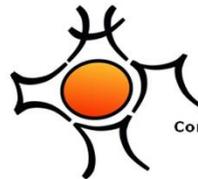


## Com-Hom News

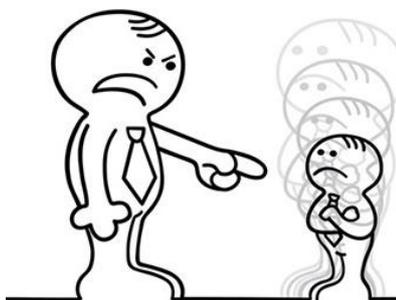


Communication & Management  
Hommes & Méthodes

Com-Hom est partenaire des entreprises pour fédérer les énergies au service d'une performance durable et responsable.

[www.com-hom.com](http://www.com-hom.com)

## Les effets Golem & Pygmalion



Deux données concernant notre cerveau :

- Il trie naturellement les informations en fonction des émotions que nous ressentons
- Il a tendance à privilégier les émotions négatives afin de nous protéger

Résultat, dans notre évaluation de notre relation à l'autre, nous avons naturellement tendance à privilégier les éléments négatifs et à leur reprocher. Cela a un nom : l'effet Golem.

Sous l'effet de l'émotion négative, nous allons avoir tendance à émettre des reproches aux personnes avec lesquelles nous travaillons, ou envers nous même. Ces ancrages négatifs vont émuler une prophétie auto-réalisatrice qui va amener l'individu à de moins bonnes performances. C'est ce que l'on appelle l'effet GOLEM.

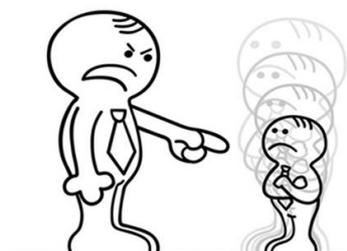
Ces effets (GOLEM et, son opposé, l'effet PYGMALION), ont été montrés par les [expériences de Rosenthal et Jacobson](#).

### Effet Golem ou Pygmalion

Robert Rosenthal - Lenore Jacobson : expériences 1968

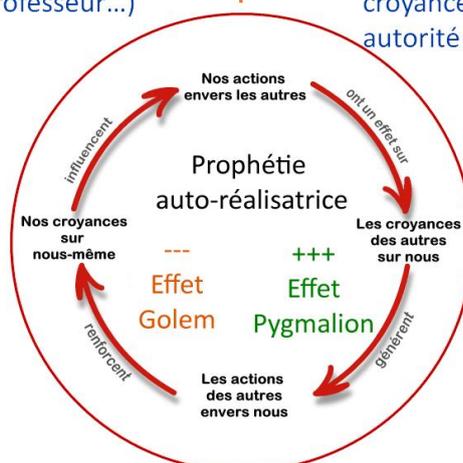
#### Effet Golem

Performance moindre d'un sujet sous l'effet d'un potentiel jugé limité par une autorité (parent, professeur...) ou d'un environnement



#### Effet Pygmalion

Amélioration des performances d'un sujet, en fonction du degré de croyance en sa réussite venant d'une autorité ou de son environnement



Plus qu'un long discours, cette vidéo montre parfaitement l'effet des jugements négatifs (dans le cadre de cette expérience, il s'agit d'auto-jugements portés à soi-même par les élèves en échec).



[Visualiser la vidéo](#)

L'auto-jugement des étudiants, héritant des premiers anagrammes sans solution, les amène à être dans l'incapacité à trouver une solution sur le dernier exercice réalisable par tous. L'effet GOLEM dans son application...

Alors à chaque fois que vous critiquez un collaborateur sous l'effet d'une émotion négative, il est fort probable qu'il devienne encore moins performant.

Alors que faire ?

1/ En cas d'émotion négative, appliquer les apprentissages de la Communication Non Violente qui adresse les faits et évite les jugements de personne.

Cf l'article [Le problème devient une difficulté s'il rentre en toi](#)

2/ Apprendre à focaliser/concentrer notre cerveau sur le positif pour développer l'effet PYGMALION.

Le fait d'être « naturellement attiré » par le négatif n'est pas une fatalité : vous pouvez choisir dès à présent de vous focaliser sur vos émotions positives et développer autour de vous les feed-back positifs.

Pour aller plus loin :

- [S'affirmer et favoriser la coopération](#)
- [Développer vos compétences relationnelles en situation tendue](#)
- [Accompagnement individuel](#)
- Et les ateliers « Feed-back » de Com-Hom.



Marc VILCOT  
[Com-Hom](#)

**Marc Vilcot** : J'ai vécu 17 années enrichissantes de vente et management dans l'industrie. De formation technique (Grenoble INP 89), mes préférences créatives et relationnelles m'ont vite orienté vers des activités commerciales et marketing : directeur commercial (1997-2007). En 2008, je me suis investi dans la formation et l'accompagnement, poursuivant ainsi, dans des contextes variés, le développement de la performance par « le travailler ensemble ».

Je trouve en Com-Hom : confrontation de nos approches, évolution permanente de nos pratiques, laboratoire d'idées, confiance.

J'accompagne et je forme en management d'équipe, vente & négociation, performance individuelle et collective, lecture des personnalités, régulation des relations & gestion de conflit, cohésion d'équipe & coopération.



Com-Hom

Communication & Management  
Hommes & Méthodes

Notre raison d'être est représentée par notre logo : associer les **H**ommes, le **M**anagement, la **C**ommunication et les **M**éthodes au service des **O**bjectifs.

#### Copyright

Les textes sont la propriété de [Com-Hom](#)

Crédit photographique : [Com-Hom](#), [Adobe Stock](#), [CoHop Gray](#)