



CAFÉ CITOYEN L'USURE DU POUVOIR... CONTINUER OU SE RETIRER?

COMPTE-RENDU DES ÉCHANGES

22 avril 2026



Chaire sur la démocratie,
le vivre-ensemble
et les valeurs communes
au Québec

INM / INSTITUT DU
NOUVEAU MONDE /

inm.qc.ca

Crédits

Analyse et rédaction

Dominique Lametti / Médiatrice scientifique, Chaire de recherche sur la démocratie, le vivre-ensemble et les valeurs communes au Québec

Équipe de projet

Chantal Bayard / Chargée de cours et doctorante en communication sociale à l'Université du Québec à Trois-Rivières

Christopher Beaulieu / Doctorant en science politique à l'Université Laval; Coordonnateur, Chaire de recherche sur la démocratie, le vivre-ensemble et les valeurs communes au Québec

Éric Bélanger / Professeur titulaire en science politique à l'Université McGill; Co-titulaire de la Chaire de recherche sur la démocratie, le vivre-ensemble et les valeurs communes au Québec

Malorie Flon / Directrice générale, INM

Annie Fréchette / Chargée de projet, INM

Lili Jacob / Chargée de projet, contenus et publications, INM

Mireille Lalancette / Professeure titulaire en communication politique à l'Université du Québec à Trois-Rivières; Co-titulaire de la Chaire de recherche sur la démocratie, le vivre-ensemble et les valeurs communes au Québec

Dominique Lametti / Médiatrice scientifique, Chaire de recherche sur la démocratie, le vivre-ensemble et les valeurs communes au Québec

Sandra Larochelle / Chargée de projet senior, contenus et publications, INM

Pascale Navarro / Journaliste, autrice et conférencière, et doctorante en communication sociale à l'Université du Québec à Trois-Rivières

Teresa Pian / Doctorante en science politique à l'Université McGill

Julie Salvador Alonso / Chercheuse étudiante, détentrice d'une maîtrise en communication politique de l'Université du Québec à Trois-Rivières

Julianne Vandal / Chargée de projet, INM

À propos de l'INM

L'INM est une organisation indépendante et non partisane qui a pour ambition d'accroître la participation des citoyennes et des citoyens à la vie démocratique.

L'action de l'INM a pour effet d'encourager la participation citoyenne et de contribuer au développement des compétences civiques, au renforcement du lien social et à la valorisation des institutions démocratiques.

L'équipe de l'INM est animée par la conviction que la participation citoyenne renforce la démocratie.

Pour nous joindre

5605, avenue de Gaspé, bur. 404
Montréal (Québec) H2T 2A4

Téléphone : 1 877 934-5999

Télécopieur : 514 934-6330

Courriel : inm@inm.qc.ca

www.inm.qc.ca

À propos de la Chaire de recherche sur la démocratie, le vivre-ensemble et les valeurs communes au Québec

Lancée en janvier 2025, la Chaire de recherche sur la démocratie, le vivre-ensemble et les valeurs communes étudie des enjeux contemporains liés à la participation politique démocratique, à la numérisation de la société et aux différentes visions du monde au Québec.

Elle vise à mobiliser les savoirs, favoriser le dialogue entre citoyen·nes, chercheur·es et décideur·euses publics et encourager l'engagement sociopolitique de la population québécoise.

Table des matières

PRÉSENTATION DU CAFÉ CITOYEN	5
Mise en contexte	5
CONSTATS GÉNÉRAUX	6
RÉPONSES AUX QUESTIONS DISCUTÉES	7
Question 1 : Est-ce que l'usure du pouvoir est inévitable en politique ? Pourquoi ?	7
1.1 Réponse citoyenne	7
1.2 Réponse des ex-élu-es	8
Question 2 : La population est-elle trop exigeante envers les personnes élues ?	8
2.1 Réponse citoyenne	8
2.2 Réponse des ex-élu-es	9
Question 3 : Est-ce que vous pensez qu'il y aurait des actions possibles pour éviter cette usure du pouvoir? Pour préserver et nourrir l'engagement et la confiance citoyenne?	9
Pistes proposées	9
En bref	10

Pour citer ce document

INM. « Café citoyen, L'usure du pouvoir : continuer ou se retirer ». Montréal, 22 avril 2026.
www.inm.qc.ca/cafe-citoyen.



PRÉSENTATION DU CAFÉ CITOYEN

Mise en contexte

Organisé par l'Institut du Nouveau Monde, en collaboration avec la Chaire de recherche sur la démocratie, le vivre-ensemble et les valeurs communes au Québec, cet événement proposait une formule participative qui plaçait la parole citoyenne au cœur de la réflexion. Dès le début de l'événement, les participant·es ont été invité·es à partager, en tables rondes animées, leurs perceptions, leurs attentes et leurs questionnements face à l'exercice du pouvoir et à ses effets sur le lien qu'ils entretiennent avec leurs élu·es. L'usure du pouvoir est-elle inévitable ? La population est-elle trop exigeante envers les personnes élues ?

À partir de ces échanges, trois ex-élu·es, Alicia Despins, Ghislain Picard et Alain Rayes, ont réagi aux constats et aux réflexions exprimés, en s'appuyant sur leur expérience vécue de l'exercice du pouvoir. Ils et elles ont été invité·es à écouter, à partager et à mettre en mots ce qui faisait écho — ou non — à leur parcours.

Enfin, des chercheur·es de la Chaire de recherche sur la démocratie, le vivre-ensemble et les valeurs communes au Québec, Emmanuel Choquette et Mireille Lalancette, ont porté un regard de mise en perspective, en reliant les propos citoyens et les témoignages d'ex-élu·es aux connaissances issues de la recherche. Cette lecture a permis de mieux distinguer ce qui relevait des individus, des rôles politiques et des structures démocratiques, et a ouvert des pistes de réflexion pour l'avenir.

Ce compte-rendu fait état des discussions ayant eu lieu aux différentes tables citoyennes lors de cet événement.



CONSTATS GÉNÉRAUX

Les cercles de discussion citoyens ont d'abord révélé que la définition de l'usure du pouvoir cause des débats :

« L'usure du pouvoir » n'est pas toujours clairement définie : elle dépend de la représentation que l'on se fait du pouvoir et des attentes qu'on a envers les acteurs sociopolitiques (élu·es, citoyen·nes, institutions, etc.).

Deux réalités différentes ont été identifiées (du côté de l'offre et de la demande) :

- L'usure vécue par les politicien·nes :
 - Liée aux attentes élevées et aux responsabilités qui leur sont attribuées ;
 - Un sentiment d'impuissance par rapport aux contraintes (budgétaires, politiques, etc.) nuisant à la réalisation de certains projets qu'ils ou elles portent à cœur.
- L'usure ressentie par les citoyen·nes :
 - Souvent liée à une impression que les personnes en politique passent du service aux citoyens vers la recherche du pouvoir/une tendance à s'accrocher au pouvoir ;
 - Aussi liée à une fatigue générale face à la politique et aux institutions politiques, perçues comme « usées ».

L'usure est souvent associée à une forme de déconnexion entre les élu·es et la population. La question devient alors : Est-ce que l'usure peut être contrée en favorisant une meilleure connexion entre la population et les élu·es ?



RÉPONSES AUX QUESTIONS DISCUTÉES

Question 1 : Est-ce que l'usure du pouvoir est inévitable en politique ? Pourquoi ?

1.1 Réponse citoyenne

L'usure du pouvoir semble inévitable, mis à part dans des cas exceptionnels.

- Le besoin de changement est vu comme normal et sain dans une démocratie.
 - Le pouvoir fonctionne en cycles : on veut l'obtenir, puis le garder.
 - Le système politique peut favoriser l'ego et certaines personnalités dominantes.
- Avec le temps :
 - Les politicien·nes peuvent s'essouffler ;
 - Les citoyen·nes deviennent plus cyniques ou impatient·es.
- Un désir de changement émerge :
 - Nouvelles idées / nouveaux visages
- Il semble y avoir une cause structurelle à l'usure du pouvoir :
 - Manque de limites (ex. : durée des mandats) ;
 - Besoin de mieux encadrer la relève ;
 - Le mode de scrutin est perçu comme un facteur aggravant.
- Le manque de limites au mandat et la faible participation entre les élections favorisent le cynisme.

Pourquoi l'usure peut parfois être évitée?

- Observation : certains élu·es durent longtemps (surtout au palier municipal).
- L'usure est moins forte si les politicien·nes :
 - Restent proches des citoyen·nes ;
 - Sont à l'écoute ;
 - S'adaptent et évoluent ;
 - Se réinventent sans paraître inauthentiques.

- Les idées peuvent survivre même si les politicien·nes changent ; les élu·es doivent savoir quand partir pour assurer la survie du programme idéologique.

Un paradoxe important :

- L'usure du pouvoir est à la fois normale, inévitable et nécessaire au changement.
- Les citoyen·nes veulent du renouveau, mais n'aiment pas toujours le changement.
- Les attentes sont parfois contradictoires :
 - o On veut que les élu·es évoluent, mais on leur reproche de changer.
 - o Les élu·es ne peuvent pas répondre à toutes les demandes en continu, ce qui contribue à une perception d'usure.

L'usure du pouvoir et l'impact des réseaux sociaux :

Les réseaux sociaux accentuent l'usure du pouvoir en exposant constamment les politicien·nes au jugement public, dans un contexte d'immédiateté et de réactions continues.

- Cette pression favorise une accélération du cynisme, de la fatigue et de la polarisation, autant chez les élu·es que chez les citoyen·nes.
- Les échanges peuvent devenir plus durs, contribuant à la déshumanisation et au harcèlement des élu·es.
- Paradoxalement, bien qu'ils offrent un accès direct aux politicien·nes, les réseaux peuvent renforcer un sentiment d'impuissance chez les citoyen·nes, puisque les changements ne sont pas instantanés.

1.2 Réponse des ex-élu·es

- Ils et elles ont ressenti la pression des médias sociaux, étant constamment scruté·es ;
- Leur travail de terrain est parfois peu visible médiatiquement ;
- Les nouvelles négatives prennent plus de place, alimentant le cynisme ;
- Ressentent la pression de se prononcer sur tous les enjeux, même hors de leurs champs de compétences ou de responsabilités.

Question 2 : La population est-elle trop exigeante envers les personnes élues ?

2.1 Réponse citoyenne

Non : les attentes sont jugées légitimes.

Compte tenu de l'ampleur de leurs responsabilités, il est normal que les élu·es soient présent·es et imputables. Les citoyen·nes s'attendent à des résultats en échange de leur confiance.

- Certains jugent que la population n'est pas assez exigeante :

- o Elle devrait se mobiliser davantage entre les élections; pour que les élu·es s'adaptent aux changements sociaux ;
- o Notamment, cette mobilisation est essentielle pour faire face à l'enjeu de représentation :
 - Il faut s'assurer que les élu·es représentent toute la population, incluant les voix marginalisées (et non seulement les citoyen·nes ayant voté pour eux).

Oui : certaines attentes sont excessives ou difficiles à gérer.

Il peut y avoir un décalage entre la complexité des enjeux et les attentes immédiates.

- Il y a un manque de compréhension du rôle des élu·es, donc les attentes sont parfois irréalistes. Il y a un besoin d'éducation citoyenne.
- Pression sur les élu·es liée aux mandats courts :
 - o Résultats rapides attendus ;
 - o Solutions à court terme privilégiées.
- Certaines attentes sont jugées excessives :
 - o Une plus grande attention est aujourd'hui portée à la vie personnelle des élu·es;
 - o Importante croissance accordée à l'image plutôt qu'aux compétences des élu·es;
- Le problème n'est pas tant le niveau d'exigence, mais plutôt que les citoyen·nes n'exigent pas toujours les bonnes choses.

2.2 Réponse des ex-élu·es

- Les exigences sont jugées trop élevées, notamment à cause des médias sociaux :
 - o Pression d'accessibilité constante et d'instantanéité ;
 - o Perte de vie privée ;
 - o Ressentent souvent un manque de reconnaissance pour leur sacrifice personnel et leur contribution ;
 - o Il y a un accent mis sur le négatif dans les médias sociaux.

Question 3 : Est-ce que vous pensez qu'il y aurait des actions possibles pour éviter cette usure du pouvoir? Pour préserver et nourrir l'engagement et la confiance citoyenne?

Pistes proposées

- Mieux outiller les citoyen·nes pour canaliser leurs émotions et faire entendre leur voix :
 - o Favoriser des espaces de dialogue ;

- o Encourager les échanges entre citoyen·nes et élu·es ;
- o Répondre au sentiment de ne pas être entendu.
- Miser sur le collectif plutôt que sur les individus en politique :
 - o Valoriser les équipes et les idées durables ;
 - o Réduire la personnalisation excessive de la politique ;
 - o Encourager davantage la collaboration entre les partis.
- Accorder une plus grande place aux expertises dans le débat public.
- Rééquilibrer l'attention politique :
 - o Moins centrée sur les élections ;
 - o Davantage axée sur les programmes et le contenu politique.
- Renforcer la transparence (notamment via les réseaux sociaux) :
 - o Communication claire et accessible ;
 - o Mieux expliquer le fonctionnement politique ;
 - o Créer un lien direct avec la population.
- Encourager l'éducation et l'engagement citoyen :
 - o Sensibiliser à la politique dès le plus jeune âge ;
 - o Mieux faire comprendre les institutions et leurs rôles ;
 - o Valoriser une participation continue (au-delà des élections) ;
 - o Développer des initiatives de vulgarisation (par exemple, faire « la petite histoire de grandes idées ») pour montrer que les avancées politiques se construisent dans le temps.
- Repenser certaines règles du système :
 - o Envisager des changements institutionnels (ex. durée des mandats) ;
 - o Considérer la réforme du mode de scrutin comme une piste prioritaire ;
 - o Voir comment encourager le travail transpartisan ;
 - o Réfléchir aux critères pour se présenter en politique.

En bref

Pour renforcer à la fois la confiance envers les élu·es et l'engagement politique, et contrer l'usure du pouvoir qui semble parfois inévitable, miser sur :

- o La création de plus de dialogue, de transparence, et d'éducation citoyenne (les réseaux sociaux pourraient être un outil intéressant pour y arriver).
- o Des ajustements au système électoral ou parlementaire (mode de scrutin, durée des mandats, travail transpartisan).