



Notre attention captivée par un regard

Des scientifiques de l'UNIGE démontrent que lorsque nos regards se croisent, notre attention se focalise sur l'interaction sociale, perturbant notre notion du temps.

En exprimant les intentions de nos interlocuteurs ou interlocutrices, les yeux jouent un rôle important en communication sociale, plus encore en période de pandémie, lorsque la moitié du visage est masquée. Mais ce contact visuel est-il automatique et rapide? Est-il fondé sur une réaction attentionnelle prioritaire, ou au contraire sur une réaction émotionnelle particulière? Pour répondre à ces questions, des chercheurs de l'Université de Genève (UNIGE) se sont intéressés à la manière dont nous traitons le regard humain, en s'attardant sur l'estimation de la durée temporelle des interactions sociales. Ils ont ainsi découvert que lorsque nous entrons en contact visuel avec une autre personne, notre attention est directement sollicitée, provoquant une distorsion de notre perception temporelle. En conséquence, le temps paraît plus court qu'il ne l'est en réalité. Au contraire, cette sous-estimation du temps ne se produit pas lorsque notre regard capte un objet non-social. Ces résultats, à lire dans la revue *Cognition*, vont permettre de mettre en place un outil diagnostique évaluant les mécanismes en jeu si des troubles du traitement des stimuli sociaux sont détectés, comme chez les personnes autistes ou schizophrène, puis d'agir en conséquence.

Le regard que nous portons sur les autres et la manière dont nous percevons le regard d'autrui ont un impact important sur la communication sociale, une fonction fondamentale appelée cognition sociale. «Dès notre plus jeune âge, nous apprenons à décrypter les sentiments et intentions de nos interlocutrices ou interlocuteurs à travers leurs yeux. Ainsi, croiser le regard d'autrui est une situation sociale des plus habituelle, mais amenant une réaction toujours particulière», relève Nicolas Burra, chercheur à la Section de psychologie de la Faculté de psychologie et des sciences de l'éducation (FPSE) de l'UNIGE, premier auteur de l'étude. À ce sujet, deux hypothèses sont émises: la première repose sur le fait que le contact visuel avec autrui engendre directement une réaction émotionnelle, sans passer par notre attention. La seconde considère que le contact visuel active un traitement attentionnel rapide et automatique, qui génère par la suite une réponse émotionnelle.

Notre perception du temps influencée par l'émotion et l'attention

Pour vérifier ces hypothèses, les chercheurs de l'UNIGE se sont intéressés à la manière dont nous percevons le temps, qui varie en fonction du traitement émotionnel ou attentionnel apporté au stimulus visuel. «En effet, il a été démontré que lorsque nos capacités émotionnelles doivent traiter un stimulus visuel déplaisant, par exemple si l'on nous demande d'évaluer le temps d'apparition d'une grosse araignée, nous allons surestimer le temps qui passe, en ayant l'impression qu'il s'écoule plus vite qu'en réalité», explique Nicolas Burra. Ainsi, notre capacité d'évaluation du temps est perturbée par la charge émotionnelle et s'accélère. Au contraire, lorsque le stimulus visuel est traité par l'attention, l'effet inverse se produit: focalisé-e sur un stimulus très important pour notre attention, nous sous-estimons le temps qui s'écoule et nous regardons l'objet plus longtemps que ce que nous imaginions. «En analysant combien de temps une personne estime avoir croisé un regard, nous pouvons



© UNIGE

Nicolas Burra, maître assistant à la Section de psychologie de la Faculté de psychologie et des sciences de l'éducation (FPSE) de l'UNIGE.

contact

Nicolas Burra

Maitre assistant à la Section de
psychologie

FPSE

+41 22 379 86 97

Nicolas.Burra@unige.ch

DOI: [10.1016/j.cognition.2021.104734](https://doi.org/10.1016/j.cognition.2021.104734)

ainsi définir si le contact visuel établi entre deux personnes sollicite plutôt l'attention ou l'émotion», en déduit le chercheur genevois.

Regards déviés contre contacts visuels

Pour évaluer l'impact du contact visuel sur notre notion du temps, 22 participant-es ont vu défiler près de 300 visages représentant des interactions sociales par le regard: soit des regards établissant un contact visuel direct – des yeux regardent dans le vide puis viennent accrocher le regard du participant-e –, soit des regards déviés – le même mouvement oculaire est effectué, mais les regards du visage et du participant-e ne se croisent jamais. Durant 20 minutes, les participant-es ont évalué subjectivement les différentes durées de ces interactions sociales, sachant que dans la vie de tous les jours, les contacts visuels durent en moyenne une à deux secondes. «Alors que les regards déviés ne provoquent aucune distorsion de notre perception du temps, nous avons constaté qu'au contraire, lorsque les regards se croisent, les participants sous-estiment systématiquement la durée de ces contacts visuels», relève Nicolas Burra. Ceci démontre que le contact visuel n'impacte pas préférentiellement le système émotionnel, mais bel et bien le système attentionnel qui nous distrait de notre capacité à évaluer le temps.

Afin de vérifier la véracité de ces résultats, les chercheurs de l'UNIGE ont effectué la même expérience avec d'autres participant-es, en utilisant cette fois-ci des objets non-sociaux qui effectuent les mêmes mouvements que les regards. Cependant, aucune déformation de la perception du temps n'a été constatée. Idem lorsqu'un visage est statique. «Il semble donc qu'il faille non seulement un regard, mais ce regard en mouvement», souligne le neuroscientifique. L'effet de distorsion du temps est par contre retrouvé en ne montrant aux participant-es que des mouvements de yeux schématisés, ou encore des parties de regards en mouvement, sans le reste du visage – une situation qui se rapproche des interactions sociales avec un masque. Mais cela va plus loin, car cet effet a aussi été retrouvé dans une expérience en ligne sur plus d'une centaine de personnes, corroborant les résultats obtenus en laboratoire.

Le contact visuel traité en priorité

Cette série d'expériences démontre que le contact visuel et les stimuli sociaux sont traités par l'attention en priorité. «C'est ce qui explique notamment cette sensation que nous ressentons lorsque quelqu'un nous regarde alors même que nous n'avons pas encore croisé réellement son regard», illustre Nicolas Burra. Ce travail va permettre d'évaluer, puis d'intervenir plus précisément sur les processus attentionnels ou émotionnels chez les personnes souffrant de troubles du traitement des stimuli sociaux, caractérisés par une absence d'intérêt, une mauvaise interprétation du regard ou par une réaction émotionnelle extrême au regard d'autrui, comme chez les personnes autistes, schizophrènes ou souffrant d'anxiété sociale. L'équipe de recherche effectue actuellement cette expérience avec des enfants et des personnes âgées, afin d'observer l'évolution de ce traitement préférentiel du contact visuel par l'attention au travers de la vie. Nicolas Burra conclut : «Cette étude donne tout son sens à cette sensation que le temps s'arrête lorsque nous croisons le regard d'autrui.»

UNIVERSITÉ DE GENÈVE
Service de communication
24 rue du Général-Dufour
CH-1211 Genève 4

Tél. +41 22 379 77 17
media@unige.ch
www.unige.ch