

«Nous admirons trop souvent ceux qui ne changent jamais d'avis»

Entretien **Nidal Taibi**

Pourquoi certaines idées deviennent-elles rigides? Décodage des mécanismes cognitifs de l'idéologie avec la neuroscientifique Leor Zmigrod.

Dans *Le Cerveau idéologique* (1), la neuroscientifique Leor Zmigrod propose une lecture radicalement nouvelle de l'idéologie: plus seulement comme un phénomène politique ou social, mais comme une disposition cognitive. A partir d'expériences inédites mêlant psychologie et neurosciences, elle montre comment la rigidité mentale se forme, comment elle traverse tous les camps politiques, de gauche comme de droite, et comment elle façonne les manières de débattre.

Dans le livre, vous partez d'une intuition forte: les idées ne flottent pas «au-dessus» de nous, elles s'inscrivent dans le corps.

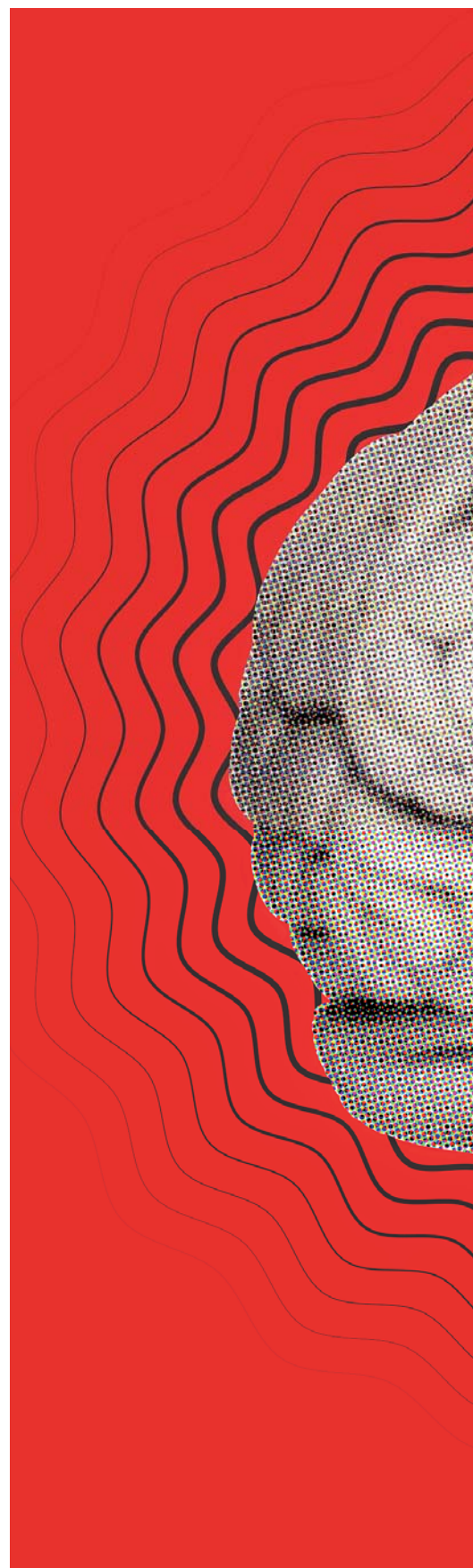
A quel moment vous êtes-vous dit qu'il fallait chercher l'idéologie dans le cerveau?

En 2015, l'Europe a été confrontée à un phénomène inédit: des jeunes ayant

grandi dans des démocraties occidentales, au Royaume-Uni, en Belgique ou en France, ont décidé de rompre radicalement avec leur vie pour rejoindre Daech en Syrie. A l'époque, les explications avancées reposaient exclusivement sur des facteurs externes: conditions socioéconomiques, discriminations, pressions culturelles ou effets des réseaux sociaux, ce que je trouvais réducteur. J'ai alors commencé à me demander s'il n'existait pas aussi des différences plus profondes, liées peut-être même au fonctionnement cérébral, qui rendraient certaines personnes plus vulnérables que d'autres face aux idéologies rigides.

C'est à ce moment-là que quelque chose a basculé dans votre manière de poser le problème?

En effet, j'ai décidé de mobiliser les neurosciences et la psychologie cognitive pour étudier l'idéologie autrement: non plus seulement comme un produit de circonstances sociales, mais aussi comme un phénomène ancré dans la biologie et la cognition. Les résultats ont été frappants: ils montraient que nos idéologies ne sont pas seulement «à l'extérieur»





«La rigidité idéologique n'est pas une question de camp politique, mais de rapport global au monde.»

de nous, mais qu'elles sont aussi façonnées par notre manière de penser, de ressentir et de traiter l'information.

Vous écrivez qu'on peut «juger une idéologie» à partir de ce qu'elle fait à notre corps et à notre cerveau.

Qu'entendez-vous par là?

C'est une question essentielle, car elle propose une autre manière de faire la critique des idéologies. Aujourd'hui, nous avons tendance à juger les idéologies à partir de leur ressemblance avec celles du passé: est-ce que cela rappelle le fascisme, le communisme, la droite ou la gauche traditionnelles? Toutes ces approches sont fondamentales, mais étudier ce que l'idéologie fait à nos corps et à nos cerveaux ouvre un angle supplémentaire. Les penseurs du XX^e siècle parlaient de «critique de l'idéologie»: il s'agit précisément de comprendre comment une idéologie agit sur les individus, parfois de manière invisible. Lorsqu'on observe que certaines idéologies, lorsqu'elles sont pratiquées de façon dogmatique et fermée, ont des effets délétères sur la psychologie, et parfois même sur la neurobiologie des individus, cela donne un nouvel outil d'évaluation. Une idéologie peut paraître noble, éthique, voire émancipatrice, tout en produisant, dans les faits, des schémas cognitifs rigides, anxiogènes ou destructeurs.

Cela nous amène à votre concept central, la «rigidité cognitive». Qu'entendez-vous par là, et comment la mesure-t-on?

La rigidité cognitive est un trait psychologique sur lequel nous nous situons tous, à des degrés différents. Certains individus sont très flexibles cognitivement, ...

... d'autres beaucoup plus rigides, et la plupart d'entre nous se situent quelque part entre les deux. Concrètement, la rigidité cognitive désigne la tendance à penser le monde de manière étroite et figée, avec une faible tolérance à l'incertitude ou au changement. Les personnes très rigides ont souvent du mal à adapter leur comportement lorsque la situation évolue ou lorsque de nouvelles informations apparaissent.

Dans une conversation ordinaire, quels indices permettent de repérer le moment où l'on bascule du débat d'idées vers une pensée idéologique plus rigide?

Le premier indice concerne la manière dont une personne réagit à des informations qui contredisent ses convictions. Lorsqu'on est dans un échange d'idées, on est capable d'examiner une preuve nouvelle, d'en évaluer la crédibilité et, le cas échéant, d'ajuster ses positions. A l'inverse, les personnes plus rigides tendent à rejeter immédiatement toute information dissonante, sans l'examiner. Un autre signe très révélateur est la personnalisation du désaccord. Dans une pensée idéologique rigide, toute critique d'une idée est vécue comme une attaque personnelle. L'espace intellectuel et l'espace affectif se confondent: discuter d'idées se transforme alors en affrontement identitaire. Enfin, il existe un troisième marqueur très clair: le caractère prescriptif et punitif du raisonnement. Les individus fortement idéologiques développent une définition extrêmement étroite de ce que signifie être «bon», «juste» ou «moral». Toute personne qui s'écarte de ce modèle est perçue comme fautive.

Si l'on schématise, dans quel bord politique retrouve-t-on davantage de rigidité cognitive? Autrement dit, la rigidité est-elle plutôt de gauche ou de droite?

C'est précisément la question qui m'a conduite à ce travail. Pendant des décennies, en psychologie politique, on a supposé que la rigidité était l'apanage de la droite, associée au conservatisme et à l'ordre. Cette hypothèse a longtemps dominé le champ, notamment dans le contexte d'après-guerre. Or, lorsqu'on mesure la rigidité cognitive à l'aide d'outils neuro-psychologiques, on observe que la rigidité n'augmente pas de manière linéaire en allant de la gauche vers la droite.

«Les idéologies vivent aussi dans les corps.»

Elle dessine plutôt une forme en U: les extrêmes, à gauche comme à droite, sont les plus rigides, tandis que les personnes plus modérées ou indépendantes se révèlent les plus flexibles. Cela montre que la rigidité idéologique n'est pas une question de camp politique, mais de rapport global au monde.

Vous décrivez la force des règles et des rites, dont la répétition finit par rigidifier l'esprit et même le corps. A l'ère des réseaux sociaux, quels sont les nouveaux rites fabriquant cette rigidité? Notre époque glorifie la répétition et la conformité. Les réseaux sociaux, mais aussi toute une culture du développement personnel, prescrivent des routines idéales, des habitudes à suivre, des modes de vie standardisés. Cette obsession du rituel rassure, mais elle réduit notre capacité à explorer, à improviser, à tolérer l'incertitude. Les algorithmes accentuent ce phénomène et rigidifient notre écologie mentale.

Vous soutenez qu'il ne peut pas y avoir de «bonnes idéologies» et qu'«une idéologie de la liberté est un oxymore». Comment faut-il comprendre cette idée? Il faut distinguer les idéologies des philosophies de vie. Les idéologies, du point de vue psychologique, sont toujours prescriptives et étroites: elles définissent un modèle unique de ce qui est «bon» et cherchent à y faire entrer tout le monde. En ce sens, elles sont incompatibles avec la liberté. A l'inverse, des valeurs ou des principes (l'égalité, la dignité humaine, la liberté) peuvent guider nos actions sans

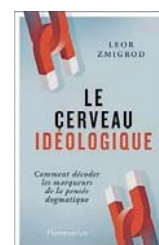
devenir idéologiques, à condition de rester sensibles au contexte, aux nuances. Etre libre, psychologiquement, suppose de pouvoir douter, changer d'avis, accepter les zones grises...

Comment alors défendre une cause, s'engager, être convaincu, sans basculer dans une doctrine qui rigidifie?

C'est possible, mais difficile. On peut croire fermement en des principes comme les droits humains ou l'égalité sans transformer ces convictions en dogme. Le problème apparaît lorsque l'engagement devient identitaire, évangéliste, intolérant à la critique. Aujourd'hui, certains mouvements progressistes peinent justement à maintenir cette ouverture. Ils défendent des causes légitimes, mais les modes d'adhésion exigés deviennent rigides et exclusifs, au point de produire des logiques de mise à l'écart ou de *cancel culture*. La liberté ne disparaît pas dans les idées défendues, mais dans la manière dont elles sont imposées.

Si vous deviez proposer trois gestes concrets pour cultiver un «cerveau libre», lesquels choisiriez-vous?

A titre personnel, il faut interroger nos routines. Quelles habitudes nous rendent plus fermés, plus sûrs de nous, moins curieux? Ensuite, sur le plan éducatif, il est essentiel d'apprendre aux jeunes à distinguer ce que l'on croit de la manière dont on y croit. Une croyance devient idéologique lorsqu'elle exclut le doute, la critique et la pluralité. Plus les élèves seront entraînés à penser avec nuance, plus ils seront résistants face aux idéologies extrêmes et aux discours autoritaires en ligne. Enfin, d'un point de vue institutionnel, il faut repenser ce que nous valorisons chez les leaders. Nous admirons trop souvent ceux qui ne changent jamais d'avis. Or, des sociétés libres ont besoin de dirigeants capables d'adaptation, d'écoute et de nuance. Si nous continuons à célébrer la rigidité comme une force, nous construirons des sociétés moins libres, pas plus fortes. ●



(1) *Le Cerveau idéologique. Comment décoder les marqueurs de la pensée dogmatique*, par Leor Zmigrod, Flammarion, 400 p.