Erica Chenoweth, la règle des 3,5 % et le mouvement No Kings (Pas de Rois)

Partage international n° 449 – Février 2026

par Mitch Williams

En 2006, Erica Chenoweth, politologue à Harvard et alors encore doctorante, a participé à un séminaire d'une semaine sur la résistance non violente. À l'époque, elle était *« bien intentionnée, mais extrêmement naïve »* et considérait l'idée que des manifestations non violentes pouvaient entraîner des changements politiques majeurs, tels que le renversement d'un régime ou d'un dictateur. Mais, plus tard, elle a déclaré: *« Dans une société qui célèbre les héros du champ de bataille lors des fêtes nationales, j'ai naturellement évolué vers cette croyance que la violence et le courage ne font qu'un, et que les véritables victoires ne peuvent se faire sans effusion de sang dans les deux camps. »*

Cependant, lors de ce séminaire, elle a été abordée par Maria Stephan, qui allait bientôt devenir sa partenaire de recherches, et qui l'a mise au défi de prouver (ou de réfuter) son affirmation selon laquelle c'est principalement par la violence que des changements majeurs se produisent. Il s'avère qu'à cette époque, aucune recherche systématique détaillée n'avait jamais été menée pour déterminer si des manifestations non violentes par rapport aux luttes armées pourraient provoquer des changements de régimes politiques en profondeur.

Erica Chenoweth et Maria Stephan ont alors étudié un grand nombre de mouvements de résistance civile majeurs survenus entre 1900 et 2006, violents ou non violents, qui avaient tous pour objectif un changement complet de régime. Les résultats ont été une véritable révélation pour E. Chenoweth, car ils indiquaient que les mouvements pacifistes réussissaient deux fois plus souvent à atteindre leurs objectifs que les mouvements bellicistes. De plus, les actions non violentes attiraient en moyenne environ quatre fois plus de personnes que les actions violentes. Les effets à long terme de ces mouvements non violents étaient également plus positifs, conduisant souvent, par exemple, à des gouvernements beaucoup plus démocratiques.

E. Chenoweth a également découvert une autre tendance statistique significative dans le cadre de ses recherches. Dans tous les cas étudiés, aucun mouvement durable ayant atteint un pic de participation d'au moins 3,5 % de la population n'avait échoué à atteindre son objectif, même lorsqu'il s'agissait de s'opposer à des dictatures pratiquant une répression brutale. E. Chenoweth a appelé ce phénomène « la règle des 3,5 % ». Elle a également noté que dans tous les cas, les mouvements qui atteignaient la barre de 3,5 % étaient non violents.

Parmi les exemples cités par E. Chenoweth pour illustrer cette règle des 3,5 %, on peut retenir : la révolution du Cèdre en 2005 au Liban, qui a abouti à l'expulsion des forces syriennes et à l'élection d'un nouveau gouvernement indépendant ; la révolution chantante de 1987 à 1991, qui a restauré l'indépendance des pays balkaniques occupés par l'Union soviétique, à savoir l'Estonie, la Lettonie et la Lituanie ; et la révolution du pouvoir du peuple aux Philippines en 1986, qui a conduit au départ du puissant dictateur en place depuis longtemps Ferdinand Marcos.

En outre, de nombreux mouvements de résistance non violents atteignent leurs objectifs avec moins de 3,5 % de participation. Un exemple très récent est celui des manifestations menées par la génération Z, qui ont rassemblé plus de 100 000 personnes dans la capitale bulgare au début du mois de décembre 2025 et ont entraîné la démission du premier ministre bulgare Rosen Zhelyazkov. On estime que le succès des soulèvements non violents s'explique par diverses raisons. Ils sont plus susceptibles de faire basculer les soutiens qui permettent aux régimes autoritaires de se maintenir au pouvoir. Les forces de police sont moins enclines à recourir à la violence contre des civils non armés s'ils sont suffisamment nombreux, car les policiers ont plus de chance de compter des amis et des membres de leur famille parmi les manifestants. Ce fut le cas lors des manifestations en Serbie en 2000 : la police a refusé d'obéir aux ordres de tirer sur les manifestants.

Les manifestations non violentes sont plus ouvertes et peuvent mobiliser plus facilement un plus grand nombre de personnes que les manifestations violentes. L'approche non violente et l'augmentation

du nombre de participants permettent aux participants potentiels de se sentir plus en sécurité, et donc plus enclins à participer, qu'ils ne le seraient dans le cadre de soulèvements violents. L'influence et le pouvoir qu'exercent régulièrement ces mouvements non violents dans les domaines politiques, économiques, culturels et sociaux, ont tendance à se renforcer, entraînant des défections parmi les soutiens du pouvoir en place.

E. Chenoweth met toutefois en garde contre le fait que cette « règle » n'est pas nécessairement fiable et qu'elle pourrait ne plus s'appliquer dans tous les cas à l'avenir. (Il y a eu une ou deux exceptions depuis la publication en 2011 du livre d'Erica Chenoweth et Maria Stephan, *Why Civil Resistance Works* – non traduit.) De plus, à l'avenir le succès de ces manifestations risque d'être différent en raison de l'évolution du paysage politique, économique et technologique. Elle note que les outils technologiques tels les réseaux sociaux et les mécanismes de surveillance avancés pourraient modifier les tendances en matière d'efficacité de la résistance civile. Les régimes autoritaires auront sans doute tiré les leçons des succès des mouvements de protestation du passé et modifieront leur approche afin de neutraliser l'influence et les tentatives de la résistance civile pour susciter des défections dans les rangs des manifestants. Cela nécessitera également une modification des tactiques des mouvements de protestation afin de faciliter la poursuite des efforts de résistance.

Dans sa conférence TED de 2013 sur la règle des 3,5 %, E. Chenoweth a plaidé avec force en faveur d'un changement de notre façon de voir l'histoire, en s'appuyant sur ses conclusions concernant le pouvoir de la résistance non violente : « *Et si nos cours d'histoire mettaient l'accent sur la décennie de désobéissance civile massive qui a précédé la Déclaration d'indépendance, plutôt que sur la guerre qui a suivi ? Et si nos manuels d'histoire-géographie mettaient l'accent sur Gandhi et Martin Luther King dans le premier chapitre, plutôt que de les mentionner en passant ? Et si tous les enfants quittaient l'école primaire en en sachant plus sur le mouvement suffragiste que sur la bataille de Bunker Hill ?* »

Cette année, les manifestations No Kings (Pas de rois) aux États-Unis, qui protestaient contre les aspects autoritaires de l'administration Trump, ont été considérées par beaucoup comme une illustration concrète de la règle des 3,5 % en action. La deuxième manifestation No Kings, en octobre 2025, a rassemblé environ 7 millions de personnes à travers le pays, ce qui, selon de nombreuses estimations, en fait la plus grande manifestation de l'histoire des États-Unis. Les chiffres sont donc déjà dans la bonne fourchette et se rapprochent du seuil requis, puisque 3,5 % de la population actuelle des États-Unis représenterait environ 11 à 12 millions de personnes.



No Kings' protest, New York City, 18 0ctober 2025 (photo: Rhododendrites, Wikimedia Commons)

De nombreux participants aux rassemblements No Kings ont souligné l'atmosphère festive, presque joyeuse, qui régnait lors de ces événements. Cela représente à la fois un élément nécessaire pour aider à maintenir la nature non violente des événements, et une manifestation du sentiment d'espoir et des opportunités que suscite la participation d'un si grand nombre de personnes. Si autant de personnes se mobilisent pour le changement, celui-ci commence à être perçu comme une véritable possibilité.

Cela contraste fortement avec le désespoir que beaucoup ont ressenti face aux actions tyranniques, oppressives et antidémocratiques qui se sont multipliées de manière flagrante depuis le début du second mandat de D. Trump. Un troisième événement No Kings est actuellement envisagé pour 2026. Cela pourrait être le début de la participation durable que nécessite le changement.

Une fois encore, E. Chenoweth met en garde contre une application trop stricte de la règle des 3,5 % : « *C'est là qu'il est vraiment important de tirer les leçons de l'histoire de ces mouvements, à savoir qu'il ne s'agit généralement pas d'une seule journée de protestation. Il s'agit de construire un mouvement puissant sur le long terme.* » Elle qualifie toutefois la marge de 3,5 % de « chiffre encourageant », dans la mesure où les gens ont le sentiment qu'il est possible de se mobiliser efficacement contre un régime autoritaire. Les événements No Kings peuvent-ils, à cet égard, constituer un pas dans la bonne direction ?

E. Chenoweth conclut sa conférence TED en appelant à utiliser de manière plus réfléchie nos récentes connaissances historiques sur l'efficacité du pouvoir populaire : « *Maintenant que nous savons ce que*

nous avons appris sur la puissance de l'affrontement non violent, je considère qu'il est de notre responsabilité commune de faire passer le message, afin que les générations futures ne tombent pas dans le piège du mythe selon lequel la violence est leur seule issue. »

Etats-Unis
Date des faits : 18 octobre 2026 **Auteur** : Mitch Williams, auteur, conférencier et collaborateur de Share International. Il réside à Canton, dans l'Illinois (États-Unis)
Thématiques : politique
Rubrique : Divers