

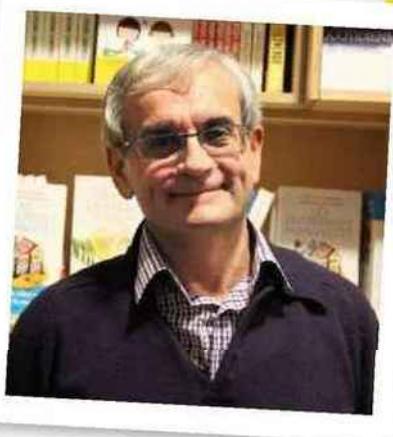


## C'est d'actu

# Soyons OPTIRÉALISTES !

Dans son dernier essai, le psychologue Jacques Lecomte démontre les progrès récents, spectaculaires, de l'humanité. Et encourage ses lecteurs à ce qu'il appelle un "optiréalisme" actif...

**L**a couche d'ozone presque reconstituée, un milliard de personnes qui ont échappé à l'extrême pauvreté depuis 1990 et deux milliards à la sous-alimentation, sans parler de la baisse historique de la violence... Utopie? Non! Ces chiffres, réunis par l'essayiste et psychologue Jacques Lecomte dans son ouvrage *Le monde va beaucoup mieux que vous ne le croyez!* (Les Arènes), sont ceux de l'ONU, de l'OMS, de la Banque mondiale ou de l'Unicef, et ils sont formels : l'humanité a réalisé, depuis quinze ans, des progrès inouïs! Jacques Lecomte, en «réhabilitant» ces bonnes nouvelles, propose surtout de changer notre façon de regarder les choses. C'est ainsi qu'il a inventé le terme d'«optiréalisme», qui désigne une attitude à la fois optimiste et réaliste vis-à-vis de la marche du monde.



### Oui, les bonnes nouvelles intéressent les lecteurs

Bien sûr, il ne s'agit pas de se voiler la face. «Les progrès à réaliser sont encore considérables», prévient l'essayiste. Mais si les bonnes nouvelles peinent à circuler, suggère-t-il, c'est sans doute à cause «d'un désir des médias et des associations d'alerter». Il dénonce donc un mythe qui voudrait que seules les mauvaises nouvelles intéressent. «Au box-office, pointe-t-il, ce sont souvent des films d'amour ou d'humour, voire les deux, qui font recette. Le documentaire *Demain*, de Mélanie Laurent et Cyril Dion, qui recense des solutions pour réinventer l'écologie, la démocratie, l'éducation... est un carton absolu parce qu'il raconte une histoire qui fait envie.» La narration, c'est justement la clé pour François Jost, professeur en sciences de l'information et de la communication à l'université Sorbonne-Nouvelle-Paris 3. Pour lui, les mauvaises nouvelles triomphent «parce qu'un récit ne peut être intéressant que s'il y a des obstacles, une quête. Les bonnes nouvelles, souvent, c'est un état de fait. Il faut créer un suspense pour l'intérêt du lecteur. Aristote disait que les deux seules grandes émotions sont la frayeur et la pitié, et que l'histoire d'un homme malheureux qui devient heureux ne sera jamais une aussi bonne que celle d'un homme heureux qui dégringole. C'est toujours vrai».

### Le pessimisme conduit à l'immobilisme

Jacques Lecomte dénonce les effets du pessimisme ambiant sur le plan cognitif : «Il a un effet d'alerte mais pas dynamique. Des études montrent que lorsqu'on demande aux gens ce qu'ils pensent des infos catastrophistes sur le climat, ils disent "c'est très important, ça va alerter le monde [donc les autres], mais pour moi, ça ne change rien, car je ne peux rien faire". Ça pousse donc

JACQUES  
LECOMTE

LE MONDE VA  
BEAUCOUP  
MIEUX   
QUE VOUS NE  
LE CROYEZ !

LES ARÈNES

plus au désespoir et à l'immobilisme, voire, par réaction, au scepticisme. En revanche, quand on montre des solutions, ça produit

des effets positifs en termes d'intention et d'action.» Jacques Lecomte désigne l'optiréalisme comme une évolution nécessaire. «Au départ, la psychologie s'est surtout intéressée à ce qui n'allait pas bien chez les humains, retrace-t-il. Il le fallait, car les gens souffraient. Mais, aujourd'hui, il existe d'autres choses à étudier. C'est ce à quoi s'attelle la psychologie positive. On s'intéresse, par exemple, à l'apprentissage coopératif à l'école, plus efficace que celui fondé sur la compétition, mais aussi à la coopération entre anciens adversaires.» Si le monde va mieux, le psychologue estime que c'est en grande partie grâce aux «décisions prises en 2000 par l'ONU de se donner des objectifs massifs de réduction de la pauvreté, de la famine. Les Etats se sont engagés dans ce sens-là et il y a eu des coopérations entre des structures qui étaient des adversaires, comme les ONG et les industriels».

### Recherche volontaires pour changer le monde...

L'optiréalisme est un terme inventé par Jacques Lecomte, mais sa démarche n'est pas isolée. Sur le terrain, Cyril Dion, Yann Arthus-Bertrand ou Reporters d'espoirs se font le relais des progrès tangibles de groupes humains. Côté penseurs, l'éditeur Les Arènes publiera bientôt un livre du psychologue cognitiviste et chercheur canadien Steven Pinker, qui montre à quel point la violence a drastiquement diminué dans le monde depuis les débuts de l'humanité. L'historien ultralibéral suédois Johan Norberg, qui a publié en 2016 le livre *Progress*, soutient, données sérieuses à l'appui, que l'humanité vit un âge d'or sans précédent. Etonnamment, des études indiquent que «nous avons une image surévaluée de nous-mêmes et trop négative des autres, relève Jacques Lecomte. Il faut faire le pari qu'il y a une capacité de bonne volonté chez presque tout le monde et coopérer, car c'est en se retroussant les manches que l'on poursuivra ce beau mouvement!»

Par Sonia Desprez