

## La classe moyenne face à la crise : changer la vie ? Non, changer de vie !

En 25 ans, les Français de la classe moyenne sont passés du rêve contenu dans le slogan "Changer la vie" à une réalité grise : celle d'un changement de vie contraint. Deuxième partie de notre série consacrée à la classe moyenne (2/4).

Avec Véronique Langlois et Xavier Charpentier

**A (re)lire sur ce sujet : [La classe moyenne face à la crise : "voir petit" une réalité déprimante mais bien installée](#)**

En 25 ans, ces Français des classes moyennes sont passés du rêve qu'encapsulait le slogan "Changer la vie" à une réalité grise : celle d'un changement de vie contraint. Car au final, l'impact de la crise du pouvoir d'achat sur leur quotidien se traduit bel et bien par un changement de vie, une véritable mutation qui s'exprime dans trois dimensions : les habitudes de consommation, la culture, la philosophie de vie.

### NOUVELLE CONSOMMATION

La transformation des habitudes de consommation s'articule autour de l'institutionnalisation des comportements de restriction, des comportements de recherche de promotion, des comportements de substitution.

#### La restriction comme normalité

C'est évidemment le comportement le plus répandu et le plus systématisé : aucun participant à ce blog n'y échappe, dans les témoignages recueillis. Absolument tous les domaines de la vie sont concernés. Du plus basique au plus sophistiqué :

**Le confort domestique** : "Les solutions sont simples et pas forcément pénibles. Prendre des douches à la place des bains, baisser la température de la chaudière pour que l'eau chaude dure plus longtemps, moins arroser le jardin."

**L'alimentaire** : "Je continue à partir en vacances mais moins longtemps, nous allons moins au resto, nous mangeons moins de viande, vive les salades de riz."

**Les vacances** : "Nous aussi, c'est principalement le budget vacances qui a été amputé, plus question de partir autrement qu'en camping, et nos trois semaines habituelles se sont muées en 10 jours, avec zéro resto ! Je m'estime déjà heureuse de pouvoir encore partir en vacances, ce qui n'est déjà plus le cas de beaucoup de Français !"

**Les loisirs** : "Nous n'allons plus très souvent au resto même type burger ou alors avec des tickets resto, nous n'allons plus non plus dans les parcs d'attraction que nous adorons pourtant et les vacances c'est maintenant tous les 2 ans."

**L'apparence et le soin de soi** : "Le coiffeur juste une fois par an, pas de maquillage, peu d'achats vestimentaires (juste quand c'est en soldes) etc... !!!"

**La culture** : "Je suis passionné de bandes dessinées. Il y a encore quelques années, j'en achetais régulièrement, sur coup de cœur. Aujourd'hui, je n'en achète plus car quand je suis devant le rayon, je me demande si c'est vraiment utile, si je peux m'en passer, si je ne devrais pas prendre autre chose qui durerait plus longtemps... Et bien sûr la réponse tombe : j'en prendrai plus tard. Je me rabats alors sur le rayon livre de poche. Snif..."

#### Enfin, dans l'économie de restriction, un domaine a une place particulière : l'énergie.

C'est l'apparition d'une nouvelle donne énergétique de tous les jours. Alors que le budget énergie annuel moyen d'un ménage français s'élève en 2012 à 2 900€ (dont 1 600€ pour l'énergie domestique), et que **3,8 millions de ménages sont en situation de précarité énergétique**, soit environ 8 millions de personnes, on perçoit dans les récits de vie postés ici une nouvelle réalité : ce qui est rare, donc cher, peut être indispensable au quotidien et demande donc une complète réévaluation des valeurs et des pratiques.

Cette réévaluation implique d'abord de savoir choyer les nouvelles matières précieuses : l'essence, le gaz, l'électricité... Et d'adapter tous ses comportements à cette nouvelle donne qui s'impose à ceux qui habitent souvent loin des centres villes et sont tenus de prendre leur propre voiture pour aller travailler. Tout mettre en œuvre pour obtenir un seul résultat : garder le coût de l'énergie sous contrôle.

---

## Par le covoiturage...

"La hausse des carburants a modifié notre comportement considérablement! Plus de sorties sur un coup de tête, davantage de covoiturage et difficile quand on a la plus âgée qui doit faire ses km pour la conduite accompagnée..."

Par la diminution / suppression des trajets...

"La dernière fois que nous avons renoncé à quelque chose, c'est au mois de mai. Un copain d'enfance de mon mari fêtait ses 40 ans. Malheureusement, il habite loin maintenant et nous n'avons pas pu y aller car nous n'avions pas le budget pour payer l'essence. Nous avons regardé les prix du train et c'est encore pire !"

"Pour nous, cela a été la communion du neveu : 900 km de distance ce n'était pas possible, que ce soit par le train ou par la voiture, on aurait mis des mois à s'en remettre..."

## Par une discipline "écologique-économique"...

"Au niveau des économies d'énergie, je ne me prive pas de chauffage, je suis beaucoup trop frileuse. Par contre nous sommes très vigilants sur l'extinction des lumières lorsque nous ne sommes pas dans une pièce, le fait de ne pas laisser les appareils en veille, utiliser des ampoules économiques, réduire la température d'un degré et ajouter un vêtement un peu plus chaud, toutes ces petites choses qui diminuent la facture. J'ai également installé un récupérateur d'eau de pluie dans mon petit jardin."

**Par un nouveau venu qui fait irruption de façon marquante dans la conversation : le chauffage au bois** représentant une économie financière en contrepartie d'une dépense énergétique humaine importante (la gestion du bois : couper, stocker, alimenter...).

"Pour l'énergie nous chauffons électrique et l'hiver dernier nous avons acheté un poêle à bois. Nos consommations électriques ont beaucoup diminué."

"Mon dernier investissement aura été un poêle à bois et au final, après déduction du prix du stère, une économie de plus de 200 euros de gaz. Investissement remboursé en trois ans, donc vraiment rentable pour ceux qui le peuvent et tellement plus agréable ! Reste maintenant à trouver le stère moins cher (...). En cherchant bien on trouve toujours une solution car elles existent."

## De la Nouvelle Economie aux nouvelles économies

**Deuxième dimension du changement de mode de vie : la recherche institutionnalisée dans tous les canaux, des "bons plans"**. Ce qui veut dire, littéralement, la mise en place d'une discipline de fer. La répétition, tous les jours, d'efforts qui, à la longue, coûtent. La consommation-plaisir est toujours revendiquée par une majorité des participants ; simplement, elle est pratiquée par des consommateurs-marathoniens.

Dans le fonctionnement de cette consommation-marathon, un nouvel acteur prépondérant : Internet, qui assume dans leur discours un rôle clair de leader culturel. **L'achat "bon plan" sur Internet devient le nouveau référentiel pour tout achat et dans la relation à l'ensemble de la distribution.** Avec ce point en cohérence avec l'idée de consommation- marathon : si Internet est précieux à leurs yeux, ce n'est pas en tant que réservoir de nouveautés ou moyen de s'adonner à une consommation plus facile et plus agréable. Mais plutôt comme un moyen d'accéder malgré tout, en maximisant le ROI des efforts fournis, à un univers de consommation qui leur est autrement refusé. Des témoignages qui viennent corroborer et donner vie à une réalité par ailleurs mesurée quantitativement, puisque **51% des Français (69% des jeunes parents) déclarent y passer beaucoup de temps pour dénicher les bonnes affaires** – dénicher les bonnes affaires pouvant aussi être, pour nos participants, systématiser des techniques de "création de promotion" à travers une utilisation très spécifique des moteurs de recherche :

"Lorsque je fais des commandes de vêtements sur Internet avant de valider je tape systématiquement dans google 'code de réduction (avec le nom du site marchand)' et je tombe sur des sites qui répertorient tous les codes promo la plupart du temps ça fonctionne (-10, -20%) ce n'est pas négligeable."

Internet est évidemment par ailleurs systématiquement utilisé pour des fonctions plus classiques : comparaison de prix, limitations des besoins avec l'achat sur liste et l'articulation avec la pratique du drive, calculs. Le seul objectif poursuivi, à tout le moins l'objectif majeur, étant toujours de faire des économies.

"Je me sers d'Internet pour me faciliter la vie, pour faire des économies. Je calcule tout. Internet est devenu l'élément essentiel de notre foyer pour les divertissements, les achats du quotidien, les dépenses de loisir."

"Je fais mes courses alimentaires sur Internet et je trouve que l'on dépense moins car nous sommes au plus près de nos besoins, on peut vraiment vérifier dans nos placards et nos réserves quel produit nous manque réellement."

---

## Les comportements de substitution : à défaut de faire des folies, faire comme si...

Plus surprenant, l'apparition dans ces récits de vie d'un nouveau type de comportement **les comportements de substitution. Ceux qui consistent, consciemment, à remplacer un certain type de plaisir devenu au sens propre du terme inabordable, par un plaisir qui va lui être comparable, qui va l'imiter dans ses moyens et l'égaliser au final dans son résultat. Mais pour beaucoup moins cher...** Par exemple en restant à la maison en faisant comme si – en allant quelquefois très loin dans l'imitation...

"Nous, de notre côté, on tente de choisir les vrais plaisirs, on fait donc des choix et c'est essentiellement les restos qui ont diminué au profit des bons repas type resto à la maison (comme un jeu avec cartes et tout) du coup on joue en cuisinant et en décorant, c'est rigolo à faire et c'est devenu un rituel, du coup on part plus en week-end et en voyage."

## NOUVELLE CULTURE

Mais, changer de vie, ce n'est pas seulement changer de comportements de consommation. C'est aussi changer de culture vis-à-vis de la consommation. Passer à autre chose. Adopter de nouveaux référentiels qui changent la donne, qui déplacent les lignes de ce qui est souhaitable, acceptable, désirable.

## Le système D et le non-marchand comme nouveaux référentiels

Changer la donne, d'abord, en ce qui concerne l'acceptabilité du système D. Non seulement le champ de ce qui est légitimement concerné par la "débrouille" et le "Do It Yourself" s'étend. Mais **cette culture de la débrouille tend à devenir hégémonique. Elle s'impose comme une nouvelle norme** à l'aune de laquelle la société de consommation traditionnelle et ce qu'elle propose apparaissent de plus en plus souvent comme superflus, voire indécents.

"J'ai une machine à pain et je fais pratiquement tout mon pain maison ainsi que les brioches et les pains de mie, les confitures sont faites maison, on a la sodastream et nous n'achetons plus de sodas et d'eau pétillante."

"J'achète énormément de produits en discount, je commence à me mettre à la couture, raccommode les vêtements, on colle les chaussures au maximum pour ne pas avoir à en changer trop souvent et pour les enfants, ils se passent les vêtements, on n'achète que le nécessaire."

**La culture de la débrouille c'est aussi celle de la revente:** une tendance émergente il y a 4 ans apparaît maintenant comme une pratique installée – comme si une "consommation grise", à base de deals interpersonnels et de circuits marchands parallèles, s'était mise en place.

"Comme tout le monde hélas la vie a terriblement augmenté, alors on fait des économies, je fais de la vente sur internet ce qui me permet par exemple de pouvoir continuer à acheter des livres... J'achète, je lis et puis je revends même si ce n'est que moitié prix, c'est toujours ça... Bref on se débrouille pour gagner quelques centimes par-ci par-là qui se transforment en euros. Hélas à la fin du mois on est quand même à découvert, mais on réussit à limiter la casse..."

"Cela fait quelques années que j'utilise le site du bon coin pour revendre des trucs dont je n'ai plus besoin et désormais le site étant très connu, on arrive facilement à trouver à proximité de chez soi pour acheter ou vendre."

## La RGPB des classes moyennes

Changer la donne, c'est aussi adopter ce que l'on pourrait appeler la Révision Générale des Politiques Budgétaires. C'est-à-dire une stratégie consciente et très exigeante de **mise en examen permanente de certains domaines de la consommation**. Ou la transformation de chacun en véritable directeur des achats capable d'imaginer et de mettre en œuvre des process de réduction de coûts et de sélection des fournisseurs.

Avec des domaines de prédilection : tous ceux dans lesquels il y a des contrats à disséquer et de la négociation à mener, notamment l'assurance, la banque, la santé avec les mutuelles, les télécommunications bien sûr.

Une méthode décrite en détail par certains, reposant sur une remise à plat régulière des contrats, et une mise en concurrence systématique pour aller au mieux offrant. Et séduisante aux yeux de ceux qui ne l'ont pas encore mise en œuvre – à bon entendeur, salut...

"Chaque année, je revois nos produits d'assurances (voiture, habitation, mutuelle), et profite des offres (type 1 mois offert) si possible, et je négocie nos cotisations banque... Ce sont quand même des économies considérables, la concurrence est là."

"Internet, les assurances auto, habitation, le fournisseur gaz/électricité, je fais la chasse aux dépenses inutiles, car souvent par manque d'intérêt, de connaissance ou de temps on paie un service plus cher qu'on ne le devrait. Cela demande un peu

---

de temps mais les économies peuvent être importantes."

## NOUVELLE PHILOSOPHIE DE VIE

Enfin, "changer de vie", c'est changer de regard sur la vie, très profondément pour certains. Adopter une nouvelle attitude par rapport au présent, plus dure et plus méfiante. Adopter une nouvelle attitude par rapport à l'avenir et aux changements que la vie implique, plus angoissée, aussi.

### La vie aux aguets

La nouvelle attitude vis-à-vis de la vie présente, c'est celle des aguets. Être perpétuellement en éveil, en hypervigilance, pour "ne pas se faire avoir", pour rester dans les clous, dans la maîtrise. Très peu de place pour la fantaisie, la gratuité, le coup de cœur, le lâcher-prise dans cette philosophie de vie. Vivre aux aguets, c'est utiliser un certain vocabulaire, quand on parle de son quotidien. "Guetter", "traquer", "dénicher", "peser le pour et le contre", "garder la raison", "s'organiser"...

"Il faut guetter mais certaines enseignes comme Leclerc ou Cora ont des journées à prix coûtant sur les carburants, c'est toujours ça de gagné, la dernière fois c'était 4 euros en bons d'achat en magasin par tranche de 30 euros d'essence, 8 euros pour un plein c'est bon à prendre !"

"J'utilise de plus en plus de coupons de réductions des sites (Nestlé, Envie de bien manger, TF1 conso, Groupon) mais aussi je surfe sur radins.com à l'affût des bons filons."

### Quand les cycles de vie n'ont plus le même sens...

Enfin, **changer de philosophie de vie, c'est changer de regard sur les changements de vie. Notamment l'arrivée d'un enfant ou son évolution vers l'âge adulte.** Avec une évidence pour tous ceux qui sont confrontés à cette situation et qui échangent sur le blog : les cycles de vie se succèdent plus difficilement.

Ce qui est normalement synonyme d'évolution positive devient synonyme de nouveau problème à gérer, à tout le moins d'arbitrage nouveau à exercer. Souvent douloureusement, dans une perspective à la fois positive et sacrificielle. **Un bébé qui naît, un fils ou une fille qui entre à l'université, cela reste bien sûr un événement positif... Mais à quel prix ?** Avoir un revenu qui stagne, un pouvoir d'achat attaqué, c'est devoir partager, et donc renoncer pour préserver au maximum ses enfants du "descenseur" social auquel en tant qu'adulte on est confronté au jour le jour. C'est aussi une réalité.

"Nous ne partons pas en vacances cet été. Par contre nous avons trois fils et nous voulons absolument garder un budget pour leurs études."

"Nous espérons que l'année prochaine nous pourrons partir en vacances mais la priorité ce sont nos enfants et l'année prochaine le deuxième de nos fils commencera ses études et en fonction de ce qu'il veut faire nous pourrons ou non partir en vacances. Ma grande hantise est de ne pas pouvoir payer les études de mes enfants."

"Depuis la naissance de ma deuxième fille je ne fais plus d'achat sans réfléchir ou sans avoir regardé si j'ai le budget. La spontanéité ne fait plus partie de mon vocabulaire."