

# L'effet Barnum

L'**effet Barnum** est un biais cognitif, ainsi qu'une technique de manipulation, qui conduit un individu à considérer une **description générale et floue de traits de personnalité comme s'appliquant précisément à sa propre personnalité.**

**Synonymes** : effet Forer, effet puits, effet de validation subjective, effet de validation personnelle.

L'expression d'effet Barnum est attribuée au psychologue américain **Paul Meehl** (1920-2003) en référence à l'homme de cirque **Phineas Taylor Barnum** (1810-1891), qui dans les années 1850 avait mis au point un numéro dit de "lecture à froid" où l'on racontait des généralités sur les personnes, mais qui paraissaient ne s'appliquer qu'à un seul spectateur cible.

En tant que technique de manipulation, l'effet Barnum est largement utilisé :

- en astrologie,
- en numérologie,
- en cartomancie,
- en chiromancie,
- en graphologie,
- dans les horoscopes,
- en voyance,
- dans les pseudosciences en général,
- dans les tests de personnalité,
- en politique,
- en séduction.

Ce phénomène a été décrit en 1948 par le psychologue américain **Bertram Forer** (1914-2000).

L'effet Barnum s'expliquerait par le fait que l'esprit humain comble le vague de la description en y projetant ses propres images et en ne retenant que les éléments qui l'arrangent. En outre, comme l'être humain est toujours à la recherche d'informations pour enrichir la représentation qu'il a de lui-même, il a tendance à accepter ces informations extérieures, surtout s'il croit aux méthodes qui ont permis de les élaborer. "L'effet Barnum met en lumière le processus incessant de la construction de la représentation de soi-même. L'esprit humain doit en effet se servir d'éléments qui lui sont extérieurs pour avoir une image de lui-même, image qui n'est jamais définitive." (François Filiatrault - Sciences et Pseudo-Science - PS n° 256, mars 2003)