

LA PSYCHOLOGIE DE LA SUPERSTITION

La psychologie de la superstition accompagne l'Humanité depuis qu'elle est dotée de conscience. La superstition a toujours existé. D'ailleurs, chaque culture possède des superstitions différentes. Par exemple, dans certaines régions de Russie, briser un objet de vaisselle est de bonne augure. C'est comme si chaque croyance superstitieuse avait une sorte d'utilité dans la vie quotidienne.

Dans notre culture, nous avons de nombreuses superstitions latentes qui apparaissent de manière furtive. Nous connaissons tous quelqu'un qui nous rappelle toujours la malchance que nous apporte le fait de croiser un chat noir ou de briser un miroir. Il est paradoxal que les personnes superstitieuses, malgré le fait qu'il n'existe aucun argument logique ou scientifique qui le prouve, aient tendance à conditionner leur vie en fonction de leur superstition. Dans certains cas, il s'agit de petits gestes sans importance. Mais parfois, cela peut se transformer en vrais rituels.

Qu'est-ce que la superstition ?

La superstition, c'est la croyance qu'il existe un lien entre des événements alors qu'aucun argument logique ne le soutient. Par exemple, le fait d'avoir une patte de lapin comme porte-clé apporte de la chance. Il n'existe aucune preuve, mais certaines personnes y croient. D'autres exemples de superstitions sont :

- Faire un vœu lorsqu'on voit une étoile filante
- Avoir un trèfle à quatre feuilles sur soit porte chance
- Croiser les doigts lorsqu'on fait un vœu pour qu'il se réalise
- Sortir de son lit avec le pied droit en premier en pensant que cela rendra notre journée plus simple
- Penser que certains objets portent chance, tel que le fer à cheval

Normalement, les superstitions sont une manière d'attirer la chance ou d'éloigner la malchance. C'est une forme (supposée) d'attirer le succès ou d'éloigner l'échec. Nous pensons qu'ainsi, la vie sera plus facile et qu'elle nous apportera argent, amour ou succès. Bien qu'il existe une série de superstitions globales, chaque personne peut développer les siennes.

Quelle est l'origine de la psychologie de la superstition ?

Le principe à la base de la psychologie de la superstition est le conditionnement dit opérant, identifié par B.F Skinner. Il a commencé à travailler avec des pigeons. Quand ces animaux appuyaient sur un bouton situé à l'intérieur de leur cage, ils recevaient de la nourriture.

Avec le temps, ils ont "appris" que ce bouton leur permettait d'avoir accès à de la nourriture et ils l'ont associé à la sensation d'avoir faim. Plus tard, le système fut modifié. Ainsi, quand les pigeons exécutaient certains mouvements, ils recevaient leur récompense. Ils ont fini par développer des "comportements superstitieux" liés à leurs mouvements avec l'intention de recevoir leur nourriture.

Aussi, cela est très similaire à ce qui arrive chez les êtres humains. Une personne peut associer une conséquence positive ou négative à un comportement particulier. Si, par exemple, nous

allons à un examen avec une chemise particulière et obtenons un bon résultat, il est possible que nous allions aux prochains examens avec le même chemise.

Il existe d'autres phénomènes qui favorisent la superstition, comme la prophétie autoréalisatrice ou le biais de confirmation. Ce biais oriente l'attention des personnes vers ces faits/événements qui confirment l'hypothèse de départ, tout en ignorant ou en prêtant peu attention à ceux qui ne le font pas. Ainsi, si nous croyons qu'un chat noir amène la malchance et que nous en croisons un, il est facile de relier tous les événements négatifs de la journée à la rencontre avec ce chat noir tout en associant les positifs à d'autres causes.

Problèmes de la psychologie de la superstition

En général, la superstition n'est pas un mal en soi. Elle représente simplement un ensemble de croyances qui sont dans notre esprit. Cependant, elle peut devenir un problème si elle atteint un certain niveau :

On peut en arriver à dépendre d'un objet ou d'une amulette au point de ne pas se sentir en sûreté sans

La superstition nous brouille la vue et l'oriente vers la croyance en des sciences ou méthodes peu fiables. Par exemple, l'horoscope

Notre rendement peut se voir affecté si nous ne nous adonnons pas à certains rituels au préalable

Tout cela fait accentuer notre niveau d'anxiété et fait baisser la confiance que nous avons en nos propres capacités. Dépendre d'un objet ou d'un comportement à ce point dévalorise notre capacité à réussir les choses par nous-mêmes. C'est une façon subtile de nous démeriter et de dévier ce mérite sur quelque chose qui en réalité n'y est pour rien.

Comment combatte la superstition ?

La meilleure façon de lutter contre la superstition consiste à utiliser le pouvoir de notre esprit. Adopter un regard critique sur les associations que nous établissons et avec lesquelles nous fonctionnons est une bonne manière de se protéger contre ce genre de convictions. La proactivité sélective limite la quantité d'idées qui nous gouvernent, de façon à ce qu'indirectement, nous soyons plus libres.

S'exposer à des situations dans lesquelles on peut se sentir sans défense car on ne porte pas ses amulettes est une bonne manière d'atténuer l'anxiété que cela génère. Finalement, la superstition n'est rien de plus qu'une croyance et non une loi de la nature. C'est aussi pour cela qu'il est important d'apprendre à contrôler son anxiété. Et cela non seulement dans les cas où on est superstitieux, mais aussi dans la vie en général.

Pour conclure, il est probable que la superstition – et donc la psychologie de la superstition – nous accompagne pour toujours. Ses bénéfices peuvent être variés : réduire les incertitudes ou augmenter la sensation de contrôle. Par contre, la partie négative apparaît lorsque cela nous limite ou génère en nous de l'anxiété.