

L'intérêt d'être optimiste

Selon l'économiste Sergio Rossi, la propension à l'optimisme dope la consommation.

Texte : Sergio Rossi

L'optimisme est un facteur important dans le domaine économique. Mais, concrètement, comment une attitude optimiste peut-elle être bénéfique pour l'économie ? Au-delà du rôle de l'Etat – qui devrait mettre en œuvre des politiques pour contrer les fluctuations du marché libre et surmonter les phases de crise – peut-on vraiment influencer le marché avec notre propension personnelle à l'optimisme ?

Eh bien oui, une situation perçue comme positive dope la consommation. Si le travailleur ou la travailleuse a l'impression que sa situation professionnelle va s'améliorer, à court ou à moyen terme, grâce à un contrat à durée indéterminée et à de bonnes perspectives de carrière, il ou elle peut, par exemple, agir très concrètement en investissant dans l'achat d'une maison, en décidant de fonder une famille nombreuse. Tout cela génère une plus grande demande pour les entreprises qui travaillent pour le marché intérieur, que ce soit en termes de construction de maisons ou de places d'accueil pour les très jeunes enfants. Les prestataires de services pourront alors élargir leur offre et peut-être proposer à leur tour des emplois stables. Les employé-e-s qui voient leurs conditions de travail s'améliorer, notamment en termes de salaire, disposeront d'un plus grand pouvoir d'achat. Cela crée une dynamique positive qui profite aussi à l'Etat, qui peut compter sur de meilleures recettes fiscales dues à la TVA ou à l'impôt sur le revenu. Il en résulte un cercle vertueux qu'il est toutefois très difficile de créer dans la situation économique mondiale actuelle.

Et quand le système est grippé, que le marché du travail ne rassure pas, que peut faire un individu, même optimiste, qui n'arrive pas à s'en sortir ? A ce stade, le consommateur et la consommatrice doivent se rappeler leur rôle dans les élections: au moment de se rendre aux urnes, il faut soutenir les individus dont l'objectif est de créer de meilleures conditions socioéconomiques pour tous. L'Etat ne devrait pas se contenter de garantir le respect des règles de droit, mais aussi promouvoir une certaine éthique du travail et l'entrepreneuriat. Il faut des salaires corrects qui permettent à la population de dépenser l'argent là où elle le gagne. ●

Sergio Rossi est professeur ordinaire à l'Université de Fribourg, où il dirige la Chaire de macroéconomie et de d'économie monétaire.

Pourquoi l'optimisme est-il un atout ?

L'optimisme a des effets étonnants sur le corps et le psychisme déclare le psychologue Rolf Merkle.

Texte : Rolf Merkle

De manière générale, être optimiste nous facilite la vie. Adopter une attitude positive nous permet de ne pas sombrer trop souvent ni trop profondément en cas de difficultés et de conflits (qui n'épargnent pas même les optimistes). Nous considérons alors que les crises sont passagères et avons la force de trouver des solutions et des moyens pour en sortir.

Des études ont révélé que les personnes positives ont plus de mémoire et de créativité, et aussi qu'elles voient et entendent mieux. Une attitude positive agit comme un élixir de vie sur nos organes internes. Elle aide à se maintenir en forme et en bonne santé plus longtemps. De nombreuses analyses ont démontré que l'optimisme et la satisfaction renforcent nos défenses immunitaires. Harmonie psychique et équilibre physique vont de pair. Ce duo est la meilleure protection contre les maladies. Une attitude optimiste contribue aussi à notre réussite professionnelle et financière. Nous avons confiance en nos capacités, croyons en nous et à un succès possible. Nous ne voyons pas les éventuelles difficultés et contrariétés comme un fardeau, mais comme un défi que nous devons relever pour donner le meilleur de nous-mêmes. Nos échecs deviennent de précieuses expériences et ne sont plus vecteurs de doutes. Même les travaux désagréables sont plus faciles à effectuer lorsque nous positons. Notre optimisme se ressent aussi dans nos relations avec autrui. Nous faisons preuve d'ouverture et de confiance à l'égard des autres. Le comportement décevant d'une personne ne nous atteint pas et n'a pas raison de notre amabilité. D'ailleurs, notre attitude a tendance à attirer les personnes qui nous ressemblent.

Pourquoi l'optimisme est-il un atout ? Comme notre humeur et notre comportement dépendent non de la réalité, mais de notre vision personnelle des choses, le point de vue que nous décidons de porter sur la vie est décisif.

En résumé, notre optimisme influence favorablement tous les domaines de notre existence ! Il agit sur notre santé, notre bien-être psychique, nos capacités intellectuelles et notre perception, nos réussites professionnelles et financières, et nos relations humaines. Lorsque tout ne se passe pas comme nous le souhaitons, notre optimisme nous permet de persévérer et de ne jamais abandonner. ●

Rolf Merkle est psychologue diplômé. Son cabinet se trouve à Mannheim.