



POURQUOI AVONS-NOUS TANT BESOIN D'EXPERTS?

Cosmétiques, santé,
finances, travail...
Aujourd'hui, rien ne se
décide, rien ne se fait
sans l'aval des experts.

Sommes-nous
incapables de décider
par nous-mêmes?

• PAR GUILLAUME JOUSSET

✿ Les Grecs consultaient les oracles, les Amérindiens, leurs Anciens, nos parents allaient interroger le grand-père du village. Aujourd'hui, au moindre tracas, on file chez son psy, son *coach*, son astrologue, son entraîneur, son homéopathe, sa diététicienne... C'est un réflexe humain, presque une preuve d'intelligence: on a toujours cherché l'avis d'autrui, histoire d'avoir toutes les cartes en main avant de prendre une décision et d'éviter l'erreur fatale. On n'improvise plus. Et pourquoi compter sur son «gros bon sens»? Après tout, les experts sont là pour nous aider.

Homo specialisus

D'ailleurs, des professionnels du conseil, il y en a pour tous les goûts: depuis la décoration de la chambre du petit dernier jusqu'aux méthodes pour «décompresser», en passant par les trucs pour arriver à la prochaine réunion de travail avec un moral d'acier et des réflexes de tueuse. Il n'est pas de domaine où l'avis d'un spécialiste ne soit requis, même dans nos chasses gardées, comme le shopping ou notre emploi du temps. Le magasinage efficace et de bon goût se fait avec des *coachs* spécialisés qui inventent pour nous un look de star; notre emploi du temps est rationalisé par un «entraî-

neur de vie» et nos activités sportives sont encadrées comme celles d'une athlète olympique. On ne peut leur échapper, même sous la couette: abreuvée des bons conseils des sexologues et thérapeutes, chaque jeune femme possède plus de techniques que toutes les courtisanes du XIX^e siècle réunies.

En plus, cette masse d'information est facilement accessible, grâce à Internet et aux médias. Ainsi, on prend des habitudes: on ne met plus le nez dans un bar sans récapituler mentalement les conseils de son *coach* de séduction; on demande à son psy si on doit changer de chum...

Leurs mots contre nos maux

La société est aussi complexe qu'inquiétante. Du boulot à la vie perso, c'est le règne de la compétitivité: il faut être la meilleure, réussir à tout prix au risque de passer pour une perdante. Et l'apparence est reine, comme le rappelle la styliste personnelle Nadine Joannette: «On dit souvent que la mode est très superficielle, mais il faut avouer que la première impression est très importante.»

Les experts sont rassurants, car on peut se reposer sur leur jugement: ils savent de quoi ils parlent, non? «Jamais nous n'avons été aussi riches et nos besoins si comblés, dit Nicolas Sarrasin, *coach* et auteur de *Qui suis-je? Redécouvrir son identité*. Les gens peuvent se consacrer entièrement à la réalisation de soi, mais là aussi, on est jugé. Regardez l'essor de la psychologie populaire, elle traduit bien cette quête de sens, pervertie par la société de consommation et ses standards. Les gens ne s'appuient plus comme avant sur la religion. Ils cherchent d'autres moyens d'avoir des réponses, d'autres guides pour leur montrer le chemin de l'épanouissement.» Quant à Isabelle Perras, vice-présidente et directrice générale d'Optimum Relations publiques, du Groupe Cossette Communication, elle nous rappelle que ça ne date pas d'hier: «C'est loin d'être un phénomène nouveau, car c'est naturel de vouloir valider ses choix. Aujourd'hui, nous sommes bombardés d'informations et nous cherchons les moyens de faire le tri. On agissait exactement de la même manière lorsqu'on allait chercher des conseils auprès de sa famille ou des anciens.»

Le problème provient surtout du fait que l'on manque de sens critique, c'est l'une des raisons qui explique que l'on s'attache autant à l'avis d'experts. On s'en remet à eux pour faire le tri. «La clé, c'est la confiance en soi, c'est elle qui nous permet de ne pas être à la remorque de l'opinion d'autrui, souligne Nicolas Sarrasin. Quant aux *coachs* et aux spécialistes, c'est une question de déontologie: leur but doit être d'accompagner, jamais de décider à la place des gens, sinon ils deviennent des gourous.»

Quand l'expert se perd

Un conseil est toujours bon à prendre. Mais en a-t-on vraiment besoin? «Il faut comprendre que les spécialistes sont avant tout des pédagogues, des vulgarisateurs, dit



Isabelle Perras. Il faut les utiliser à bon escient et sûrement pas à toutes les sauces. Mais le consommateur est très intelligent, il est capable de déceler le niveau de crédibilité d'un spécialiste et de détecter d'éventuelles dérives.» Car l'expert n'est pas dépositaire de la parole divine, il peut se tromper. Lors de l'accident nucléaire de Tchernobyl, des experts s'étaient succédé pour affirmer que le nuage radioactif s'était arrêté aux frontières de certains pays...

Les pseudo-experts pullulent, souvent moins préoccupés par notre bien-être que par leur portefeuille. S'il s'agit de ne pas faire l'autruche devant les problèmes auxquels on fait face ou les décisions à prendre, il ne faudrait pas oublier que notre vie nous appartient. Alors, reprenons le contrôle, et n'abdiquons pas devant les diktats d'une tendance. Surtout que tous les experts du monde ne pourront jamais nous donner la confiance en soi. Même revêtues d'un sac de pommes de terre, certaines brillent mille fois plus que d'autres après d'interminables séances de «relooking» et de stretching... On a raison de rester à l'écoute du monde, mais c'est à nous de décider si les conseils d'un nutritionniste sont vraiment plus pertinents que ceux de nos voisins de table. Et si on revenait au bon sens et à la simplicité? L'experte de notre vie, finalement, c'est nous!

CES DOMAINES OÙ ILS FONT LA LOI

✽ **Les loisirs:** Avons-nous déjà essayé d'acheter un livre au hasard ou d'aller voir un film parce que l'affiche nous plaisait? La plupart du temps, nous consultons les critiques. Ils recommandent quoi voir, quoi lire. Mais leurs goûts ne sont pas forcément les nôtres, sans parler de la connivence qui existe dans le monde de la culture et des intérêts financiers. Il vaut mieux se fier au bouche à oreille, à notre instinct. En cas d'erreur, on aura au moins la satisfaction de savoir que c'est notre faute au lieu de pester contre le malheureux critique.