

La contribution des psychologues à la lutte contre la pauvreté



Par
Rose-Marie Charest
M. A., PRÉSIDENTE

Au cours des derniers mois, nous avons été témoins d'un débat sur la méthode de calcul la plus pertinente pour établir le seuil de la pauvreté et le budget requis pour assurer le minimum vital à un individu, chacun y allant de sa définition de la pauvreté. Le premier ministre du Québec a, de son côté, nommé une ministre déléguée à la Lutte à la pauvreté et à l'exclusion, faisant de cette lutte sa priorité. Le dernier budget, présenté à l'Assemblée nationale par M^{me} Marois en mars dernier, consacrait son premier chapitre à « Une offensive majeure contre la pauvreté et l'exclusion » et annonçait « de nouvelles initiatives totalisant 300 millions de dollars sur trois ans pour mener ce combat avec encore plus de succès ». Il existe donc une volonté bien affirmée de définir la pauvreté et de la combattre.

Avons-nous quelque chose à dire, nous psychologues, sur cette question, ou devons-nous laisser la parole à nos collègues des sciences économiques, politiques et sociales? Autrement dit, la pauvreté est-elle aussi influencée par des composantes psychologiques? Je crois que oui, et de plus d'une manière. Certains facteurs psychologiques sont responsables de la pauvreté, et la pauvreté a des conséquences psychologiques qui se perpétuent à travers les générations. Une analyse psychologique contribuerait à mieux comprendre le problème et à rendre plus efficace la recherche de solutions.

Tous ne sont pas pauvres pour les mêmes raisons. Comprendre la situation des groupes particuliers, voire des individus, est essentiel si l'on veut les aider à s'en sortir plutôt que strictement leur permettre de survivre. Le manque de motivation est souvent désigné comme étant l'un des facteurs responsables de la pauvreté. Or, comment explique-t-on le manque de motivation d'une personne? Plusieurs facteurs affectent la motivation : la dépression, certains troubles anxieux, les difficultés relationnelles, le manque d'estime de soi, la méfiance envers les autres. On sait à quel point toutes ces conditions peuvent être aggravées par la pauvreté et l'exclusion. Participer à des activités telles que se chercher un travail, occuper un emploi, gérer son budget, néces-

site plus que de la volonté : il faut pouvoir agir. Pouvoir agir parce qu'on sait quoi faire et comment le faire. Pouvoir agir sans être paralysé par la peur, parce qu'on croit être capable de le faire. Dans bien des cas, cela exige qu'on nous ait aidé... à pouvoir.

Nos actions pour contrer la pauvreté dépendront de notre façon de la définir et de comprendre la dynamique en jeu. Nous limiterons-nous à établir le coût minimal du panier de consommation en concluant que si les personnes savent bien l'administrer, elles pourront joindre les deux bouts? Toute personne ayant la moindre expérience de la gestion sait pourtant bien qu'il faut beaucoup plus de talent pour administrer un budget en période de pénurie. Il en va de même pour les exigences d'ordre psychologique. Les défis intellectuels et affectifs sont plus grands lorsque les ressources matérielles sont insuffisantes et encore davantage lorsqu'elles ont des conséquences sur nos proches... S'il est difficile d'annoncer des restrictions budgétaires au sein d'une organisation, il l'est encore plus d'annoncer à un enfant qu'il ne peut participer à une activité parascolaire parce que le budget familial ne le permet pas.

Le manque d'argent est source de frustrations quotidiennes. Or, l'accumulation de frustrations participe au découragement, au désir de fuir, d'être soulagé, ne serait-ce que pour un moment. Il est donc facile de comprendre que celui qui reçoit un peu d'argent au début du mois soit tenté de rechercher un soulagement temporaire en effectuant un achat pas tout à fait raisonnable plutôt que de gérer son budget de façon disciplinée en ne se permettant jamais rien de superflu. L'individu « déraisonnable » en paiera le prix, bien entendu, incluant le jugement porté sur lui. Il serait davantage aidé si on reconnaissait avec lui les frustrations inhérentes à sa condition et si on l'aidait à les surmonter et à effectuer des choix constructifs.

Comment définir ce qui est nécessaire à une personne pour qu'elle puisse non seulement survivre mais vivre et participer à la société? Je salue l'utilisation par le gouvernement québécois de l'expression « pauvreté et exclusion » plutôt que « pauvreté » seulement. Car là réside le cœur du problème; la pauvreté engendre l'exclusion et l'exclusion, la pauvreté. Rappelons la grille de Maslow, encore couramment utilisée en psychologie pour parler des besoins de l'être humain de façon générale : besoins physiologiques, besoins de sécurité, d'appartenance, d'estime de soi et des autres et, finalement, le besoin d'auto-actualisation ou de réalisation de son potentiel...

Paradoxalement, c'est le travail qui permet de répondre à plusieurs de ces besoins... et la satisfaction minimale de ces besoins est nécessaire au bon fonctionnement d'un individu au travail. Un programme de réintégration au travail ne peut donc se limiter à offrir de meilleures conditions financières : son succès dépend de l'aide offerte à l'individu pour lui permettre d'acquérir non seulement les compétences mais les comportements, attitudes et modes de communication appropriés au travail, ainsi qu'une dose minimale de confiance en lui et en les autres. Ainsi une bonne compréhension de l'ensemble de sa réalité et une intervention efficace où cette réalité sera considérée peuvent constituer le coup de pouce qui fera la différence entre l'échec et le succès du projet de réinsertion.

Qu'est-il possible de faire, à titre de psychologues, pour participer à ces solutions? Bien entendu, nous devons poursuivre nos actions pour que la population à faible revenu puisse, elle aussi, avoir accès à nos services, que ce soit dans les hôpitaux, les CLSC ou les organismes communautaires. Plusieurs intervenants communautaires souhaiteraient pouvoir recourir à l'expertise des psychologues dans l'exercice de leurs fonctions. Les compétences des psychologues pourraient ainsi avoir un effet multiplicateur.

Nous devons continuer à sensibiliser le gouvernement, ceux qui ont le pouvoir d'élaborer les politiques comme ceux qui les mettent en application, à l'importance d'une analyse psychologique des facteurs en cause. Comme nous l'avons vu, des facteurs psychologiques sont susceptibles d'être responsables de ce qui peut paraître, à première vue, comme un manque de motivation, d'organisation, voire de volonté de s'en sortir, toutes des perceptions fort dommageables pour l'individu en cause.

Si le gouvernement souhaite réellement lutter contre la pauvreté, il prêtera une oreille attentive à toutes les pistes de solution. À nous d'apporter notre contribution. Pour ce sujet comme pour d'autres, il me fera plaisir de me faire votre porte-parole et j'accueillerai avec grand intérêt toute analyse ou solution que vous me communiquerez.

Le public a besoin de notre expertise pour que les personnes qui souffrent reçoivent une aide adéquate, pour que la souffrance ne soit pas jugée comme un défaut et pour que la personne pauvre ait une chance réelle de satisfaire ses besoins fondamentaux.

Vos commentaires sur cet éditorial sont les bienvenus : presidence@ordrepsy.qc.ca