



DOSSIER | MOI D'ABORD!

Société Je dépense, donc je suis ?

QUAND ACHETER N'EST PLUS UNE SATISFACTION MAIS UNE QUÊTE INASSOUVIE, C'EST QUE L'ACTE D'ACHAT SUSCITE PLUS DE DÉSIR QUE L'OBJET LUI-MÊME QUI SONT CES FEMMES ACCROS À LA DÉPENSE, ET COMMENT L'ARGENT A-T-IL INVESTI LEUR VIE ? ENQUÊTE.

Par Fanny Bijaoui

Une société monétisée

Dans notre société d'abondance, rien de plus banal que de sortir son portefeuille pour régler ses achats. Notre vie quotidienne est faite de mille occasions de dépenser notre argent. Mais quand l'acte d'achat se fait tyrannie, il y a lieu de s'en préoccuper. Car nombreuses sont celles pour qui dépenser sans compter est une raison d'être. « Avant de juger, il faut replacer cela dans le contexte de notre société occidentale, matérialiste, à la consommation effrénée, souligne Héléne Mathieu-Venard, coach spécialisée en psychologie humaniste. Les compulsions d'achat ne se produisent pas en Inde ou dans des pays qui privilégient le développement individuel. Nous sommes conditionnés par la télévision et les injonctions subliminales de la publicité. Il y a aussi l'idée que consommer est une bonne chose. Le côté permissif joue un grand rôle, tout comme le silence autour de l'idolâtrie de l'objet. » Pour la coach, tant que l'on se fait plaisir sans mettre en péril le budget familial ou des projets importants, il n'y a pas péril en la demeure. « Mais dès que l'on n'arrive plus à avoir de contrôle sur sa consommation, c'est plus dommageable. Dans la dépense compulsive, on est dans la fuite. »



L'argent et moi

Sujet tabou – du moins en France –, l'argent reste une sphère à part. Demandez à une personne combien elle gagne et vous verrez le malaise que cela suscite. Alors évoquer sa façon de le dépenser, c'est encore une autre histoire... « Notre relation à l'argent n'est jamais neutre, indique Émilie Devienne, auteur d'un livre sur le sujet. Même ceux qui affirment n'avoir aucun problème avec l'argent soulignent ainsi qu'ils y ont déjà réfléchi. Les femmes qui dépensent leur argent sans discontinuer ressentent souvent un vide affectif. En achetant, elles pensent que ce vide sera comblé, sauf que ça ne les apaise que le temps de l'achat. » Quel que soit l'objet du désir (vêtements, sacs, nourriture...), la dépense d'argent de manière frénétique est presque toujours synonyme de manque et d'insécurité. « Ces personnes en souffrance peinent à reconnaître que leur force se trouve en elles-mêmes et non

© GETTY IMAGES



✿ Quel que soit l'objet du désir (vêtements, sacs, nourriture...), la dépense d'argent de manière frénétique est presque toujours synonyme de manque et d'insécurité.

Aux origines du mal

Mais tous les professionnels s'accordent à dire que si dépenser de l'argent cache des choses, c'est aussi une façon d'en montrer d'autres. Un comportement qui nous renvoie à nos origines sociales. « *Quelqu'un qui vient d'un milieu modeste et qui dépense beaucoup ne dira pas la même chose qu'une personne issue d'un milieu aisé et qui dépense beaucoup*, assure Virginie Megglé. *Dépenser, c'est une façon de montrer qu'on a de l'argent, et il est clair que ceux qui en disposent ont moins tendance à le montrer.* » Et la psy de rappeler que certaines femmes, par le biais de l'argent, poursuivent leur histoire d'enfance et espèrent régler les manques dont elles ont souffert.

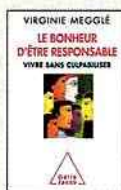
Initier le changement

Selon Hélène Mathieu-Venard, pour changer, il faut réconcilier les deux parties de sa personnalité qui s'opposent : celle qui dicte l'acte d'achat, et l'autre, plus raisonnable. « *On peut aussi identifier le moment où l'on risque de craquer et mettre en place des parades, comme faire bloquer sa carte bleue ou la limiter. Mais tant qu'il n'y a pas de décision émotionnelle profonde, rien ne se produit.* » Même conviction pour Émilie Devienne : « *L'une des stratégies consiste à accrocher sur son frigo la photo d'une chose que l'on souhaite vraiment et de se priver de plusieurs choses futiles pour pouvoir l'acheter. Ça marche !* »

dans l'illusion de la dépense », assure Hélène Mathieu-Venard. D'autant plus quand cet argent n'est pas vraiment le leur. « *Il faut toujours se poser la question : "quel argent dépense-t-on ?"*, souligne la psychanalyste Virginie Megglé. *Est-ce celui du mari, celui d'un héritage ou celui que l'on gagne soi-même. J'ai croisé des femmes qui dépensaient avec beaucoup d'aisance l'argent de leur mari, et le jour où elles ont gagné leur vie... elles ont appris à compter !* »



À lire
Avoir (enfin !)
confiance en soi,
Hélène Mathieu-Venard et Myriam Hoffmann, Leduc.s éditions, 2015, 6 €.



Le Bonheur d'être responsable.
Vivre sans culpabiliser,
Virginie Megglé,
Odile Jacob, 2014, 22,90 €.



Cigale ? Fourmi ? Les clés d'une bonne relation à l'argent. Un guide d'auto-coaching pour bien vivre avec son porte-monnaie, Émilie Devienne, InterÉditions, 2011, 16 €.