

Spécificité des souvenirs autobiographiques et de l'imagination du futur

Version adaptée de : Williams, J. M. G., Ellis, N. C., Tyers, C., Healy, H., Rose, G., & MacLeod, A. K. (1996). The specificity of autobiographical memory and imageability of the future. *Memory and Cognition*, 24(1), 116-125.

Version utilisée dans: D'Argembeau, A., Ortoleva, C., Jumentier, S., & Van der Linden, M. (2010). Component processes underlying future thinking. *Memory & Cognition*, 38(6), 809-819. doi:10.3758/MC.38.6.809

Les sujets doivent récupérer 5 événements spécifiques qu'ils ont vécus dans le passé et imaginer 5 événements spécifiques qui pourraient leur arriver dans le futur, en réponse à des mots-indices.

Deux sets de stimuli (A et B) sont utilisés (voir fichier « fiches spécificité » ci-joint). Chaque set comporte 5 mots-indices appariés selon leur fréquence et degré d'imagerie. Pour la moitié des participants, utiliser le set A pour les événements passés et le set B pour les événements futurs. Pour l'autre moitié des participants, utiliser le set B pour les événements passés et le set A pour les événements futurs. Par ailleurs, dans les deux cas, commencer par administrer les 5 événements passés pour la moitié des participants, et commencer par administrer les 5 événements futurs pour l'autre moitié des participants.

Consigne pour les événements passés

« Je vais vous demander de vous souvenir de certains événements que vous avez personnellement vécus dans le passé. Vous allez voir 5 mots par écrit, l'un après l'autre, et je vous demanderai pour chaque mot d'essayer de vous souvenir d'un événement passé que vous évoque ce mot. Il est important que les événements que vous rappelez soient précis et spécifiques, c'est à dire qu'ils doivent s'être déroulés un jour particulier et dans un lieu précis. Il doit s'agir d'événements qui ont duré quelques minutes à quelques heures et un jour tout au plus et non d'événements qui se sont déroulés sur une période de plus d'un jour.

Par exemple, si on vous présente le mot « vacances », vous rappeler que vous êtes parti une semaine en vacances en Italie l'été passé ne constitue pas un événement suffisamment spécifique. Par contre, vous rappeler que vous êtes allés manger avec deux amis dans un petit restaurant en bord de mer le deuxième soir de ces vacances constitue bien un souvenir spécifique. »

S'assurer que les participants ont bien compris ce qu'est un souvenir spécifique (éventuellement répéter l'explication), puis continuer :

« Vous allez devoir rappeler un événement passé en réponse à chaque mot-indice. Je vais vous lire chaque mot et vous devrez essayer de vous souvenir, le plus vite possible, d'un événement que vous avez vécu dans le passé. Cet événement peut se rapporter au passé proche ou au passé lointain et peut être quelque chose d'important ou au contraire de banal. L'important est que ce soit un événement spécifique. Dès que vous avez un événement spécifique à l'esprit, décrivez-le-moi oralement. Ne parlez que lorsque vous avez un événement spécifique à l'esprit (c'est-à-dire un événement qui se déroule dans un lieu et à un moment spécifiques et dure moins d'un jour). Par exemple, dans l'exemple ci-dessus, si le fait que vous êtes parti en Italie vous vient en premier lieu à l'esprit, ne parlez pas encore car ce n'est pas encore suffisamment spécifique. Continuez à chercher un événement spécifique et commencez à parler dès que vous en avez un à l'esprit, comme le souvenir du souper lors de ces vacances. Vous disposez de 30 secondes par mot. Si vous n'avez pas pu trouver un événement spécifique après 30 secondes, nous passerons au mot suivant.

Enfin, notez que le mot-indice est là pour vous aider mais vous n'êtes pas obligé de vous souvenir d'un événement qui est directement en rapport ce mot ».

S'assurer à nouveau de la bonne compréhension puis réaliser un exemple (mot « cadeau »).

Donnez les fiches une par une, dans l'ordre du fichier. Pour chaque événement, déposez la fiche face au sujet et dites « essayez de vous souvenir d'un événement passé spécifique que vous évoque le mot ... » et lisez le mot à voix haute. Déclenchez le chronomètre dès que vous avez lu le mot-indice. Stoppez le chronomètre dès que le sujet donne un événement spécifique. Si le sujet donne un souvenir général (étendu dans le temps ou catégorique) et s'arrête là, encouragez-le à récupérer un événement spécifique (par ex., « pouvez-vous vous souvenir d'un événement plus précis ? », « avez-vous un souvenir d'un événement particulier qui s'est déroulé lors de cette période ? »). Si la personne n'a pas produit un événement spécifique dans les 30 secondes, passez à l'indice suivant.

Effectuez un enregistrement audio de toute la tâche afin de pouvoir retranscrire et coter les réponses des sujets par la suite. Après la tâche redonnez chaque mot et demandez de dater approximativement l'événement passé récupéré (noter les dates se rapportant à chaque mot).

Consigne pour les événements futurs

La tâche est identique, seules les consignes et les fiches changent :

« Je vais vous demander d'imaginer certains événements qui pourraient vous arriver dans le futur. Vous allez voir 5 mots par écrit, l'un après l'autre, et vous devrez pour chaque mot imaginer un événement qui pourrait raisonnablement se produire dans votre futur. Il est important que les événements que vous imaginez soient précis et spécifiques, c'est à dire qu'ils doivent se produire un jour particulier et dans un lieu précis. Il doit s'agir d'événements dont la durée est de quelques minutes à quelques heures et un jour tout au plus et non pas d'événements qui s'étendent sur une période de plus d'un jour.

Par exemple, imaginer que vous allez partir en vacances en Italie l'été prochain ne constitue pas un événement suffisamment spécifique. Par contre, imaginer que vous allez faire votre baptême de plongée sous-marine lors de ces vacances constitue bien un événement spécifique. »

S'assurer que les participants ont bien compris ce qu'est un souvenir spécifique (éventuellement répéter l'explication), puis continuer :

« Vous allez devoir imaginer un événement qui pourrait vous arriver dans le futur en réponse à chaque mot-indice. Je vais vous lire chaque mot et vous devrez essayer d'imaginer le plus vite possible un événement qui pourrait raisonnablement vous arriver dans le futur. Cet événement peut se rapporter au futur proche ou au futur lointain et peut être quelque chose d'important ou au contraire de banal. L'important est que ce soit un événement spécifique et quelque chose de plausible (quelque chose que vous avez planifié ou qui pourrait raisonnablement vous arriver). Dès que vous avez un événement spécifique à l'esprit, décrivez-le-moi oralement. Ne parlez que lorsque vous avez un événement spécifique à l'esprit (c'est-à-dire un événement qui se déroule dans un lieu et à un moment spécifiques et dure moins d'un jour). Par exemple, dans l'exemple ci-dessus, si le fait que vous pourriez partir en Italie l'été prochain vous vient en premier lieu à l'esprit, ne parlez pas encore car ce n'est pas encore suffisamment spécifique. Continuez à chercher un événement spécifique et commencez à parler dès que vous en avez un à l'esprit, comme imaginer faire un baptême de plongée sous-marine. Vous disposez de 30 secondes par mot. Si vous n'avez pas pu trouver un événement spécifique après 30 secondes, nous passerons au mot suivant. Enfin, notez que le mot-indice est là pour vous aider mais vous n'êtes pas obligé d'imaginer un événement qui est directement en rapport ce mot ».

S'assurer à nouveau de la bonne compréhension puis réaliser un exemple (mot « livre »).

Donnez les fiches une par une, dans l'ordre du fichier. Pour chaque événement, déposez la fiche face au sujet et dites « essayez d'imaginer un événement spécifique qui pourrait vous arriver dans le futur et que vous évoque le mot ... » et lisez le mot à voix haute. Déclenchez le chronomètre dès que vous avez lu le mot-indice. Stoppez le chronomètre dès que le sujet donne un événement spécifique. Si le sujet donne un événement général (étendu dans le temps ou catégorique) et s'arrête là, encouragez-le à imaginer un événement spécifique (par ex., « pouvez-vous imaginer un événement plus précis ? »). Si la personne n'a pas produit un événement spécifique dans les 30 secondes, passez à l'indice suivant.

Chronométrez et effectuez un enregistrement audio de toute la tâche afin de pouvoir retranscrire et coter les réponses des sujets par la suite. Après la tâche redonnez chaque mot et demandez de dater approximativement l'événement futur imaginé (« tel que vous l'imaginez, quand cet événement futur pourrait-il se produire ? ») (noter les dates se rapportant à chaque mot).

Cotation (Critères de catégorisation des événements passés ou futurs)

- **Non-réponse** : La personne dit ne pas avoir de souvenir spécifique ou que le mot ne l'inspire pas. Dans cette catégorie figurent aussi les récits qui ne sont pas des souvenirs (ex : j'aime bien rire.)
- **Spécifique** : Événement particulier (un moment et un lieu précis) qui dure moins d'une journée et (ex : je suis allé à un concert l'été dernier)
- **Catégoriel** : Événement qui résume un certain nombre ou une catégorie d'événement, comme des comportements répétés ou des activités régulières (ex : aller à des concerts durant l'enfance)
- **Étendu** : Souvenir d'une période particulière de temps plus longue qu'une journée (ex : mes trois semaines de vacances en France)

Mots-indices (En jaune : mots sélectionnés)

MOTS	Imagerie (valeur moyenne)	Fréquence lexicale	Liste	Imagerie
hôtel	6.45	83.77	A	high
maison	6.91	299.65	A	high
mère	6.49	478.87	A	high
école	6.6	169.42	A	high
accord	2.86	105.58	A	low
relation	3.2	48.58	A	low
ambiance	2.98	9.16	A	low
effort	2.98	117.35	A	low
jardin	6.34	88.42	B	high
bureau	6.34	99.77	B	high
père	6.57	480.84	B	high
restaurant	6.61	21.97	B	high
conseil	3.1	135.06	B	low
réunion	4.62	24.26	B	low
changement	2.62	41.84	B	low
choix	3.01	84.13	B	low

SET A

Hôtel

Ambiance

Ecole

Relation

Effort

SET B

Jardin

Conseil

Bureau

Changement

Choix