

Se sentir dans la peau d'une autre personne

Perception corporelle : schéma corporel, image du corps, dissociation ...

Une curieuse expérience, facile à reproduire soi-même, montre qu'il est possible de manipuler nos perceptions de façon à faire en sorte que notre esprit nous fasse croire que nous sommes dans le corps d'une autre personne.

- Vous vous placez derrière une autre personne, qui vous tourne le dos, et la regardez ;
- Un ami touche cette personne à divers endroits dans le dos,
- Et pendant le même temps, un autre ami vous touche exactement aux mêmes endroits de votre dos, au même moment.
- Notez ce que devient votre perception corporelle.

Une autre expérience va dans le même sens :

Deux personnes se placent l'une à côté de l'autre et positionnent leurs bras avec un cache entre les deux, situé de telle façon que chacun peut voir la main de l'autre, sans regarder sa propre main.

Une troisième personne va pianoter et faire des effleurements sur le dos des deux mains à la fois, *exactement de la même façon*, pendant 2 à 3 minutes.

Plus ou moins rapidement et chez environ 2 personnes sur trois, surgit par moments l'impression que la main que l'on regarde est sa propre main.

La conclusion surprenante est que l'image du corps n'est pas toujours calée avec nos sensations corporelles et le sentiment d'être soi.

Dans l'étude référée ci-dessous¹, des chercheurs ont conduit une expérience similaire, associant la vision d'un avatar effleuré sur son corps, avec la perception d'être effleuré aux mêmes endroits. Cette expérience introduit dans le cerveau un « bug » : un « conflit multi-sensoriel », qui donne l'illusion de se percevoir dans un autre corps.

L'expérience a été menée sur 22 volontaires caressés par un système robotique, et regardant un avatar caressé aux mêmes endroits. Les volontaires ont confondu dans la majorité des cas certaines parties de leur corps avec celles de l'avatar. 70% des participants pensaient que le contact ressenti dans leur propre corps provenait directement de la caresse observée sur l'avatar.

Cette expérience nous interroge sur les mécanismes psychophysiologiques à l'origine de la perception du soi et, au-delà, pourrait peut-être ouvrir des portes dans la prise en charge de certaines schizophrénies.

¹ **Source:** Frontiers in Behavioral Neuroscience 25 July 2013 DOI: 10.3389/fnbeh.2013.00065 Full body illusion is associated with widespread skin temperature reduction (Visuels@ Roy Salomon et al (2013) Frontiers in Behavioral Neuroscience

Maintenant, on peut aussi se poser la question de l'innocuité des jeux en immersion 3D, où l'on manipule un joueur, un héros auquel on s'identifie le temps du jeu : que devient la conscience corporelle chez les jeunes un peu trop addicts à ces jeux, et qui ne pratiquent pas d'activité physique par exemple ... ?