

Accompagner le changement de comportement

APPORTS DES SCIENCES HUMAINES ET SOCIALES
EN ÉDUCATION À L'ENVIRONNEMENT ET AU
DÉVELOPPEMENT DURABLE

Actualisation 2023-2024

Dossier Technique

FIXATION D'OBJECTIFS : METTRE EN AVANT LES CO-BÉNÉFICES POUR UN FUTUR COLLECTIF DÉSIRABLE

Ce document s'inscrit dans le continuité du projet "Changement de comportement en éducation à l'environnement : état des lieux en sciences humaines et sociales". Soutenu par la Région Provence-Alpes-Côte d'Azur, ce projet a consisté en la rédaction d'un dossier technique reprenant l'état de la recherche et deux journées d'immersion.

Le dossier technique, réalisé en 2022, est disponible sur le site internet du GRAINE Provence-Alpes-Côte d'Azur, rubrique Nos projets > Changement de comportement en éducation à l'environnement ou en cliquant [ici](#).

Le présent document a pour objectif de présenter de nouvelles théories récentes qui n'ont pas été intégrées au dossier.



L'IMPORTANCE DE LA FIXATION D'OBJECTIFS CLAIRS

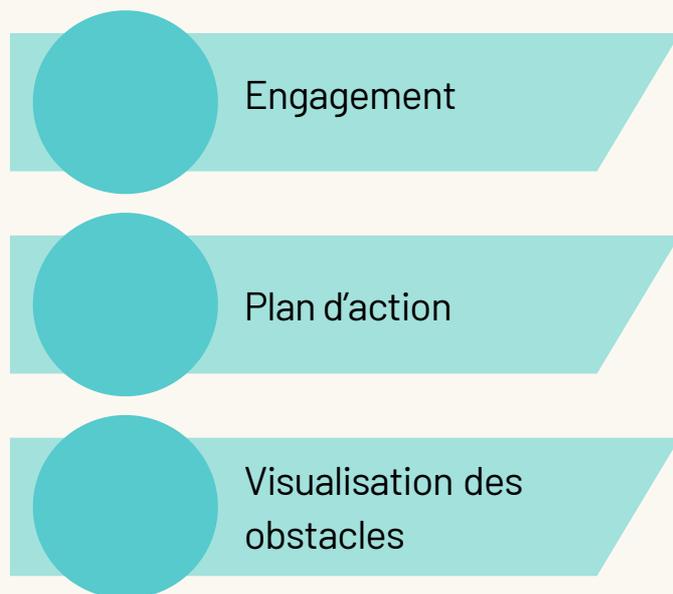
Les programmes visant le changement de comportements les plus efficaces présentent toujours un **objectif clairement spécifié**, ressenti comme légitime par la population et accompagné d'un retour d'information précis permettant d'évaluer la progression par rapport à l'objectif. Cette approche prend ses racines dans la théorie de la **motivation par la fixation d'objectifs** [3] qui se base sur 5 principes pour augmenter l'efficacité des interventions :



Les 5 principes de la théorie de la motivation par la fixation d'objectif [3].

Cette méthode a été utilisée avec succès à plusieurs reprises dans le champ de l'environnement. Pourtant une étude récente [4] a montré que sur 253 interventions environnementales étudiées, **seules 6%** ont utilisées une approche basée sur les objectifs. Cette théorie semble donc sous-exploitée alors qu'elle pourrait permettre d'améliorer l'efficacité d'un certain nombre d'interventions.

Pour illustrer la manière dont il est possible d'appliquer cette théorie de manière concrète, nous allons présenter une méthode qui avait pour objectif de réduire l'utilisation des ordinateurs dans un contexte professionnel [5].



Premièrement, les individus devaient **s'engager** à réaliser 3 actions qu'ils n'avaient pas l'habitude de faire. Puis, ils devaient indiquer la manière dont ils allaient réaliser les comportements choisis avec la phrase « **quand je ..., je vais ...** ». Enfin, les individus devaient indiquer les obstacles qu'ils pourraient rencontrer et proposer une **stratégie pour les surmonter**. Pour rendre cette étape plus efficace, il était demandé aux individus de fermer les yeux et de **s'imaginer** entrain de surmonter cet obstacle.

Cette méthode est celle qui a créé le plus de changement de comportement à long terme chez la population étudiée. Cet exemple peut bien évidemment être utilisée avec d'autres thématiques environnementales ainsi que dans un contexte non professionnel.

LES CO-BÉNÉFICES COMME MOTEUR

Cette approche peut être utilisée simultanément avec de nombreuses autres méthodes (voir **dossier technique**) pour favoriser un changement de comportement durable. L'une de ces approches est celle des **co-bénéfices** qui renvoient au fait de mettre en avant les bénéfices ou avantages qui **ne sont pas liés directement à l'environnement** mais que la société obtient grâce aux comportements environnementaux. Par exemple, il est possible de mettre en avant le fait que ces comportements (e.g. réduction de l'utilisation de la voiture) favorisent le développement économique des entreprises ou même qu'ils soient bénéfiques pour la santé des individus (en réduisant les maladies respiratoires ou en promouvant les comportements plus sains tel que le vélo).

Dans ce sens, les objectifs précédemment évoqués doivent intégrer les co-bénéfices associés à une politique de lutte contre le changement climatique afin de permettre **une projection vers un avenir commun désirable**.

L'un des avantages des co-bénéfices est le fait qu'ils peuvent **convaincre des personnes qui sont indifférentes** ou sceptiques face au changement climatique. Cela est dû au fait que l'argument n'est plus seulement écologique et peut donc **toucher d'autres valeurs non environnementales**.

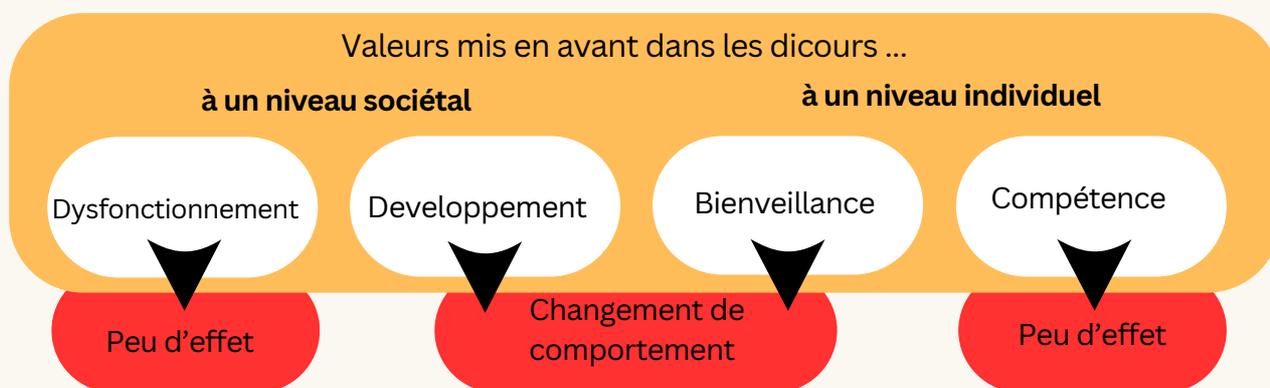
Pour illustrer ce propos nous pouvons penser à certaines publicités pour les voitures électriques qui mettent en avant le fait que rouler en électrique permet de prévenir des maladies respiratoires chez les enfants sans mentionner le potentiel geste environnemental. Ainsi cette publicité aura plus de chance de **convaincre un parent indifférent** face au changement climatique que si l'argument était tourné autour de la destruction de la biodiversité.

Dans cette illustration nous pouvons voir que les arguments renvoient à **l'anticipation d'un changement futur** (e.g. augmentation des maladies respiratoires). Dans les bonnes conditions, cette anticipation va **motiver les individus à changer dans le présent**. C'est ce que certains auteurs [1] ont appelé les **futurs collectifs** dans leurs études sur le changement climatique.

L'une de ces études a été menée dans 24 pays auprès de plus de 6200 participants [2]. Les résultats de cette dernière montrent que les participants déclarent **plus d'intentions d'actions** dans le présent (e.g. écogestes ; soutien des politiques locales ; actions citoyennes) lorsque ces actions sont **associées à des co-bénéfices dans le futur**. Les arguments qui augmentent le plus l'intention comportementale sont les co-bénéfices qui donnent lieu à une société vue comme **plus bienveillante**. Ce lien existe dans l'ensemble des 24 pays.

De plus, les co-bénéfices qui donnent lieu à un **développement économique** ont également un effet mais il est nettement moins systématique à travers les 24 pays. D'autre part, ces liens existent également chez les individus climato-sceptiques ou peu concernés par la question.

Ces résultats renforcent l'importance de **communiquer davantage sur les co-bénéfices** dans le cadre de campagne de sensibilisation mais aussi de communication gouvernementale afin d'augmenter le soutien du public.



Le modèle des futurs collectifs et ses effets sur le comportement dans le présent [2].

Ces théories nous montrent une nouvelle fois que **l'information seule ne permet pas d'être moteur de changement** et que sans accompagnement, il est difficile d'obtenir des résultats très concluants. Cependant, cela ne veut pas pour autant dire que la fixation d'objectifs et les co-bénéfices ou toutes autres théories doivent remplacer les communications scientifiques. Il est **important que ces deux types d'interventions existent conjointement** afin de promouvoir un climat propice au changement de comportement.

RÉFÉRENCES

- [1] Bain, P. G., Hornsey, M. J., Bongiorno, R., Kashima, Y., & Crimston, C. R. (2013). Collective futures: How projections about the future of society are related to actions and attitudes supporting social change. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 39(4), 523-539.
- [2] Bain, P. G., Milfont, T. L., Kashima, Y., Bilewicz, M., Doron, G., Garðarsdóttir, R. B., ... & Saviolidis, N. M. (2016). Co-benefits of addressing climate change can motivate action around the world. *Nature climate change*, 6(2), 154-157.
- [3] Locke, E., & Latham, G. (2015). Goal-setting theory. In *Organizational Behavior* 1 (pp. 159-183). Routledge.
- [4] Osbaldiston R, Schott JP. Environmental sustainability and behavioral science: Meta-analysis of proenvironmental behavior experiments. *Environ Behav*. 2012;44(2):257-99. doi: 10.1177/0013916511402673
- [5] Staples, S., Webster, J., & Lv, S. C. (2020). Comparing goal setting approaches to boosting pro-environmental behaviors. *Journal of Sustainability Research*, 4(3).