

Soyons optimistes !

COMPORTEMENT Philippe Gabilliet, professeur en psychologie sociale, explique l'importance d'une attitude positive

**HÉLÈNE
ROUQUETTE-VALEINS**
h.valeinsrouquette@sudouest.fr

Vous êtes originaire de Bordeaux, où vous avez fait vos études. Vous enseignez la psychologie sociale à l'ESCP Europe (1). Et vous venez de publier « Éloge de l'optimisme » (2). Qu'est-ce que c'est, pour vous, l'optimisme ?
Tout ce qui permet de mettre la réalité sous tension positive et de la défier par la recherche permanente de ce qu'il y a de meilleur en chacun de nous.

Un récent sondage BVA révélait pourtant que les Français sont très pessimistes. Plus que les Afghans et les Irakiens. Cela se discute. Le sondage faisait la distinction avec le pessimisme mouvement d'humeur. La France est tout de même le pays européen où les femmes font le plus d'enfants, où se créent le plus d'entreprises de petite taille et où le bénévolat et la vie associative sont les plus développés. En revanche, nous sommes un pays de râleurs, où les Français ne font plus confiance à ceux qui sont au-dessus. L'idée reste que nous n'avons pas le contrôle sur les choses importantes. On est fâchés avec le ciel mais pas avec le village. La France est le pays du bonheur privé. Dans une autre enquête, 19% des Français assuraient « être heureux tout le temps ».

L'optimisme peut-il se rechercher, devenir une démarche ?
C'est un trait de caractère, une op-



Philippe Gabilliet. LAURENT THEILLET

tion sociale, une démarche intellectuelle, une posture citoyenne. L'angle optimiste se traduit en trois traits : il y a forcément une solution, quelque part une issue favorable ; comptons d'abord sur nos forces existantes avant de travailler les faiblesses ; appuyons-nous sur les domaines dans lesquels nous pouvons exercer une influence.

« C'est un trait de caractère, une option sociale, une démarche intellectuelle, une posture citoyenne »

Et l'attitude contraire ?
Elle est malsaine. Quand le pessimisme se radicalise, il aboutit au cynisme, à la résignation, au renoncement. En tant que père de famille

vis-à-vis de mes enfants, que professeur envers mes étudiants, je me dois d'être optimiste. Je leur dis : « Mettez l'intelligence aux commandes. » Et, quand on me rétorque que les médias sont pleins d'informations pessimistes, je réponds qu'ils n'ont sans doute jamais vu la presse allemande ou britannique. La presse n'est pas un divertissement. C'est un élément critique de la démocratie. Mais rien ne l'empêche, au lieu de dramatiser le négatif, de dramatiser le positif, de mettre en avant ce qui marche.

Quand vous êtes devant les récentes informations, comment cela se traduit-il ?
Devant la gamine de 9 ans qui s'est suicidée ou les deux otages morts au Niger, seules comptent l'empathie et la compassion. Mais les événements de Tunisie, c'est la reprise en main d'un pays par son peuple. Le Mediator, c'est, face à la puissance de l'industrie pharmaceutique, la prise en main démocratique face au mammoth.

Que pensez-vous des pessimistes actifs ?
Ce sont des optimistes paradoxaux. Je donnerai deux citations. Voltaire : « Il est poli d'être gai. » Et Arthur-Bertrand : « Il est trop tard pour être pessimiste. »

(1) École supérieure de commerce

(2) « Éloge de l'optimisme. Quand les enthousiastes font bouger le monde », éd. Saint-Simon, 136 pages, 15 euros.