DOMAINE 2 — CONSOMMER MALIN ET RESPONSABLE

Étape 1 sur 5 — Observer

Comprendre ma manière de consommer

Le mode d'emploi de votre outil « Ma photographie de consommation »

Ce parcours ne vous demande pas de surveiller toutes vos dépenses ni de rechercher les achats que vous auriez « mal » faits.

Son rôle est de vous accompagner pendant que vous utilisez l'outil « Ma photographie de consommation ». À partir de quelques achats récents, vous allez simplement revenir sur les circonstances dans lesquelles vous avez décidé d'acheter.

> **Votre objectif**
> Mieux comprendre ce qui intervient dans vos décisions d'achat : un besoin, une envie, une habitude, une promotion, le manque de temps, la recherche de simplicité ou encore le plaisir d'acheter.

Avant de commencer

Vous n'avez pas besoin d'un relevé complet de vos dépenses. Quelques minutes au calme et le souvenir de cinq achats récents suffisent. Si cela vous aide à les retrouver, vous pouvez bien sûr consulter votre relevé bancaire.

Ouvrez maintenant l'outil « Ma photographie de consommation »

Piloter mes finances - Tous droits réservés

Étape 1 - Choisissez cinq achats récents

Pensez à cinq achats suffisamment récents pour que vous vous souveniez encore des circonstances dans lesquelles vous les avez effectués. Ils peuvent être très différents : une course du quotidien, un vêtement, un repas, un abonnement, un équipement pour la maison ou un loisir.

Ne cherchez pas cinq achats « intéressants », particulièrement coûteux ou que vous regrettez. Prenez simplement quelques exemples de votre consommation réelle.

> **Le montant n'est pas le sujet principal**
> Un achat de 15 € peut être intéressant à observer si vous vous souvenez précisément de ce qui vous a conduit à le faire. À l'inverse, un achat important n'est pas nécessairement plus révélateur.

Pour chacun des cinq achats

Indiquez simplement ce que vous avez acheté. Le montant reste facultatif : il peut vous aider à replacer l'achat dans son contexte, mais l'objectif de cet outil n'est pas d'analyser votre budget.

Cette différence est importante. Ici, vous ne cherchez pas à savoir où est passé votre argent. Vous cherchez à comprendre comment une décision d'achat s'est formée.

Ne cherchez pas à sélectionner les « bons » exemples

Si vous choisissez uniquement des achats que vous regrettez, la photographie sera naturellement très différente de votre consommation habituelle. À l'inverse, ne retenez pas seulement les achats dont vous êtes particulièrement satisfait.

L'outil sera plus utile si vos cinq exemples ressemblent simplement à ce que vous achetez dans la vie courante.

> **À retenir**
> Une photographie n'a pas besoin d'être parfaite pour être utile. Cinq achats ne résument pas votre manière de consommer ; ils constituent seulement un point de départ pour l'observer.

Étape 2 - Revenez au moment où vous avez décidé

Pour chaque achat, essayez de vous replacer juste avant la décision. Aviez-vous prévu de l'acheter ? L'idée est-elle apparue devant une promotion ? Était-ce une habitude ? Aviez-vous envie de vous faire plaisir ? Manquiez-vous de temps ?

L'outil vous demande d'identifier le déclencheur principal. Il ne s'agit pas de prétendre qu'une seule raison explique entièrement votre achat. Plusieurs éléments ont probablement joué un rôle. Choisissez simplement celui qui vous paraît avoir le plus compté au moment de décider.

> **Ne cherchez pas la « bonne » réponse**
> Acheter parce que l'on en a envie n'est pas nécessairement un problème. Acheter à la suite d'une promotion non plus. Nous cherchons seulement à comprendre ce qui a fait basculer l'idée vers l'achat.

Un achat prévu peut aussi être influencé

Le fait d'avoir prévu un achat ne signifie pas que tout était décidé d'avance. Le choix du produit, du magasin, du moment ou du prix peut encore dépendre des circonstances.

À l'inverse, un achat non prévu n'est pas forcément une mauvaise décision. Une occasion peut se présenter, un besoin peut apparaître ou vous pouvez simplement décider de vous faire plaisir.

L'intérêt de cette étape est donc moins de classer vos achats que de commencer à repérer ce qui revient dans vos décisions.

Étape 3 - Observez la manière dont vous avez choisi

Après le déclencheur, l'outil vous invite à regarder la décision elle-même. Avez-vous pris le temps de réfléchir ? Avez-vous envisagé une autre possibilité ? Le prix a-t-il joué un rôle important ?

Répondez en pensant à ce qui s'est réellement passé, même si la décision a été prise très vite. Nous ne réfléchissons pas de la même manière pour tous nos achats, et ce n'est pas nécessaire.

Qu'est-ce qu'une autre possibilité ?

Une autre possibilité ne signifie pas forcément acheter un produit concurrent moins cher. Selon la situation, vous avez peut-être envisagé de conserver ce que vous aviez, de réparer, d'attendre, d'acheter d'occasion, d'emprunter, de louer… ou simplement de ne rien acheter pour le moment.

> **Vous n'aviez pas à envisager toutes ces solutions**
> Dans certaines situations, elles n'étaient probablement ni réalistes ni intéressantes pour vous. Elles sont proposées comme des possibilités de décision, jamais comme des choix imposés.

La place du prix

Le prix peut être décisif pour certains achats et secondaire pour d'autres. Ici encore, il n'y a pas de réponse attendue. L'outil cherche seulement à faire apparaître la place qu'il a réellement prise dans votre choix.

Étape 4 - Regardez votre achat aujourd'hui

Quelques jours ou quelques semaines après un achat, nous ne le regardons pas toujours de la même manière qu'au moment de décider. L'outil vous propose donc de prendre un peu de recul.

Demandez-vous d'abord si l'achat vous paraît aujourd'hui utile. Puis posez-vous une question simple : si vous vous retrouviez dans la même situation, referiez-vous ce choix ?

> **Il ne s'agit pas de rechercher vos erreurs**
> Certains achats continuent à nous satisfaire longtemps après. D'autres nous paraissent finalement moins utiles. Pour d'autres encore, nous referions l'achat, mais peut-être autrement.

Le recul apporte une information supplémentaire

Au moment d'acheter, vous disposiez d'un certain contexte, d'un certain niveau d'information et parfois de peu de temps. Aujourd'hui, vous savez ce que vous avez réellement fait du produit ou du service.

Ce nouveau regard ne rend pas votre décision passée « bonne » ou « mauvaise ». Il vous donne simplement une information que vous ne possédiez pas nécessairement au moment de choisir.

C'est cette information qui pourra être utile lors d'un prochain achat comparable.

Étape 5 - Regardez votre photographie dans son ensemble

Une fois les cinq achats renseignés, l'outil rassemble vos réponses. Il peut faire apparaître la part des achats prévus, les déclencheurs qui reviennent, la place laissée à la réflexion, les alternatives envisagées et le regard que vous portez aujourd'hui sur vos choix.

> **Un instantané, pas un portrait définitif**
> Cinq achats ne suffisent pas pour définir votre manière de consommer une fois pour toutes. Considérez cette photographie pour ce qu'elle est : un instantané.

Que regarder ?

Observez simplement si quelque chose revient plusieurs fois. Peut-être vos achats sont-ils généralement prévus. Peut-être certaines offres commerciales déclenchent-elles des achats qui ne l'étaient pas. Peut-être prenez-vous davantage le temps de comparer pour certains achats que pour d'autres.

Vous pouvez aussi découvrir que la plupart de vos décisions vous conviennent. Ce résultat est tout aussi utile : l'objectif de l'outil n'est pas de démontrer qu'il faudrait nécessairement changer votre manière de consommer.

Ce que je remarque

Prenez enfin quelques instants pour répondre avec vos propres mots aux deux questions proposées dans l'outil : qu'est-ce qui vous frappe le plus ? Y a-t-il quelque chose que vous aimeriez faire différemment lors d'un prochain achat ?

Vous pouvez parfaitement répondre que, pour le moment, vous ne souhaitez rien changer.

Et maintenant ?

Vous venez de regarder vos décisions après qu'elles ont été prises.

L'étape suivante vous proposera de faire le chemin inverse : prendre quelques instants avant un achat pour déterminer les critères qui comptent réellement pour vous.

Prix, utilité, plaisir, qualité, durée de vie, réparabilité, provenance, conséquences environnementales ou sociales… tous ces critères peuvent avoir leur place. C'est vous qui déciderez de ceux auxquels vous souhaitez accorder de l'importance.

> **À retenir**
> Observer n'est pas juger.
> Comprendre ce qui influence vos achats vous donne simplement davantage de recul. Vous restez libre de conserver vos habitudes ou de faire évoluer celles qui ne vous conviennent plus.

Pour compléter cette première étape

Le quiz vous donne un premier repère sur la place que prend la réflexion dans vos décisions d'achat. Il n'évalue ni votre intelligence, ni la qualité de vos achats, ni votre degré de consommation responsable.

Faire le quiz « Quelle place la réflexion prend-elle dans vos décisions d'achat ? »

Revenir à votre photographie

Vous pouvez reprendre l'outil à tout moment pour observer d'autres achats et voir si les mêmes mécanismes reviennent.

Ouvrir l'outil « Ma photographie de consommation »