

LE DEVOIR

Le Devoir

Santé, samedi 28 septembre 2002, p. B6

Les drogués du magasinage

La dépendance aux achats compulsifs est-elle une maladie incurable qui peut seulement être freinée ?

Quintal, Vanessa
Agence Science-Pressé

Murielle se précipite dans une boutique de vêtements. Elle remarque une magnifique robe et s'en empare immédiatement. Sans même l'essayer, elle se rend à la caisse. L'attente lui paraît une éternité. Au moment de payer, Murielle ressent un immense soulagement, un plaisir si intense qu'il en devient physique. Comme d'autres se *shootent* à l'héroïne ou sont alcooliques, certains sont des accros du magasinage.

"*J'aime, j'achète* ", tel est le slogan des magasins La Baie. Une expression qui traduit bien notre société de surconsommation. Qu'on en ait besoin ou pas, l'important est de posséder. Et puis, aujourd'hui, acheter est si facile, même plus besoin d'argent : "*Achetez maintenant, payez plus tard.* " L'obsolescence planifiée des modes et des produits crée chez le consommateur le besoin d'acheter en permanence, même s'il faut pour cela qu'il s'endette. La publicité s'insinue jusque dans les toilettes et vient influencer, parfois même dicter, nos rêves, nos désirs, nos modèles.

Même s'il n'y a pas consensus sur la définition de la surconsommation, on peut tout de même s'entendre sur quelques points, résume Huguette Courtemanche, psychologue travaillant avec des consommateurs compulsifs.

D'abord, toutes les études s'entendent sur la faible estime de soi des consommateurs. La pulsion inconsidérée à l'achat devient une façon de recouvrer la confiance perdue et d'apaiser ses souffrances. Cependant, après l'acte d'achat euphorisant, les consommateurs sont envahis par la culpabilité.

Murielle était folle de produits de beauté et de parfums. Mal dans sa peau, elle aimait l'image que le reflet de ces objets lui renvoyait. Elle dit avoir vécu sous l'adage " Je consomme, donc je suis ". Elle avait beau gérer d'une main de maître des budgets faramineux pour son travail, le sien était, lui, dans un piètre état.

Marie-Louise, quant à elle, achetait principalement de la nourriture en quantité éléphantinesque, dont les trois quarts aboutissaient à la poubelle. Élevée par une famille pauvre, sa mère avait pour devise : "*Mieux vaut faire envie que pitié.* " **Chercher les causes**

La dépendance au magasinage n'est pas à prendre à la légère : problèmes financiers pouvant aller jusqu'à la faillite, problèmes conjugaux, divorce, suicide La vie de Marie-Louise fut jonchée de consolidations de dettes, d'enlacements, d'emprunts jusqu'à ce que la banque décide de fermer son compte. Prise de panique, elle se rua à l'Association coopérative d'économie familiale (ACEF) afin d'y suivre un cours sur le budget. "*Tout cela était de la mécanique, mon problème était, lui, personnel.* "

Des chercheurs s'intéressent au phénomène de la surconsommation depuis les années 80. Aux États-Unis, le groupe d'entraide Debtors Anonymous est né au même moment. Au début des années 90, les deux ACEF, celle de l'Est et celle du Sud-Ouest de Montréal, commencent à s'y intéresser. En 1994, l'ACEF de l'Est publie un document intitulé *Magasiner : une nouvelle dépendance*. On y retrouve entre autres les propos d'Huguette Courtemanche.

On a toujours de bonnes excuses : pour Lucie, les achats étaient surtout pour ses enfants. Selon elle, la dépendance au magasinage est une maladie incurable, comme l'alcoolisme, qui peut être seulement freinée. Ainsi, en mai dernier, parallèlement aux efforts entrepris par les ACEF, un groupe de Debtors Anonymous a vu le jour à Montréal, suivant les traces du grand frère américain. Les DA respectent la formule des AA (Alcooliques anonymes : parrainage, cheminement en douze étapes, etc.).

Il semblerait que le problème soit plus féminin. Même si Mme Courtemanche reçoit aussi des hommes en consultation, la majorité de ses clients aux prises avec un problème de surconsommation sont des femmes. Aux États-Unis, le groupe DA est composé à 75 % de femmes. Par contre, l'hypothèse selon laquelle les femmes seraient plus portées à reconnaître leur problème et à chercher de l'aide est plausible.

Un sondage CROP réalisé en 1989 auprès des 15-24 ans, révèle que " *l'acte de consommer est à ce point gratifiant que l'achat comme tel passe avant l'utilité du produit* ". Un autre sondage affirme qu'aux États-Unis, 93 % des adolescentes déclarent avoir pour activité favorite le magasinage. Selon **Gérard Duhaime**, professeur de sociologie au département de consommation de l'Université Laval, la surconsommation pourrait connaître une recrudescence, puisque les jeunes générations ont évolué dans la société de consommation et ont peu, ou pas, de recul face au mirage de l'abondance.

Murielle est aujourd'hui en rémission. Elle n'a plus de carte de crédit, elle est toujours accompagnée lorsqu'elle magasine et n'achète jamais du premier coup. De plus, elle participe activement au mouvement de simplicité volontaire. Ce courant social de plus en plus populaire regroupe des gens qui ont choisi de simplifier leur existence en cherchant des alternatives à la société de consommation, et pour qui le bonheur n'est pas tributaire du pouvoir d'achat.

La plupart d'entre nous sommes de temps à autre soumis à des achats impulsifs. Rappelez-vous cette paire de souliers achetée alors que vous n'aviez pas le moral, ou alors ce gadget complètement inutile. Dans tous les cas, l'achat sert à rehausser l'estime personnelle. En ce sens, nous sommes peut-être tous plus ou moins des consommateurs compulsifs, tout est question de proportion.

Les noms des consommatrices compulsives ont été modifiés afin de préserver leur anonymat. - Debtors Anonymous : Tél: (514) 933-7662 ; les rencontres ont lieu au CLSC Saint-Henri, au 3833, rue Notre-Dame, Tél: (514) 933-7541, www.debtorsanonymous.org

- ACEF de l'Est de Montréal : Tél: (514) 257-6622, 5955, rue de Marseille H1N 1K6, www.consommateur.qc.ca/acefest/2.html

- Le Réseau québécois pour la simplicité volontaire : www.simplicitevolontaire.org

© **2002 Le Devoir. Tous droits réservés.**

Numéro de document : news-20020928-LE-0051

PUBLI-C news-20020928-LE-0051

Ce certificat est émis à **Abonné** à des fins de visualisation personnelle et temporaire.

Date d'émission : **2013-01-18**

Le présent document est protégé par les lois et conventions internationales sur le droit d'auteur et son utilisation est régie par ces lois et conventions.