

Biais cognitifs

---

# L'EFFET BOOMERANG

*La réactance*



## effet boomerang - réactance

---

L'effet boomerang\* renvoie à une tentative de persuasion qui provoque **l'effet inverse** de celui attendu, et qui finit par aggraver ou amplifier le problème initial.

\* Qui peut être assimilé à la réactance, mécanisme de défense psychologique se traduisant par un état de tension d'une personne qui tente de maintenir sa liberté d'action lorsqu'elle la croit menacée, ce qui peut provoquer une attitude ou une croyance inverse à l'injonction qui lui est formulée au départ.



## explication

---

Résultat involontaire et contre-productif d'une action entreprise au départ pour résoudre un problème, l'effet boomerang se produit :

- quand le discours **s'oppose à l'identité**, aux valeurs, aux idées du public ciblé,
- quand il y a un manque de compréhension du discours et des facteurs qui pourraient influencer les résultats, ou une mauvaise évaluation des risques ....



## exemples

---

- Une utilisation de la force par les autorités jugée abusive qui provoque des manifestations, créant un climat de peur et de méfiance envers les forces de l'ordre et le gouvernement, et aggrave les tensions ...
- Un réseau social qui censure des opinions qui ne sont pas conformes à sa politique et qui fait réagir de façon négative sa communauté ...
- Une campagne publicitaire jugée offensante par le public qui enregistre une **perte de confiance** au lieu d'attirer le client ...



## désalignement

---

L'effet boomerang peut également s'appliquer au développement personnel.

Par exemple, si pour combattre une mauvaise estime de soi, on décide de répéter des affirmations positives mais qu'elles ne sont **pas alignées** avec nos valeurs ou qu'elles sont trop éloignées de notre réalité, cela peut aggraver le problème au lieu de le résoudre.



## le régime yoyo

---

Voici un autre exemple bien connu : c'est l'effet boomerang qui se produit quand un régime alimentaire est trop strict, restrictif.

Si on observe une perte de poids rapide, ce régime se révèle souvent insoutenable à long terme. On va craquer et c'est souvent la porte ouverte à une **reprise de poids**, parfois même plus importante qu'au départ.



## et dans l'entreprise ?

---

Pour éviter l'effet boomerang dans l'entreprise, il est important de :

- prendre en compte les conséquences des décisions et des actions prises,
- évaluer les impacts sur les différentes parties prenantes : employés, clients, actionnaires ...
- écouter et prendre en considération les commentaires et les préoccupations,
- communiquer de manière transparente et claire les décisions prises et les raisons,
- s'appuyer sur les valeurs de l'entreprise et les incarner....



**Un grand merci pour vos likes et vos partages  
qui nous soutiennent tous les jours !**



[www.eb-consult.fr](http://www.eb-consult.fr)