

PETIT MENSONGE, GRANDES CONSEQUENCES

Le mensonge réduit la capacité d'empathie

Mentir ou avoir des comportements malhonnêtes empêche de comprendre les sentiments des autres et peut avoir des conséquences plus importantes à long terme.

Mieux vaut dire la vérité si l'on veut préserver sa vie sociale. Au-delà des soucis qu'ils peuvent générer, les mensonges nous empêchent d'interagir correctement avec les autres d'après une nouvelle étude. Sur le site de l'American Psychological Association, des chercheurs démontrent que la malhonnêteté réduit notre capacité d'empathie.

Le cercle vicieux du mensonge

"Parfois les gens vont dire un petit mensonge et se dire que ça n'est pas très grave, explique Ashley E. Hardin, principale auteure de cette recherche. Mais la décision d'être malhonnête à un moment précis a des conséquences sur les interactions avec les autres par la suite." Ces conclusions sont l'aboutissement de huit études réalisées grâce à plus de 2 500 participants.

L'équipe de recherche a identifié un lien de causalité entre la malhonnêteté et l'empathie, qui nous permet de comprendre les émotions d'autrui et permet aux individus de se sentir proches. Pour les personnes qui mentent ou qui trichent, il est plus difficile d'interpréter les émotions des autres.

Les conséquences de ces comportements concernent aussi l'individu lui-même : une personne qui ment aura plus de mal à définir ses propres relations et à se considérer proche d'autres personnes. "Cela peut devenir un cercle vicieux", précise Ashley E. Hardin. Cela peut conduire à une déshumanisation de l'autre, et conduire un individu à réaliser des actes considérés comme immoraux.

La réactivité vagale

À l'inverse, une personne sensible socialement, soit capable de comprendre les émotions des autres et de s'y identifier, a beaucoup moins de risque d'avoir des comportements malhonnêtes. Pour parvenir à cette conclusion, les chercheurs ont examiné la sensibilité sociale des participants grâce à la réactivité vagale, car d'après de précédentes recherches, la compassion serait associée à une activité plus forte du nerf vague.

Les chercheurs se sont intéressés uniquement aux "petits menteurs", mais le mensonge peut devenir une maladie. La mythomanie désigne un réel besoin de mentir, qui engendre des souffrances pour la personne atteinte.