



## Le syndrome des faux souvenirs

Dernière modification le vendredi 15 janvier 2010 à 05:25:36 par Charles Muller

<http://sante-medecine.commentcamarche.net/contents/memoire/le-syndrome-des-faux-souvenirs>

Si l'individu est capable d'« effacer » de sa mémoire des événements traumatiques ayant réellement existé (amnésie psychogène), il est aussi capable de l'inverse : se remémorer une ou plusieurs expériences traumatiques qui n'ont en réalité jamais existé. C'est le syndrome dit de la fausse mémoire ou des faux souvenirs.



### Comment détecter des faux souvenirs ?

- Ce syndrome est suspecté dès lors qu'un patient fait état de souvenirs inédits, 10, 20, 30 ans ou plus, après qu'ils aient prétendument eu lieu.
- Ces faux souvenirs apparaissent généralement à la faveur de psychothérapies, et leurs conséquences sur la personnalité et la vie du patient sont souvent très destructrices.
- De diagnostic récent, ce phénomène a d'abord été identifié aux Etats-Unis avant d'arriver en Europe.
- Dans la plupart des cas, les faux souvenirs concernent des relations incestueuses. Le patient est convaincu d'avoir été victime d'attouchements sexuels, voire de viols répétés commis par un membre de la famille (père, oncle, grand-père, frère...).
- Des études menées aux Etats-Unis par Elisabeth Loftus ont montré que ces souvenirs de viols incestueux apparaissent souvent à la faveur de séances d'hypnose ou sur la simple suggestion répétées de psychothérapeutes au professionnalisme douteux.

### Suggestion et autosuggestion au cœur des faux souvenirs

- La persuasion par la parole vise l'introduction dans le cerveau d'idées et de représentations qui peuvent, suivant la sensibilité des sujets à la suggestion, déterminer des comportements et des croyances. Ainsi, l'exposition répétée à des propos fallacieux portés par une personne ayant autorité sur le patient peut altérer la mémoire de ce dernier.
- Cette suggestion peut parfois donner naissance à l'invention de faits imaginaires corroborant le système de croyances dans lequel la personne s'est, ou a été, « enfermée ». En actionnant des fonctions indépendantes de la volonté ou de la conscience, la suggestion est ignorée du sujet qui est alors persuadé de l'authenticité de ses souvenirs.

### Souvenirs refoulés et faux souvenirs

- Les souvenirs d'abus sexuels subis dans l'enfance ne sont évidemment pas tous de faux souvenirs.
- Le refoulement de ce genre d'épisodes peut être à l'origine d'amnésies dites psychogènes. Un phénomène provoqué vraisemblablement par un excès de fixation de glucocorticoïdes sur l'hippocampe en réponse à un stress traumatique.
- Au-delà d'une certaine intensité de stress, variable selon les individus, une expérience fortement traumatique peut donc en effet provoquer le blocage des mécanismes de mémorisation.

## Pour aller plus loin

[Les mémoires humaines](#)

***Fonctionnement de la mémoire***

[Les mémoires à court terme](#)

[Les mémoires à long terme](#)

[Comment les neurones se souviennent](#)

[Où sont stockés les souvenirs dans le cerveau ?](#)

[Mémoire et émotions](#)

[Le rêve, fabrique de nos souvenirs ?](#)

***Troubles de la mémoire***

[L'alcool nuit-il à la mémoire ?](#)

[Le syndrome de Korsakoff](#)

[Consommation de drogues et perte de mémoire](#)

[Les différents types d'amnésie](#)

[Pertes transitoires de mémoire : l'ictus amnésique](#)

[Les étranges agnosies](#)

[Le syndrome des faux souvenirs](#)

[Le stress contre la mémoire](#)

[Le refoulement et la mémoire](#)

[Stress post-traumatique : quand la mémoire bégaie](#)

[Perd-on la mémoire avec l'âge ?](#)

[Perte de mémoire ou Alzheimer : comment savoir ?](#)

***Connaître, préserver et booster sa mémoire***

[La mémoire du fœtus](#)

[Le bébé apprend vite !](#)

[Avant les examens : dix trucs pour de bonnes révisions](#)

[Seniors : comment entretenir sa mémoire](#)

[La mémoire dans tous ses états : les calculateurs prodiges](#)

[Un mystère : la mémoire absolue](#)

[Faut-il avoir peur des images subliminales ?](#)

[Sommeil et mémoire](#)

[Mnémotechniques pour booster sa mémoire](#)

[Les aliments de la mémoire](#)

[Les médicaments et la mémoire](#)

[Des plantes pour la mémoire](#)

[Des compléments alimentaire pour la mémoire](#)

[Mémoire : info ou intox ?](#)

**Réalisé en collaboration avec des professionnels de la santé et de la médecine, sous la direction du docteur Pierrick HORDE**