



**RÉPUBLIQUE  
FRANÇAISE**

*Liberté  
Égalité  
Fraternité*



# **Approches individuelles et collectives du changement de comportement**

Anaïs Rocci

*Séminaire CGDD*

# Enjeux

- **Pour atteindre l'objectif de neutralité carbone**
  - **Les pratiques sociales et les modes de vie sont amenés à évoluer**
- **Paradoxe: prise de conscience de l'urgence climatique mais changements difficiles**
  - **Le processus de transition dépend non seulement de nos comportements individuels, mais surtout de nos dynamiques collectives et de nos choix de société**

# Des pratiques plus ou moins compliquées à changer?

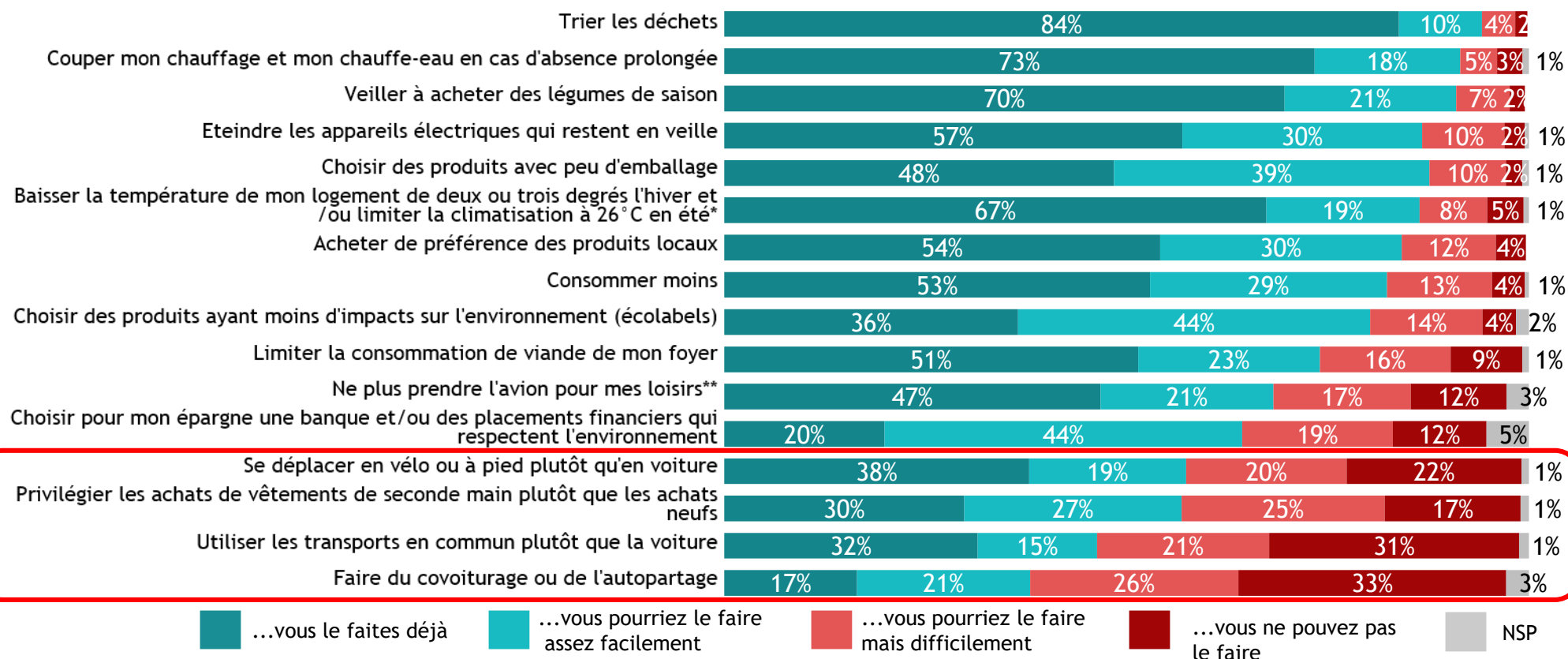
Q20. Je vais vous citer des actions qui pourraient réduire les émissions de gaz à effet de serre. Pour chacune, dites-moi si...

23<sup>ème</sup> vague du baromètre sur les représentations sociales du changement climatique, Sondage OpinionWay pour l'ADEME



Ensemble des Français

1575 répondants



\* En 2017, l'item était « Baisser la température de son logement de deux ou trois degrés l'hiver »

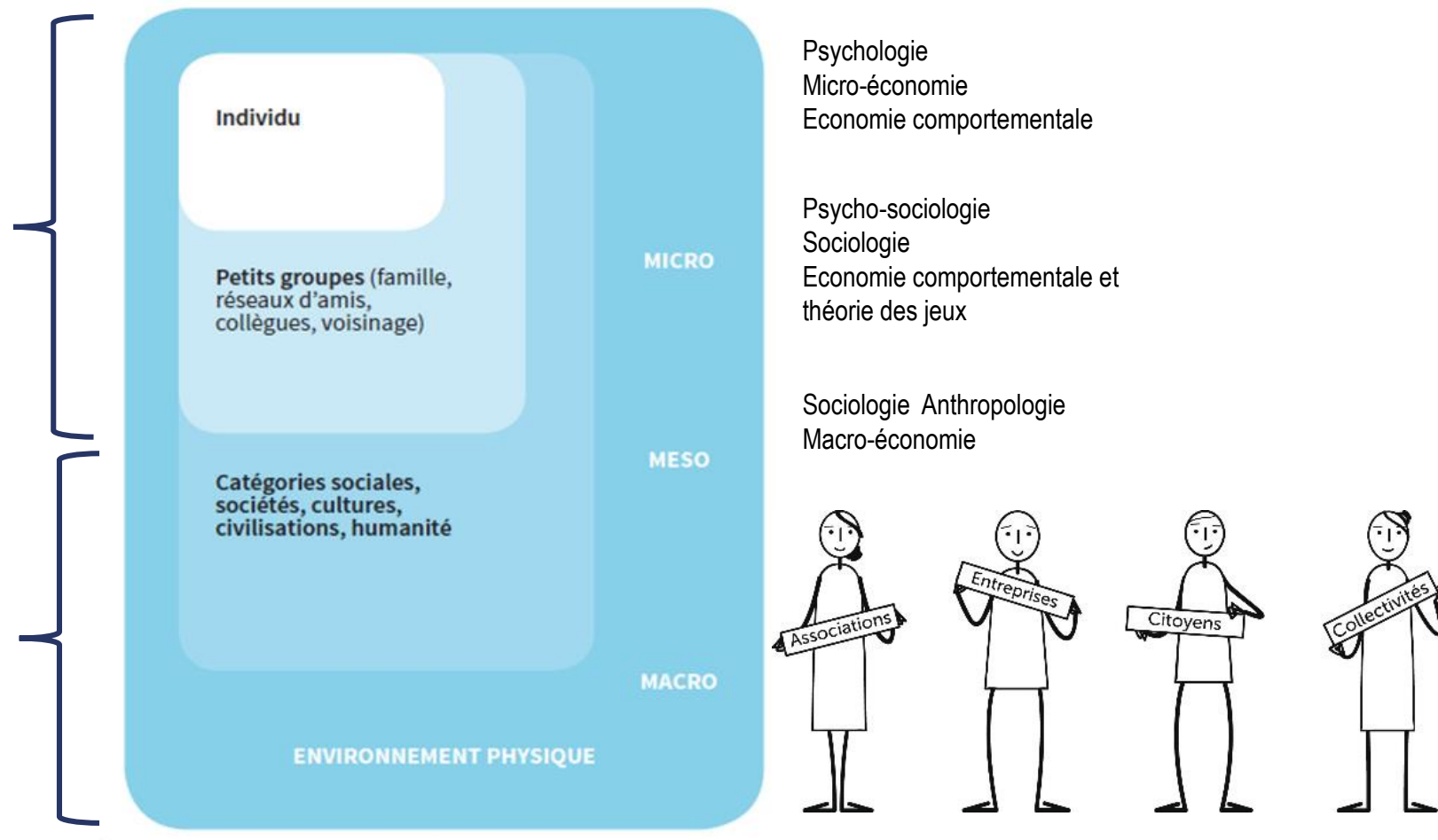
\*\* Jusqu'en 2021, l'item était « Ne plus prendre l'avion pour ses loisirs »

# Eclairer les comportements avec des échelles d'analyse différentes



**L'individu et son environnement social et matériel proche**

**Cibler les acteurs qui ont un impact sur le contexte social et matériel de l'individu**



# 4 leviers fondamentaux à combiner pour encourager et accompagner les changements

## INFORMATION

- Accroît la connaissance des solutions alternatives
- Sensibilise et responsabilise aux enjeux
- Suscite la réflexivité
- Efficace si suffisamment ciblée

## COERCITION

- Cadre, oriente les pratiques
- Augmente la charge mentale et pousse à saturation
- Efficace si suffisamment dissuasive et contrôlée

## INCITATION

- Fait découvrir de nouvelles offres
- Compense les coûts du changement
- Efficace si suffisamment connue et convaincante

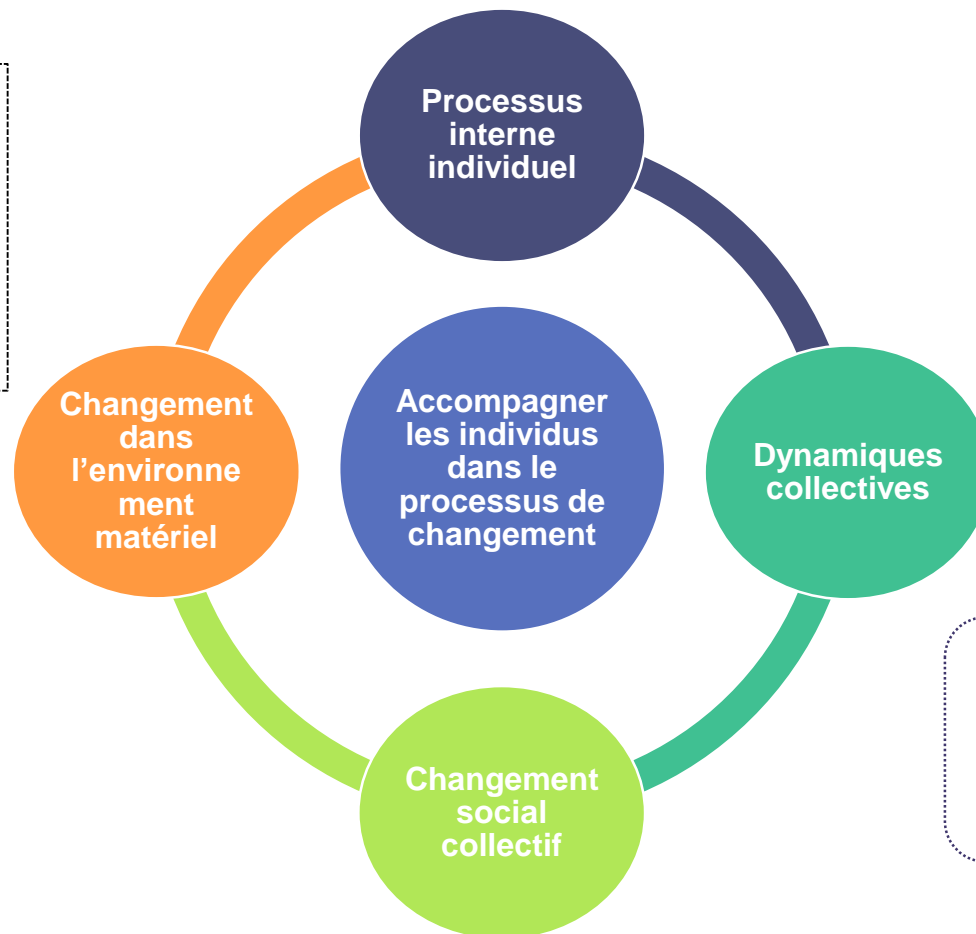
## EXPERIMENTATION

- Accroît les compétences, élargit le champ des possibles
- Lève les contraintes imaginées
- Efficace si réalisée dans des conditions favorables

# Conditions du changement

## Des conditions préalables:

- **Conditions matérielles**
- **Dynamiques sociales**
- **Dispositions individuelles**



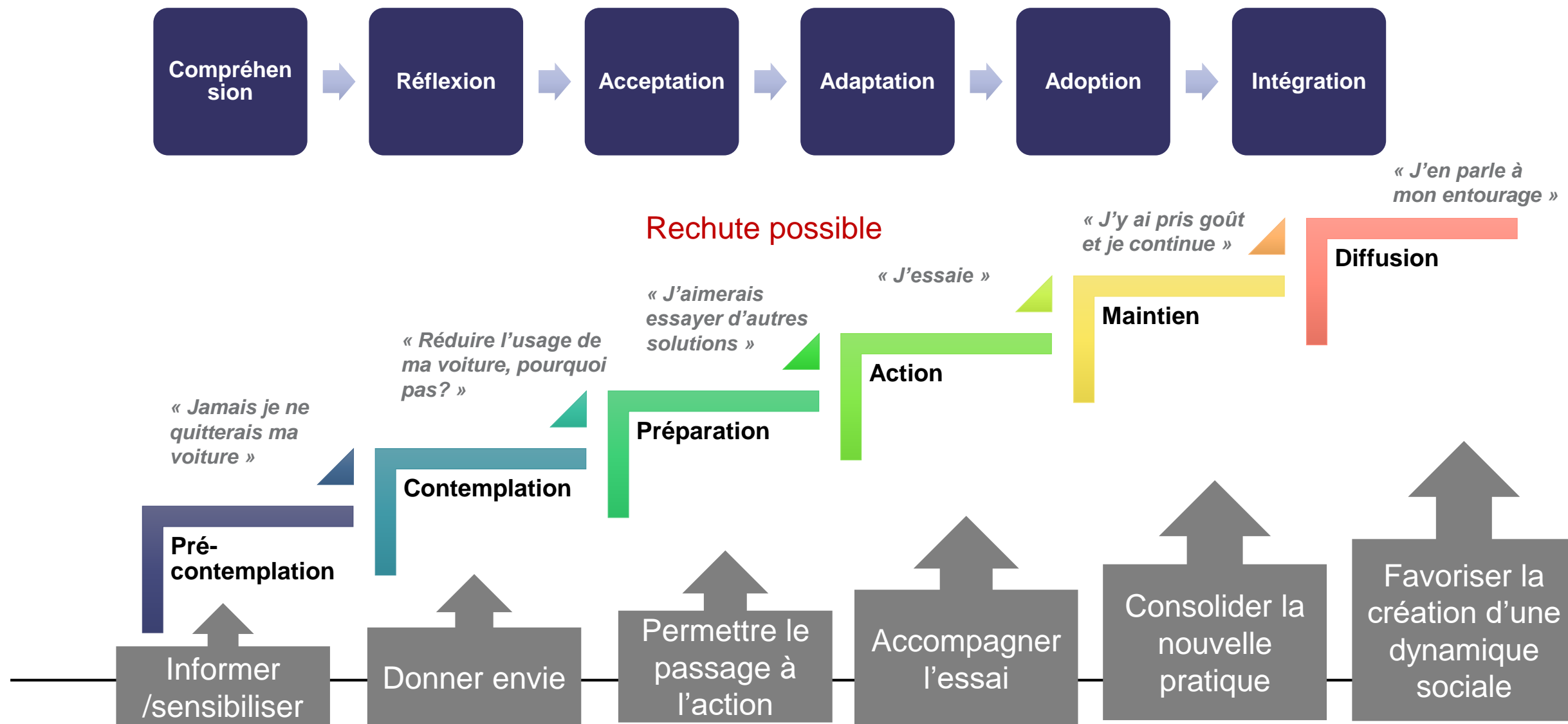
**DONNER DU SENS** et  
montrer les bénéfices



**Motivations  
intrinsèques**

**Enjeu de justice  
sociale, d'équité et de  
transparence**

# Processus de changement



# LES OUTILS INCITATIFS MOBILISÉS



## Information ciblée

Informar le bénéficiaire sur les effets de la pratique cible pour le sensibiliser, ainsi que sur l'existence d'alternatives



## Feedback

Rendre visible pour le bénéficiaire l'effet de ses propres pratiques pour augmenter la prise de conscience



## Conseil personnalisé

Proposer au bénéficiaire des alternatives ou stratégies adaptées à sa situation et à sa personnalité



## Gamification et challenge

Introduire une dimension ludique ou compétitive pour motiver le bénéficiaire



## Dimension sociale

Mobiliser des dynamiques de groupe ou la norme sociale pour motiver le bénéficiaire

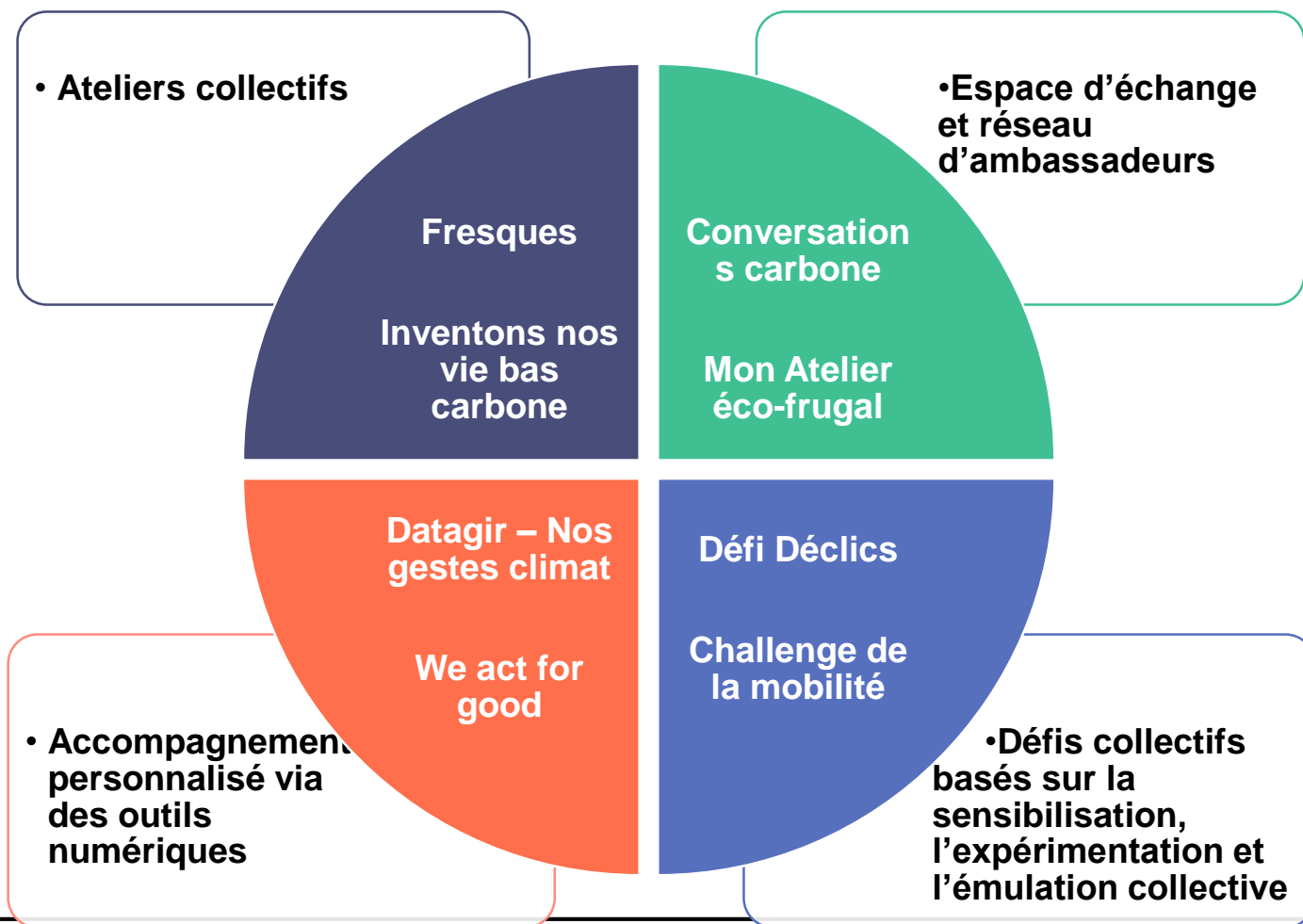


## Restructuration de l'environnement

Modifier l'équipement du bénéficiaire pour faciliter le changement de ses pratiques (e.g. offres d'essai)



# Exemples de dispositifs d'accompagnement au changement



# Une panoplie d'instruments

## À l'échelle macro-sociale

### INSTRUMENTS D'AMÉNAGEMENT / D'INFRASTRUCTURE



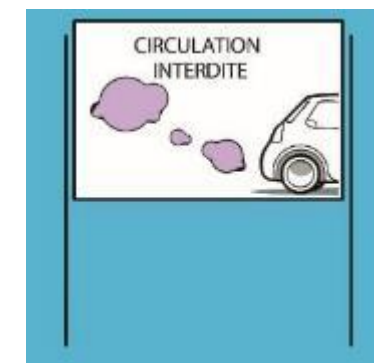
### INSTRUMENTS D'INFORMATION ET DE COMMUNICATION



### INSTRUMENTS ÉCONOMIQUES



### INSTRUMENTS JURIDIQUES



## À l'échelle de l'individu et du groupe

➤ Accompagnement individuel  
(conseil, Feedback  
personnalisé...)

➤ Dynamique collective  
(« Ambassadeurs », défi Déclics,  
Challenges de la mobilité...)

# En guise de conclusion

**Le processus de transition dépend de nos comportements individuels, mais aussi et surtout de nos dynamiques collectives et de nos choix de société**

- **Des changements structurels nécessaires**
- **Un besoin d'accompagner les changements de pratiques**
- **Il n'y a pas d'outil miracle mais une nécessité d'articuler les leviers, les échelles d'action, les outils et les acteurs**

# Quelques ressources

**Changer les comportements, faire évoluer les pratiques sociales:** <https://librairie.ademe.fr/changement-climatique-et-energie/2289-changer-les-comportements-faire-evoluer-les-pratiques-sociales-vers-plus-de-durabilite-9791029703638.html>

Vidéo (3min): <https://www.youtube.com/watch?v=RAhEoxPf8f4>

**Capitalisation des enseignements et recommandations des projets de recherche issus de l'Appel à projets Transitions écologiques, économiques et sociales :** <https://librairie.ademe.fr/recherche-et-innovation/5681-quel-apport-des-sciences-humaines-et-sociales-a-l-action-publique-.html>

**L'accompagnement au changement de comportement numérique vs humain :** <https://librairie.ademe.fr/recherche-et-innovation/308-analyse-des-opportunités-de-l'accompagnement-au-changement-de-comportement-automatisé-au-regard-de-l'accompagnement-humanisé.html>

**Les événements de la vie comme opportunité de changement :** <https://librairie.ademe.fr/consommer-autrement/4622-les-evenements-de-vie-comme-opportunités-pour-encourager-des-pratiques-ecoresponsables.html>

**NOS GESTES CLIMAT:** <https://nosgestesclimat.fr/?lang=fr>

**Défi DECLICS:** <https://defis-declics.org/fr/>



# RÉPUBLIQUE FRANÇAISE

*Liberté  
Égalité  
Fraternité*

**Intitulé de la direction/service**  
Contacts

