

Comprendre la consommation durable de manière collective : vers des pratiques alternatives pour satisfaire l'objectif normatif du bien-être

Orlane Moynat

L'état de nécessité dans lequel nous sommes est scientifiquement prouvé. Pourtant, la conscience de l'urgence d'agir tarde à s'imposer dans les esprits et à se traduire dans les quantités de ressources consommées. L'observation des pratiques quotidiennes, en plaçant la question du bien-être au centre de la réflexion, amène des propositions pertinentes en matière de consommation durable. Entre surinvestissement de la responsabilité individuelle et optimisme technologique, d'autres manières de comprendre la crise planétaire et d'imaginer un avenir dans la transition sont cruciales.

Les différentes crises auxquelles la société a été confrontée ces dernières années ont mis en exergue les enjeux sociaux et environnementaux visibles à toutes les échelles. Les solutions proposées face au changement climatique dans le monde sont souvent considérées comme trop peu ambitieuses et peu inclusives. Pourtant, les conséquences de la surconsommation sur le climat et la santé humaine sont prouvées, et la nécessité de modifier la manière dont nous consommons, impliquant un changement dans nos façons de vivre, est depuis longtemps préconisée. Dans l'optique de trouver des solutions, un double mythe a émergé ces dernières années¹ : celui du changement individuel et de l'optimisme technologique. Nous assistons à une surindividualisation de la responsabilité, alors qu'une vision plus collective du changement semble nécessaire. De nombreuses solutions technologiques sont mises en avant pour réduire la quantité de ressources que nous consommons, à travers des mesures d'efficacité ou le développement des énergies renouvelables par exemple. Pour rompre avec cette dichotomie individu-technologie, une autre façon d'envisager le changement est nécessaire. En partant des dynamiques de la vie quotidienne, il s'agit de considérer les individus et les technologies sous l'angle des pratiques sociales. Dans ce contexte, les moments de réflexivité sont cruciaux, vers une nouvelle façon d'imaginer la société pour le futur.

1 Fuchs et al. (2021).



Atelier participatif réalisé à Carouge dans le cadre du projet WEFEL (Wellbeing, Energy Futures and Everyday Life) dirigé par Marlyne Sahakian.

© Assises européennes de la transition énergétique

Pratiques quotidiennes de consommation et bien-vivre

Actuellement, certaines approches développées par la recherche en sciences sociales sur la consommation permettent de repenser le phénomène en prenant en compte les individus et leur diversité, tout en évitant la surindividualisation de la responsabilité. Ainsi, la consommation comprise à travers l'étude des pratiques sociales révèle « des ensembles d'actions liées entre elles et intégrées socialement et matériellement »². Les pratiques quotidiennes sont des habitudes routinières, qui ne dépendent pas uniquement de choix rationnels ou de préférences individuelles conscientes, mais sont constituées de et influencées par différents facteurs qu'il est important de considérer, tels que: les moyens matériels (ressources financières, objets, infrastructures, etc.), les compétences, connaissances et savoir-faire, les normes et règles (plus ou moins formelles), etc. La prise en compte des pratiques de consommation est centrale pour aborder les enjeux de durabilité. En effet, pour soutenir et organiser des formes de

² Sahakian (2021).

transformations collectives à long terme, il apparaît essentiel de placer la vie quotidienne des individus au centre de la discussion.

Un autre constat s'impose : l'ampleur de l'objectif de réduction de la quantité de ressources consommées est telle que les innovations technologiques et leurs mesures d'accompagnement sont considérées comme insuffisantes, notamment pour rapidement réduire les émissions et enrayer le changement climatique³. Pour cette raison, et parce que la transition énergétique est un impératif pour conserver une Terre habitable pour toutes et tous, de nouveaux discours et approches émergent en relation avec la notion de sobriété⁴. Les solutions *low-tech* ou les changements de pratiques de consommation qui engendrent moins de flux de matières devraient être envisagés au même titre que les mesures d'efficacité énergétique ou le développement des énergies renouvelables, comme des actions permettant d'imaginer la transition.

Face aux injonctions à la consommation et à la seule croissance économique comme indicateur du bien-être, la notion de sobriété tend à être perçue comme limitante pour la réalisation des désirs personnels. Il semble alors crucial de concevoir une approche nouvelle de ce qu'est le bien-être, dans laquelle le développement humain est caractérisé en termes de besoins fondamentaux. Cette conceptualisation permet de développer des réflexions autour de la notion de dividende du bien-être⁵, la capacité de vivre mieux et, ce faisant, de réduire notre impact sur l'environnement. Les théories développées autour des besoins fondamentaux font la différence entre désirs infinis et besoins, satiables, non substituables, et transgénérationnels. Cette approche est intéressante car elle « implique une norme de sobriété, plutôt que de maximisation »⁶. Les besoins sont définis comme des fins sociales universelles, distinguées des moyens utilisés pour les satisfaire, spécifiques à un contexte précis⁷. Différentes listes de besoins existent, qui sont utilisées pour aborder les enjeux écologiques et de consommation⁸. Voici par exemple une matrice des besoins humains réalisée à partir des travaux de Max-Neef :

3 Gough (2017).

4 Pour une définition de la sobriété, voir notamment les travaux de Yamina Saheb, qui définissait ainsi le terme (2021) : « a set of policy measures and daily practices which avoid the demand for energy, materials, land, water, and other natural resources, while delivering wellbeing for all within planetary boundaries ».

5 Jackson (2008).

6 Citation de Gough (2017, p. 194), traduite par Orlane Moynat.

7 Max-Neef (1991).

8 Max-Neef (1991); Di Giuio/Defila (2019).

Besoins existentiels Besoins axiologiques	ÊTRE (attributs personnels et collectifs)	AVOIR (institutions, normes, outils)	FAIRE (actions personnelles ou collectives)	INTERAGIR (espaces, atmosphères)
Subsistance	1 Être en bonne santé mentale et physique	2 Avoir un toit	3 Se nourrir, se reposer, travailler	4 Environnement de vie, environnement social
Protection	5 Être autonome, être solidaire	6 Avoir des économies/épargne	7 Aider les autres, prendre soin des autres	8 Espace de vie, logement
Affection	9 Être solidaire, respectueux-se, tolérant-e	10 Avoir des amis, une famille, des partenariats Relation avec la nature	11 Exprimer ses émotions, partager, apprécier	12 Foyer, domicile Espaces de convivialité/d'unité
Compréhension	13 Avoir une conscience critique, être curieux-se, être discipliné-e, être rationnel-le	14 Littérature, méthode, politiques éducatives, politiques de communication	15 Expérimenter/expérimentation	16 Interactions formatrices (intéressantes) Groupes, communautés
Participation	17 Adaptabilité, être solidaire, dévoué-e	18 Droits, responsabilités, devoirs, privilèges	19 S'affilier, coopérer, partager Proposer, contester, exprimer ses opinions	20 Espaces d'interaction participative Fêtes, associations, communautés, quartier/voisinage
Loisir	21 Être imaginaire, téméraire, tranquille	22 Soirées, spectacles, clubs Tranquillité, paix de l'esprit	23 Laisser place aux fantaisies, s'amuser, jouer, se relaxer	24 Avoir du temps libre
Création	25 Être passionné-e, imaginaire, audacieux-se	26 Avoir des compétences, capacités	27 Construire, concevoir, inventer, composer	28 Groupes culturels, espaces d'expression

Identité	29 Sentiment d'appartenance, estime de soi, affirmation de soi, différenciation	30 Habitudes, groupe de référence, valeurs, normes	31 S'impliquer, s'intégrer, décider	32 Cadre de vie, cadres auxquels on appartient
Liberté	33 Être autonome, ouvert-e d'esprit, audacieux-se, rebelle	34 Égalité des droits	35 Être différent-e, contester, choisir, désobéir (aux standards notamment)	36 Plasticité/ adaptabilité temporelle, spatiale

Matrice des besoins humains fondamentaux simplifiée par l'auteure sur la base des travaux de Max-Neef (1991).

Aborder les pratiques quotidiennes permet de conceptualiser la satisfaction des besoins humains, et la concrétisation de l'objectif d'un bien-être durable, compris comme « l'idée d'un espace sûr et juste pour l'humanité, vivant dans les limites planétaires et [...] fournissant un plancher décent, sûr et juste de bien-être pour tous les individus »⁹. Sahakian et Anantharaman¹⁰ montrent par exemple en quoi les espaces verts publics sont des lieux uniques de satisfaction de besoins multiples à travers la pratique de se rendre au parc : besoin de participation, d'affection, de loisir, de liberté, etc. Une étude menée auprès de personnes impliquées dans le mouvement genevois de la décroissance¹¹ a permis de développer une matrice de pratiques quotidiennes considérées par ses participant-e-s comme représentative de ce que signifie *vivre la décroissance* et répondant aux besoins humains fondamentaux. Cette recherche a mis en exergue le rôle des ressources matérielles en place, des compétences, des connaissances et des significations partagées qui peuvent être des obstacles cruciaux à vivre de manière plus sobre. La recherche met en avant des moyens alternatifs sobres de répondre à des besoins multiples, comme le fait de réduire son temps de travail ou de faire partie d'une communauté, incluant alors toutes les pratiques qui y sont liées¹². Dans ce sens, il est intéressant de considérer ces pratiques comme des alternatives pertinentes qui doivent être soutenues à différents niveaux de la société.

9 Citation de Gough (2017), p. 86, traduite par Orlane Moynat.

10 Sahakian/Anantharaman (2020).

11 Moynat (2022).

12 Ndlr : Ces deux mesures permettent de répondre à un grand nombre de besoins pour différentes raisons, qu'il serait long de détailler ici. D'autres moyens ont été discutés au cours de l'étude. Un article détaillé est en cours sur ce sujet.

Bien-être et réflexivité

Afin de développer des moyens alternatifs et durables pour répondre aux besoins fondamentaux des individus, certains moments de réflexivité apparaissent comme des opportunités pour expérimenter et penser le changement. En relation avec les interrogations sur la croissance et la consommation, Wallenborn et Wilhite¹³ décrivent des « expériences non planifiées » ou « accidentelles », évoquant « la manière dont le blocage des pratiques habituelles force l'expérimentation et peut conduire à la réévaluation et au changement ». Dans une étude sur l'impact du Covid-19 sur les pratiques sociales et la conception du bien-être¹⁴, la pandémie, en tant qu'« expérience non planifiée », a représenté à certains égards¹⁵ un moment propice de réflexion sur nos modes de consommation alors perturbés. À travers le concept de *lockdown practices*, qui décrit les pratiques quotidiennes ayant été réévaluées, modifiées, renouvelées ou nouvellement établies pendant le confinement, la recherche a mis en exergue le développement de nouveaux discours et d'une nouvelle normalité autour de ce que l'on considère essentiel à notre bien-être – notamment les relations. La récente crise énergétique représente un autre exemple d'expérience non planifiée pouvant constituer une fenêtre d'opportunités pour reconsidérer notre bien-être et nos pratiques de consommation. Ce sujet est en cours d'étude, mais des schémas peuvent déjà être mis en avant, notamment le développement de nouvelles normes autour des besoins, du confort et des habitudes de consommation.

Si les événements non planifiés peuvent représenter des moments de réflexivité pertinents dans l'imagination du changement vers des pratiques alternatives, ces réflexions ont souvent lieu individuellement et peinent à atteindre des sphères plus collectives de la société. Sahakian fait valoir que « les individus peuvent travailler avec les équipes de recherche pour comprendre une situation donnée grâce à une réflexivité accrue, et imaginer et mettre en œuvre les changements nécessaires »¹⁶. Dans ce contexte, il semble intéressant de considérer les discussions collectives et le débat comme expériences planifiées, ou non, qui permettent de nourrir les réflexions sur l'imagination d'une société en transition. Dans ce sens, et avec l'objectif de mieux comprendre le lien entre futurs énergétiques, pratiques quotidiennes et bien-vivre, le projet WEFEL (Well-being, Energy Futures and Everyday Life) mené à l'Université de Genève et dirigé par Marlyne Sahakian engage les citoyen·ne·s suisses dans des discussions

13 Wallenborn/Wilhite (2013).

14 Moynat et al. (2022).

15 Et cela sans omettre aucunement les aspects tragiques et pénibles de la crise sanitaire.

16 Sahakian (2021), p. 31.

participatives. Les échanges ont jusqu'ici amené les participant-e-s à réfléchir à des pratiques moins énergivores qui répondent aux besoins fondamentaux qu'elles ou ils considèrent comme les plus importants, de concevoir de nouvelles définitions des objectifs de vie dans le futur en relation avec les besoins et les exigences de réduction de la consommation, et d'avoir une meilleure compréhension du lien entre les moyens alternatifs d'atteindre le bien-être et les manières de les soutenir, notamment au niveau collectif.

Penser la société avec l'objectif normatif du bien-être

Lorsque l'on aborde la question de la transition vers un monde plus durable, différents aspects de la consommation et de ses impacts peuvent être débattus. Conceptualiser le bien-être durable en lien avec les pratiques quotidiennes représente une manière pertinente d'imaginer la réduction de la consommation. Cela permet en outre de considérer des décisions collectives en relation avec nos modes de production et de consommation à l'avenir.

L'approche par les pratiques quotidiennes permet d'aborder aussi bien les innovations technologiques à mettre en œuvre que les mesures de sobriété pertinentes pour atteindre les objectifs fixés. D'autre part, penser le bien-être à travers les besoins humains permet de définir de manière objective ce dont les individus ont besoin pour vivre une bonne vie, même si des considérations plus subjectives doivent également être prises en compte¹⁷. Enfin, la notion de besoins permet d'imaginer des fins sociales atteignables grâce à des moyens qui dépendent du contexte. Ces divers moyens peuvent être plus ou moins durables et mis en œuvre à différents moments. Ces moments, planifiés ou non, peuvent représenter des fenêtres d'opportunités pour innover socialement et collectivement en imaginant des pratiques alternatives durables vers l'objectif normatif du bien-être.

Considérer le bien-être en lien avec les pratiques quotidiennes permet ainsi d'imaginer la transition, les pratiques individuelles étant idéalement soutenues grâce à des formes plus collectives de changement. Dans cette optique, puisque différentes pratiques peuvent satisfaire un même besoin, on peut se demander :

17 Voir à ce sujet notamment : Sahakian, et al. (2023).

1) *Quelles pratiques alternatives durables pourraient répondre aux besoins identifiés? et*

2) *Quels changements sont nécessaires au niveau collectif pour soutenir le développement de ces pratiques?*

Si ces deux niveaux spécifiques d'action, abordés ensemble, semblent intéressants pour tendre vers l'objectif normatif d'un bien-être durable, certaines questions restent à clarifier. Par exemple: *De quoi avons-nous vraiment besoin? Jusqu'à quels seuils les besoins fondamentaux doivent-ils être satisfaits? Ou encore: Quelles pratiques sont durables, lesquelles ne le sont pas?* Les réponses à ces questions auront nécessairement une dimension très normative. Il est donc crucial de pousser la réflexion et d'être critique sur la façon de définir le bien-être et le bien-vivre en lien avec la consommation. Pour imaginer des changements à long terme qui soient durables, inclusifs et justes, il semble indispensable de discuter de ces enjeux collectivement et d'impliquer les citoyen-ne-s et habitant-e-s dans les discussions autour du changement, pour un futur qui permettrait à toutes et tous de répondre à ses besoins fondamentaux, tout en limitant l'impact sur la planète.

Références

Di Giulio, Antonietta et Rico Defila (2019): The «good life» and Protected Needs, in: Kalfagianni, Agni et al. (éd.): Routledge Handbook of Global Sustainability Governance, London, pp. 100-114.

Fuchs, Doris et al. (2021): Consumption Corridors: Living a Good Life within Sustainable Limits, London.
<https://doi.org/10.4324/9780367748746>

Gough, Ian (2017): Heat, Greed and Human Need: Climate Change, Capitalism and Sustainable Wellbeing, Cheltenham.

Jackson, Tim (2008): Where is the «wellbeing dividend»? Nature, structure and consumption inequalities, in: Local Environment 13,8, pp. 703-723.
<https://doi.org/10.1080/13549830802475625>

Moynat, Orlane (2022): Sufficiency and wellbeing: a study of degrowth practices in the Geneva and Vaud area, in: *Sociograph* 59, Genève.

Moynat, Orlane, Johannes Volden et Marlyne Sahakian (2022): How do COVID-19 lockdown practices relate to sustainable well-being? Lessons from Oslo and Geneva, in: *Sustainability: Science, Practice and Policy* 18,1, pp. 309-324.

<https://doi.org/10.1080/15487733.2022.2051350>

Max-Neef, Manfred A., Antonio Elizalde et Martín Hopenhayn (1991): *Human Scale Development: Conception, Application and Further Reflections*, New York.

Sahakian, Marlyne (2021): Sustainable Consumption and Social Change: A Social Practice Approach, in: *Bulletin de l'Académie suisse des sciences humaines et sociales* 28,2, pp. 29-33.

<https://doi.org/10.5281/zenodo.5113464>

Sahakian, Marlyne et Manisha Anantharaman (2020): What space for public parks in sustainable consumption corridors? Conceptual reflections on need satisfaction through social practices, in: *Sustainability: Science, Practice and Policy* 16,1, pp. 128-142.

Sahakian, Marlyne et al. (2023): How social practices inform the future as method: Describing personas in an energy transition while engaging with teleoaffectivities, in: *Futures* 148, 103133.

<https://doi.org/10.1016/j.futures.2023.103133>

Wilhite, Harold et Grégoire Wallenborn (2013): Articulating the Body in the Theorizing of Consumption, in: *ECEE Summer Study Proceedings*, Stockholm, pp. 2221-2228.

L'auteure



Doctorante et assistante de recherche à l'institut de recherches sociologiques de l'Université de Genève, Orlane Moynat est spécialisée en sociologie de la consommation et de la durabilité. Après une recherche de master sur l'impact des pratiques décroissantes sur le bien-être, elle travaille désormais sur une thèse de doctorat traitant de la réduction de la consommation en lien avec le bien-être, plus spécifiquement en relation avec les futurs énergétiques, dans le cadre d'un projet financé par l'Office fédéral de l'énergie.

DOI

<https://doi.org/10.5281/zenodo.8147565>

Zusammenfassung

Die Notwendigkeit, den Ressourcenverbrauch zu reduzieren, erfordert ein Umdenken in der Art und Weise, wie wir produzieren und konsumieren. Zwischen der Überindividualisierung der Verantwortung und dem Glauben an technologische Lösungen als einzige Lösung zeichnen sich alternative Wege in eine nachhaltigere Zukunft ab. Im Bereich des Konsums kann die Beobachtung der individuellen Alltagspraktiken neuartige Wege aufzeigen. Wenn man das normative Ziel eines nachhaltig guten Lebens und die menschlichen Grundbedürfnisse in den Mittelpunkt der Überlegungen stellt, scheint es möglich zu sein, kollektivere und gerechtere Visionen für den Wandel hin zu Konsummustern zu entwickeln, die den Erfordernissen der Nachhaltigkeitstransformation besser gerecht werden. In diesem Zusammenhang führen unvorhergesehene Erfahrungen, wie die Covid-19-Pandemie oder die Energiekrise, zu neuen Vorstellungen darüber, was ein gutes Leben ausmacht und welche alternativen Wege zu nachhaltigem Wohlergehen denkbar sind.