

De l'épidémiologie de la panique

Olivier Klein

La notion de « panique collective » peut être interrogée en relation avec l'épidémie de Covid-19 en Europe. Cette interprétation de comportements « irrationnels » observés lors de cet événement s'ancre dans une vision aujourd'hui dépassée de la « psychologie des foules ». Je propose une perspective alternative inspirée par des travaux récents en psychologie sociale sur les réactions collectives en situation d'urgence.

Au moment où j'écris ces lignes, le Covid-19 semble constituer une menace sérieuse sur notre système de santé. Chaque journée compte dans la lutte contre la contagion qui progresse de façon exponentielle. Cette épidémie s'appareille donc, semble-t-il, à une situation d'urgence, impliquant une menace importante et immédiate sur la collectivité. Comment les gens réagissent-ils dans des situations aussi graves ? Pensons, par exemple, à un lieu public, où a eu lieu un attentat terroriste, à une éruption volcanique aux abords d'une métropole ou à l'annonce de l'insolvabilité d'une banque. Dans ces cas de figure, le terme qui vient souvent à l'esprit est celui de « panique ». Soudain, la rationalité et l'esprit critique des membres du groupe seraient débordés par une émotion insurmontable menant à des comportements irrationnels, comme on le voit en ce moment dans les grandes surfaces où les gens se ruent sur du papier hygiénique ou des pâtes. Cette image est présente aujourd'hui dans les médias et dans les discours poli-

tiques : l'incertitude suscitée par l'arrivée fulgurante du virus nous amènerait à nous comporter comme des poulets décapités, courant dans tous les sens. On nous dit qu'il faut absolument « éviter la panique¹ » et on analyse les comportements de stockage, d'achat de masques, d'évitement de personnes « suspects » dans des lieux publics comme révélateurs d'un tel phénomène².

L'objet de cet article est d'interroger cette lecture, ses conséquences sur le public et de proposer une vision alternative, fondée en grande partie sur les travaux de psychologues sociaux britanniques qui ont abondamment étudié les réactions des « foules » en situation d'urgence.

Tout d'abord, qu'entend par « panique » ? Ce terme doit être distingué de la notion de peur. La peur est une émotion éveillée par une menace clairement

1 | Par exemple Maggie De Block dans *Le Soir* du 25 février 2020 : « Il faut éviter les réflexes de panique et les mesures disproportionnées », <https://bit.ly/2WIGBsg>.

2 | Par exemple, *Le Figaro*, 9 mars 2020, <https://bit.ly/2xooJIR>.

identifiable, réelle ou perçue comme telle. C'est une émotion qui nous aide à y faire face et qui prépare notre corps (en ce compris notre appareil cognitif) à l'affronter. Il est rationnel d'avoir peur par rapport à une menace. L'anxiété se distingue quant à elle de la peur car elle fait référence à un danger qui n'est pas clairement identifié. Il serait à cet égard légitime de parler d'anxiété par rapport aux sentiments qu'éveille le Covid-19. Au moment où j'écris ces lignes, la nature du danger qu'il fait peser sur chacun d'entre nous est loin d'être évidente.

En revanche, la panique est une sensation de peur soudaine, cette émotion prenant le pas sur un raisonnement réfléchi et donnant lieu souvent à un comportement de fuite ou d'évitement et, surtout, une absence de préoccupation pour autrui³. Or, en ce qui concerne l'épidémie de Covid-19, pour la plupart des gens, on ne peut pas parler d'une peur « soudaine » : l'arrivée du coronavirus en Europe était anticipée depuis plus d'un mois. Que les réponses par rapport à celui-ci ne soient pas nécessairement rationnelles ne signifie pas qu'il s'agisse de panique. En réalité, ce terme est souvent employé à posteriori pour caractériser un comportement qui, au moment des faits, était parfaitement rationnel eu égard aux informations disponibles.

L'idée de la « panique collective » est fortement ancrée dans les représentations sociales. Elle repose sur la croyance que les individus ne sont plus aussi rationnels une fois en groupe que s'ils étaient seuls. L'idée a été formalisée par le psychologue et sociologue français Gustave Le Bon (1841-1931). Dans sa *Psychologie des foules*⁴ (1895), encore un

bestseller aujourd'hui, il postulait que, rassemblés, les individus perdaient la capacité à se contrôler individuellement. La personnalité individuelle de chacun s'évanouirait, pour céder la place à des pulsions incontrôlables. C'est une idée qui inspirera ultérieurement Freud⁵. Par ailleurs, dans la foule, sentiments et actes seraient « contagieux ». Enfin, les foules seraient hautement suggestibles « à ce point que l'individu sacrifie très facilement son intérêt personnel à l'intérêt collectif » (p. 21). Dans l'approche lebonienne, seule la présence d'un meneur permettrait de canaliser le comportement de la foule qui se soumettrait béatement à lui. Sans lui, chacun serait animé par des passions individuelles, souvent immorales ou/et agressives, donnant lieu à un chaos généralisé. La panique semble donc correspondre à un comportement de foule sans meneur. Conservateur, Le Bon était guidé par la volonté de contrôler les masses prolétariennes qui avaient fait chanceler la République lors de la Commune de Paris. Il fut félicité par Mussolini pour son « œuvre » qui, selon certains, a inspiré de nombreux dirigeants politiques au XX^e siècle. Hitler le cite abondamment dans *Mein Kampf*, et il s'en inspirera⁶.

Le comportement des « foules » éveille un intérêt particulier dans des situations de crise ou d'urgence. Le potentiel qu'ont les groupes de perturber l'ordre social devient alors un enjeu particulier.

Avant de poursuivre, il est légitime de se demander si on peut parler de « comportement de foule » à propos des réactions au coronavirus (qui, n'impliquent, et pour cause, pas de rassemblement physique collectif). Remarquons tout d'abord que, si Le Bon étudie des foules « classiques », regrou-

3| Auf der Heide E. (2004), « Common misconceptions about disasters : panic, the "disaster syndrome" and looting », dans O'Leary M. (sous la dir.), *The First 72 Hours : A Community Approach to Disaster Preparedness*. Lincoln, NE, Universe Publishing. p. 340-80.

4| Le Bon G. (1895), *Psychologie des foules*, Paris, Alcan.

5| Freud S. (2010), *Psychologie des masses et analyse du moi*, Paris, Quadrige/PUF.

6| Courtois S. (2018), *Les logiques totalitaires en Europe*, Paris, Editions du Rocher.

pement d'individus dans un même lieu, les comportements collectifs dépassent de loin ce cas paradigmatique. On peut imaginer des comportements collectifs par l'entremise, par exemple, des réseaux sociaux. Dans ce cas également, une rhétorique qui rappelle facilement Le Bon est rapidement évoquée : on parlera de « contagion », de « suggestibilité » aux fake news, voire de soumission à un leader, d'une façon très similaire à celle de l'intellectuel français.

Les idées de Le Bon sont purement spéculatives et fondées sur des observations anecdotiques et non systématiques. Que nous dit la recherche en psychologie sociale sur le comportement des groupes en situation d'urgence ?

Contrairement à ce qu'on pourrait supposer, des comportements désordonnés, irrationnels, une capacité de discernement débordée par des émotions collectives ne sont nullement la norme. Des études menées lors de catastrophes naturelles ou d'attaques terroristes montrent que les personnes affectées cherchent souvent à développer collectivement des stratégies permettant d'aider les plus vulnérables⁷. Un exemple parmi d'autres : le 11 septembre 2001, les travailleurs du World Trade Center ne se sont pas rués de façon désordonnée dans les escaliers des bâtiments, mais ont cherché à coopérer et à se soutenir mutuellement. Bref, les gens sont souvent plus rationnels qu'on pourrait le croire lorsqu'on lit Le Bon. Cette rationalité ne se fait pas en dépit de l'appartenance à un groupe (comme il le suggère), mais, au contraire, parce que dans ce type de situation, les victimes tendent à s'identifier profondément au groupe placé dans la même situation qu'elles. En effet, rien de tel qu'un « destin commun » comme celui

d'une catastrophe pour forger une identité de groupe. Les individus développent alors souvent des stratégies de coopération destinées à favoriser le bien-être du groupe. Les collectifs ont une étonnante capacité à s'autorganiser pour faire face au danger et se montrer efficaces. Il se développe donc une véritable « résilience collective⁸ ».

Ces exemples ne concernent cependant pas des épidémies et on pourrait dès lors contester leur pertinence en ce qui concerne le cas qui nous occupe. Une étude⁹ du cas de l'épidémie de grippe espagnole de 1919, la pandémie la plus ressemblante à celle que nous vivons aujourd'hui, aux États-Unis montre que là également, les réactions les plus communes n'ont nullement été la « panique », la « fuite » et le « chacun pour soi », mais des élans de solidarité spontanés, qui se sont manifestés de façon généralisée.

Au-delà de ces exemples historiques, des recherches menées en laboratoire¹⁰ étayent cette analyse. Dans ce type d'étude, les sujets sont typiquement confrontés à une personne en détresse (en fait un·e comparse) dont l'appartenance sociale est manipulée. On évalue la probabilité de l'aider. On voit que le fait de partager une identité commune avec une victime prédit le comportement d'aide à son égard.

Les croyances selon lesquelles, en situation d'urgence, le public va succomber à une panique généralisée et créer un désordre civil peuvent engendrer des

8|Drury J., Carter H., Cocking C., Ntontis E., Tekin Guven S. et Amlôt R. (2019), « Facilitating collective resilience in the public in emergencies: Twelve recommendations based on the social identity approach », *Frontiers in public health*, 7, 141.

9|Crosby A.W. (1989), *America's Forgotten Pandemic*. Cambridge, Cambridge University Press.

10|Levine M., Prosser A., Evans D., Reicher S. (2005), « Identity and emergency intervention. How social group membership and inclusiveness of group boundaries shape helping behaviour », *Personality and Social Psychology Bulletin*, 31, 443-53.

7|Drury J. (2018), « The role of social identity processes in mass emergency behaviour: An integrative review », *European Review of Social Psychology*, 29(1), 38-81

conséquences néfastes sur les politiques mises en œuvre pour y faire face. Par exemple, cela peut mener à favoriser des mesures centralisées qui ne laissent aucune autonomie à la population ou des stratégies de dissimulation de l'information (de peur de faire « paniquer »). Inversement, elles peuvent donner lieu à des politiques répressives lorsque des personnes concernées ne suivent pas les consignes. Ces approches sont souvent contreproductives car elles cultivent une défiance entre les responsables et le public. Or, la confiance est absolument indispensable pour faire face à une urgence (comme une pandémie).

Bien que les idées de Le Bon aient été discréditées depuis longtemps, les membres des forces de l'ordre et les professionnels de la sécurité civile britannique adhèrent toujours à ces mythes¹¹. C'est très probablement encore plus le cas en France, où les politiques de maintien de l'ordre sont encore inspirées par Le Bon (la Grande-Bretagne étant souvent montrée en exemple pour ses progrès dans ce domaine).

Médiatisation

Comment expliquer alors des comportements qui peuvent sembler guidés uniquement par l'intérêt personnel, comme en témoignent les ruées sur du papier hygiénique ou les pâtes ? N'est-ce pas là la démonstration de l'emprise d'une telle panique irrationnelle ? On peut à contrario y voir une stratégie rationnelle guidée (à tort ou à raison) par la perspective que des produits de première nécessité ne soient plus en stock suffisant en raison de l'épidémie. Sans doute ce comportement ne brille-t-il ni par l'intelligence ni par un élan solidaire, mais on ne peut

pas parler de panique. De façon plus générale, une telle attitude privilégie le bien-être individuel au mépris du bien-être collectif. Cela ne le rend pas nécessairement moins rationnel.

À cet égard, la médiatisation des rayons vides joue un rôle important à deux titres. D'une part, elle communique une norme sociale, il est « normal » d'avoir peur pour sa sécurité alimentaire ou quant à la disponibilité de biens de première nécessité. Or, en situation d'incertitude, on se tourne tout particulièrement vers les autres (sources de normes) pour guider son comportement¹². D'autre part, le simple fait que les « autres » soient paniqués peut en soi créer une pénurie selon la même logique que les ruées vers les banques annoncées en faillite alors qu'elles ne le sont pas. C'est le fameux exemple de « prédiction créatrice » (*self-fulfilling prophecy*) utilisé par le sociologue Robert Merton¹³ pour illustrer et définir sa théorie.

Dans cet esprit, il est clair qu'une responsabilité des médias est de relayer les nombreux actes de coopération et d'entraide qui existent également (ainsi que de montrer les rayons pleins). En effet, la médiatisation des informations relatives au coronavirus est très probablement l'un des facteurs qui nourrit l'anxiété par rapport au virus. Or, s'il est une hypothèse parfaitement étayée en psychologie sociale, c'est bien qu'en situation d'incertitude, on cherche de l'information¹⁴. Dans l'« économie de l'attention » qui gouverne aujourd'hui la plupart des médias, chaque « clic » est une ressource financière poten-

12 | Smith J. R., Hogg M. A., Martin R. et Terry D. J. (2007), « Uncertainty and the influence of group norms in the attitude-behaviour relationship », *British Journal of Social Psychology*, 46(4), 769-792.

13 | Merton R. K. (1948), « The self-fulfilling prophecy », *The antioch review*, 8(2), 193-210.

14 | Echterhoff G., Higgins E. T. et Levine J. M. (2009), « Shared reality: Experiencing commonality with others' inner states about the world », *Perspectives on Psychological Science*, 4(5), 496-521.

11 | Filleule O. et Jobard F. (2016), « Un splendide isolement : les politiques françaises du maintien de l'ordre », Collège de France, *La Vie des Idées*, <https://bit.ly/3bqLn1P>.

tielle (à travers des publicités). S'inscrit donc là un « cercle vicieux », les médias alimentant des angoisses collectives et vice versa. Il y a donc une véritable symbiose entre les médias numériques (et j'entends par là toutes les sources d'information dont les revenus sont dépendants du nombre de « vues ») et les angoisses collectives.

La métaphore de la contagion

En parallèle à l'épidémie, on voit des émotions, des croyances et des comportements se diffuser dans la population. En accord avec la vision lebonienne de la « contagion », il est tentant alors de parler de « contagion¹⁵ » ou d'« épidémie » pour caractériser cette diffusion. On nous présente des modèles de diffusion de ces idées et des comportements présentant les individus comme des moutons qui se contentent d'imiter ce que font leurs plus proches voisins, dans un effet domino sans fin¹⁶. Que des idées se transmettent et en viennent à être partagées dans une population ne fait certes aucun doute, surtout en période d'incertitude comme celle-ci. Mais la métaphore de la contagion est extrêmement trompeuse. Elle suppose que des construits psychologiques (émotions, représentations, comportements) nous « infectent » à notre insu et que nous soyons amenés à en devenir les vecteurs involontaires. Or, c'est là une vision totalement incorrecte de l'influence sociale. En général, si l'individu en vient à adopter une certaine croyance ou un comportement, c'est parce qu'il réagit à une source d'influence qui sera privilégiée parce qu'elle partage une identité commune avec lui, ce qui légitime l'adoption de la croyance ou du comportement en question pour faire face à la situation. C'est dans la

mesure où nous partageons une identité commune avec la source d'influence que nous sommes influencé·e·s par elle.

À titre d'illustration, des travaux menés aux États-Unis¹⁷ montrent que des électeur·ice·s potentiel·le·s sont moins susceptibles d'adhérer à des politiques si elles sont proposées par des parlementaires « démocrates » (et vice versa) et ceci est totalement indépendant de la nature de ces politiques ou des convictions idéologiques des sujets : seule la source compte. Par exemple, les sympathisant·e·s républicain·e·s, généralement adeptes d'une limitation des aides sociales, faisaient preuve d'une adhésion plus marquée à une politique « généreuse » d'aide au plus démunis si cette politique était favorisée par des Républicains qu'à une politique plus stricte si elle était pronée par des Démocrates. On voit par là que l'appartenance politique nous sert de guide pour évaluer la valeur d'un discours et épargne la nécessité d'examiner de façon critique ses tenants et ses aboutissants. Il n'y a pas ici de « contagion » ou « d'imitation », mais de conviction que les idées proposées par les représentants d'un groupe auquel on s'identifie doivent être pertinentes et vertueuses.

Parmi d'autres, cet exemple suggère qu'il n'y a d'épidémie « psychologique » que dans la mesure où l'on perçoit les sources d'influence comme valides. La panique ne se transmet donc pas de façon irraisonnée par une simple « contagion ». L'angoisse collective repose sur la capacité de certaines sources d'influence — les leaders d'opinion — à influencer notre vision du monde.

15 | Voir par exemple Sperber D. (1996), *La contagion des idées*, Odile Jacob.

16 | Barsade S. G. (2002), « The ripple effect: Emotional contagion and its influence on group behavior », *Administrative science quarterly*, 47(4), 644-675.

17 | Cohen G. L. (2003), « Party over policy: The dominating impact of group influence on political beliefs », *Journal of Personality and Social Psychology*, 85(5), 808-822.

Du bien commun

Sans être épidémiologue, je pense avoir compris la chose suivante : l'épidémie de Covid-19 nous concerne tous et toutes, pas seulement les victimes les plus « à risque » (personnes âgées ou immunodéprimées), chacun·e est potentiellement vecteur·trice du virus et peut être victime d'une surcharge du système de santé en raison de l'épidémie. Toutefois, pour les moins à risque, il est clair que les comportements préventifs bénéficient davantage à la collectivité dans son ensemble qu'à ces individus.

De cette observation et de ce qui précède, il ressort que, pour faire face à un tel défi, la promotion d'une identité collective est nécessaire. « Don't personalize, collectivize !¹⁸ », écrivent mes collègues Stephen Reicher et John Drury, dans une exhortation aux autorités britanniques face au coronavirus. Dans cette perspective identitaire, l'identité collective exerce plusieurs effets positifs¹⁹. D'une part, elle permet de canaliser les énergies pour faire face à la menace. Alors que l'angoisse peut être paralysante lorsqu'il s'agit de gérer une menace vécue comme purement individuelle, la présence d'une identité collective et partagée est génératrice d'émotions positives qui peuvent favoriser des comportements coordonnés²⁰ en vue de faire face au désastre. D'autre part, le simple fait de constater que cette identité est partagée confère un sentiment d'efficacité collective, dont on sait qu'il est une des variables les plus importantes dans l'action collective²¹.

18 | <https://bit.ly/2UtVqfy>.

19 | Haslam S. A., Reicher S. D. et Platow M. J. (2010), *The new psychology of leadership: Identity, influence and power*, Psychology Press.

20 | Páez D., Rimé B., Basabe N., Włodarczyk A. et Zumeta L. (2015), « Psychosocial effects of perceived emotional synchrony in collective gatherings », *Journal of Personality and Social Psychology*, 108(5), 711-729.

21 | Van Zomeren M., Postmes T. et Spears R. (2008), « Toward an integrative social identity model of collective action: A quantitative research synthesis of three socio-psychological perspectives », *Psychological Bulletin*, 134(4), 504-535.

Dès lors, des messages de santé publique qui mettent en exergue l'identité collective et l'altruisme plutôt que le bien-être individuel sont susceptibles d'être plus efficaces. Une étude récente²² montre du reste que les gens sont plus susceptibles d'adopter des mesures de « distance sociale » en réponse au Covid-19 si elles sont justifiées par des considérations morales relevant de l'altruisme (« c'est ce qu'une personne bonne ferait ») plutôt que par des considérations utilitaires (« si on ne le fait pas, les conséquences seront bien plus terribles ») ou déontologiques (« c'est notre devoir »).

La Première ministre belge Sophie Wilmès a tenté de forger un tel sentiment d'identité partagée à travers plusieurs discours et en fédérant la plupart des formations politiques démocratiques du pays. Mais, naturellement, l'efficacité de cette stratégie dépend de plusieurs facteurs. Premièrement, si la mobilisation des énergies et les sacrifices imposés s'avèrent inutiles parce que la politique choisie est soit inappropriée, soit entachée de trop de lacunes dans sa mise en œuvre, cette stratégie peut faillir. Si Madame Wilmès parvient à incarner une « Belgique qui fait face », une identité partagée contribuera au succès de sa politique. Inversement, un échec peut être soit perçu comme un aveu que « la Belgique ne marche pas » ; soit comme un désaveu de sa capacité à la représenter. En outre, d'autres appartenances sont passibles de prendre le dessus à mesure que l'épidémie et sa gestion touchent certaines catégories sociales, voire certaines régions plus que d'autres. La politique menée par le gouvernement belge ne sera efficace que s'il parvient à maintenir une relation de confiance

tin, 134(4), 504-535.

22 | Everett J.A.C., Colombatto C., Chituc V., Brady W.J. et Crockett M.J. (2020), *The effectiveness of moral messages on public health behavioral intentions during the Covid-19 pandemic*, Doi : 10.31234/osf.io/9yqs8.

avec la population, ce qui nécessite une concertation permanente avec les personnes les plus touchées par l'épidémie.

Je défends donc ici l'importance des identités collectives pour faire face à une pandémie. Il ne faut toutefois pas négliger les conséquences négatives de tels sentiments. En mettant en exergue le « nous », elles désignent également le « eux ». La présente épidémie n'échappe pas à son lot de xénophobie. Si des exemples de xénophobie antiasiatique ont déjà pu être mis en évidence, la fermeture des frontières risque d'être associée à des attitudes négatives à l'égard de voisins qui se montreraient moins vigilants. De même, pour ceux et celles qui ne respectent pas « les normes » et ne représentent donc pas adéquatement l'identité valorisée, il est envisageable qu'ils fassent l'objet de stigmatisations, alors que nous savons par ailleurs que les mesures de confinement sont plus faciles à suivre lorsqu'on jouit d'un grand espace et d'un beau confort.

En conclusion, j'espère avoir montré que nous ne devons pas craindre la « panique » et les comportements irrationnels d'une collectivité « hystérisée » par l'angoisse. En revanche, continuer à véhiculer une vision dépassée de la « foule » pourrait engendrer des conséquences très néfastes sur les politiques de santé publique et de maintien de l'ordre.

Je remercie de tout coeur Anne-Laure Rousseau pour sa relecture attentive.