

Attitude, comportements et dissonance cognitive

Attitude et comportement, quelle différence ? quels liens ?

On entend par **attitude** la prédisposition mentale, c'est-à-dire ce qui se passe à l'intérieur de notre tête, sans effet visible à l'extérieur.

On entend par **comportement** l'ensemble des actions que nous réalisons et qui sont visibles pour une personne extérieure.

L'acte éducatif tel que nous l'entendons serait plutôt focalisé sur un travail autour des attitudes, tendant à les nourrir afin qu'elles puissent s'affiner, se conforter voire se modifier et, dans tous les cas, être finalement plus complètes, élaborées et mieux étayées. (voir la page en ligne : « « Changer les comportements », finalité de l'éducation à l'environnement ? »)

Ce faisant nous n'agissons cependant pas systématiquement sur les comportements. En effet la relation attitude / comportement est complexe et **une attitude n'entraîne pas nécessairement la mise en œuvre d'un comportement cohérent avec elle.**

La psychologie, et plus particulièrement la psychologie sociale, s'intéresse depuis longtemps à la façon dont se forment et évoluent nos attitudes et nos comportements, et aux conditions qui prévalent à leur genèse.

Ainsi, après avoir longtemps conçu que l'attitude entraînait le comportement, des études ont tendu à démontrer que cette corrélation était en fait très faible (Lapierre, Wicker, cités par Fiske, 2008 et par Michelik, 2008). Cependant les attitudes testées étaient parfois trop générales pour prédire un comportement précis (être globalement « en faveur de l'environnement » n'amène pas forcément à mettre en place un comportement précis en matière de prévention des déchets

comme poser un « stop pub » sur sa boîte aux lettres) et une seule attitude ne suffit pas non plus toujours à cela.

Des facteurs permettant de distinguer des attitudes plus ou moins « fortes » ont aussi permis par la suite de nuancer les attitudes plus à même d'engendrer un comportement. Au final **une attitude semble avoir d'autant plus de chances de « prédire » un comportement à venir qu'elle est accessible** (présente à notre esprit), **certaine** (nous sommes sûr de nous sur cette position), **extrême** (nous sommes loin d'une position neutre ou moyenne), **basée sur une expérience directe** (c'est notre propre vécu qui en est à l'origine)...

« D'après Kraus (1995), les corrélations entre le comportement et des attitudes fortes et accessibles tournent autour de 50 %, alors que pour des attitudes faibles et peu accessibles, la corrélation est d'environ 20 %. » (Fiske, 2008, p. 305)

Des facteurs externes liés à l'influence des normes sociales ont aussi été repérés. Enfin des facteurs internes liés à la personne et à sa plus ou moins grande stabilité interne ont aussi permis de tempérer les choses. Ainsi, les personnes qui « ont des principes » ont une plus grande cohérence attitude-comportement que les personnes flexibles, qui ont à cœur de s'adapter en fonction des exigences des situations sociales (Fiske, 2008).

Dissonance cognitive, qu'est-ce que c'est ? quelles conséquences ?

Quand des individus expriment des attitudes et des comportements (ou différentes attitudes) non cohérents entre eux, on parle d'une situation de dissonance cognitive. Cette dissonance sera résolue en faisant évoluer l'un ou l'autre des éléments (attitude ou comportement) et, contrairement à ce à quoi s'attendent la plupart des gens (animateurs compris), ce n'est pas spontanément le comportement qui sera mis en cohérence avec l'attitude...

Comme l'être humain est en recherche de cohérence et qu'il n'est pas toujours envisageable pour lui d'agir sur son comportement, il aura tendance à « rationaliser » en ajustant son attitude à partir de ses comportements, même et surtout s'ils sont subis ou non pensés en amont comme étant des applications de sa pensée, de son attitude mentale. En effet, il est beaucoup plus facile de changer une idée qu'un comportement.

Pour autant faut-il jouer sur cette tendance naturelle à rationaliser pour la mettre à profit en vue d'obtenir des gestes environnementaux ?

C'est ce que propose la communication engageante qui cherche à reproduire la façon dont les choses se passent spontanément chez les personnes. Elle assume le fait de travailler sur le mode de la manipulation et se différencie ainsi d'une visée éducative.

⇒ Voir la fiche ressources sur les points de repères et les limites de la communication engageante

Les approches qui se basent sur une perspective éducative reconnaissent, elles, ce fonctionnement spontané mais proposent pour autant un accompagnement selon une démarche rationnelle : de la modification de l'attitude à la modification du comportement. L'idée étant que l'accompagnement des personnes doit permettre de sortir des fonctionnements spontanés pour avancer en conscience : prendre des résolutions d'abord et passer à une action choisie et voulue. La dissonance cognitive devient alors un objet de travail, une amorce à partir de laquelle on peut accompagner un travail conscient et éclairé sur les différentes façons de résoudre ce conflit.

⇒ Voir les fiches sur les démarches de progression : « La démarche éducative de l'ADVP » et « Le modèle des stades du changement de Prochaska et Di Clemente »

Sources : Ifrée, *Accompagner le changement de comportement chez l'adulte – dans la prévention des déchets*, collection « les livrets de l'ifrée » n° 7, novembre 2015, 130 p.

Références citées par cette source, pour cet extrait :

FISKE, Susan, *Psychologie sociale*, Traduction : Valérie Provost, Sophie Huyghues Despointes, Révision : Jacques-Philippe Leyens, Collection : Ouvertures psychologiques, Bruxelles: De Boeck Supérieur, 2008, 764 p.

MICHELIK Fabienne, « La relation attitude-comportement : un état des lieux », *Éthique et économique*, 6(1), 2008, Centre de recherche en éthique de l'UdeM (CRÉUM), <https://papyrus.bib.umontreal.ca/xmlui/handle/1866/3417>