

Eva Illouz : « Le développement personnel, c'est l'idéologie rêvée du néolibéralisme »

De passage à Paris, la sociologue franco-israélienne a accepté de répondre à nos questions existentielles sans en vouloir à notre « happycondrie ».

[Annabelle Laurent](#) - 13 octobre 2019

https://usbeketrica.com/fr/article/eva-illouz-le-developpement-personnel-c-est-l-ideologie-revee-du-neoliberalisme?fbclid=IwAR3BScwX0H60OH9j_SpfBJJBQ9Ey6lXqCuPcvNUVMPfGHCblkXx-PdEDJ7Y



Eva Illouz s'est fait connaître pour avoir expliqué « [pourquoi l'amour fait mal](#) » et, plus récemment, comment la dictature du bonheur s'est infiltrée en douce dans nos vies. Alors faut-il en vouloir à notre Chief Happiness Officer ? A-t-on encore le droit de crier dans l'open space sans passer pour un fou ? Et à quel futur de l'égalité peut-on s'attendre après #MeToo ? De passage à Paris, la sociologue franco-israélienne a accepté de répondre à nos questions existentielles sans en vouloir à notre « happycondrie ».

« Il est où le bonheur ? Il est où ? » Sommes-nous en train de vous confier que cette chanson de Christophe Maé résonnait avec insolence dans nos têtes alors que nous nous apprêtions à rencontrer Eva Illouz ? Absolument. Précisons que le bonheur est le thème d'*Happycratie*, [essai édifiant](#) paru à l'été 2018 (Premier Parallèle). Halte à la dictature du bonheur, alertent la sociologue franco-israélienne et le docteur en psychologie Edgar Cabanas, car celle-ci se révèle piègeuse. Vous voulez être heureux ? Les livres de développement personnel, qui caracolent en tête des ventes, vous attendent. Et puisqu'il suffit de « voir les choses positivement », pourquoi plaider pour de meilleures conditions de travail, de meilleures écoles, un meilleur futur ?

Tel est le fil rouge de la pensée d'Eva Illouz, qu'elle écrive au sujet de l'animatrice vedette Oprah Winfrey ou sur la trilogie érotique *Fifty Shades* : la psychologie ne peut pas tout expliquer. Même ce qui nous semble relever de l'intime reflète des normes. Même la souffrance amoureuse peut être lue sociologiquement (*Pourquoi l'amour fait mal*, Seuil, 2012) : vous ne cessez d'enchaîner les ruptures, d'accord, mais la modernité des rapports amoureux (transformés notamment par le consumérisme) a aussi sa part de responsabilité. Enfin, nos émotions ne résisteraient pas à la mainmise du capitalisme : c'est la thèse d'un ouvrage collectif (*Les Marchandises émotionnelles*, Premier Parallèle, 2019) dirigé par Eva Illouz, qui analyse comment les industries du tourisme, du sexe ou du cinéma visent à nous transformer intimement.

Née en 1961 à Fez dans une famille juive marocaine, elle arrive à Sarcelles à l'âge de 10 ans, part quelques années plus tard étudier aux États-Unis, se tourne vers la sociologie – la lecture de *Belle du Seigneur* d'Albert Cohen aurait inspiré ce choix – et vit aujourd'hui entre Paris, où elle est chercheuse à l'EHESS, et Israël, où elle est professeure de sociologie à l'université hébraïque de Jérusalem. Elle parle couramment français, hébreu, anglais et allemand. L'interview se fait heureusement pour nous dans la première des quatre langues. Celle qui dissèque les sentiments en laisse peu transparaître. La sociologie est son sport de combat. Un sport dont, c'est l'avantage, le terrain dépasse souvent les frontières du présent pour ouvrir des pistes convaincantes sur le futur.

Usbek & Rica : Votre thèse, développée dans *Happycratie* comme dans *Les Marchandises émotionnelles*, est que le capitalisme a transformé notre rapport aux émotions et au bonheur. Nous l'avons laissé faire ?

Eva Illouz : La science du marketing a joué un rôle important dans ce processus, et la sociologie n'a pas suffisamment évalué son influence à mon sens. Au début du XXe siècle, on sort d'une économie d'épargne pour passer à une économie de la dépense. Pour cela, la science du marketing commence à s'établir comme la science qui va faire le lien entre le sujet et la sphère économique. Mais attention, il s'agit autant de comprendre la nature de cette subjectivité que de l'inventer. La science du marketing met en place un apparatus pour que le consommateur corresponde mieux à cette nouvelle culture où existe une quantité inouïe d'objets, dont la plupart ne sont pas nécessaires à notre existence. Et comme les besoins du corps sont relativement finis, il y a eu un déploiement vers une idée de l'humain comme ayant des besoins émotionnels quasi inassouvibles. C'est encore plus intense après la révolution de 1968 parce qu'on peut enfin utiliser le corps, la sexualité, le moi « authentique » comme socle pour la consommation. L'authenticité devient ainsi une des grandes marchandises qui circulent dans des industries comme la psychologie ou le tourisme. Cette façon de reconceptualiser le moi est extrêmement « productive » sur le plan économique.

Quel a été le rôle de la psychologie dans cette évolution ?

La psychologie est venue à la rescousse de l'entreprise au moment où le capitalisme a dû se mesurer à de nouvelles normes démocratiques. À partir des années 1920–1930, on ne peut plus exploiter les travailleurs tranquillement. La question devient : comment faire pour exploiter cette main-d'œuvre de mieux en mieux dans les limites du droit du travail ? Il y avait déjà une forme de béhaviorisme – courant de la psychologie qui s'intéresse aux comportements – à l'époque. Des élèves de Carl Jung

comme [Elton Mayo](#) (psychologue et sociologue australien considéré comme l'un des pères fondateurs de la sociologie du travail, ndlr) viennent aider l'entreprise. On propose un nouveau modèle de travailleurs, mus par des sentiments, venus de leur enfance, de leur cadre familial. Les psychologues ont en fait redessiné l'humain, sans le vouloir peut-être. On commence à réimaginer le lieu de travail comme un lieu où l'on doit créer des techniques efficaces de gestion de la main-d'œuvre, faire en sorte que le mécontentement ne soit pas éveillé et que le travailleur donne le meilleur de lui-même à l'entreprise, qu'il soit content. Jusqu'alors le contrôle des travailleurs se faisait par la violence, très souvent, ou par la main forte.

« Le travailleur d'aujourd'hui est tellement investi dans son travail qu'il s'identifie à lui, et cherche à exprimer son moi le plus profond »

Une nouvelle idéologie de la satisfaction se met en place. C'est politiquement très ambigu : d'un côté il y a progrès, de l'autre on inclut le travailleur pour mieux l'exploiter. Se met en place une forme de contrôle par les émotions, beaucoup plus subtile, qui a abouti au fait que le travailleur d'aujourd'hui vient sur le lieu de travail avec sa subjectivité, il est tellement investi dans son travail qu'il s'identifie à lui, et cherche à exprimer par le travail son moi le plus profond. Dans ce sens-là il y a eu une victoire éclatante de ce discours économique qui a utilisé la psychologie.

Ces mécanismes atteignent leur paroxysme avec l'arrivée d'un métier comme celui de Chief Happiness Officer, embauché pour assurer le bien-être au travail de ses collègues. Mais est-ce si grave si nous ne sommes pas dupes de ces nouvelles formes de management ?

Si vous posez la question de savoir s'il faut abolir l'idée selon laquelle les entreprises doivent satisfaire les besoins émotionnels des travailleurs ou revenir au modèle d'une mainmise violente et directe sur les travailleurs, certains vous diront que la deuxième forme de contrôle est préférable parce qu'elle est directe et non ambiguë et qu'elle peut donc générer de la résistance. Je ne sais pas. La perspective de Michel Foucault est de dire que ces deux formes de contrôle sont un peu identiques, une qu'il appelle le pouvoir négatif (celui de punir, et de frapper) et une autre forme de pouvoir productive dans laquelle le sujet serait discipliné par des techniques qui lui donnent plus le sentiment d'être sujet. Je suis très ambivalente vis-à-vis de ce type de diagnostic. Mais je n'ai pas non plus de grand dévoilement à proposer, comme Marx a pu dévoiler par exemple les relations d'exploitation. Les Chief Happiness Officers sont là pour contribuer à la culture d'entreprise, pour renforcer la loyauté à l'entreprise, pour créer des relations humaines, parce que ce sont souvent d'elles que dépend son image et donc ses profits. Le capitalisme contemporain, c'est la surexploitation psychique.

Vous dénoncez également les travers du succès du développement personnel qui, dites-vous, nous détourne du collectif. Ne peut-il pas au contraire aider chacun à s'émanciper pour finalement former une société plus forte ?

Comme beaucoup de sociologues, je fais une distinction entre le niveau individuel et le niveau collectif. Je comprends très bien qu'une personne qui a recours à un médicament qui lui fait du bien soit, quand elle entend une critique sociologique d'un tel médicament, révoltée. Elle a raison. Le

développement personnel vous dit que votre souffrance vous appartient, à vous et pas à d'autres, et que c'est à vous de l'améliorer par votre travail sur vous-même. C'est ce que j'appelle la privatisation de la souffrance sociale. Quand j'ai écrit *Pourquoi l'amour fait mal*, qui traitait du sujet a priori le plus intime, j'ai reçu un grand nombre de réactions me confiant « Vous m'avez libéré(e) », car je disais aux lecteurs que leur souffrance, qui semblait psychique et intime, était en fait une souffrance sociale. Cela ne veut pas dire que ces discours et techniques ne sont pas utiles individuellement. Elles le sont. Mais ce qui est vrai pour l'individu ne l'est pas pour le collectif.

Chacun devient responsable de son bonheur, et « c'est la construction collective même d'un changement sociopolitique qui se trouve sérieusement limitée », écrivez-vous.

L'idéologie du développement personnel est à la fois psychique et économique, parce que l'idée-clé sous-jacente est que c'est par le travail sur soi qu'on arrive à surmonter tous les problèmes économiques. C'est donc vraiment l'idéologie rêvée du néolibéralisme, puisque lui-même repose sur l'idée que c'est aux individus de faire le travail fait auparavant par l'État. Nous devenons responsables de notre destinée économique par le bon management de notre psyché, ce qui veut dire aussi que les destitués n'ont finalement à s'en prendre qu'à eux-mêmes, puisqu'il y a des instruments, des techniques, pour être toujours les vainqueurs, puisqu'il ne s'agit que de cela en fait. C'est une idéologie qui se représente le monde social en termes de victoires et de défaites, de winners et de losers, tout le darwinisme économique est véhiculé dans cette pensée. L'ironie, bien sûr, c'est que cette idéologie contient la preuve de son mensonge : même si tout le monde était très doué et travaillait très dur, par définition, il ne peut y avoir que très peu de gens en haut de la pyramide.

Et c'est une idéologie que vous voyez victorieuse pour notre futur ?

Oui, tout à fait. Mais encore une fois, il ne faut pas confondre le fait qu'individuellement elle peut soulager. Les psychologues, ça marche ! Voir un psychologue pour parler de ses problèmes aide beaucoup de gens. Je ne dis pas que le développement personnel n'aide pas. C'est précisément parce que ce discours a une efficacité redoutable qu'il faut se poser des questions sur ses effets politiques et sociaux.

Certains fustigent une société occidentale qui, à coups d'antidépresseurs, somnifères, excitants et drogues diverses tend à « mettre sous contrôle nos affects », pour citer le philosophe Laurent de Sutter, voire se rapproche du contrôle social exercé dans *Le Meilleur des mondes* d'Aldous Huxley. Qu'en pensez-vous ?

Michel Foucault disait dans les années 1980 que l'idée même de la normalité gérée par toutes les sciences psy – psychiatriques, psychanalytiques, psychologiques – crée des normes de comportement de plus en plus étroites et rigides. La « normalisation » est très paradoxale parce qu'on a aussi le sentiment d'une libération des mœurs, d'une plus grande tolérance des styles de vie. Je pense que ces deux processus avancent en parallèle. On va laisser d'un côté les gens faire ce

qu'ils veulent, comme dans la sphère sexuelle, et de l'autre les comportements qu'on va considérer comme anormaux vont considérablement augmenter.

« On pathologise la tristesse, la honte, la timidité parce que les bénéfices économiques à en retirer sont énormes »

La pression sur la normativité est très forte dans de plus en plus de sphères, comme dans le travail où l'expression de la colère ou de la rage est de plus en plus interdite, et il y a en parallèle un défoulement dans la méditation, le tourisme, le jogging, la drogue... Les deux mouvements vont ensemble. Mais il y a une recrudescence extraordinaire de pathologies psychiques en tout genre – on pathologise la tristesse, la honte, la timidité... – parce que les intérêts professionnels et les bénéfices économiques à en retirer sont énormes.

Nos émotions intéressent de plus en plus les chercheurs en intelligence artificielle, qui les analysent et tentent de les mimer. On parle même de feel data. Et certains humains s'attachent à des machines programmées pour mimer l'affection, l'empathie. Cela vous inquiète ?

Il ne faut pas non plus sombrer dans une vision romantique des émotions, qui seraient de l'ordre de l'ineffable et échapperaient à la technologie. Elles ne le sont pas. L'intériorité du sujet est plus limitée et prévisible qu'on ne le dit même si on ne comprend pas les mécanismes. Internet et ses algorithmes le prouvent puisque après un achat les algorithmes peuvent deviner votre deuxième achat. Avec les robots et l'intelligence artificielle, on aboutit au sentiment que ce qui semble le plus indicible chez l'homme peut finalement être non pas compris, mais saisi par la logique de l'algorithme... qui peut, sans expliquer toutes les composantes, prévoir comment vous allez vous comporter. On comprend en fait que notre complexité est réductible à un certain nombre de variables. Donc je pense qu'on va vers une redéfinition de l'authenticité émotionnelle, qui n'exclurait pas du tout le robot et la machine. On est déjà dans cette ère, puisque l'interaction avec les machines ou Internet remet complètement en question ce qu'on appelle l'immédiateté de l'interaction et du face-à-face. L'anonymat sur Internet, par exemple, fait qu'on est beaucoup plus sauvage, violent, haineux, beaucoup plus soi-même. Les gens qui interagissent par Internet peuvent être sous certains aspects plus authentiques. On est en train de remettre en question notre vision de l'authenticité.

Au sujet de la révolution sexuelle des années 1960, vous estimez qu'elle a libéré la femme, mais que les hommes ont conservé leur domination ailleurs. En est-on encore là ? N'a-t-on pas fait des progrès rapides à l'échelle de l'histoire ?

Il est difficile de dresser un constat très clair. Je maintiens mon opinion selon laquelle il y a eu très peu de changements dans l'infrastructure du pouvoir. Sur le plan économique, le pouvoir des hommes n'a pas changé et s'est peut-être même renforcé depuis l'avènement de l'économie technologique, dont toutes les grandes boîtes sont masculines. Il faudrait examiner cela. Pour le pouvoir militaire, les hommes gardent la mainmise absolue. Politiquement, regardez la vague de populisme qui traverse le monde : elle n'est pas seulement populiste, elle est aussi et peut-être avant

tout extrêmement masculiniste. Trump, Bolsonaro, Salvini, le PiS (Pologne), ce n'est pas n'importe qui... Ce sont des gens qui veulent contrôler le corps de la femme, reconstruire la famille traditionnelle, détruite par le féminisme.

« Les femmes sont le semi-prolétariat du capitalisme »

L'évolution est beaucoup plus trouble dans le domaine culturel et dans celui des idées. Les théories féministes sont enseignées dans les universités depuis quarante ans, la sphère juridique change puisque la loi a commencé à reconnaître des catégories de crime comme le viol domestique, on essaie de culpabiliser un petit peu moins les victimes... Les femmes sont entrées dans la sphère du travail mais l'ont fait massivement soit dans des professions de « cols roses » (le « care » : infirmières, aides à domicile, etc., ndlr), soit de « cols blancs », et c'est à peu près tout. Les femmes ne doivent pas constituer plus de 10–15 % des échelons supérieurs des grandes entreprises (et ce chiffre est sans doute exagéré). Elles sont donc le semi-prolétariat du capitalisme. Elles sont en compétition avec les hommes dans les professions de classe moyenne où elles sont entrées, ce qui donne le sentiment qu'il y a eu un changement, qu'elles sont leurs égales, or elles ne le sont pas du tout. C'est en revanche suffisant pour que cela ait un impact important sur la famille. Les femmes ne veulent plus forcément faire des enfants ou s'en occuper comme avant, donc il y a là un problème pour le capitalisme, qui a besoin de main-d'œuvre. Il existe une disjonction entre la production économique, qui est l'objectif principal du capitalisme et reste dominée par les hommes, et la reproduction, dont les femmes sont les responsables. On n'a pas recréé d'autres structures qui feraient que la famille traditionnelle, qui était contrôlée par les hommes, devienne plus vivable pour les femmes.

Et quel regard portez-vous sur le mouvement #MeToo ?

MeToo a été un événement passionnant, mais il ne faut absolument pas penser que c'est le signe que tout va bien et que le progrès est là pour rester. Regardez ce qui se passe aux États-Unis, où des lois inouïes contre l'avortement ont été votées par les Parlements en Alabama ou en Géorgie. Ce sont des lois plus anti-féministes que celles en vigueur dans beaucoup de pays officiellement musulmans. Comme l'écrivait quelqu'une, de quoi s'agit-il dans #MeToo ? Il s'agit de dire : « J'aimerais bien travailler dans un endroit où mon patron ne sort pas son pénis au milieu d'une journée de travail. » Cela fait quarante ans que les féministes se battent avec énormément d'intelligence et d'intensité, et finalement pour quoi ? Pour le droit à pouvoir travailler sans qu'on nous mette une main aux fesses, aux seins, ou que le patron sorte son pénis. Cela fait plus de trente ans que la loi sur le harcèlement sexuel existe aux États-Unis, mais elle n'a jamais été vraiment mise en vigueur puisque beaucoup d'actes sont restés impunis. Les jeunes femmes sont en train de changer tout cela. #MeToo n'est pas une énorme victoire, c'est une petite victoire contre une machine masculiniste extrêmement puissante. C'est la victoire de celles qui ne veulent plus les compromis.