

Bonjour,

Il est courant de traduire le terme *nudge* par l'expression "manipulation douce". Mais évidemment lorsqu'on parle de manipulation, tout le monde pousse des cris d'orfraie en affirmant que c'est très très mal de manipuler les autres ou de se faire manipuler par eux.

Et c'est vrai !

Sauf que... aucun d'entre nous ne peut affirmer n'être jamais manipulateur.trice ni manipulé.e. C'est même une des bases de la notion de culture. Nous sommes toutes et tous imprégnés de notre culture (et donc de tous les autres autour de nous) qui construit, pétrit, forme nos représentations mentales, nos agissements, nos petites habitudes, nos valeurs... Personne ne pousse hors sol, personne ne développe sa pensée en dehors de toute influence.

En fait le mot *nudge* s'applique à toutes les techniques qui permettent de faire en sorte que les gens prennent les meilleures décisions "pour eux-mêmes" (ou pour la société) sans les contraindre par la force. Et effectivement, le petit problème est que le procédé choisi et la finalité poursuivie sont décidés par d'autres personnes. Et ce que ces personnes pensent comme étant "bien pour vous" ou "bien pour la société" dépend de leurs propres représentations qui ne sont pas forcément les vôtres... On tourne en rond.

Les théoriciens de ce principe (des économistes) ont écrit plusieurs livres et papiers scientifiques sur le sujet. J'ai lu un de leurs livres qui est émaillé d'expériences concrètes qui nous convainquent du bien-fondé de la chose puisque dans chaque exemple, les buts poursuivis étaient éminemment souhaitables : que les hommes arrêtent de faire pipi à côté du pissotière dans un aéroport pour que les gens qui font le ménage aient moins de travail (et que ça coûte moins cher à l'aéroport...), que les salariés mettent suffisamment de côté pour leur retraite (ça se passe aux USA)... Et c'est vrai que vu comme ça, il n'y a rien à redire. Mais quand même, il y a un petit truc qui gratte aux entournures, non ?

Ces méthodes sont connues et éprouvées depuis pas mal d'années et tout le monde peut les utiliser pour obtenir à peu près ce qu'il ou elle veut. Un groupe de personnes pourraient par exemple s'en servir pour orienter votre vote (c'est de saison) ou pour récolter des tas de données sur vous (c'est tellement plus simple de lier tous vos comptes de réseaux sociaux, c'est tellement chouette de recevoir un *cashback* quand on fait ses courses...).

Évidemment le *nudge* n'est pas la seule façon de manipuler les autres, il en existe des tas. Lorsque j'ai commencé mes études, un des profs de psychologie sociale nous avait conseillé la lecture du Petit traité de manipulation à l'usage des honnêtes gens, de Beauvois et Joulé (deux chercheurs très sérieux qui se sont amusés à vulgariser quelques théories de psychologie sociale - il y a eu ensuite beaucoup de livres qui ont copié le titre mais sans le background scientifique). Ce fut une révélation pour la toute jeune femme que j'étais (à 18 ans). Et comme une femme avertie en vaut deux (ça fonctionne aussi pour les hommes), j'ai cherché toute ma vie à essayer de déjouer les pièges. Je ne réussis pas à chaque fois, bien entendu.

Finalement, qu'on voit les ficelles ou que l'on ne les voit pas, nous sommes tout le temps manipulé.e : par les enfants qui font leur petite bouille trop mignonne pour qu'on accepte de lire une histoire plus longtemps, par notre conjoint qui ne voit pas les moutons sous le canapé (nan, je t'assure je ne les avais pas vus !), par notre patron qui sous-entend l'air de rien qu'on pourrait perdre notre boulot si on n'accepte pas des heures supplémentaires...

Faut-il essayer à tout prix de ne pas être manipulé.e et est-ce possible ? Je n'ai pas de réponse toute faite. Cependant, on peut chercher à installer nos propres limites par rapport aux autres (à leurs demandes, à leurs avis sur ce qu'on devrait ou ne devrait pas faire...) et par rapport aux injonctions de la société.

Pour conclure sur une note plus gaie, je ne vous manipule pas :-D mais vous pouvez aller faire un tour sur mon tout nouveau site parce qu'en plus d'être beau comme tout, il y a plein de ressources gratuites planquées un peu partout.

Passez une très bonne semaine, je vous retrouve vendredi prochain pour une nouvelle newsletter.

Marie