

Jean Beaujouan
jean.beaujouan@free.fr
Tel : 01 42 23 18 58

Groupes de parole sur l'argent (GPA) : les enseignements d'une expérience

1. Présentation

Définition : dans un groupe de parole sur l'argent (GPA), des personnes en situation de fragilité financière et psychique plus ou moins grande se réunissent à périodicité régulière pour parler librement de leur relation à l'argent. Elles le font à l'initiative d'une institution et sous la conduite d'un animateur.

Le présent texte a pour objet :

- De présenter une expérience de GPA qui a eu lieu en 2007 dans le cadre d'une association ayant pour objet d'accueillir et d'accompagner des personnes psychologiquement et socialement fragiles
- D'en tirer quelques commentaires, notamment méthodologiques, concernant la création et la conduite de tels groupes dans des contextes variables.

La mise en place de tels groupes de paroles semble une des réponses adaptées pour aider les personnes fragiles face à la montée du surendettement et de l'exclusion bancaire : ces phénomènes invalidants et douloureux sont en effet le produit des excès de la société publicitaire de consommation de masse mais aussi, dans certains cas, des conduites déraisonnables ou de la grande fragilité psychique et économique des personnes qui en sont victimes. L'effet de prise de conscience qui en résulte, et le sentiment de ne plus être seul pour affronter les difficultés financières, contribuent souvent à l'instauration de conduites plus prévoyantes et plus responsables en ce qui concerne les affaires d'argent.

2. Description de l'expérience

2.1. Information liminaire

Le GPA avait été présenté aux futurs participants par une affichette comportant le texte suivant :

« Certaines personnes entretiennent des relations difficiles avec l'argent. Dans ce groupe de parole « L'argent et nous », nous nous proposons :

- *De reconnaître et de comprendre quels types de difficultés nous rencontrons avec l'argent*
- *De rencontrer d'autres personnes vivant les mêmes difficultés, avec lesquelles nous pouvons échanger nos préoccupations et interrogations sur notre relation à l'argent*

- *De mieux comprendre où s'enracinent nos difficultés sociales et psychiques face à l'argent*
- *D'expérimenter de nouveaux comportements plus simples et plus sains à l'égard de l'argent.*

*Participation financière : entre 8 € et 30 €, selon vos moyens.
Adhésion nécessaire à l'Association.*

2.2. Participation

Au cours des cinq premières séances, le nombre de participants a été de 3 à 5. Le nombre de présences pour chaque participant a été de : 5 pour 1, 4 pour 2, 2 pour 2, 1 pour 2. Répartition : 4 femmes et 3 hommes. Répartition en participations : F : 14 ; H : 5.

2.3. Les thèmes des prises de parole

- Pratiques descriptives de l'argent : ex : « il me reste 160 € pour terminer le mois » ou « j'ai prêté ma carte bancaire à un copain »
- Réflexion sur la pratique personnelle de l'argent : ex : « On ne parlait pas d'argent dans ma famille » ; « je ne sais pas bien recevoir » ; « j'ai besoin d'apprendre à lâcher prise » ; « mon père était alcoolique, il se détruisait avec l'argent utilisé à acheter l'alcool, il ne pensait pas à nous, cela me révoltait » ; « suis-je coupable ? je dois m'attaquer à mes problèmes avec l'argent » ; « j'ai fait des dettes parce que je partageais ma vie avec des amis plus riches que moi, c'est une conduite d'échec » ; « l'argent est lié à mes rapports avec Maman » ; « je m'empoisonne la vie avec l'argent » ; « il faut que je lâche avec l'argent » ; « mes parents ne voulaient pas que je sois indépendante financièrement » ; « je m'accorde peu de valeur, je m'accorde peu d'argent »
- Réflexion sur l'argent : « l'argent, c'est sale » ; « pour avoir de l'argent, il faut travailler » ; « sans argent, on n'a rien, on n'est rien »
- Expression des émotions : « je me suis sentie soulagée après la dernière séance » ; « avoir des dettes, c'est lié à une dette affective » (pleurs) ; « Je ne me sens pas bien ; Je ressens de l'angoisse, dans la poitrine » ; « je me sens révolté par le mot argent, j'ai un sentiment d'injustice entre ceux qui en ont et ceux qui n'en ont pas »
- Expression de débats intérieurs par rapport à l'argent : « J'ai décidé de débloquer une somme d'argent sur mes comptes d'épargne. C'était important de le faire. Mais je n'ai pas encore décidé de l'emploi que j'en ferai » ;
- Discussion sur le paiement de la participation aux frais : « je ne pourrai pas payer la participation » ; « je paierai les 10 €, mais seulement à la fin de la séance ; d'habitude, j'aurais payé en début de séance, pour être débarrassée »
- Expression à propos de la participation au groupe : « je n'ai pas bien vécu la dernière séance ; c'était douloureux ; mais j'ai décidé de revenir » ; « le travail dans le groupe réveille beaucoup de choses affectives » ; « ai-je ma place dans le groupe ? Le groupe me fait peur »
- Discours politico-sociologique sur le monde, sur l'injustice sociale, sur l'exclusion etc.

2.4. Quelques problématiques identifiées chez les participants

- Difficulté à dire non
- Difficulté à recevoir
- « Anorexie financière », besoin de tout contrôler, difficulté à dépenser, liée à la difficulté à s'autoriser à exister pour soi, et à la difficulté à se faire plaisir
- Manque de confiance en soi, mésestime de sa propre valeur, difficulté à se « vendre », difficulté à se faire payer pour son travail
- Difficulté à se prendre en charge, immaturité, besoin d'être pris en charge par l'Etat-Papa
- Dépenses compulsives. Argent plaisir, notamment de substitution au tabac et à l'alcool
- Compulsion à ne pas avoir d'argent, objet présenté comme non investi affectivement
- Difficulté à évaluer et prendre au sérieux ses besoins
- Difficultés à gérer l'argent, à vérifier, à tenir un budget (recettes et dépenses)
- Difficultés avec la banque, présentée comme complexe et non digne de confiance
- Peur d'être abandonné, manque de sécurité psychique.

2.5. Les effets

- Certains participants sont présents à toutes les séances ou presque : un travail durable semble se mettre en place (« J'arriverai à comprendre cela, à condition que vous ne m'abandonniez pas, et que le groupe continue »)
- Souvent ce travail est le complément d'un travail thérapeutique préexistant, parfois il active ou facilite le démarrage d'un nouveau travail thérapeutique (« je suis enfin prête à travailler sur le corps et les émotions »)
- D'autres font une séance ou deux et disparaissent
- Expression et prise de conscience des comportements à l'égard de l'argent, et des liens entre ces comportements et une problématique personnelle (« après la dernière séance, je me suis sentie soulagée, je venais de comprendre pourquoi je n'ai jamais d'argent » ; « j'ai du mal à recevoir/j'ai reçu beaucoup de coups étant enfant »)
- Expression et prise de conscience des « lois » de l'argent (ex : pour avoir de l'argent, il faut travailler ; pour y voir clair dans son budget, il faut marquer ses recettes et ses dépenses ; gagner de l'argent par son travail est un moyen d'autonomie, recevoir de l'argent de l'Etat, c'est une posture enfantine et immature ; « si je paie la séance 10 €, c'est honnête, ça me fait plaisir, c'est un échange » ; « choisir ce que je paie, c'est me mettre devant mes responsabilités » ; l'argent est un paravent qui cache des choses plus lourdes)
- Transformation des conduites
 - Une participante commence à s'autoriser à dépenser pour refaire de la peinture et pour passer son permis de conduire, et considère que c'est un plaisir et un progrès de le faire
 - Une autre commence à écrire à propos de ses pratiques de l'argent.

3. Quelques commentaires

3.1. Le texte de présentation du GPA

- Il formule une offre et chacun le rédigera à sa manière. L'important est qu'il soit clair et en phase avec le projet de l'animateur et de l'institution
- Dans le cas de cette expérience, l'offre avait une connotation assez psychologique, voire psychothérapeutique, puisqu'elle proposait à son lecteur de « reconnaître » certaines difficultés, d'« échanger » avec les autres participants, de « comprendre » l'origine de ces difficultés, et enfin « d'expérimenter de nouveaux comportements » à l'égard de l'argent. On pourrait imaginer une offre qui se limiterait, au moins formellement, à simplement exprimer et échanger des expériences ou des questionnements à propos de l'argent : l'offre formelle serait différente (et cela est important) mais on peut penser que la pratique serait assez proche...

3.2. La participation payante au groupe

- Inviter les participants à payer entre 8 et 30 € semble une règle utile, qui présente plusieurs avantages
 - écarter les « touristes »
 - inciter les participants à travailler, ou au moins à s'exprimer, sur l'argent et sur leur relation à l'argent
 - leur permettre de s'acquitter vis-à-vis des organisateurs (animateurs et institution) : leur travail sur l'argent se fait dans un cadre dans lequel ils ne sont pas des assistés, mais des personnes qui achètent et paient un service
- Peut-être un plancher plus bas de la fourchette, de l'ordre de 5 €, serait-il plus judicieux. Dans la réalité, une des participantes pour laquelle cela était justifié a été autorisée à payer une somme symbolique (un euro).
- Le prix de la participation au GPA est à comparer au coût d'une séance de psychothérapie, mais à évaluer également en fonction de la modestie des revenus des participants
- Il n'y a jamais eu de débat, et encore moins de contestation à propos du prix de la séance. Un tel débat ou une telle contestation n'aurait d'ailleurs été nullement déplacé et aurait au contraire pu se révéler fructueux

3.3. Les missions de l'animateur (ou des animateurs)

Elles sont multiples :

- Offrir aux participants une opportunité pour travailler sur leur relation à l'argent
- Créer pour eux un cadre « méthodologique » de travail, notamment
 - en distribuant la parole équitablement entre chaque participant
 - en recentrant la parole sur le thème annoncé de la relation à l'argent (face à la tentation de « s'égarer », de partir dans des débats généraux etc.)
- Assurer la sécurité psychique de celui qui a la parole, servir d'« enveloppe psychique », notamment
 - en interdisant aux autres participants de le contredire, ou de l'agresser

- en l'autorisant à exprimer des émotions intenses ou des paroles intimes ou douloureuses
- Ecouter les participants, les inviter à s'exprimer, à aller un peu plus loin
- Resituer leur problématique dans le contexte socio-économique contemporain
- Encourager et guider leur travail personnel pendant la réunion, et entre les réunions
- Donner quelques éclairages psychologiques pour aider la personne qui parle à mieux comprendre sa propre histoire, et à s'en distancier

3.4. Quelques enseignements méthodologiques

- Un « outil » nous a semblé pertinent : celui d'inviter en fin de séance chaque participant à faire, jusqu'à la séance suivante, un travail spécifique en relation avec l'argent ou avec ses pratiques de l'argent. Par exemple : « inscrire ses dépenses sur un carnet », ou « être attentif à tel ou tel comportement par rapport à l'argent », ou encore « clarifier avec un proche tel ou tel point qui concerne l'argent, du type : qui possède quoi ? Ou : qui doit légitimement payer quoi ? Ou encore : qui doit combien à qui ? etc. » Suggérer que ce soit eux, plutôt que les animateurs, qui définissent ce travail à réaliser entre deux séances. La prise de parole à la séance suivante s'ouvrira naturellement sur ce qui s'est passé autour de ce travail dans l'interséances.
- Pour qu'un travail se fasse, il suffit, en général, d'inviter les participants à s'exprimer sur l'argent et leur relation à l'argent, notamment par des questions, des silences, des relances discrètes. Laisser des temps de silence s'installer est souvent propice à des surgissements très riches... !
- Interpréter leurs paroles me semble souvent inutile, voire contreproductif. Il convient donc de ne le faire qu'avec une grande prudence. La société actuelle est sursaturée d'interprétations psychologisantes trop souvent « primaires ». L'animateur préférera utilement un centrage sur des questions apparemment plus appropriées et plus concrètes du type : que se passe-t-il vraiment ici et maintenant ? Comment ressens-tu cela ? Qu'en penses-tu ? Que peux-tu en faire ?
Pour les participants, le fait de parler de leur relation à l'argent est déjà un travail d'une grande intensité, et d'ailleurs ils font preuve d'une grande capacité d'autoanalyse... Inutile donc d'interpréter à tout moment... !
- Formuler et faire respecter impérativement cette règle : lorsqu'il prend la parole, chaque participant parle pour lui, parle de ses propres comportements, préoccupations, affects, interrogations à l'égard de l'argent. Il ne commente pas ce que l'interlocuteur précédent a dit, et en particulier il ne porte pas de jugement sur le travail ou la parole d'autrui. Ce point est essentiel :
 - pour préserver la sécurité psychique de chaque participant lorsqu'il parle. Celui-ci ne doit pas être envahi, contredit, commenté. Il a d'abord besoin d'être écouté, respecté, entendu
 - pour éviter que le groupe de parole devienne un débat, un forum dans lequel chacun émet des opinions généralement contradictoires, alors que les

participants ont d'abord de pouvoir libérer leur parole singulière pour exprimer leur histoire, leur problématique, leur recherche elles aussi singulières.

3.5. Bilan global

- Le dispositif semble fonctionner
- Le nombre optimal de participants me semble être de cinq à six. On peut certainement faire travailler des groupes jusqu'à une dizaine de participants, mais dans des conditions moins confortables pour chacun, participants et animateurs.
- La durée des séances (deux heures), semble convenir. Le dispositif pourrait éventuellement fonctionner sur une durée légèrement plus courte (1H30), mais allonger cette durée serait inutile
- Les participants, y compris ceux qui semblent psychiquement les plus fragiles, ont montré un niveau de réflexion ou de conscience et une capacité à s'exprimer élevés
- Même s'il a des effets thérapeutiques ou au moins des effets de transformation sur les participants, le groupe de parole ne devrait pas être présenté comme un dispositif thérapeutique. A moins d'être animé de manière pérenne par un psychothérapeute professionnel
- Que faire de l'argent payé par les participants ? Doit-il être remis à l'institution organisatrice ? Utilisé pour payer les animateurs ? Doit-il être conservé par le groupe pour des utilisations que celui-ci déciderait lui-même au cours des séances, sous le contrôle des animateurs ? La réponse à ces questions peut être apportée par l'institution organisatrice en lien avec les animateurs. Mais elle pourrait également faire l'objet d'un débat au sein du groupe de parole (sur une durée limitée, ce type de débat ne constituant pas l'essence d'un GPA...).