

V

Volonté

Avant d'exécuter une action, nous éprouvons un état mental d'ordre volitionnel que nous qualifions de manière différente selon son intensité : impulsion, désir, appétit, envie, intention, etc. Une intention est présente à l'esprit qui traduit notre disposition à accomplir dans le futur un but au moyen d'une action. L'action serait ainsi précédée par une intention plus ou moins intense. Une journée sans une telle expérience subjective de l'intention est-elle possible ? Imaginons une journée dans laquelle notre expérience volitionnelle serait de faible intensité. Supposons que le contexte soit stable (environnement familial, activités routinières, temporalité connue, etc.). Nous continuerions, à nous déplacer (prendre l'ascenseur, réguler notre vitesse sur l'autoroute, etc.), à accomplir notre jogging quotidien, à appliquer des règles dans le cadre de nos organisations (rejeter un formulaire incomplet, etc.), à acheter et à apprécier telle marque familière de salade préparée, et à répondre à quelques demandes banales de notre entourage (donner un sac de sport à son enfant, etc.), grignoter devant la télévision et à prendre plaisir à telle série aux personnages récurrents. Le soir venu, nous finirions par rejoindre notre lit en abandonnant notre conscience au sommeil. Dans cette condition de faible intensité volitionnelle, nous n'exercerions évidemment aucun choix important à propos de notre vie professionnelle, de nos relations familiales, de notre santé ou celle de nos proches. Nos pensées vagabonderaient, et nous nous laisserions peut-être aller à quelles rêveries ou fantaisies sans souci de leur réalisation. Nous aurions pour guide nos habitudes, et les indices qui aident à l'action dans un contexte familial (l'heure, le bruit de l'ascenseur qui arrive, etc.). Peut-être serions-nous finalement heureux car dégagés des multiples sollicitations à juger et décider. La fatigue de la décision et le stress de l'excès de choix sont aujourd'hui bien documentés. Emportés par un flux routinier, il se peut aussi que nous soyons affectés par un sentiment désagréable d'ennui. Cette faible intensité intentionnelle n'est cependant pas synonyme d'apathie dans la mesure où elle n'empêche pas la possibilité d'une correction. Suite à un effort de contrôle mental, je peux décider d'arrêter de grignoter devant la télévision, de calculer les coûts et les avantages de prendre l'escalier plutôt que l'ascenseur, de réduire ma vitesse sur autoroute, de ne pas céder à une routine dans mon organisation et de traiter le fond d'un dossier, de changer de marque de salade préparée, de m'intéresser vraiment à ce que mon entourage me demande, etc. La condition humaine mélange de telles situations de faible intensité volitionnelle dans lesquelles nos intentions sont faiblement sollicitées, des moments où nous corrigeons une intention initiale et des moments où nos ressources cognitives et émotionnelles sont pleinement mobilisées avant d'engager une action et pendant l'exécution de l'action. Il arrive évidemment que nous soyons confrontés à des décisions urgentes ou importantes et à des dilemmes difficiles entre des options plus ou moins nombreuses.

Chapitre classique de la philosophie, la question de la volonté nourrit les descriptions phénoménologiques en littérature. Chacun de nous éprouve sa propre volonté depuis

l'absence de volonté, jusqu'à l'intention ferme d'entreprendre une action (ou de ne pas entreprendre) et de surveiller la réalisation de l'action, en passant le désir vague d'accomplir une action ou au contraire d'inhiber une intention avant qu'elle ne se traduise en actes. Notre propos se limite ici à l'intention. L'intention a l'avantage de pouvoir être approchée d'une manière déclarative par exemple sous forme d'une simple question : « *Dans quelle mesure avez-vous l'intention de prendre l'escalier plutôt que l'ascenseur cette semaine ?* ». Nous avons développé des stratégies de contrôle de notre intention à accomplir un but et de résistance à la compétition d'autres buts (par la concentration la distraction, la méditation, etc.). La procrastination, l'irrésolution, ou encore la balance entre plusieurs buts, l'ambivalence sont encore des facettes connues qui font obstacle à la réalisation d'un but.

Au-delà de l'exploration qualitative des états mentaux subjectifs, l'étude empirique et expérimentale des processus volitionnels, est relativement récente et commence à partir du début du XXème siècle. Plus spécifiquement, les travaux sur le rôle des intentions dans la mise en œuvre des comportements a fait l'objet d'un nombre considérable de travaux empiriques en psychologie (psychologie cognitive et psychologie sociale principalement). Les neurosciences donnent des éclairages nouveaux en identifiant les structures et les régulations nécessaires à l'exercice de la volonté (zones frontales sous-corticales, système dopaminergique, etc.) dont la dégradation conduit aux pathologies de la volonté. Nous explorerons deux facettes de l'intention. La première est cognitive et implique la flexibilité des processus volitionnels qui peuvent emprunter une voie élaborée et réfléchie, mais aussi une voie automatique avec peu ou pas de régulation consciente. La deuxième facette concerne l'inscription sociale des processus volitionnels et plus spécifiquement de l'intention. Les buts que nous poursuivons comme êtres humains sont le plus souvent reliés à notre insertion sociale, c'est-à-dire aux liens qui nous relient à notre environnement social.

Intention et agentivité cognitive

Nos actions sont-elles systématiquement précédées par une intention consciente d'accomplir un but ou s'agit-il d'une illusion selon laquelle nous croyons être l'agent de toutes nos actions ? D'où vient notre expérience de se percevoir à la source de nos actions (agentivité) ? Du point de vue expérientiel l'intention apparaît bien comme la cause de nos comportements. Si je bois du café, c'est bien que j'ai eu l'intention de le faire ce matin au regard d'autres actions possibles (ne pas consommer, boire du thé, etc.). Récemment, des observations en imagerie cérébrale montrent que les circuits impliqués par le calcul et la décision délibérée sont impliqués *après* les circuits liés à l'action motrice. Autrement dit, si je suis un consommateur habituel de café, c'est parce que mes muscles sont mobilisés que j'en infère a posteriori que j'ai eu l'intention de prendre cette tasse et de consommer du café. Pour Wegner (2002), l'expérience consciente de la volonté exprime le fait que nous pensons être à la source de l'action, non que notre volonté soit la cause de l'action. De ce point de vue, l'exploration de l'intention croise inmanquablement la question de la croyance au libre arbitre. Toute réponse à une question sur l'intention, au moins dans le contexte occidental, renvoie ainsi au statut d'un agent contrôlant ses états mentaux. Suggérer que nos actions ne relèvent pas du libre arbitre mais d'un système automatique par défaut peut irriter nombre

d'entre nous. Les preuves expérimentales de l'exécution de but en l'absence de contrôle conscient ou d'intention délibérée sont désormais nombreuses. On entend par contrôle conscient le fait qu'un but soit présent en mémoire et que ce but soit accessible à la délibération et la correction éventuelle. Les apprentissages permettent de se délester du contrôle délibéré de l'action pour passer sur un mode plus automatisé tel que nous l'avons décrit au début de cette présentation. La seule présence d'un but accessible en mémoire, induit de manière non consciente (exposition infra-liminale, apprentissage implicite, etc.), peut nous amener à nous comporter de manière concordante avec ce but. Ainsi, l'odeur de citron nous engage à davantage nettoyer des miettes d'une viennoiserie, que nous venons de manger qu'en absence d'odeur. Un concept présent en mémoire, même inaccessible à la conscience, est suffisant pour introduire des changements de comportement notamment s'il est associé à une valeur importante pour l'individu (Bargh 2014). La mise en œuvre de l'intention implique des niveaux multiples de contrôle qui commencent par la possibilité de contrôler l'émergence d'un but à la conscience et la direction de l'attention, en concurrence avec d'autres buts possibles, le calcul de l'intérêt d'accomplir ce but, l'implémentation de ce but dans une action planifiée, le contrôle de l'action jusqu'à sa réalisation. Même s'il s'agit partiellement d'une illusion le sentiment d'agentivité (se percevoir à la source de son action) est fortement associé au contrôle de l'action. La déconnexion entre agentivité et comportement est le symptôme de déficits psychopathologiques (par exemple l'expérience d'être contrôlé par Autrui dans le cas de la schizophrénie). L'exercice de la volonté peut être rapidement dégradé dès que les ressources manquent (fatigue, action de produits psychoactifs stimulants ou inhibants, etc.). Si l'on demande à des sujets de s'empêcher volontairement d'exprimer des émotions suite à l'exposition à un film, ceux-ci s'avéreront moins capables de résoudre des problèmes complexes juste après. De ce point de vue, l'exercice de la volonté a pu se comparer à un muscle qui s'épuiserait, mais qui pourrait aussi être entraîné. Même cette idée de processus volitionnels puisant à des ressources limitées est aujourd'hui controversée, il reste que l'intention ne s'exerce pas de manière continue et que la plupart des comportements que nous adoptons n'exigent pas la médiation de processus volitionnels élaborés. L'intention et la volonté ne sont véritablement mobilisées que dans le cadre de situations nouvelles ou qui présentent un certain degré de nouveauté et de challenge. Ce fonctionnement préserve des ressources rares et est compatible avec une économie cognitive basée sur des réponses suffisantes aux situations plutôt qu'explorant toutes les possibilités d'action. Selon un principe de dualité aujourd'hui largement partagé (Sherman, Gawronski et Trope 2014) une voie automatique, rapide et basée sur des schémas préconstruits – ou heuristiques- (voie 1) coexisterait avec une voie élaborée et réfléchie (voie 2), lente et analytique. La voie automatique permet une réponse immédiate en termes d'approche et d'évitement d'une situation nouvelle ou routinière. Quelques dizaines de millisecondes suffisent pour observer une réponse physiologique d'intérêt ou d'aversion à l'exposé d'un visage nouveau, quand l'expérience de la conscience ne commence que plusieurs centièmes de seconde plus tard. Les deux voies travaillent de conserve et s'influencent mutuellement. Dans quelles circonstances mobilisons-nous des processus intentionnels forts, et dans quelles circonstances déléguons-nous notre contrôle à une interprétation rapide du contexte et des réponses disponibles ? La

Thierry Meyer (2018). Volonté. In Albert Piette & Jean-Michel Salanskis (Eds). *Dictionnaire de l'Humain*. (pp 605-612). Nanterre : Presses Universitaires de Paris Nanterre.

balance entre telle ou telle voie fait à la fois l'objet de différences individuelles stables en termes de traits de personnalité (styles de décision rationnel ou intuitif), comme elle peut être entraînée.

Intention et agentivité sociale

L'agentivité impliquée par la mise en œuvre d'intentions préalables à l'action est fortement inscrite dans un contexte social. Nos intentions ne se ramènent pas au seul calcul rationnel basé sur un bénéfice égocentré mais à notre relation plus globale au monde social. D'abord, nous passons une partie de notre temps, personnel ou professionnel, à identifier une intention chez Autrui afin d'anticiper son comportement ou ses projets, ou afin de lui attribuer une responsabilité. Si notre propre intention est plus ou moins accessible, celle d'Autrui est parfois déclarée, souvent masquée et très souvent inférée à partir de ses comportements. Du point de vue du développement, l'éducation n'intervient pas seulement sur les buts à poursuivre (les valeurs par exemple) mais sur les modalités de contrôle de l'intention. Si chacun naît avec un tempérament unique et bénéficie d'un environnement matériel et humain plus ou moins favorable, l'éducation cherche à développer des capacités à renoncer à ses impulsions face à des stimuli désirables. Contrôler une intention commandée par un intérêt impulsif permet de renoncer à des avantages immédiats pour atteindre des buts plus éloignés dans le temps et des avantages plus substantiels. Un enfant de quatre ans apprend ainsi à renoncer à manger un délicieux marshmallow contre une promesse d'en avoir deux dans quinze minutes. C'est une étape décisive du développement avant de devenir un agent intentionnel complet susceptible d'inscrire un récit original adossé à une identité personnelle (McAdams 2015).

Un autre aspect de la dimension sociale est, au-delà des processus volitionnels, le contenu même des buts que nous poursuivons. Les perspectives évolutionnistes invitent à considérer d'abord les besoins physiologiques (faim, soif, respiration, déplacement, etc.) fondés sur la survie de l'individu et de l'espèce. Si je mange des crackers salés, mon intention de consommer de l'eau est augmentée et j'apprécierai plus l'eau minérale qui m'est servie, surtout si celle-ci m'est familière. La recherche d'un partenaire sexuel et le maintien des liens stables inter-individuels sont aussi des besoins puissants qui sont des antécédents de nombre de nos intentions dans la vie quotidienne. Dans le même sens, la nécessité de maintenir des alliances avec des membres de son groupe sollicite aussi des intentions singulières surtout en cas de menace perçue. Dans le domaine des processus volitionnels, le modèle de l'autodétermination est un des plus intéressants (Deci et Ryan 2008). Selon ce modèle, l'agentivité est au cœur d'un besoin d'autonomie (se trouver à la source de son action en l'absence de pression). Ce besoin central se combine avec un besoin de contrôle (agir efficacement sur le contexte dans lequel nous sommes placés) et un besoin de relations sociales (établir et maintenir des relations sociales satisfaisantes). L'expérience de l'autonomie dépend du type de régulation que nous exerçons. A l'extrême, nous sommes amotivés (c'est le cas suite à l'exposition systématique à des univers incontrôlables dans lequel le lien est dissolu entre intention, comportement et conséquences du comportement), à l'autre

extrême nous sommes intrinsèquement motivés sans nécessité de récompense pour accomplir l'action (c'est par exemple le cas d'artistes passionnés par leur œuvre). Dans le premier cas, je suis incapable de mettre en œuvre une intention, dans l'autre il n'est plus nécessaire de déployer une intention pour s'impliquer dans l'activité. D'autres auteurs mettent en avant des besoins existentiels propres à l'homme comme le besoin préserver la continuité de la vie face à l'inévitabilité de la mort, le besoin de rester relié aux autres et de ne pas être rejeté, le besoin d'identité et de cohérence du soi, le besoin de se percevoir comme agent libre plutôt que dépendant, et enfin le besoin de signification par opposition à la perte de sens. Dans nombre de contextes, ces besoins existentiels peuvent l'emporter sur des besoins primaires (Greenberg, Koole, & Pyszczynski 2013).

Au-delà des besoins, les déterminants les plus proches des intentions ont été explorés dans le but de prédire et de changer le comportement à fins d'intervention sociale (santé publique, commerce, etc.) non sans succès en termes d'importance des effets obtenus. L'intérêt porte plus spécifiquement sur l'intention dite comportementale, c'est-à-dire relative à un comportement précis (« s'inscrire à un cours de natation ») ou une classe générale de comportement (« faire du sport dans le but d'améliorer sa santé »). Deux types de déterminants pèsent le plus sur ce type d'intention. Le premier concerne les attitudes plus ou moins favorables au comportement (la valeur et les conséquences bénéfiques et délétères attendues). La seconde porte sur les normes subjectives (ce que je crois que les autres pensent). Le fait que les attitudes et les normes subjectives soient favorables ne sont cependant pas suffisantes pour que l'intention se traduise en comportement. Le gouffre (angl. *Gap*) entre intention et comportement est retrouvé dans de nombreux domaines (santé, respect de l'environnement, etc.). Les intentions sont bien présentes, et souvent collectivement partagées, sans que les comportements soient à la mesure de ces intentions. Les intentions intègrent de ce point de vue une composante de désirabilité et une composante d'instrumentalité reliée à la capacité de réaliser le comportement attendu (Kruglanski et al. 2015). La question de l'implémentation de l'action implique en particulier de considérer les anticipations relatives à la mise en œuvre du comportement (auto-efficacité). Il se peut que nous ayons parfois l'impression que nos comportements sont inaccessibles à notre volonté (« je ne résisterai pas si un verre d'alcool est proposé par un ami dans une soirée »). Plus près de l'action, l'ancrage des intentions et des buts à des moyens précis et pertinents (implémentation de l'action) dans un contexte singulier rend plus probable la transformation de l'intention entre action.

Pour finir, on retrouve les propriétés de l'agentivité sociale dans les phénomènes d'influence sociale. Les influenceurs utilisent couramment les propriétés de la volonté comme rationalisation a posteriori de l'action. Ainsi dans la liste longue (mais limitée) des « techniques » de changement de comportement, il est courant de s'appuyer sur un comportement pour obtenir ensuite un acte intentionnel. De ce point de vue, le fait d'obtenir des comportements en accentuant l'impression de liberté accroît non seulement la plausibilité que des intentions futures s'installent, que des comportements s'observent mais que l'on se considère être la cause de ces changements (Beauvois 2014). L'influence manipulatrice est alors avérée quand le manipulateur arrive à faire croire à la cible de l'influence qu'elle est

Thierry Meyer (2018). Volonté. In Albert Piette & Jean-Michel Salanskis (Eds). *Dictionnaire de l'Humain*. (pp 605-612). Nanterre : Presses Universitaires de Paris Nanterre.

bien à la source comme agent intentionnel de l'action et non sous l'influence du manipulateur. C'est le principe récemment mis en avant de « coup de pouce » (nudges) qui amène l'individu à un comportement sans que celui-ci ait besoin de déployer une intention complète d'engager ce comportement. On accepte ainsi mieux de donner ses organes post-mortem en France qu'aux Etats-Unis par le seul fait que le don est le choix par défaut en France alors qu'il doit impérativement être positivement exprimé aux Etats-Unis. Les processus volitionnels et spécialement l'intention se trouvent donc aujourd'hui au cœur des programmes d'influence qui visent à modifier nos intentions au service du bien commun ou d'intérêts particuliers (pouvoirs publics, entreprises, entrepreneurs de causes diverses, etc.). L'adhésion ou la résistance à ces programmes et leur ingénierie est une problématique de l'humain d'aujourd'hui.

Pour terminer le tableau serait incomplet sans évoquer le contexte culturel. Dans une société qui valorise l'autonomie de l'individu et le libre arbitre, l'expérience de la volonté est un marqueur social positif et tout déficit est susceptible de réprobations. La liberté devient largement une prescription fondatrice d'une responsabilité individuelle. A l'opposé, une société plus basée sur l'interdépendance des individus valoriserait moins l'autonomie de l'intention individuelle que le fait que cette intention soit en phase avec l'harmonie collective. Il devient admissible de dire que je me comporte en fonction du contexte, et non selon ses propres désirs ou intentions personnelles.

En résumé, la place des processus volitionnels dans l'humain est importante. Si les bases cognitives sont peu malléables, l'agentivité sociale est susceptible de connaître des évolutions importantes.

Thierry Meyer

Références

- Bargh John A., 2014. «The Historical Origins of Priming as the Preparation of Behavioral Responses: Unconscious Carryover and Contextual Influences of Real-World Importance», *Social Cognition*, Vol. 32, p.209-224.
- Beauvois Jean-Léon, 2013. Deux ou trois choses que je sais de la liberté, Paris, Bourrin
- Deci Edward et Ryan Richard, 2008. «Self-Determination Theory: A Macrotheory of Human Motivation, Development, and Health», *Canadian Psychology/ Psychologie Canadienne*, Vol. 49, p. 182-185
- Greenberg Jeff, Koole Sander L et Pyszczynski Tom (eds.), 2013. *Handbook of Experimental Existential Psychology*, New York, Guilford Publications.
- Kruglanski Arie W., Jasko Katarzyna, Chernikova Marina *et al.*, 2015. « The Rocky Road from Attitudes to Behaviors: Charting the Goal Systemic Course of Actions», *Psychological Review*, Vol. 122, p. 598-620.
- McAdams Dan P., 2015, *The Art and Science of Personality Development*, New York, Guilford Publications.
- Sherman Jeffrey W., Gawronski Bertram et Trope Yaacov (eds), 2014, « *Dual-Theories of the Social Mind* », New York, Guilford Publications.
- Wegner Daniel M., 2003, *The Illusion of Conscious Will*, Cambridge, MA, The MIT Press.

Thierry Meyer (2018). Volonté. In Albert Piette & Jean-Michel Salanskis (Eds). *Dictionnaire de l'Humain*. (pp 605-612). Nanterre : Presses Universitaires de Paris Nanterre.

Bibliographie complémentaire :

Ariely Dan, 2016. *C'est (vraiment ?) moi qui décide : les raisons cachées de nos choix*, Paris, Flammarion, coll. Clé des Champs.

Thierry Meyer (2018). Volonté. In Albert Piette & Jean-Michel Salanskis (Eds). *Dictionnaire de l'Humain*. (pp 605-612). Nanterre : Presses Universitaires de Paris Nanterre.

Renvois dans le Dictionnaire -> conscience, instinct, minimalité, pensée réfléchie, perception, société