



PSYCHO | GUIDE

Peut-on être vraiment serein avec l'argent ?

S'il y a un sujet qui suscite autant de **sentiments contraires**, c'est bien lui. Entre **amour et fascination**, obsession, peur et dégoût, comment trouver le juste milieu dès lors qu'on a de quoi vivre ? PAR VANESSA KRSTIC



Argent : « nom masculin. Toute monnaie métallique ou tout papier-monnaie accepté comme numéraire. » Voici une définition bien restreinte pour un mot chargé de symboles souvent contradictoires. Qu'il rime avec sécurité, liberté, puissance, indépendance, ou conflit, injustice, poison, angoisse, il est « un écran sur lequel chacun projette son propre film », selon Christian Junod, auteur de *Ce que l'argent dit devous* (éd. Eyrolles). Projections inconscientes qui s'entremêlent, faisant le jeu d'une relation complexe. Mais pourquoi a-t-on autant de mal avec le fric, le blé, l'oseille? Premier élément de réponse: d'un côté, la morale, qui le diabolise. De l'autre, notre monde de surconsommation. Sans compter notre éducation ou nos expériences, de quoi devenir un brin clivé.

En avoir ou pas, l'obsession

Si certains ont de bonnes raisons de s'inquiéter, le contexte économique agit, sur beaucoup d'autres, comme un catalyseur d'angoisses. Même chez les plus riches. Pour la psychanalyste Marie-Claude François-Laugier*: « Dans l'imaginaire, l'argent représente l'accomplissement, la plénitude. C'est un objet rassurant après lequel on court, et certains n'en ont jamais assez car ils portent en eux un vide existentiel qu'ils tentent de combler en gagnant toujours plus. » Mais d'où vient cette carence? La psy nous propose plusieurs pistes: « Tout être humain est en état de manque. D'après la psychanalyste Mélanie Klein, l'enfant, une fois privé du sein "intarissable" de sa mère, n'a plus de rapport fusionnel avec elle, et s'en trouve carencé. Si cette rupture du lien nourricier se produit trop tôt, on gardera cette peur du manque. Mais notre rapport à l'argent dépend aussi de la façon dont nos parents ont vécu le leur. » S'ils étaient toujours à sec et

angoissés de l'être, probable que nous soyons phobiques du découvert. Ou, par loyauté inconsciente, incapables d'en gagner ou d'en garder (« L'argent ne m'aime pas! »). Un travail sur soi peut nous aider à y voir clair, mais pas seulement. L'économiste Mickaël Mangot** propose de revisiter nos pratiques de consommation: « La pression sociale et marketing fait que l'on se croit obligé d'acheter. Or, aucune loi ne nous oblige à dépenser 700 € pour le dernier smartphone! » Christian Junod, lui, mise sur l'estime de soi: « Ceux qui s'en sortent malgré la crise ont souvent développé une forme de confiance en eux et en la vie qui offre une certitude: celle que l'on fera les bonnes rencontres, que l'on trouvera toujours du soutien pour s'en sortir. » Et souvent, ça marche!

Le nerf de la guerre

Si, pour la majorité, l'argent rime avec sécurité ou confort, il inspire aussi le pouvoir. Sur les autres. « Sentiment de virilité chez l'homme,

désir de puissance ou de domination chez la femme », selon Marie-Claude François-Laugier, il permet surtout de se comparer socialement. Surtout si on le confond avec notre valeur personnelle: « Je gagne, donc je suis? Heureusement pas! D'ailleurs, « bien gagner sa vie » ne suffit pas toujours, signale Mickaël Mangot: « Si l'on s'enrichit, mais que nos amis aussi, l'effet s'annule. Nous sommes plus intéressés par l'enrichissement que par la richesse elle-même! » L'économiste nous conseille, par ailleurs, d'éviter de se comparer à des gens hors de portée: jamais, en étant assistante de direction, nous n'atteindrons le niveau de vie d'un chef de projet dans la pub. « Si c'est difficile, il est temps de travailler sur nos points de référence, poursuit-il: l'argent est un objectif "extérieur" à l'individu, alors que les objectifs intrinsèques sont ceux qui rendent le plus heureux. A chacun de trouver le sien,

Rend-il heureux? Oui, mais...

Pour 76 % des Français*, il permet de ne pas s'inquiéter pour l'avenir, de réaliser ses projets et de se faire plaisir. Mais qu'en est-il vraiment? Pour « l'économiste du bonheur » Mickaël Mangot, le bonheur

se mesure en trois dimensions: la satisfaction de la vie, le plaisir de l'instant, le bien-être psychologique. « L'argent influence la première... Plus on est riche, plus on est satisfait... jusqu'à un certain point. Car, si le

niveau de bonheur grimpe en flèche jusqu'à ce que les besoins fonctionnels soient assouvis, il tend à stagner à mesure que le salaire gonfle. Car on fantasme l'impact d'un changement à venir (l'achat d'une

maison) et qu'on s'adapte vite à ce qui accroît notre confort. C'est prouvé, l'argent rend heureux si on l'utilise pour vivre, partager des expériences et faire du bien aux autres! »
* Enquête Sociovision, 2013.



qui ne sera pas soumis à comparaison sociale. » Exceller en art floral ou s'éclater dans l'associatif... et fuir l'argent ? Les experts sont unanimes : c'est loin d'être la solution. Ceux qui le méprisent lui ont associé des projections négatives : il est sale, rend fou, sclérose le monde. Si derrière ce rejet, se cache une certaine réalité (après tout, 1% des gens les plus riches de la planète détiennent autant que 99% des plus pauvres), les phobiques du fric traînent aussi une histoire familiale où l'argent avait un rôle complexe... « Si nos parents se disputaient sans cesse à cause de lui, on pourra avoir tendance à le considérer comme un objet toxique », explique Marie-Claude François-Laugier.

L'attente de la manne

« Si je gagnais au Loto, je pourrais enfin voyager... » En attendant, on continue de passer toutes nos vacances à La Bourboule en rêvant de la Barbade, alors qu'en économisant un an, on pourrait parfaitement s'offrir les Caraïbes. Hériter, gagner au jeu ou un procès nous apparaissent parfois comme l'unique façon de faire ce que l'on aime vraiment, voire d'exprimer tout notre potentiel. « Quand on attend de l'argent qu'il nous permette d'agir, c'est finalement parce qu'il nous paralyse », analyse Marie-Claude François-Laugier. Sur-tout si l'on considère que l'argent rime avec

« action ». Attendre que notre compte en banque se remplisse tout seul, comme par magie, revient à refuser d'être acteur de sa vie. « En se cachant derrière la peur viscérale du manque, on s'autorise à ne prendre aucun risque. Il est bien plus commode de se positionner en victime. » Et d'envisager les riches, « ceux qui réussissent », comme de méchants voleurs qui nous empêchent de vivre notre vie. Un bon moyen pour éviter de se pencher sur soi-même et nos entraves. Au fond, fustiger les riches et attendre un gain miraculeux revient au même : nous déresponsabiliser. Et si l'on osait entrer en conflit avec soi-même, histoire d'affronter ses propres failles ?

A l'heure des comptes...

L'argent est souvent le terrain de véritables conflits, particulièrement au sein du couple. Il cristallise les non-dits ou les rancunes, permettant de « régler ses comptes ». Et s'il est si difficile d'en parler simplement, c'est que l'on a peur qu'il ne vienne souiller la relation. « A l'origine de ce dégoût, explique Marie-Claude François-Laugier, le lien entre l'argent et les excréments établi par Freud : les fèces (matières fécales) représentent le premier cadeau que le petit fait à ses parents, dans l'attente d'un retour d'affection. Lorsqu'il les retient, c'est une façon de s'opposer à eux et au monde. Cette rétention, comme cette expulsion, sera ensuite transférée sur l'argent. » D'où un certain plaisir ressenti à l'idée d'accumuler ou, au contraire, de dépenser. Dans le premier cas, on retient. Dans le second, on donne tout, quitte à s'oublier. Se faire rembourser 5 € ? Trop mesquin. Quémander une augmentation (méritée) ? Obscène. « Derrière cette impossibilité à récupérer ce qui nous est réellement dû se cache un sentiment de culpabilité vécu dans l'enfance, reprend la psy. Se saboter devient une façon de "se racheter". Pourtant, il suffirait de se réhabiliter grâce à une thérapie, en récupérant de l'estime de soi. » Au final, quelle serait l'attitude idéale avec l'argent ? D'après les experts, il ne faudrait ni l'aimer ni le détester. Ressentir pour lui une sorte de neutralité tranquille. Le considérer comme un moyen et non une fin en soi. Pas évident, mais essayer ne coûte rien ! ☺

* Auteure de « Comment régler ses comptes avec l'argent ? », éditions Payot. ** Auteur de « Heureux comme Crésus ? Leçons inattendues d'économie du bonheur », éditions Eyrolles.

«Ceux qui s'en sortent malgré la crise ont souvent développé un sentiment de confiance en eux et en la vie avec une certitude : que l'on fera les bonnes rencontres, que l'on trouvera toujours du soutien.»

Ce qu'ils en pensent



«L'argent est un nuisible !»

Je me considère comme généreuse. Etre la plus riche du cimetière ne m'intéresse pas, je préfère en faire profiter les autres. Je suis du genre à donner tous mes tickets resto aux SDF ou à prêter de l'argent à des proches, quitte à me faire avoir. C'est le rapport des autres à l'argent qui me dérange. Trop souvent, le fric engendre de mauvais raisonnements, des valeurs corrompues, des situations malsaines, des divisions entre les gens. Du coup, il me met mal à l'aise. Quand j'avais ma société, j'avais énormément de mal à négocier avec mes clients, voire à me faire payer. Sur-tout par ceux avec qui je m'entendais bien ! J'avais peur que cela ne fausse les relations. Finalement, je n'aime pas trop l'argent.

Alexandra, 38 ans

«Il ne me pose pas de problème»

Pour moi, c'est d'abord et avant tout un moyen d'être autonome, une espèce d'accessoire que l'on doit bien utiliser : en économisant pour assurer ses arrières (surtout pas dans l'idée d'amasser pour amasser) et en le dépensant pour le plaisir... Comme je suis très structuré, je maintiens un équilibre aussi rassurant que nécessaire. Du coup, manquer d'argent n'est pas une obsession, même si on n'est jamais vraiment à l'abri... sur-tout par les temps qui courent. Je regrette qu'il soit si mal utilisé dans notre société. Il devrait être représenté par la valeur travail et dépendre de l'effort et du temps dédié à celui-ci, autant que possible.

Florent, 40 ans