, 2003), le fait de percevoir un comportement chez autrui rend plus probable l'apparition de ce même comportement chez soi. Notons que ce phénomène de mimétisme automatique se produit aussi bien en présence de personnes qui nous sont proches (amis, parents) que de parfaits étrangers (Chartrand, Maddux, Lakin, 2005). L'expression de l'effet caméléon est, cependant, modulée par des compétences sociales plus ou moins disponibles. En particulier, Chartrand et Bargh (1999) avancent que plus une personne est capable d'empathie, plus l'effet caméléon devrait s'exprimer. Plus précisément, l'effet caméléon serait associé à la composante cognitive de l'empathie (opposée aux réactions purement émotionnelles), c'est-à-dire la capacité à adopter le point de vue d'autrui. Plus un individu disposerait de cette capacité, plus les schémas d'actions seraient activables et, en conséquence, l'effet caméléon serait davantage marqué. Au-delà des effets comportementaux, l'exposition à des stimuli particuliers peut avoir un impact sur les émotions ressenties (pour une revue, voir Hatfield, Cacioppo, Rapson, 1994). Ainsi, il est possible d'amorcer une humeur sur la base d'extraits de films (Hsee, Hatfield, Carlson, Chemtob, 1990), du ton utilisé

dans un message sonore (Neumann, Strack, 2000) ou encore de visages (Niedenthal, 1990). Ici aussi, les effets obtenus vont dans le sens d'une assimilation de l'humeur, d'une imitation non consciente amenant l'individu à une correspondance entre sa propre humeur et l'humeur préalablement évoquée par les stimuli.

Pour résumer, il apparaît que les éléments présents dans un contexte sont à même de déclencher un comportement de manière automatique et non consciente. Ceci se produit dans le cas où le comportement est habituel, associé à une norme situationnelle, associé à un but ou encore lorsque le comportement est observé chez autrui ou fait l'objet d'une représentation mentale (contagion de but, Aarts, Gollwitzer, Hassin, 2004). Au-delà du comportement et des performances, l'état affectif peut lui aussi faire l'objet de modifications.

Problématique : amorçage de contrôle via la lecture d'un récit

À ce jour, les effets d'amorçage sur le comportement ont essentiellement été démontrés dans le cadre de l'activation de stéréotypes, de traits et de buts. Le plus souvent, ces concepts sont amorcés de manière décontextualisée, sous la forme de mots présentés isolément ou dans des tâches socialement artificielles. Ainsi, les techniques d'amorçage utilisées dans la plupart des études reposent sur la présentation de termes spécifiques, insérés dans des tâches relativement éloignées des situations rencontrées dans la vie quotidienne (tâches de détection permettant une exposition infra-liminaire, tâches d'arrangement ou de recherche de mots fondées sur la fréquence de mots isolés, etc.). Plus rares sont les travaux qui indiquent que la rencontre ou même la simple évocation d'une situation ou d'un contexte, en des termes plus globaux (et non d'un trait, concept ou stéréotype), peut, elle aussi, influencer le comportement des individus dans une situation ultérieure (Aarts, Dijksterhuis, 2003 ; Bargh et coll., 2001 ; voir aussi Chen, Shechter, Chaiken, 1996). Ceci constitue, pourtant, la forme principale sous laquelle les informations sont rencontrées dans la vie quotidienne. Il est, en effet, plutôt rare qu'un trait, un stéréotype, un comportement ait lieu complètement hors d'un contexte. Il revient, en revanche, couramment, à l'individu d'identifier et de mémoriser ces concepts, à partir d'informations disparates : objets, présence ou non d'autres personnes, lieu, comportements et buts poursuivis par soi, mais aussi par autrui, etc. À notre sens, une forme d'amorçage, plus respectueuse de l'intégrité des situations, est la lecture de récit. Le comportement du personnage principal, décrit dans le récit, peut, notamment, amorcer un but. Par exemple, Chen, Shechter et Chaiken (1996) ont induit le but de se comporter plus ou

moins en accord avec les normes de présentation de soi (auto-monitorage), en demandant aux participants de lire un récit, qui mettait en scène un personnage se comportant de manière plus ou moins coopérative envers autrui. Plus récemment, Geers, Weiland, Kosbab, Landra et Helfer (2005) ont observé que leurs participants devenaient plus coopératifs, après la lecture d'un récit, où un personnage, témoin d'un accident, venait en aide aux victimes. Enfin, Aarts, Gollwitzer et Hassin (2004) ont démontré que la lecture de courts textes se traduit par l'adoption non consciente, par le participant, du but du personnage principal, via un processus de contagion de but.

Dans l'axe de ces travaux, nous avons pris le parti de travailler à partir de récits qui mettent en scène un personnage accomplissant un ensemble de comportements, dans l'objectif d'atteindre un but. Comme le notent Graesser, Millis et Zwaan (1997, p. 163) : « les genres de discours, comme les récits, sont des microcosmes des événements et des expériences du monde réel. À la fois les récits et les expériences quotidiennes incluent des gens qui réalisent des actions à la poursuite de buts, des événements qui présentent des obstacles à ces buts, des conflits entre les personnes et des réactions émotionnelles. » Un récit est, donc, susceptible de fournir un matériel pertinent pour amorcer un contexte, un but, un stéréotype ou un trait. La lecture de récit constitue, ainsi, une procédure d'amorçage. Dans les recherches qui suivent, notre premier objectif était de déterminer dans quelle mesure l'exposition à une situation globale (un récit impliquant un contexte, des personnes, des comportements, etc.) est à même de produire un effet de type assimilation, à la fois sur les performances, mais aussi sur les affects ressentis par les individus. Un second objectif est d'explorer le rôle modérateur de la similarité avec autrui (le personnage du récit), de la prise de perspective et de la familiarité du contexte sur l'assimilation du comportement à la situation préalablement présentée.

Vue d'ensemble

Nous avons choisi d'amorcer, via la lecture d'un récit, une situation de perte de contrôle. D'une manière générale, une situation est dite incontrôlable, lorsqu'il y a indépendance entre le comportement produit et le résultat de ce comportement (pas de lien entre la réponse fournie et le fait qu'un événement advienne ou non). L'estimation du degré de contrôle repose sur la perception de l'intentionnalité (c'est-à-dire l'intention d'atteindre un but par ses actions, de produire une réponse volontaire) et de la contingence (c'est-à-dire la présence d'un lien entre l'action entreprise pour atteindre un but et le résultat obtenu ; voir Thomson, Armstrong, Thomas, 1998). Notre choix s'est porté sur le manque de contrôle,

car celui-ci présente l'avantage d'avoir des conséquences clairement identifiées sur le comportement, les performances, mais aussi sur les affects. La notion de perte de contrôle et les processus associés ont, en particulier, été explorés dans les travaux de Seligman et coll., sur l'impuissance acquise (ou résignation apprise : Peterson, Seligman, Maier, 1993 ; Seligman, 1975). D'une manière générale, lorsqu'un individu rencontre une situation sur laquelle il ne dispose pas ou plus de contrôle, il tente, dans un premier temps, de regagner du contrôle. Si ses efforts se révèlent vains, il va progressivement se trouver en état d'impuissance acquise. Cet état, consécutif à la perte de contrôle, se caractérise par l'apparition d'une baisse de performances et d'affects négatifs (tristesse, stress, etc.).

Dans trois expériences, nous avons exploré la relation entre l'amorçage d'une situation de contrôle opposée à une situation de non contrôle, réalisée par la lecture d'un récit décrivant les actions d'un personnage confronté à une administration, et les performances, les émotions et le niveau de stress qui en résultent, à propos d'une autre tâche (paradigme des tâches indépendantes). Plus particulièrement, nous supposons que des participants, préalablement exposés, dans une première tâche, au récit d'une perte de contrôle touchant autrui, devraient obtenir, à l'occasion d'une seconde tâche, explicitement disjointe de la première, des performances moindres, un ressenti d'émotions plus négatives et davantage de stress, que des participants exposés à une condition de contrôle de la situation par autrui. En d'autres termes, nous nous attendons à ce que les réponses des participants soient caractérisées par une assimilation, allant dans le sens du récit qui a servi d'amorce, au caractère plus ou moins contrôlable de la situation. Au-delà de cette hypothèse principale, le rôle modérateur de la similarité avec le personnage cible (expérience 1), du but de lecture (expérience 2) et de la familiarité du contexte amorcé (expérience 3) ont été explorés.

EXPÉRIENCE 1

Dans quelle mesure l'exposition à des informations sur autrui, dans une situation de perte de contrôle, est-elle à même d'engendrer des effets similaires à ceux du vécu d'une réelle perte de contrôle ? Pour tenter de répondre à cette question, nous avons exposé les participants à un récit relatant la journée d'un personnage, cherchant à obtenir un document dans le cadre d'une administration universitaire. Ce récit était construit de manière à mettre en scène une situation qui était soit contrôlable soit, au contraire, non contrôlable pour le principal protagoniste. Conformément à l'idée selon laquelle la capacité à adopter la perspective d'autrui

est un facteur modérateur des effets d'assimilation, notamment dans le cas du mimétisme non conscient (Chartrand, Bargh, 1999), le degré de similarité entre les participants et le personnage principal a été manipulé. En effet, nous supposons qu'il est plus aisé de prendre la perspective d'une personne qui nous est semblable, avec laquelle nous partageons des caractéristiques (l'âge), des activités (l'activité professionnelle, le type d'études) ou encore des lieux (le lieu de résidence, de travail), que de prendre la perspective d'une personne avec laquelle nous n'avons que peu ou pas de points communs (même si cela reste possible). De plus, le fait de partager des catégories communes avec des individus (identité sociale) rend plus applicables des observations relatives à ces individus (Stapel, Reicher, Spears, 1994). Le personnage de notre récit était, ainsi, présenté, comme disposant de caractéristiques similaires ou différentes de celles des participants. Dans une seconde phase, présentée comme une autre recherche, les participants réalisaient une épreuve de résolution d'anagrammes et répondaient à un questionnaire.

Nous nous attendions à ce que les participants préalablement exposés à la situation non contrôlable présentent des caractéristiques comportementales analogues à celles de personnes en réelle situation de perte de contrôle (effet d'assimilation du comportement à la situation activée). Plus précisément, nous nous attendions à ce que les individus amorcés avec la situation non contrôlable, en comparaison aux individus amorcés avec la situation contrôlable, présentent des performances moindres à l'épreuve de résolution d'anagrammes et déclarent ressentir plus de stress et des émotions de valence plus négative. Nous supposons, enfin, que le fait de disposer de caractéristiques similaires à celles du personnage devrait augmenter l'effet d'assimilation attendu (voir Brown, Inouye, 1978).

Méthode

Amorçage par récit d'une situation plus ou moins contrôlable

Afin d'amorcer, en mémoire, une situation de contrôle ou de non contrôle, nous avons utilisé une procédure d'amorçage par récit. Le récit met en scène les tentatives d'un personnage d'obtenir un document dans le cadre de l'administration universitaire. La situation est familière aux participants, qui ont eu à se confronter eux-mêmes à une administration, parfois parfaitement efficace et, parfois, absurdement contradictoire. Nous avons manipulé le degré de contingence entre les actions et le résultat des actions du personnage principal (« D. F. »), de manière à ce que les mêmes événements constituent une situation contrôlable dans un cas et non contrôlable dans l'autre. Dans le cas de l'amorçage de la situation non contrôlable, D. F. se

trouve pris dans une série d'événements qu'il n'est pas en mesure de contrôler par ses actes. Quoi qu'il entreprenne, ses efforts se révèlent vains. Dans la situation contrôlable, au contraire, les mêmes actions finissent par aboutir à la résolution du problème. Autrement dit, dans l'une comme dans l'autre des situations, le personnage a toujours l'intention, la volonté de résoudre son problème en entreprenant des actions volontaires. En revanche, nous avons systématiquement fait varier le degré de contingence entre les actions et le résultat de ces actions. Ainsi, dans le cas de la situation non contrôlable, il y a absence de contingence entre l'action et le résultat (exemple : « ... Il jette un œil dans le bureau voisin pour constater que la dame en veste rouge prend le café avec sa collègue. Visiblement énervé, D. F. explique qu'il a cours dans moins d'une demi heure. Impassible, la dame en veste rouge continue de converser avec sa collègue ») alors que dans le cas de la situation contrôlable, il y a contingence entre l'action et le résultat (exemple : « ... Il jette un œil dans le bureau voisin pour constater que la dame en veste rouge prend le café avec sa collègue. Visiblement énervé, D. F. explique qu'il a cours dans moins d'une demi heure. Elle s'excuse et lui dit qu'elle arrive de suite »). Le second facteur manipulé concerne le degré de similarité du personnage principal du récit, par rapport aux caractéristiques des participants. Dans le cas de caractéristiques similaires, le personnage cible est présenté comme « un étudiant de 19 ans inscrit en 1^{er} cycle de lettres et sciences humaines ». Dans le second cas (caractéristiques différentes), il est présenté comme « un aide comptable de 53 ans reprenant un cursus de sciences juridiques et de gestion ». Ces critères ont été définis en fonction de la population, uniquement composée d'étudiants de premier cycle en formation initiale de lettres et sciences humaines.

Participants

Soixante-quatre étudiants (29 hommes et 35 femmes), âgés de 17 à 25 ans ($m = 20,4$ ans) ont participé à l'expérience. La participation à l'étude, qui était présentée comme portant sur « la formation d'impression à partir de texte », était volontaire. La répartition des participants, dans les différentes conditions expérimentales, était aléatoire. Deux participants ont été exclus de l'échantillon, à cause de problèmes de lecture et de compréhension de la langue française.

Plan expérimental

Le plan expérimental combine deux facteurs inter-sujets : la situation amorcée (contrôlable opposée à non contrôlable pour le personnage du récit) et le degré de similarité avec le personnage du récit (caractéristiques similaires opposées à différentes).

Variables dépendantes

Les variables dépendantes considérées sont la performance à l'épreuve d'anagrammes (nombre d'anagrammes résolues) et les déclarations concernant le niveau global de stress et la valence des émotions ressenties. La résolution d'anagrammes constitue une mesure fréquemment utilisée dans l'évaluation des conséquences de la perte de contrôle sur l'efficacité cognitive (par exemple, Hiroto, Seligman, 1975). L'épreuve d'anagrammes consistait à résoudre un maximum de 15 anagrammes en un temps limité. Ces anagrammes étaient construites à partir de mots de 5 lettres (exemple : c h i e f pour le mot fiche). Les anagrammes étaient présentées à l'écran, de manière aléatoire, et les participants disposaient de 20 secondes pour résoudre chacune d'entre elles. Ce délai écoulé, le programme passait automatiquement à l'anagramme suivante. L'épreuve d'anagrammes a été pré-testée auprès de 24 participants, de manière à fournir une norme de performance. Ce pré-test indique qu'en moyenne les participants résolvent 8,04 anagrammes ($\sigma = 2,19$).

Un questionnaire post-expérimental permettait de recueillir les déclarations des participants sur la valence des émotions ressenties après la lecture du texte et le niveau global de stress. Pour la mesure des émotions, nous avons demandé aux participants de caractériser la valence des émotions qu'ils ressentiaient en utilisant une échelle de Likert (de [1] « négatives » à [5] « positives » en passant par [3] « neutres »). Pour l'évaluation du niveau de stress, les participants devaient indiquer dans quelle mesure ils se sentaient stressés (de [1] : « pas du tout stressé(e) » à [5] : « extrêmement stressé(e) »). Le questionnaire incluait également des items relatifs à la perception des récits et à la vérification de la manipulation des variables.

Procédure

La passation de l'expérience était individuelle et se déroulait sur un ordinateur de type PC. Toutes les instructions nécessaires étaient affichées en temps réel à l'écran. Une consigne informait les participants qu'ils allaient participer à deux études distinctes (paradigme des études indépendantes : Srull, Wyer, 1979), la première sur « la formation d'impression à partir de textes » et la seconde, sur « l'identification des mots à un niveau graphique ». Afin d'accentuer la perception d'indépendance, les différentes phases étaient identifiées par des écrans de couleurs différentes, ainsi que par des titres de renvoi explicites. Les participants lisaient, alors, un récit mettant en scène un personnage principal, placé dans une situation contrôlable ou non contrôlable. À la suite de quoi, ils étaient soumis à l'épreuve de résolution d'anagrammes (présentée comme l'étude sur l'identification de mots), puis devaient répondre

à un questionnaire. Enfin, les participants étaient remerciés et interrogés sur l'expérience. Il était, alors, systématiquement demandé aux participants s'ils pensaient que les deux études avaient un rapport et, dans l'affirmative, d'en préciser la nature. Aucun d'entre eux n'a perçu le lien réel entre les deux phases de l'expérience.

Résultats

Les données ont été soumises à une analyse de variance (Anova) selon un plan 2 (situation contrôlable opposée à non contrôlable) x 2 (caractéristiques similaires opposées à différentes du personnage principal).

Vérification de la manipulation des variables

Des analyses préliminaires ont permis de confirmer que la manipulation du degré de contrôle de la situation a bien fonctionné. Dans le cas du récit de la situation non contrôlable, le degré de contingence a été jugé, par les participants, comme plus faible ($m = 2,62$) que dans le cas du récit de la situation contrôlable ($m = 3,66$; $F(1,63) = 11,89$, $p < .001$). En revanche, comme nous l'attendions, il n'est pas apparu de différence dans l'estimation de l'intentionnalité des actions du personnage, entre le récit correspondant à la situation contrôlable ($m = 3,78$) et celui correspondant à la situation non contrôlable ($m = 3,18$). Les participants ont, donc, bien perçu les situations des récits comme relevant de degrés de contrôle différents. Les récits ont, de plus, été considérés comme extrêmement plausibles et pouvant survenir à quiconque dans la vie courante. En revanche, l'analyse portant sur les items relatifs au contrôle de la manipulation du degré de similarité a indiqué que la manipulation des caractéristiques du personnage, par rapport aux participants, n'a pas eu d'impact : les participants se jugeaient proches du personnage, quelles que fussent ses caractéristiques. De ce fait, cette variable ne sera pas discutée davantage.

Performance à l'épreuve de résolution d'anagrammes

Le nombre moyen d'anagrammes résolues par les participants (voir tableau 1) était plus

important lorsque la situation amorcée était contrôlable ($m = 7$), que lorsqu'elle était non contrôlable ($m = 5,17$; $F(1,61) = 10,28$, $p < .002$). De manière à pouvoir apprécier les effets observés pour ce qui concerne l'amélioration ou la détérioration des performances, une seconde analyse a été réalisée. Dans cette analyse, les données issues du pré-test ont été introduites, en tant que groupe contrôle isolé. Les résultats indiquent que les participants, amorcés avec la situation non contrôlable pour autrui, obtiennent une performance ($m = 5,17$) inférieure à celle des participants du groupe de référence ($m = 8,04$; $F(1,83) = 21,96$, $p < .001$), et à celle du groupe amorcé avec la situation contrôlable pour autrui ($m = 7$; $F(1,83) = 10,39$, $p < .002$). En revanche, il n'y a pas de différence entre la performance du groupe de référence et celle du groupe amorcé avec la situation contrôlable pour autrui ($F(1,83) = 2,89$, $p < .10$). L'exposition à la situation non contrôlable pour autrui entraîne une diminution des performances, alors que l'exposition à la situation non contrôlable ne les affecte pas de manière significative.

Niveau de stress déclaré et valence des émotions déclarées

On trouve un effet principal de la situation amorcée sur le stress déclaré ($F(1,61) = 27,77$, $p < .0001$). Les individus, préalablement exposés à la situation non contrôlable, se déclarent plus stressés ($m = 3,22$) que ceux préalablement exposés à la situation contrôlable, ($m = 1,65$; voir tableau 1). On trouve le même patron pour la valence des émotions déclarées. Ainsi, le type de situation produit un effet sur la valence des émotions déclarées ($F(1,61) = 6,04$, $p < .02$). Les participants, amorcés avec la situation non contrôlable, déclarent ressentir des émotions plus négatives ($m = 2,21$) que ceux amorcés avec la situation contrôlable ($m = 2,91$; cf. tableau 1). Quelle que soit la nature de la situation amorcée, l'analyse des corrélations entre les différentes mesures n'indique aucune relation significative.

Mesure	Situation amorcée	
	Contrôlable	Non contrôlable
Nombre d'anagrammes résolues	7,00 (2,24)	5,17 (2,25)
Valence des émotions déclarées	2,91 (0,89)	2,21 (1,28)
Stress déclaré	1,65 (0,93)	3,22 (1,38)

Tableau 1. Moyenne (et écart type) pour le nombre d'anagrammes résolues, le niveau de stress déclaré et la valence des émotions déclarées en fonction de la situation amorcée.

Discussion

L'amorçage d'une situation particulière, via la lecture d'un récit, influence les performances subséquentes des individus, mais aussi les émotions et le niveau de stress qu'ils déclarent ressentir. Plus particulièrement, les participants, chez qui on a amorcé une situation non contrôlable, en comparaison avec les participants amorcés avec une situation contrôlable, obtiennent de moins bonnes performances à l'épreuve d'anagrammes, se disent être plus stressés, et déclarent ressentir des émotions de nature plus négative. Ces résultats sont conformes à nos hypothèses et vont dans le sens d'une assimilation du comportement des participants à la situation préalablement amorcée. Les participants présentent, en effet, un ensemble de réactions, en ce qui concerne la performance et les émotions, analogue à ce qu'ils auraient pu présenter s'ils avaient été, eux-mêmes, placés dans la situation. La manipulation du degré de similarité du personnage principal du récit n'a, cependant, pas augmenté l'effet de l'amorçage de la situation de non-contrôle. Il semble que cette absence d'effet peut être imputée à un effet plafond. En effet, les mesures de la similarité indiquent que, quelles que soient les caractéristiques du personnage principal, les participants l'ont jugé comme similaire à eux-mêmes. Plus précisément, il semble que la caractéristique saillante a été la catégorie « étudiant », plutôt que l'âge ou la discipline de la cible. Ainsi, quelle que soit la condition, la situation est apparue comme prégnante et vivante pour les participants, puisqu'il s'agissait de la perte de contrôle d'un étudiant, au sein d'une administration universitaire. Ceci peut, à notre sens, expliquer l'absence d'effet du degré de similarité.

En résumé, les résultats de cette première étude indiquent que le fait de se trouver exposé à une situation particulière, via la lecture d'un récit, se traduit par une assimilation des comportements à cette situation. Plus précisément, le fait d'avoir préalablement amorcé une situation non contrôlable pour un personnage a amené les participants à présenter, au cours d'une tâche ultérieure, sans lien et à caractère contrôlable, des performances et des affects congruents avec la situation non contrôlable. Autrement dit, du point de vue des performances, de la valence des émotions et du niveau de stress ressenti, les participants se sont comportés de manière analogue à ce qui se serait probablement produit s'ils avaient réellement été impliqués dans une situation de perte de contrôle. Ces résultats sont cohérents avec les résultats obtenus par Aarts et Dijksterhuis (2003), qui indiquaient que l'exposition à des images de bibliothèque amène les individus à se comporter de manière congruente à la norme associée au contexte (c'est-à-dire ne pas parler fort). Enfin, ces résultats sont, dans une

certaine mesure, compatibles avec les données obtenues dans les recherches sur le mimétisme non conscient. L'exposition à la perte de contrôle d'autrui s'est, en quelque sorte, traduite par une imitation différée des comportements « observés » chez autrui. Il avait été démontré que des effets de mimétisme non conscient pouvaient être obtenus en présence d'étranger (Chartrand, Bargh, 1999 ; Lakin, Chartrand, 2003). Il semble que des effets du même type peuvent également être obtenus en suite de la lecture d'un récit, mettant en scène un autrui similaire à soi.

Ces premières données indiquent, aussi, que l'utilisation d'un texte peut constituer une technique d'amorçage en soi. Ce dernier point est intéressant, en ce sens que l'utilisation de textes permet de manipuler une situation, en introduisant une grande richesse de détails et d'éléments, ce qui n'est pas réalisable avec les techniques classiquement utilisées. De plus, l'utilisation d'un texte, en tant qu'amorce, constitue une situation aisément transférable à la vie quotidienne. Elle soulève également de nombreuses interrogations quant aux effets comportementaux immédiats, mais aussi, à plus long terme, de l'exposition répétée aux médias. Les journaux, télévisés ou non, constituent, en effet, une source non négligeable d'exposition à des situations non contrôlables pour autrui.

À partir de ces résultats, il était nécessaire, dans un premier temps, de tester la robustesse des effets obtenus. Des changements mineurs ont été apportés à l'expérience de base, de manière à pouvoir explorer l'éventuel rôle modérateur de la prise de perspective. Ainsi, deux buts de lecture ont été utilisés, l'un invitant à prendre la perspective du personnage (perspective empathique), l'autre à se centrer sur les actions du personnage, tout en considérant les autres comportements, qui auraient pu être émis (perspective égocentrique).

EXPÉRIENCE 2

Cette deuxième étude avait pour objectifs : 1° de tester le caractère reproductible des résultats de l'expérience 1, et 2° de tester l'impact d'une consigne de lecture, invitant le participant à adopter un but de lecture particulier, lors de la phase d'amorçage. Plus particulièrement, nous voulions déterminer si le fait d'adopter le point de vue du personnage (perspective empathique) ou de se focaliser sur les actions du personnage, en envisageant les autres comportements qui auraient pu être émis, si l'on avait été soi-même dans la situation (perspective égocentrique), pouvait avoir un impact sur l'effet d'assimilation obtenu, à partir de l'amorçage de la situation non contrôlable pour autrui. On peut supposer que le but de lecture invitant à lire le récit avec la consigne de se mettre à la place du

personnage rende plus saillante l'activation de la situation. De plus, la prise de perspective est un facteur qui augmente les effets d'assimilation, notamment dans le cadre de l'imitation non consciente (Chartrand, Bargh, 1999, Exp. 3). De ce fait, l'amorçage de la situation non contrôlable pour autrui devrait avoir un impact plus important sur les performances et les émotions dans le cas de la prise de perspective du personnage. Notons que, dans le cadre de leurs recherches, Chartrand et Bargh (1999) considéraient la prise de perspective, en tant que disposition des individus. Nous avons quant à nous choisi de manipuler ce facteur.

Le second but de lecture (perspective égocentrée) invitait les participants à se focaliser sur les comportements, mais aussi à considérer des solutions de rechange qu'ils auraient pu mettre en place dans la situation du personnage. Nous supposons, dans ce cas, que l'analyse des actions et la prise en compte d'autres scénarios pour soi, pourraient induire un processus de comparaison sociale (« Si j'avais été à sa place ça ne se serait pas passé comme ça ! »). Si tel est le cas, l'effet d'assimilation du comportement à la situation non contrôlable devrait disparaître ou laisser place à un effet de contraste (voir, par exemple, Dijksterhuis, van Knippenberg, 2000 ; Wheeler, Petty, 2001).

Ainsi, dans le cas de la consigne de perspective empathique, on s'attendait à ce que les participants, exposés à la situation non contrôlable pour autrui, présentassent, en comparaison avec le groupe amorcé par la situation contrôlable pour autrui, une performance moindre à la tâche de résolution d'anagrammes (quant au nombre de réponses correctes), un ressenti d'émotions plus négatives et davantage de stress. En revanche, dans le cas de la consigne de perspective égocentrée, les performances des participants, exposés à la situation non contrôlable, à l'épreuve d'anagrammes, devraient être équivalentes ou supérieures à celles des participants exposés à la situation contrôlable. La même relation était attendue pour la valence des émotions ressenties (qui devrait être équivalente ou plus positive, en suite de l'amorçage de la situation non contrôlable, qu'à l'amorçage de la situation contrôlable) et le niveau de stress déclaré (qui devrait être équivalent ou moindre).

Méthode

Participants, matériel, déroulement et plan expérimental

Soixante-cinq étudiants (9 hommes et 56 femmes) ont participé à cette deuxième étude. Le matériel et le déroulement de l'expérience sont identiques à ceux de l'expérience 1. Les textes, dans leur version contrôlable et non contrôlable, ont été réutilisés, de même que l'épreuve

d'anagramme et le questionnaire post-expérimental (auquel quelques items de vérification ont été ajoutés). La seule différence majeure porte sur les consignes de lecture utilisées. Cette fois-ci, une consigne invitait les participants soit à porter leur attention sur les comportements du personnage et les solutions de rechange possibles à ces comportements (perspective égocentrée : « Nous vous demandons de lire attentivement ce texte. En lisant le texte, essayez de vous concentrer sur les actions du personnage principal. Demandez-vous si vous auriez agi de la même manière ou procédé autrement. »), soit à adopter le point de vue du personnage (perspective empathique : « Nous vous demandons de lire attentivement ce texte. Essayez de vous mettre à la place du personnage principal, d'imaginer ses émotions, ses sentiments »). Les deux facteurs inter-sujets étaient combinés selon un plan 2 (situation d'autrui contrôlable opposée à non contrôlable) x 2 (but de lecture empathique opposée à égocentrée). Les mesures prises en compte sont, comme dans l'expérience 1, la performance à l'épreuve d'anagrammes, la valence des émotions ressenties et le degré de stress déclaré.

Résultats

Analyses préliminaires et contrôle de la manipulation des variables

– Conscience de l'amorçage et degré de contrôle des récits

À la fin de l'expérience, il était demandé aux participants d'indiquer s'ils avaient perçu une relation entre les deux phases de l'expérience. Aucun d'entre eux n'a déclaré avoir eu conscience du lien qui unissait les deux phases, indiquant une absence de prise de conscience des effets de l'amorçage. Les analyses pratiquées sur les items de vérification de la manipulation des variables indiquent que la manipulation du degré de contrôle, au sein des récits, a fonctionné : les participants ont perçu l'intentionnalité des actions du personnage comme équivalente dans les deux conditions d'amorçage ($m = 3,16$ et $m = 2,91$), mais un lien plus important, entre les actions et le résultat des actions dans le récit permettant l'amorçage de la situation contrôlable ($m = 2,96$), que dans celui destiné à amorcer la situation non contrôlable ($m = 2,28$) ($F(1,61) = 5,43$, $p < .03$).

– But de lecture

De manière à vérifier la manipulation du but de lecture, il était demandé aux participants, dans le questionnaire post-expérimental, de rappeler la consigne qui leur avait été donnée. Si la consigne de lecture n'était pas systématiquement rappelée mot pour mot, les participants sont toujours parvenus à rappeler l'idée générale de la consigne (« se mettre à la place de l'autre » ou « penser à ce

que l'on aurait fait à la place de l'autre »). De ce fait, on peut supposer que les participants ont *a priori* poursuivi le but qui leur était donné.

Performance à l'épreuve de résolution d'anagrammes

Une Anova a été réalisée sur le nombre d'anagrammes résolues. On obtient un effet principal de la situation amorcée sur le nombre d'anagrammes résolues ($F(1,61) = 4,73, p < .04$). Les participants, préalablement exposés à la situation non contrôlable pour autrui, résolvent un nombre d'anagrammes inférieur ($m = 5,62$) à celui des participants exposés à la situation contrôlable ($m = 6,90$; voir tableau 2). En revanche, ni le but de lecture, ni l'interaction du but de lecture et de la situation amorcée, n'atteignent le seuil de significativité.

Valence des émotions et stress déclaré

Pour les questions relatives à la valence des émotions ressenties et du stress, les résultats de l'Anova indiquent que les participants préalablement exposés à la situation non contrôlable pour autrui, en comparaison aux participants exposés à la situation contrôlable, déclarent ressentir des émotions plus négatives (respectivement $m = 1,76$ et $m = 2,22$; $F(1,61) = 4,69, p < .005$) et plus de stress (respectivement $m = 2,64$ et $m = 2,02$; $F(1,61) = 4,19, p < .05$) (voir tableau 2). Contrairement à nos attentes, la consigne de lecture n'a pas produit d'effet sur ces mesures. Comme dans l'expérience 1, le degré de liaison entre les mesures a été évalué en fonction de la situation d'amorçage. Cette fois encore, l'analyse des corrélations ne fait pas apparaître de relations significatives entre les performances et les déclarations sur le stress et les émotions ressenties.

Discussion

Cette deuxième étude confirme les résultats obtenus dans l'expérience 1. L'amorçage d'une situation de non contrôle s'est traduit par une assimilation du comportement à la situation évoquée préalablement dans le récit. Plus précisément,

l'amorçage de la situation non contrôlable pour autrui s'est traduit par des performances plus faibles, des émotions de valence globalement plus négative, et davantage de stress déclaré. En revanche, et contrairement à nos attentes, l'orientation de la lecture des participants, selon un but particulier (consigne de prise de perspective ou de centration sur les comportements et les alternatives possibles), n'a pas produit d'effet. Ainsi, même si les conditions nécessaires à l'apparition d'un effet contraste, telles que définies par Wheeler et Petty (2001), étaient *a priori* satisfaites dans le cas de l'amorçage de la situation non contrôlable pour autrui (cible non ambiguë, écart entre la cible et l'image de soi et situation mettant en relief une comparaison sociale), nous n'avons pas obtenu l'effet de contraste attendu dans le cas de la perspective égocentrée. Le fait que la cible de comparaison soit relativement similaire à la population pourrait expliquer cette absence d'effet de contraste. En effet, selon Mussweiler (2003), le fait qu'une cible constitue une norme de comparaison moyenne, favorise les comparaisons de similarité et, en conséquence, rend plus probable l'apparition d'un effet d'assimilation. Il convient, enfin, de noter que les résultats disponibles dans la littérature sur les conditions d'obtention et les processus sous-jacents aux effets de contraste, restent, à ce jour, contradictoires (voir, par exemple, Leboeuf, Estes, 2004).

Le fait que le but de prise de perspective empathique n'ait pas d'impact sur l'effet de l'amorçage de situation, en dépit du fait que le but de lecture ait bien été intégré – et *a priori* poursuivi – permet d'écarter une explication par l'empathie, au sens émotionnel du terme. En effet, si tel avait été le cas, des différences notoires auraient dû être observées. En particulier, la valence des émotions et le stress déclaré auraient dû être respectivement plus négative et plus intense, dans le cas de la consigne de perspective empathique, que dans la condition de prise en compte des alternatives comportementales. Or ce n'est pas le cas. Il semble, ainsi, que les effets observés sur la performance, les émotions et le stress, ne puissent être attribués à un simple processus d'empathie émotionnelle, même si une intervention de ce processus ne peut être

Mesure	Situation amorcée	
	Contrôlable	Non contrôlable
Nombre d'anagrammes résolues	6,90 (2,45)	5,62 (2,24)
Valence des émotions déclarées	2,22 (0,92)	1,76 (0,78)
Stress déclaré	2,02 (1,25)	2,64 (1,15)

Tableau 2. Moyenne (et écart type) pour le nombre d'anagrammes résolues, la valence des émotions et le stress déclaré en fonction de la situation amorcée.

totalement exclue. L'interprétation, par l'assimilation du comportement à la situation amorcée, apparaît, donc, alors, comme la plus plausible. Ce ne serait pas le fait de s'imaginer être à la place d'un personnage en train de perdre le contrôle, qui serait à l'origine de la diminution des performances et du ressenti d'émotions négatives et de stress, mais, plutôt, la représentation plus globale d'un personnage au sein d'une situation. C'est pourquoi, dans une troisième expérience, nous nous sommes intéressés à un facteur relatif à la situation elle-même. Plus précisément, nous avons cherché à déterminer l'impact de la familiarité de la situation, dans laquelle se déroule le récit sur l'assimilation du comportement, observée dans les deux études précédentes.

EXPÉRIENCE 3

La troisième expérience a pour but de tester l'effet du rôle de la familiarité de la situation, dans laquelle s'inscrit la perte de contrôle d'autrui sur l'effet d'assimilation du comportement obtenu précédemment. La force de la relation entre le contexte et les comportements est un facteur central dans le déclenchement automatique de comportements par le contexte (Aarts, Dijksterhuis, 2003). La familiarité de la situation étant liée au degré d'association entre contexte et comportement (Aarts, Dijksterhuis, 2000), le fait de situer le récit, amorçant la situation, dans un environnement non familier, devrait amoindrir la connexion entre contexte et comportements. On peut aussi supposer, avec Higgins et Brendl (1995), que l'amorce doit présenter un caractère applicable pour être efficace. Le fait d'amorcer une situation non familière devrait rendre, à la fois moins disponibles et moins applicables à la situation présente, les normes (sociales, mais aussi comportementales) associées à la situation décrite dans le récit. De plus, d'un point de vue plus subjectif, la probabilité de se retrouver soi-même dans la situation est d'autant plus faible que la situation est peu familière. En somme, l'amorçage d'une situation non familière pourrait se traduire par une absence d'effet d'assimilation ou par une assimilation plus faible des comportements à la situation amorcée. Nous supposons, donc, que le fait de localiser les événements du récit dans un contexte non familier plutôt que familier, pourrait moduler les résultats obtenus dans les précédentes études. Plus précisément, la localisation de la situation dans un contexte non familier pourrait limiter ou éliminer l'effet de l'exposition à la situation non contrôlable pour autrui. Ainsi, on devrait retrouver les résultats précédemment obtenus, après l'amorçage de la situation de non contrôle, dans la condition « contexte familier » et une diminution, voire une disparition des effets dans la condition « contexte non familier ».

Méthode

Participants

Soixante-six étudiants (10 hommes, 56 femmes) ont participé à cette recherche. Comme précédemment, la participation à l'étude était volontaire et ne donnait pas lieu à l'attribution de primes. La répartition des participants, dans les différentes conditions expérimentales, était aléatoire.

Déroulement, matériel et plan expérimental

La procédure et le déroulement sont identiques à ceux de l'expérience 2. Dans une première phase, les participants étaient exposés à l'une des versions du récit. Dans une seconde phase, présentée comme indépendante, ils étaient soumis à l'épreuve de résolution d'anagrammes. Enfin, les participants répondaient à un questionnaire, permettant la mesure de la valence des émotions ressenties et du stress, mais aussi la vérification de la manipulation des variables. Le récit utilisé, lors de la phase d'amorçage, variait, comme précédemment, selon la dimension contrôlable opposée à non contrôlable, mais, également, selon la familiarité du contexte, dans lequel se déroulent les événements (contexte familier : administration universitaire française *versus* non familier : administration gabonaise). L'épreuve de résolution d'anagrammes était identique à celle des expériences 1 et 2. Le plan expérimental de l'étude était de type 2 situation amorcée (contrôlable opposée à non contrôlable pour autrui) x 2 familiarité du contexte (familier opposé à non familier), les deux variables étant inter-sujets. Les variables dépendantes considérées, étaient les mêmes que précédemment, à savoir la performance à l'épreuve de résolution d'anagrammes, la valence des émotions ressenties et le niveau de stress déclaré.

Résultats

Conscience de l'amorçage et vérification de la manipulation des variables

Les données recueillies dans le questionnaire indiquent que les participants n'ont pas fait de lien explicite entre les deux phases de l'expérience. En aucun cas, ils n'ont soupçonné que le fait de lire un récit pouvait avoir un impact sur leur performance à l'épreuve d'anagrammes, pas plus que sur leurs émotions ou leur niveau de stress. Deux items étaient inclus dans le questionnaire, de manière à estimer la familiarité du contexte. Si les participants déclarent que les contextes familier et non familier permettent de se former des images claires et vivantes de la situation (respectivement $m = 4,26$ et $m = 3,97$ sur une échelle en 5 points), sans surprise, les récits placés dans l'environnement universitaire sont jugés comme plus familiers ($m = 4,17$) que les récits localisés dans une

administration gabonaise ($m = 3,70$; $F(1,62) = 4,27$, $p < .05$). Concernant la manipulation du contrôle, que le récit soit contrôlable ou non, on retrouve une absence de différence dans la perception de l'intentionnalité du personnage (respectivement $m = 3,23$ et $m = 2,98$), mais un lien plus important entre les actions et le résultat des actions du personnage dans l'exposition au récit contrôlable ($m = 3,25$) qu'au récit non contrôlable ($m = 2,66$; $F(1,62) = 7,82$, $p < .01$).

Performance à l'épreuve de résolution d'anagrammes

À la tâche de résolution d'anagrammes, seul un effet principal de la situation amorcée est observé ($F(1,62) = 4,40$, $p < .02$). Comme précédemment, les performances sont meilleures pour les participants préalablement amorcés avec la situation contrôlable pour autrui ($m = 7,00$), que pour les participants amorcés avec la situation non contrôlable pour autrui ($m = 5,75$). L'interaction « Familiarité du contexte » x « Situation amorcée » n'est pas significative. Malgré tout, l'analyse des contrastes spécifiques, permettant de tester notre hypothèse, indique une différence de performance entre les participants exposés à la situation contrôlable ($m = 7,53$) et ceux exposés à la situation non contrôlable ($m = 5,50$), mais uniquement lorsque la familiarité est élevée ($F(1,62) = 5,78$, $p < .02$).

Valence des émotions et stress déclaré

L'analyse, portant sur la valence des émotions ressenties, révèle un effet principal de la familiarité

de la situation amorcée ($F(1,62) = 4,73$, $p < .04$). Les participants déclarent avoir ressenti des émotions plus négatives, lorsque le degré de familiarité était élevé ($m = 1,95$), que lorsqu'il était faible ($m = 2,48$). L'interaction des deux variables n'est pas significative. Globalement, tous les participants déclarent ressentir des émotions négatives à la lecture du texte (moyennes inférieures à 3), mais ceci est d'autant plus vrai dans la condition où le récit d'amorçage de la situation non contrôlable est situé dans un environnement familier. Enfin, comme précédemment, les participants se déclarent plus stressés à la lecture du récit non contrôlable pour autrui ($m = 2,49$) que du récit contrôlable ($m = 1,71$; $F(1,62) = 4,82$, $p < .04$) (voir tableau 3).

Contrairement aux expériences 1 et 2, une corrélation négative significative est obtenue entre la performance et les émotions, d'une part, et la performance et le stress, d'autre part. Cependant, cette corrélation ne permet pas d'expliquer l'effet de l'amorçage sur la performance. À noter que, dans les trois études, nous avons testé, sans succès, la possibilité d'un effet de l'amorçage sur les émotions médiatisé par les performances (voir tableau 4).

Discussion

Cette expérience confirme les résultats des précédentes études, tout en les affinant. En effet, il apparaît que, sous certaines conditions, l'effet d'assimilation du comportement, lié à l'exposition à la perte

Mesure	Situation amorcée			
	Contrôlable		Non contrôlable	
	Familier	Non familial	Familier	Non familial
Nombre d'anagrammes résolues	7,53 (2,16)	6,47 (2,40)	5,50 (2,55)	6,00 (2,50)
Valence des émotions déclarées	2,07 (0,88)	2,47 (1,00)	1,83 (0,86)	2,5 (1,21)
Stress déclaré	1,73 (1,03)	1,70 (1,10)	2,67 (1,14)	2,31 (1,35)

Tableau 3. Moyenne (et écart type) pour le nombre d'anagrammes résolues, la valence des émotions et le stress déclaré en fonction de la situation amorcée.

	Amorçage de situation contrôlable			Amorçage de situation non contrôlable		
	Performance	Émotions	Stress	Performance	Émotions	Stress
Performance	1	-0,43*	-0,48*	1	0,19	-0,08
Émotions		1	0,02		1	-0,47*
Stress			1			1

Tableau 4. Corrélations entre la performance, la valence des émotions et le stress déclaré en fonction de la situation d'amorçage (les corrélations marquées d'un astérisque sont significativement différentes de 0 à $p < .05$).

de contrôle d'autrui, ne se produit pas ou, tout au moins, est réduit de manière significative. Lorsque le contexte de la situation est familier on obtient, comme dans les deux expériences précédentes, une diminution des performances et l'apparition d'émotions négatives et davantage de stress. Ce n'est plus le cas lorsque le récit est placé dans un environnement non familier. Le degré de familiarité des participants avec la situation semble, donc, jouer un rôle. Une faible familiarité de la situation pourrait, ainsi, affaiblir ou éliminer l'effet de l'amorçage, en diminuant le degré d'association entre situation et comportement. La situation amorcée serait moins accessible et moins applicable à la situation présente.

DISCUSSION GÉNÉRALE

Les effets automatiques entre perception et comportement sont maintenant bien établis dans le cadre de l'amorçage de traits (par exemple, Higgins, Rholes, Jones, 1977), de stéréotypes (par exemple, Bargh, Chen, Burrows, 1996), d'exemplaires typiques d'une catégorie (par exemple, Dijksterhuis, van Knippenberg, 1998) ou encore de buts (par exemple, Bargh, Gollwitzer et coll. 2001). Le plus généralement, ces effets prennent la forme d'une assimilation des comportements au contenu amorcé, plus rarement celle d'un effet de contraste. Même si certaines pistes ont été avancées pour expliquer l'apparition de ces deux processus, le débat n'est pas clos (Lebœuf, Estes, 2004 ; Liégeois, Yzerbyt, Corneille, en révision). De manière plus marginale, des effets automatiques, dus à la présence d'objets particuliers dans l'environnement (Kay, Wheeler, Bargh, Ross, 2004) ou d'un contexte (Aarts, Dijksterhuis, 2003) ont également été mis en évidence. D'autres recherches ont mis en avant notre tendance automatique et non consciente à l'imitation. En présence d'autrui, nous avons naturellement tendance à imiter les comportements, les postures, ou encore le ton de l'autre (Chartrand, Bargh, 1999).

Dans les études présentées ici, nous cherchions à déterminer la mesure dans laquelle l'amorçage d'une situation (c'est-à-dire un ensemble d'informations intégrant des personnages, des comportements, des buts, etc.) est susceptible d'affecter les performances et les émotions des individus dans une tâche subséquente disjointe. Nous cherchions également à déterminer si cet amorçage de situation pouvait avoir lieu via une technique moins « artificielle », plus proche des activités quotidiennes, que les techniques d'amorçage classique : la lecture d'un récit.

Les données obtenues vont dans ce sens et indiquent que la simple lecture d'un récit peut avoir un impact sur les performances, la valence des

émotions et le stress ressenti par les participants. En particulier, le fait d'être préalablement amorcé avec un récit, présentant un personnage principal dans une situation non contrôlable, s'est traduit par une diminution des performances de participants préalablement amorcés avec le récit présentant le même personnage dans une situation contrôlable. L'amorçage de la situation non contrôlable pour autrui a également induit la déclaration d'émotions de valence plus négative et de davantage de stress. Nous avons interprété ces résultats comme la manifestation d'effets de type assimilation. Si l'interprétation par l'activation et l'assimilation constitue, à notre sens, l'explication la plus plausible, certaines autres explications doivent être considérées. De plus, nous verrons que l'explication même de l'effet de l'assimilation est sujette à différentes possibilités, qui constituent un point important du débat actuel des recherches sur l'automatisme, mais aussi autant de pistes de recherche.

Autres interprétations de l'effet d'assimilation

Deux interprétations alternatives principales sont à considérer. On pourrait, tout d'abord, être tenté de vouloir expliquer les effets observés par les théories relatives à la perte de contrôle. Cependant, les résultats concernant la diminution des performances par l'amorçage de la situation de non contrôle sont difficilement explicables par les théories de la perte de contrôle, qu'il s'agisse des théories cognitives (Mikulincer, 1989 ; Sedek, Kofta, 1998) ou motivationnelles (Markman, Weary, 1998). En effet, dans ces théories, la diminution des performances est imputée à une perte de contrôle objective. L'impossibilité de contrôle créerait des cognitions hors tâche pour certains, un déficit de motivations pour d'autres. Or, ici, la perte de contrôle n'est pas objective, il s'agit uniquement de l'exposition à une situation de perte de contrôle, impliquant autrui. Ces théories pourraient, en revanche, éventuellement expliquer les résultats sur les émotions et le stress. Ensuite, l'explication la plus évidente, par rapport aux effets observés sur les émotions, est celle de l'induction d'humeur. La lecture du récit a pu amorcer une humeur négative chez les participants, ce qui expliquerait la nature de leurs déclarations subséquentes. Si cette explication est plausible pour les déclarations sur la valence des émotions et le stress consécutif à l'exposition à la situation non contrôlable, elle ne permet cependant pas d'expliquer la diminution des performances. En effet, de nombreux travaux (voir Forgas, 2002 ; Schwarz, 2002 pour des revues de la question) ont montré que le fait de se trouver dans une humeur négative, que celle-ci ait été induite expérimentalement ou non, amène les individus à traiter l'information de manière plus

approfondie. Dans cette perspective, si les émotions devaient bien être plus négatives, la performance des participants aurait, quant à elle, dû être meilleure consécutivement à l'exposition à la situation non contrôlable que consécutivement à la situation contrôlable. Or, des résultats inverses ont été systématiquement obtenus sur la performance. Nous avons également vu qu'une consigne invitant à l'empathie n'augmente pas, de manière significative, les effets de l'amorçage de la situation non contrôlable pour autrui (expérience 2). L'ensemble de ces éléments nous pousse à rejeter les interprétations par la simple empathie émotionnelle et d'effet de l'humeur sur les performances et renforce l'explication par l'assimilation du comportement à la situation d'amorçage. Les effets correspondent à un ensemble d'observables, associé à une situation de perte de contrôle (moins bonnes performances et émotions négatives) et, non pas, à un effet de l'humeur sur le traitement de l'information (effet qui irait, d'ailleurs, à l'encontre de la performance observée dans le cas de l'amorçage de la situation de non contrôle).

Construits activés et processus impliqués

La présentation d'un texte peut constituer une méthode d'amorçage commode. Cependant, si commode soit-elle, elle constitue ce que l'on pourrait appeler un « macro amorçage ». Un récit constitue, en effet, un ensemble d'informations riche et complexe. Le traitement de cet ensemble d'informations permet, certes, l'activation d'une situation globale, mais aussi, probablement, si l'on se place à un niveau inférieur, de normes, de traits, de stéréotypes, de buts, de représentations de comportements et de personnes, mais aussi d'affects. Or, on sait que l'activation de ces différents construits en mémoire n'est pas sans conséquences, notamment sur les performances. Dans la suite de cette discussion, nous passerons en revue et nous tenterons de départager les processus qui, en fonction des construits activés, permettent de rendre compte des effets obtenus.

Si l'on se place à un niveau général, la lecture d'un récit permet l'activation d'une situation, au sens global du terme. En effet, le traitement d'un récit donne lieu à la construction d'une représentation globale de la situation décrite dans le texte (Kintsch, 1988 ; Zwaan, Radvansky, 1998). La construction et l'activation de cette représentation de la situation comptaient parmi les raisons pour lesquelles nous avons fait le choix d'utiliser un récit au moment de la phase d'amorçage. Il était, ainsi, possible d'envisager l'évaluation de l'effet de l'amorçage d'une situation sur le comportement. Si l'on se place à un niveau plus particulier, il faut, cependant, tenir compte du fait que la construction de cette représentation globale de la situation est le

fruit du traitement d'informations, parmi lesquelles se trouvent, entre autres, les données relatives à la perception du ou des personnages. Si, au final, une représentation de la situation est activée, d'autres représentations, telles que des traits, des buts, des stéréotypes ou encore des schémas relationnels, le sont aussi, tout au long de la construction de la représentation de la situation. Il serait, donc, hasardeux de conclure à une relation directe et unique entre l'activation de la représentation de la situation et le comportement, cette relation pouvant, notamment, être médiatisée par les différents construits mentaux que nous venons de citer.

En fonction des processus, cette fois, il convient de considérer essentiellement deux possibilités qui apparaissent complémentaires, plutôt qu'antagonistes. La première de ces possibilités correspond aux processus automatiques à l'œuvre dans les effets perception-comportement et renvoie à la théorie idéomotrice. Cette théorie est actuellement la plus largement acceptée pour rendre compte des effets comportementaux non conscients et automatiques consécutifs à un amorçage. En bref, la théorie idéomotrice, initiée par James (1890) et remise au goût du jour et raffinée par Bargh, dans les années 1990 (Bargh, 1990 ; Bargh, Chartrand, 1999 ; voir aussi Prinz, 1990), expose que le simple fait de se représenter mentalement un comportement augmente la probabilité de produire ce comportement. Par extension, activer une catégorie sociale ou un trait active, par diffusion, la représentation de comportements typiquement associés, favorisant, alors, la production de ces comportements. C'est, également, ce processus qui permet d'expliquer les épisodes de mimétisme non conscient, durant lesquels le simple fait d'observer le comportement d'autrui déclenche, chez soi, la production de comportements identiques (Chartrand, Bargh, 1999). Ainsi, les effets d'assimilation obtenus seraient dus au lien direct existant entre les représentations des comportements et les structures permettant l'exécution effective des comportements. En résumé, quelle que soit la source de l'activation de la représentation d'un comportement (stéréotype, trait, norme sociale, objet, observation directe), cette dernière rend plus probable l'apparition du comportement. Dans notre cas, il est possible que la perception des comportements inefficaces du personnage, dans la situation non contrôlable, ait amené les participants à aborder la tâche de résolution de manière moins efficace. Il est également possible qu'une association directe existe entre perte de contrôle et performances. De futures recherches devront permettre de départager ces possibilités.

Le second type de processus que l'on peut invoquer, pour rendre compte des effets d'assimilation, correspond aux mécanismes spécifiques impliqués

dans le cas où un but est activé et poursuivi non consciemment. Il a, en effet, été démontré qu'en suite de son activation, un but, en tant que structure mentale, peut être poursuivi de manière automatique et non consciente, jusqu'à ce qu'il soit atteint (Chartrand, Bargh, 1996 ; Bargh et coll., 2001 ; Shah, Kruglanski, Friedman, 2002). Ce type de phénomène a été mis à jour sur des buts activés, à partir de techniques d'amorçage classiques (Bargh et coll., 2001), de la présence ou de la représentation de personnes, auxquelles sont associées des buts (Shah, 2003 ; voir aussi le concept de schéma relationnel de Baldwin, Carrell, Lopez, 1990). Aarts et Hassin (2003) ont également mis en évidence un phénomène de contagion de but : la simple inférence du but d'autrui, dans le cadre d'une observation ou de la lecture d'un texte, peut amener les individus à poursuivre automatiquement et non consciemment le but perçu chez autrui. Une motivation peut, ainsi, se transférer d'un individu à l'autre, via la simple activation d'un but, et orienter le comportement, conformément au but activé. Ce transfert est facilité, dans le cas où il existe une relation forte entre la cible et le percevant (les amis, les parents ; Shah, 2003). Il est probable qu'il en est de même, lorsqu'il existe une similarité importante avec la cible, ce qui était le cas dans nos études. Se pose la question de savoir si une démotivation peut, également, se transférer et affecter les comportements. Le fait d'être exposé à l'échec de la poursuite du but d'un autrui similaire à soi pourrait alors expliquer la diminution des performances. Ceci serait, d'ailleurs, cohérent avec les données obtenues par Brown et Inouye (1978) sur la persistance à une tâche en suite de l'observation de l'échec d'un modèle face à une situation incontrôlable et présenté comme similaire à soi. On peut, aussi, envisager la possibilité d'un mécanisme de réduction de la motivation, à la manière de ce qui a déjà

été observé sur les ressources associées à l'exercice du contrôle de soi (Muraven, Baumeister, 2000). Ainsi, par exemple, le fait de résister à la tentation ou de réguler des affects négatifs diminue les ressources disponibles ultérieurement pour pouvoir exercer du contrôle. Par analogie, l'exposition à une situation non contrôlable et à l'échec de la poursuite du but d'autrui, pourrait se traduire par une diminution des ressources motivationnelles disponibles pour la suite et expliquer la diminution des performances que nous avons observée. Cette dernière explication, même si elle reste spéculative, constitue, à notre sens, une piste de recherche intéressante.

Les résultats sur l'effet d'assimilation du comportement au contexte non contrôlable peuvent être considérés, selon le point de vue du lien direct et automatique entre perception et action, mais aussi du point de vue de l'activation et de la poursuite automatique de but. Néanmoins, ces deux conceptions ne sont pas incompatibles dans l'explication de l'assimilation du comportement à la situation amorcée, les effets de chacun des processus (association perception-comportement et motivation) pouvant *a priori* s'additionner. Il conviendra, cependant, dans les prochaines recherches, de tenter de dissocier la part relative de ces deux explications, notamment, en introduisant une mesure de la motivation (la persistance à la tâche, par exemple). Il s'agira, également, de tenter d'isoler le ou les éléments centraux nécessaires à l'amorçage d'une situation. S'agit-il de la représentation globale de la situation comme nous le supposons ? de schémas comportementaux ? de schémas relationnels ? de buts associés au contexte ? Enfin, il conviendra, également, d'évaluer les conséquences, à plus long terme, de l'amorçage d'un contexte de non contrôle sur les performances.

RÉFÉRENCES

AARTS (Henk), DIJKSTERHUIS (Ap).— Habits as knowledge structures : automaticity in goal-directed behaviour, *Journal of personality and social psychology*, 78, 2000, p. 53-63.

AARTS (Henk), DIJKSTERHUIS (Ap).— The silence of the library : environment, situational norm, and social behaviour, *Journal of personality and social psychology*, 84, 2003, p. 18-28.

AARTS, (Henk), GOLLWITZER (Peter M.), HASSIN (Ran R.).— Goal contagion : perceiving is for pursuing, *Journal of personality and social psychology*, 87, 2004, p. 23-37.

AARTS (Henk), HASSIN (Ran).— Automatic goal inference and contagion, dans Forgas (J. P.), Williams (K. D.), von Hippel (W.) : *Sixth Sydney symposium : social motivation : conscious and unconscious processes*, New York, Psychology press, 2003, p. 153-167.

BALDWIN (Mark W.), CARRELL (Suzanne E.), LOPEZ (David F.).— Priming relationship schemas : my advisor and the pope are watching me from the back of my mind, *Journal of experimental social psychology*, 26, 1990, p. 435-454.

BANDURA (Albert).— *L'apprentissage social*, Mardaga, Bruxelles, 1980.

BANDURA (Albert), ROSS (Dorothea), ROSS (Sheila).— Imitation of film-mediated aggressive models, *Journal of abnormal and social psychology*, 66, 1963, p. 3-11.

BARGH (John A.).— The four horsemen of automaticity : awareness, efficiency, intention, and control in social cognition, dans Wyer (R. S. Jr.), Srull (T. K.), *Handbook of social cognition* (2^e éd), Hillsdale, Erlbaum, 1994, p. 1-40.

BARGH (John A.), CHARTRAND (Tanya L.).— The unbearable automaticity of being, *American psychologist*, 54, 1999, p. 462-479.

BARGH (John A.) CHEN (Mark), BURROWS (Lara).— Automaticity of social behaviour : direct effects of trait construct and stereotype activation on action, *Journal of personality and social psychology*, 71, 1996, p. 230-244.

BARGH (John A.), GOLLWITZER (Peter M.), LEE-CHAI (Annette), BARNDOLLAR (Kimberly), TROETSCHEL (Roman).— The automated will : nonconscious activation and pursuit of behavioral goals, *Journal of personality and social psychology*, 81, 2001, p. 1014-1027.

BROWN (I.), INOUE (Daniel K.).— Learned helplessness through modelling : the role of perceived similarity in competence, *Journal of personality and social psychology*, 36, 1978, p. 900-908.

CARVER (Charles S.), GANELLEN (Ronald J.), FROMING (William J.), CHAMBERS (William).— Modeling : an analysis in terms of category accessibility, *Journal of experimental social psychology*, 19, 1983, p. 403-421.

CHARTRAND (Tanya L.), BARGH (John A.).— The chameleon effect : the perception-behavior link and social interaction, *Journal of personality and social psychology*, 76, 1999, p. 893-910.

CHARTRAND (Tanya L.), MADDUX (William W.), LAKIN (Jessica).— Beyond the perception-behavior link : the ubiquitous utility and motivational moderators of nonconscious mimicry, dans Hassin (R.), Uleman (J.), Bargh (J. A.), *Unintended thought II : the new unconscious*, New York, Oxford university press, 2005, p. 334-361.

CHEN (Serena), SHECHTER (Daniel), CHAIKEN (Shelly).— Getting at the truth or getting along : accuracy-versus impression-motivated heuristic and systematic, *Journal of personality and social psychology*, 71, 1996, p. 262-275.

DIJKSTERHUIS (Ap), AARTS (Henk), SMITH (Pamela).— The power of the subliminal : subliminal perception and possible applications, dans Hassin (R.), Uleman (J.), Bargh (J. A.), *The new unconscious*, New York, Oxford university press, 2004, p. 77-106.

DIJKSTERHUIS (Ap), BARGH (John A.).— The perception-behavior expressway : automatic effects of social perception on social behaviour, dans Zanna (M. P.), *Advances in experimental social psychology*, San Diego, Academic press, 2001, p. 1-40.

DIJKSTERHUIS (Ap), BARGH (John), MIEDEMA (Jilles).— Of men and mackerels : attention and automatic behaviour, dans Bless (H.), Forgas (J. P.), *Subjective*

experience in social cognition and behavior, Philadelphia, Psychology press, 2000, p. 37-51.

DIJKSTERHUIS (Ap), VAN KNIPPENBERG (Ad).— The relation between perception and behavior, or how to win a game of Trivial Pursuit, *Journal of personality and social psychology*, 74, 1998, p. 865-877.

DIJKSTERHUIS (Ap), VAN KNIPPENBERG (Ad).— Behavioral indecision : effects of self-focus on automatic behaviour, *Social cognition*, 18, 2000, p. 55-74.

FOLLENFANT (Alice), LÉGAL (Jean-Baptiste), DIT-DINARD (Marie), MEYER (Thierry).— Effets de l'activation de stéréotypes sur le comportement : une illustration en contexte sportif, *Revue européenne de psychologie appliquée*, 55, 2005, p. 121-129.

FORGAS (Joseph P.).— Feeling and doing : the role of affect in social cognition and behaviour, *Psychological inquiry*, 9, 2002, p. 205-210.

GEERS (Andrew), WEILAND (Paul), KOSBAB (Kristin), LANDRY (Sarah), HELFER (Suzanne).— Goal activation, expectations and the placebo effect, *Journal of personality and social psychology*, 89, 2005, p. 143-159.

GRAESSER (Arthur C.), MILLIS (Keith K.), ZWAAN (Rolf).— Discourse comprehension, *Annual review of psychology*, 48, 1997, p. 163-189.

HATFIELD (Elaine), CACIOPPO (John T.), RAPSON (Richard L.).— *Emotional contagion*, New York, Cambridge university press, 1994.

HIGGINS (E. Tory), BRENDL (Miguel).— Accessibility and applicability : some « activation rules » influencing judgment, *Journal of experimental social psychology*, 31, 1995, p. 218-243.

HIGGINS (E. Tory), RHOLES (William), JONES (Carl).— Category accessibility and impression formation, *Journal of experimental social psychology*, 13, 1977, p. 141-154.

HIROTO (Donald), SELIGMAN (Martin E. P.).— Generality of learned helplessness in man, *Journal of personality and social psychology*, 31, 1975, p. 311-327.

HSEE (Christopher K.), HATFIELD (Elaine), CARLSON (John G.), CHEMTOB (Claude).— The effect of power on susceptibility to emotional contagion, *Cognition and emotion*, 4, 1990, p. 327-340.

JAMES (William).— *The principles of psychology*, 2, New York, Holt, 1890.

KAY (Aaron C.), WHEELER (S. Christian), BARGH (John A.), ROSS (Lee).— Material priming : the influence of mundane physical objects on situational construal and competitive behavioral choice, *Organizational behavior and human decision processes*, 95, 1, 2004, p. 83-96.

KAWAKAMI (Kerry), YOUNG (Heather), DOVIDIO (John F.).— Automatic stereotyping : category, trait, and behavioral activations, *Personality and social psychology bulletin*, 28, 2002, p. 3-15.

KINTSCH (Walter).— The role of knowledge in discourse comprehension : a construction-integration model, *Psychological review*, 95, 1988, p. 163-182.

LAKIN (Jessica L.), CHARTRAND (Tanya L.).– Using nonconscious behavioral mimicry to create affiliation and rapport, *Psychological science*, 14, 2003, p. 334-339.

LAKIN (Jessica), JEFFERIS (Valerie), CHENG (Clara), CHARTRAND (Tanya).– The chameleon effect as social glue : evidence for the evolutionary significance of nonconscious mimicry, *Journal of nonverbal behavior*, 27, 2003, p. 145-162.

LEBŒUF (Robyn A.), ESTES (Zachary).– « Fortunately, I'm not Einstein » : comparison relevance as a determinant of behavioral assimilation and contrast, *Social cognition*, 22, 2004, p. 607-636.

LIÉGEAIS (Arnaud), YZERBYT (Vincent), CORNEILLE (Olivier).– Activation automatique de comportements par la situation : facteurs affectant la relation perception-action, *L'année Psychologique, en révision*.

MARKMAN (Keith D.), WEARY (Gifford).– Control motivation, depression and counterfactual thought, dans Kofta (M.), Weary (D.), Sedek (G.), *Personal control in action : cognitive and motivational mechanisms*, New York, Plenum press, 1998, p. 363-390.

MIKULINER (Mario).– Cognitive interference and learned helplessness. The effects of off-task cognition on performance following unsolvable problems, *Journal of personality and social psychology*, 57, 1989, p. 129-135.

MURAVEN (Mark), BAUMEISTER (Roy).– Self-regulation and depletion of limited resources : does self-control resemble a muscle ? *Psychological bulletin*, 126, 2000, p. 247-259.

MUSSWEILER (Thomas).– Comparison processes in social judgment : mechanisms and consequences, *Psychological review*, 110, 2003, p.472-489.

NEUMANN (Roland), STRACK (Fritz).– Mood contagion : the automatic transfer of mood between persons, *Journal of personality and social psychology*, 79, 2000, p. 211-223.

NIEDENTHAL (Paula).– Implicit perception of affective information, *Journal of experimental social psychology*, 26, 1990, p. 505-527.

PETERSON (Christopher), SELIGMAN (Martin P.), MAIER (Steven F.).– Learned helplessness : a theory for the age of personal control, New York, Oxford university press, 1993.

PRINZ (Wolfgang).– A common coding approach to perception and action, dans Neumann (O.), Prinz (W.), *Relationships between perception and action*, Berlin, Springer, 1990, p. 167-201.

PRINZ (Wolfgang), HOMMEL (Bernhard).– Common mechanisms in perception and action : attention and performance XIX, *Neuropsychologia*, 41, 2003, p. 115-116.

SCHWARZ (Norbert).– Situated cognition and the wisdom of feelings : cognitive tuning, dans Feldman Barrett (L.), Salovey (P.), *The wisdom in feeling*, New York, Guilford press, 2002, p. 144-166.

SEDEK (Grzegorz), KOFTA (Miroslaw).– Uncontrollability as a source of cognitive exhaustion : implications for helplessness and depression, dans Kofta (M.), Weary (D.), Sedek (G.), *Personal control in action : cognitive and motivational mechanisms*, New York, Plenum press, 1998, p. 391-414.

SELIGMAN (Martin E. P.).– *Helplessness : on depression, development and death*, San Francisco, W. H. Freeman and company, 1975.

SHAH (James Y.).– Automatic for the people : how representations of significant others implicitly affect goal pursuit, *Journal of personality and social psychology*, 84, 2003, p. 661-681.

SHAH (James Y.), KRUGLANSKI (Arie), FRIEDMAN (Ron).– A goal systems approach to self-regulation, dans Zanna (M. P.), Olson (J. M.), Seligman (C.), *The Ontario symposium on personality and social psychology*, Mahwah, Erlbaum, 2002, p. 247-276.

SRULL (Thomas K.), WYER (Robert S.).– The role of category accessibility in the interpretation of information about persons : some determinants and implications, *Journal of personality and social psychology*, 37, 1979, p. 1660-1672.

STAPEL (Diederik), REICHER (Steven), SPEARS (Russel).– Social identity, availability and the perception of risk, *Social cognition*, 12, 1994, p. 1-17.

STONE (Jeff), LYNCH (Christian I.), SJOMELING (Mike), DARLEY (John M.).– Stereotype threat effects on black and white athletic performance, *Journal of personality and social psychology*, 77, 1999, p. 1213-1227.

THOMPSON (Suzanne C.), ARMSTRONG (Waide), THOMAS (Craig).– Illusions of control, underestimations, and accuracy : a control heuristic explanation, *Psychological bulletin*, 123, 1998, p. 143-161.

WHEELER (S. Christian), PETTY (Richard E.).– The effects of stereotype activation on behavior : a review of possible mechanisms, *Psychological bulletin*, 127, 2001, p. 797-826.

ZWAAN (Rolf), RADVANSKY (Gabriel A.).– Situation models in language comprehension and memory, *Psychological bulletin*, 123, 1998, p. 162-185.