

## Petite revue de philosophie

# La connaissance de soi : Être ou Valoir

Jacques Py and Alain Somat

---

Volume 10, Number 2, Spring 1989

Psychologie et connaissance de soi

URI: <https://id.erudit.org/iderudit/1103171ar>

DOI: <https://doi.org/10.7202/1103171ar>

[See table of contents](#)

---

Publisher(s)

Collège Édouard-Montpetit

ISSN

0709-4469 (print)

2817-3295 (digital)

[Explore this journal](#)

---

Cite this article

Py, J. & Somat, A. (1989). La connaissance de soi : Être ou Valoir. *Petite revue de philosophie*, 10(2), 53–66. <https://doi.org/10.7202/1103171ar>

## **La connaissance de soi : Être ou Valoir**

Jacques Py et Alain Somat

Si l'homme a une motivation intellectuelle fondamentale, c'est sans doute celle de se connaître mieux et de mieux comprendre le monde. La psychologie sociale analyse cette démarche comme la recherche d'un contrôle sur l'environnement. Pour cette discipline, l'individu ne possède pas une connaissance vraie de lui-même, ni d'autrui, mais il développe une stratégie qui lui permet de relier des effets perçus à des causes supposées. Cela ne l'autorise pas, bien sûr, en droit, à en déduire des lois universelles, mais il peut ainsi accéder, à minima, à une «connaissance» qui lui permet d'expliquer des conduites. Chacun déduirait ainsi ce qu'il est de l'observation de ses comportements.

Notre postulat est cependant que l'on cherche plutôt à inférer ce que l'on vaut que ce que l'on est, et qu'une norme nous y aide<sup>1</sup>. La notion de sentiment de responsabilité rendrait assez bien compte de cette norme.

1. Par norme, nous entendons, comme la plupart des psychologues sociaux, une régularité de jugement ou de comportement transindividuelle.

## I. A-t-on besoin d'avoir accès à notre ressenti intérieur pour déduire ce que l'on est de l'observation de notre comportement?

La plupart des gens pensent se connaître assez bien. Si l'homme du quotidien ne se connaît pas parfaitement, c'est sans aucun doute parce qu'il n'a pas autant de temps que le philosophe pour s'adonner aux plaisirs de l'introspection. Pourtant, il nous arrive, après le pousse-café et avant la sieste digestive, de regarder en nous et de nous interroger sur la réalité et l'authenticité de nos sentiments pour telle ou telle amie. En règle générale, celle-ci trouve rapidement le moyen de nous convaincre que c'est là une démarche futile.

La psychologie sociale expérimentale nous invite à nous demander de quelle façon nous pouvons expliquer nos conduites. Chacun part donc de son comportement effectif dont il cherche à rendre compte. À ce propos, certains de nos collègues ont tendance à croire que les théories que mobilisent les gens pour expliquer ce qu'ils font ne sont pas toujours des plus valides. Ils évoquent alors une expérience de R.E. Nisbett et N. Bellows<sup>2</sup> dans laquelle les sujets devaient évaluer une postulante à un emploi, en portant des jugements sur certaines de ses aptitudes. Le contenu du dossier de candidature était manipulé de telle sorte que l'on puisse savoir comment telle ou telle information allait influencer tel ou tel jugement. Des observateurs — c'est-à-dire des sujets n'ayant pas à émettre eux-mêmes de jugements — devaient, par ailleurs, estimer le poids de chaque information (aspect attrayant, études brillantes, a renversé une tasse de café sur l'interviewer...)

2. Voir «Verbal reports about causal influence on social judgments: private access versus public theories» in *Journal of Personality and Social Psychology*, 35, 1977, p. 613-624.

sur le jugement des sujets. De plus, on demandait aux sujets eux-mêmes de quantifier la part de chaque information dans leur propre jugement. Les résultats de cette expérience montrent clairement qu'il n'y a pas de lien entre la manière dont les gens expriment ce qui les a influencés et ce qui les a réellement influencés<sup>3</sup>. Dit d'une autre façon, les arguments donnés par les sujets comme explicatifs de leur jugement n'ont pas de rapport avec les variables qui ont réellement pesé dans leur évaluation. On n'a donc pas accès aux processus internes qui déterminent notre jugement, ce qui n'empêche en rien d'adopter une théorie explicative. Ce jugement «introspectif» est en revanche tout à fait similaire à l'opinion des observateurs à propos des informations susceptibles d'influencer l'évaluation des sujets. Il existe donc une théorie publique — une sorte de bon sens général quoique implicite — qui permet de mettre en relation des causes et des effets; que cette relation ne soit pas, dans le cas présent, une explication réelle du jugement n'interdit pourtant pas qu'elle ait des conséquences.

Ainsi, N.D. Storms et R.E. Nisbett<sup>4</sup> donnèrent un placebo à des insomniaques. À la moitié d'entre eux, ils le présentaient comme un calmant. À l'autre moitié, ils déclaraient qu'il s'agissait d'un excitant dont on avait empiriquement et paradoxalement apprécié les vertus sédatives. Les sujets du second groupe dormaient mieux que ceux du premier car ils avaient la possibilité d'attribuer l'état anxieux au médicament. En effet, si je peux attribuer mon anxiété à un produit chimique, elle m'empêchera moins de dormir.

3. Cette expérience, à elle seule, montre l'intérêt de la méthode expérimentale en psychologie.

4. Voir «Insomnia and the attribution process» in *Journal of Personality and Social Psychology*, 16, 1970, p. 319-328.

Il apparaît donc que ce n'est pas seulement à partir d'une connaissance directe de nos processus internes (états mentaux, neuro-végétatifs,...) que nous pouvons trouver des causes à nos sentiments, attitudes, sensations... Mais l'émotion ressentie correspond-t-elle à un état interne réel? Ne pourrait-elle pas être inférée à partir de certains indices matériels? Ce n'est pas sûr : S. Valins<sup>5</sup> installait ses sujets masculins dans un dispositif sophistiqué et trompeur : on plaçait sur chacun d'entre eux des électrodes reliées à un soi-disant amplificateur censé reproduire les battements cardiaques. Des photos érotiques leur étaient présentées et les pseudo-battements s'accéléraient lors de l'exposition à leur regard de certaines photos choisies au hasard. Quand il leur était par la suite demandé de juger du caractère attrayant des photos, les sujets choisissaient préférentiellement celles qui correspondaient à des battements rapides fictifs. L'on voit qu'une émotion particulière a été inférée en l'absence d'un état interne adéquat. Il n'est donc pas besoin d'accéder à ce qui se passe à l'intérieur de soi pour avoir le sentiment de savoir ce qu'on éprouve et, a fortiori, de se connaître<sup>6</sup>.

5. «Cognitive effects of false heart-rate feedback» in *Journal of Personality and Social Psychology*, 4, 1966, p. 400-408.

6. On pourrait arguer qu'en l'absence de tels indices artéfactuels, l'individu n'a pas besoin d'inférer son émotion puisqu'il «ressent» son état interne. L'expérience évoquée montre qu'il est possible que cet état interne soit lui-même à la base d'inférences et ne soit pas seulement l'objet d'un ressenti. D'ailleurs, dans la vie ordinaire, de tels indices artéfactuels sont aussi nombreux qu'en situation expérimentale. Ils sont simplement moins contrôlés.

## II. La connaissance de soi à partir de ses comportements

### 1) *Inférer ce que l'on est*

L'individu est en quête constante d'un sentiment de maîtrise des événements. Il lui faut pour cela se connaître afin de mieux se contrôler et de contrôler tout ou partie de son environnement. Puisqu'on ne dispose pas d'un accès direct à ce que l'on est, il nous faut inférer cette information à partir de ce qui semble le plus représentatif de notre personne : notre comportement. Les indices internes (sensoriels et mentaux) sont le plus souvent ambigus, et donc ininterprétables à moins d'y associer les informations provenant de la situation dans laquelle le comportement s'est produit. C'est l'objet de la célèbre théorie de l'auto-perception de D.J. Bem<sup>7</sup> : si la fille de mon voisin sait qu'elle est contente ce matin, ce n'est ni parce qu'elle a volontairement stimulé ses récepteurs post-synaptiques de la bonne humeur, ni parce qu'elle a découvert quelque vérité existentielle, mais plutôt parce qu'elle sait que c'est aujourd'hui son anniversaire. Elle a appris depuis longtemps que ce jour apporte son lot de renforcements positifs, et qu'on est donc heureux en cette circonstance. On notera au passage que tout observateur aurait pu réaliser la même inférence : il saurait lui aussi que c'est parce qu'il s'agit de son anniversaire qu'elle est heureuse.

L'individu opère des déductions à partir de ses comportements réalisés dans tel contexte. Il va essayer de faire la part des choses, mesurant ce qui, dans sa conduite, peut être dû à sa propre personne, au stimulus, ou

7. Voir «Self-perception theory» in L. Berkowitz (dir.), *Advances in experimental social psychology*, New York, Academic Press, 1972.

aux circonstances<sup>8</sup>. De la personne, on va observer la consistance à travers le temps et les diverses occasions (ai-je réagi de façon similaire, mardi dernier, lorsque je me trouvais dans une situation comparable?). Du stimulus, on peut ressortir la distinctivité, c'est-à-dire le fait qu'il soit le seul à susciter ce comportement (Camus est-il le seul auteur susceptible de me stimuler intellectuellement? Ou Malraux y parviendrait-il également?). Le poids des circonstances apparaît du consensus, c'est-à-dire le fait que la plupart des gens se soient comportés de la même façon à cette occasion (Suis-je la seule personne à être sous le charme de ma voisine? Ou bien chacun y succombe-t-il?). Cette démarche peut sembler au lecteur des plus scientifiques. Qu'il se rassure : il a été montré par L. McArthur<sup>9</sup> que ces trois facteurs n'ont pas, dans l'esprit des gens, la même importance. La distinctivité du stimulus prend souvent une part prédominante, alors que le rôle du consensus est assez systématiquement négligé. Dès que le sujet a trouvé une cause probable à son comportement, par économie, il préfère s'en contenter plutôt que de pousser plus loin son investigation. L'un d'entre nous a donné récemment un bel exemple d'auto-attribution interne, lorsque offrant des fleurs à sa mère, il a vu la cause de ce comportement dans la propension qui le caractérise à faire plaisir aux autres.

En revanche, c'est d'auto-attribution externe dont il s'agit quand, l'autre jour, ce même chercheur a marché dans le bus sur les pieds d'une vieille dame sans pour autant présenter d'excuse. Il n'a pas manqué de déclencher à nouveau la «machine à inférer» des causes à ses

8. Voir H.H. Kelley, «Attribution theory in social psychology» in L. Levine (dir.), *Nebraska symposium on motivation*, Lincoln, University of Nebraska Press, 15, 1967, p. 192-238.

9. «The How and What of Why : some determinants and consequences of causal attribution» in *Journal of Personality and Social Psychology*, 22, 1972, p. 171-193.

comportements : d'habitude lorsqu'il marche sur les pieds de quelqu'un ne se montre-t-il pas plus correct? Mais c'est vrai aussi que les gens piétinés sont généralement moins désagréables (la vieille dame, il faut le dire, a été particulièrement peu aimable)? N'a-t-il pas été la huitième personne à butter contre cet obstacle qui obstruait le passage de manière ostentatoire<sup>10</sup>? Il peut donc se trouver rassuré : il n'est pas quelqu'un qui piétine son prochain pour le plaisir. Son comportement n'est pas le fait de sa personne : il vaut donc mieux que l'acte réalisé dans un bus bondé. Sa conduite peut largement s'expliquer par des circonstances malheureuses.

Si l'on se connaît à travers l'interprétation que l'on fait de ses actes, la cause du comportement n'est donc pas systématiquement située du côté de la personne. Elle peut toujours être trouvée à l'extérieur. La célèbre étude de S. Milgram<sup>11</sup> peut ainsi être lue sous le jour de la recherche d'une causalité externe dans l'explication de sa conduite. Dans cette expérience, des gens normaux (vous et nous) étaient amenés à asséner des chocs électriques de 450 volts (fictifs, bien sûr, mais les sujets n'en savaient rien) à un «compère» de l'expérimentateur qui se tordait de douleur à chaque pseudo-décharge. Pour Milgram, l'individu qui entre dans un système d'autorité ne se sent plus responsable de ses actes. Il se voit plutôt comme l'agent exécutif de la volonté d'une figure de pouvoir : il s'agit là d'un «état agentique» par opposition à un «état autonome». Le sujet de cette expérience attribue ainsi son comportement de tortionnaire non pas à sa personne («ce n'est pas dans ma nature de faire ce que j'ai fait»), mais bien plutôt à

10. Le lecteur n'aura sans doute pas manqué de relever qu'il y a là un réel consensus.

11. *Obedience to authority : an experimental view*, New York, Harper, 1974; traduction française : *Soumission à l'autorité*, Paris, Calmann-Levy, 1974.



la situation («si j'ai fait cela, c'est parce qu'on m'a demandé de le faire»).

## 2) *Inférer ce que l'on vaut*

La personne qui se trouve en état agentique, soumise à l'autorité, ne se sent plus responsable des actes qu'elle commet. Est-ce à dire que sa conduite n'est en rien significative d'elle-même? Non, pour peu qu'elle ait eu le choix d'accepter ou de refuser d'obéir. En effet, si la personne ne peut s'attribuer le comportement de tortionnaire qu'elle a eu, elle doit justifier sa soumission. Alors, elle va voir sa conduite comme le fait de ses croyances à propos de la science, de la patrie, de la démocratie... Il semble que le sujet de Milgram puisse rationaliser son comportement non comme le reflet d'une personnalité cruelle, mais comme l'expression de ses convictions, voire de ses idéologies relatives au devoir, à la loyauté, à la discipline.

Deux façons donc de «donner du sens» à son comportement, assez souvent simultanées : en inférer ce que l'on est, en dériver ce que l'on croit. On s'intéressera ici à la première, mais la seconde — la rationalisation — devait être signalée<sup>12</sup>.

Si l'on en croit les théories de l'attribution, les gens font des attributions internes et externes (selon qu'on souligne le poids de la personne, ou des circonstances, voire du stimulus dans l'explication d'une conduite). Ainsi, l'essentiel de la connaissance de soi s'opère par le moyen des auto-attributions à l'acteur propre. Lorsqu'il s'agit d'expliquer une conduite, les gens ont fortement tendance à négliger le poids causal de la situation pour privilégier celui qui revient à la personne. L. Ross considère cette propen-

12. Voir J.L. Beauvois et R. Joule, *Soumission et idéologies, psychosociologie de la rationalisation*, Paris, PUF, 1981.

sion comme une «erreur fondamentale d'attribution<sup>13</sup>». Il semble que l'on puisse en rendre compte par le modèle des «différences individuelles». Alors que l'auto-attribution ne permet qu'une connaissance ponctuelle (la cause de ce comportement est en moi, c'est ma personne qui est la cause de la conduite que je viens de tenir), le modèle des «différences individuelles» amène une généralisation de cette connaissance (je suis quelqu'un d'autoritaire, aussi je me reconnais à travers les situations, et ceci dans une différence d'avec les autres). Ainsi peut-il en ressortir une vision du monde dans laquelle les individus se différencient par des traits de personnalité. Une explication complémentaire à propos de l'erreur fondamentale peut être trouvée dans le concept de «naturalisation<sup>14</sup>» de l'utilité sociale d'une conduite en traits. En effet, un comportement se mesure en termes de valeur par rapport à l'environnement dans lequel il a été produit, de par le corrolaire de l'interaction sociale : les conduites sociales d'évaluation. Évaluer le comportement d'autrui, c'est attribuer une utilité à sa conduite, donc une valeur à sa personne sous la forme d'un trait de personnalité (j'arrive toujours à l'heure à mon travail. Je suis donc quelqu'un de ponctuel).

Pour les psychosociologues expérimentaux, l'individu n'a pas accès à son état interne, à sa «nature», cependant

13. «The intuitive psychologist and his shortcomings : distortions in the attribution process» in L. Berkowitz (dir.), *Advances in experimental social psychology*, New York, Academic Press, 1977.

14. J.L. Beauvois («Problématique des conduites sociales d'évaluation» dans *Connexions* 19, 1976, p. 7-30) entend par «naturalisation» le processus par lequel l'individu va appréhender l'utilité d'une conduite sociale comme quelque chose de «naturel», un trait qui fait partie intégrante de la personne émettrice du comportement. La valeur de la conduite, qui est une contingence d'un environnement donné, sera perçue comme l'expression d'une dimension psychologique attachée à la personne. Autant dire que la variable «environnement» est ici niée, puisque l'aptitude suffit à expliquer le comportement émis.

cela ne l'empêche pas d'avoir le sentiment de se connaître grâce à des activités d'inférence. On infère ce que l'on est à partir de l'observation de son comportement dans un contexte donné. On infère ce que l'on vaut de par l'adaptation sociale à laquelle on parvient. Nous ne cacherons pas au lecteur que notre vision de l'agent social est quelque peu pessimiste, mais notre démarche vise justement à redonner du sens au concept de «liberté» et de «responsabilité individuelle». Ce que recherche l'individu n'est peut-être pas tant de se connaître que d'être socialement désirable. Être responsable, ce n'est pas assumer ses actes, c'est produire ce qu'il convient dans un environnement donné, et en endosser l'utilité sous forme de caractéristiques personnelles. Dans la vie quotidienne, une tâche primordiale est sans aucun doute de «se faire bien voir» pour passer pour «quelqu'un de bien», à ses propres yeux comme aux yeux d'autrui.

### **III. Le concept normatif du sentiment de responsabilité individuelle : la norme d'internalité**

La norme d'internalité peut être définie comme la valorisation sociale des explications qui accentuent le poids de l'acteur comme facteur causal (explications internes). Cette norme intervient lorsqu'il s'agit d'expliquer ce que fait quelqu'un ou ce qui lui arrive<sup>15</sup>. Pour le problème qui nous occupe, elle correspond à la valorisation des explications dispositionnelles des comportements (évoocation de traits, d'intentions...). Or, cette norme n'est pas uniformément répartie. Plusieurs recherches<sup>16</sup> attestent

15. Voir J.L. Beauvois et N. Dubois, «The norm of internality in the explanation of psychological events» in *European Journal of Social Psychology*, 18, 1988, p. 299-316.

16. Voir N. Dubois, *La psychologie du contrôle : les croyances internes et externes*, Vie Sociale, Grenoble, PUG, 1987.

qu'elle fait l'objet d'une distribution sociale effective : les classes sociales les plus favorisées choisissent les explications internes plus volontiers que ne le font les classes défavorisées. On peut se demander si l'internalité (choix des explications dispositionnelles) n'est pas une sorte de référence implicite qu'il est de bon ton d'exprimer lorsque l'on veut passer pour «quelqu'un de bien», l'externalité (choix des explications situationnelles) étant alors à éviter. C'est la question que se posaient J.M. Jellison et J. Green<sup>17</sup>. Ils ont ainsi montré que si l'on demandait à des étudiants de répondre à un questionnaire d'internalité/externalité pour donner la meilleure image de soi possible, une augmentation significative du score d'internalité était observée. De même, lorsqu'ils devaient répondre pour donner d'eux-mêmes une image très défavorable, une diminution significative du score d'internalité était observée. Il semble d'ailleurs que l'on soit effectivement mieux apprécié si l'on analyse les événements qui jalonnent la vie de façon interne<sup>18</sup>. J.L. Beauvois et F. Le Poutier<sup>19</sup>, par exemple, demandaient à des assistantes sociales de faire un pronostic sur la réussite future d'individus divers connus par leurs réponses à de simples questionnaires d'internalité/externalité. Les pronostics les plus favorables étaient attribués aux personnes qui avaient produit les scores d'internalité les plus élevés.

Cette norme fait l'objet d'un apprentissage social, et tout particulièrement à l'école<sup>20</sup>. Le système scolaire apporte une forte contribution à son émergence. En effet,

17. Voir «A Self approach to the fundamental attribution error : the norm of internality» in *Journal of Personality and Social Psychology*, 40, 1981, p. 643-649.

18. Voir N. Dubois, *op. cit.*

19. «Norme d'internalité et pouvoir social en psychologie quotidienne» dans *Psychologie Française*, 31, 1986, p. 100-108.

20. Voir N. Dubois, *op. cit.*

l'instituteur n'a-t-il pas rempli le contrat qui lui était imparti (la réussite scolaire de l'enfant) le jour où ses élèves attribuent la cause d'avoir bien travaillé à l'effet d'avoir obtenu une bonne note, plutôt que d'attribuer cet effet à la chance ou à quelqu'autre événement externe?

La norme d'internalité participe à l'efficacité de la naturalisation des comportements sociaux dans un registre interne. L'individu interne va pouvoir prendre une certaine conscience de lui-même qui sera, en fait, le résultat d'une bonne réplication des comportements qu'il doit bien réaliser s'il souhaite passer pour quelqu'un de bien sous tout rapport. Si, dès le plus jeune âge, on arrive à inculquer à l'enfant l'idée qu'il faut réussir sa vie, et que pour la réussir il est nécessaire de travailler, et si son travail est suivi de renforcements, alors il pourra intérioriser le fait qu'il est travailleur, et ce faisant, naturaliser la valeur du travail sous forme de trait de personnalité. Nul doute qu'il aura une meilleure probabilité de réussite chaque fois qu'il entreprendra quelque chose. Rien n'empêche qu'à son tour, de par les facilités d'accès à un statut social valorisé pour les individus internes, il devienne un évaluateur digne de ce nom, et un bon transmetteur de la norme d'internalité<sup>21</sup>.

Il peut sembler au lecteur que cette norme n'épuise pas entièrement le concept de responsabilité individuelle d'un acteur social. Nous en sommes nous-mêmes persuadés. Cependant, la norme d'internalité nous paraît bien souligner l'aspect socialement désirable de l'expression

21. Nous ne posons pas ici les problèmes d'efficacité sociale que soulève la notion de norme d'internalité : efficacité de l'acteur (l'internalité prédispose-t-elle à la réussite?), efficacité du fonctionnement social (l'internalité est-elle la garantie d'un fonctionnement considéré comme juste?). Nous manquons d'ailleurs de données pour traiter efficacement de tels problèmes, qui ne manquent pourtant pas d'intérêt.

du sentiment de responsabilité, et l'intériorisation de ce concept dans un registre personologique (sous forme de traits relativement stables). La connaissance de soi ne saurait donc échapper, de notre point de vue, à une détermination sociale de sa forme (le modèle des «différences individuelles») et de ses contenus (les traits de personnalité) : l'individu se connaît à travers les valeurs ou utilités sociales qu'il a appris à internaliser. Si le concept de personnalité a un sens, c'est sans doute à travers la construction sociale de l'individu qu'il peut émerger.

\* \* \*

Se connaître mieux, voilà qui fait plaisir à l'honnête homme, mais à condition que cette connaissance réponde à un modèle. On peut se prendre pour quelqu'un de bien quand on est capable d'expliquer ce qui arrive dans l'existence et ce que l'on y fait de façon interne. En effet, on ressemble alors aux hommes plutôt qu'aux femmes, aux cadres plutôt qu'aux exécutants, aux bons élèves plutôt qu'aux mauvais... c'est-à-dire à tous ceux qui apparaissent comme des gens biens et qui sont systématiquement plus internes que les autres. On est vu alors comme un individu responsable qui souligne le poids causal de l'acteur dans l'explication des événements psychologiques. D'un point de vue normatif, la «connaissance» de soi devient donc une valeur : à dire ce que l'on est, donc à laisser entendre ce que l'on vaut, on finit toujours par se montrer sous un aspect socialement désirable. Quelqu'un qui se connaît, c'est bien.

Jacques Py

Alain Somat

*Équipe de Recherches SOcio-Cognitives (E.R.S.O.C.)*

*Université des sciences sociales — Grenoble*

## Lectures recommandées

- BEAUVOIS, J.L. *La Psychologie quotidienne*, Paris, PUF, 1984.
- BEAUVOIS, J.L., JOULE, R. et MONTEIL, J.M. *Perspectives cognitives et conduites sociales*, Cousset, DelVal, 1987.
- DESCHAMPS, J.C. et CLÉMENCE, A. *L'Explication quotidienne. Perspectives psychosociologiques*. Cousset, DelVal, 1987.
- DOISE, W., DESCHAMPS, J.C. et MUGNY, G. *Psychologie sociale expérimentale*, Paris, Armand Colin, 1978.
- DUBOIS, N. «Aspect normatif versus cognitif de l'évolution de l'enfant vers la norme d'internalité» dans *Psychologie Française*, 31, 1986, p. 109-114.
- JOULE, R.V. et BEAUVOIS, J.L. «Prédiction et explication d'un comportement de soumission» dans *Psychologie Française*, 31, 1986, p. 149-155.