



Péniaphobie

La **péniaphobie** ou **peniaphobie** ou **inquiétude financière** (du grec ancien : *πενία* signifiant « pauvreté » et *φόβος* signifiant « peur ») est une phobie caractérisée par une anxiété de manquer de ressources financières, une peur de la pénurie et de sombrer dans la pauvreté, assez forte (et souvent non rationnelle) pour être psychiquement handicapante.

Éléments de définition

Cette peur, souvent alimentée par des pressions sociales et professionnelles, se traduit par une inquiétude constante de manquer d'argent dans le futur. Elle peut entraîner des comportements d'évitement ou des stratégies de surcompensation^{1,2,3}. Des évènements de type catastrophes économiques, où les gens perdent leur emploi et/ou leur maison peuvent provoquer ou exacerber cette phobie. « Une personne souffrant de cette peur peut penser que son manque d'épargne pourrait lui faire perdre tout ce pour quoi elle a travaillé ».

Hamzah et Lau (2011) se demandent dans quelle mesure la péniaphobie pourrait pousser certaines personnes vers la petite ou grande criminalité⁴. Les études scientifiques montrent que les liens entre les indicateurs de pauvreté (faible revenu, chômage, absence de revenu) et les taux de criminalité au niveau régional ou communautaire sont complexes (ni linéaires, ni directement causaux)⁴ : la pauvreté, dans certains contextes peut créer un environnement propice à la délinquance (en réduisant les opportunités et en renforçant un sentiment d'injustice) mais elle ne suffit pas à elle seule à expliquer le développement de comportements criminels qui peuvent toucher toutes les couches sociales. D'autres facteurs contextuels (accès à l'éducation, cohésion sociale, dynamiques familiales, qualité des politiques publiques...) jouent aussi un rôle déterminant dans la genèse des conduites délinquantes⁵. En outre une enfant, adolescent ou jeune adulte vivant dans une famille ou un environnement riche peut aussi craindre de manquer d'argent plus tard.

Peniaphobie, réseaux sociaux et guerres d'influence

Depuis 2016, la guerre hybride moderne et certains groupes politiques, notamment des think tanks (généralement libertariens de droite), exploitent l'intelligence artificielle et les réseaux sociaux pour renforcer leurs stratégies d'influence linguistiques, mentales, informationnelles et numériques⁶. Comme l'ont révélé en 2018 plusieurs lanceurs d'alerte ainsi que les documents issus du scandale Facebook-Cambridge Analytica-AggregateIQ⁷, ces acteurs manipulent massivement et subtilement la conscience des individus et de la société, en s'appuyant sur la déstabilisation géopolitique ou politique, le lobbying ou la propagande politique⁸. Ils orchestrent pour cela des campagnes de désinformation à grande échelle dans les médias et réseaux sociaux, appuyées par la publicité numérique, de fausses informations construites et diffusées via des officines spécialisées ou des « usines à trolls »⁹, et exploitent des bots et

l'intelligence artificielle pour générer, diffuser et amplifier des contenus viraux visant à manipuler l'opinion publique ; des « messages de soft power négatif », sont par exemple conçus pour activer les peurs naturelles de l'être humain⁶.

Créer ou entretenir de la péniphobie est l'une des stratégies de la « guerre cognitive », terme défini comme « manière d'utiliser la connaissance dans un but conflictuel ». Celle-ci met l'accent sur l'usage offensif de la connaissance dans un certain type de rapport de forces ^{[C'est-à-dire ?]note 1, 10, 11}, qui vise à « agir sur le cerveau de l'adversaire »^{12, 13}. Elle tente pour cela de manipuler les émotions, notamment en accentuant la peur naturelle, humaine, « de manquer », qui s'est trouvée par exemple exacerbée lors de la pandémie de Covid-19¹⁴, tout en faisant, dans le même temps, de la richesse individuelle un idéal ou un modèle, et donc par contraste, en faisant de la pauvreté un stigmat social négatif⁶. Il s'agit de l'un des moyens de dégrader la confiance dans les autres et la vie en société, qui contribue à augmenter l'anxiété des individus, particulièrement des jeunes^{note 2}, en exploitant médiatiquement des notions d'insolvabilité financière, de crises économiques imminentes, de pénurie alimentaire et de défaillances du marché du travail afin d'engendrer des protestations sociales, de modifier les perceptions collectives de l'argent et de la consommation, d'exacerber les confrontations idéologiques duales (riches/pauvres, Nord/Sud,

Est/Ouest, droite/gauche, etc.). Sur les réseaux sociaux, la diffusion rapide d'informations alarmistes vraies et surtout fausses accentue cette péniphobie chez les jeunes, influençant négativement leur état psychologique et favorisant l'adoption de conduites à risque⁶.

Traitement de la péniphobie

Le traitement de cette phobie, comme pour les autres phobies, repose souvent sur la psychothérapie cognitive et comportementale, qui aide à identifier et à corriger les schémas de pensée négatifs contribuant à cette peur de la précarité¹⁵.

Notes et références

Notes

1. C. Harbulot et D. Lucas, *La guerre cognitive, l'arme de la connaissance*, Paris : Éditions Lavauzelle, 2002 [réf. incomplète].
2. Selon l'Ordre des psychologues du Québec (2023), les jeunes sont particulièrement vulnérables aux effets des médias sociaux, notamment en contexte social. Voir Emma Armstrong-Carter, Shedrick L. Garrett, Elizabeth A. Nick et Mitchell J. Prinstein, « Momentary links between adolescents' social media use and social experiences and motivations: Individual differences by peer susceptibility », *Developmental Psychology*, vol. 59, n° 4, avril 2023, p. 707–719 (ISSN 1939-0599 (<https://portal.issn.org/resource/issn/1939-0599>), PMID 36521149 (<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/36521149>), PMCID 10038865 (<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/10038865>), DOI 10.1037/dev0001503 (<https://dx.doi.org/10.1037/dev0001503>)), et pour ce qui concerne l'anxiété liée à leur usage, « L'anxiété et l'utilisation problématique des réseaux sociaux par les jeunes : bref tour d'horizon (<https://www.ordrepsy.qc.ca/-/l-anxiete-et-l-utilisation-problem-atique-des-reseaux-sociaux-par-les-jeunes-bref-tour-d-horizon>) », sur *Ordre des psychologues du Québec* (consulté le 11 mai 2025).

Références

1. « Qu'est-ce que la péniphobie ? (<https://www.le24heures.fr/2025/01/20/quest-ce-que-la-pen-iaphobie/>) », sur *le24heures.fr* (consulté le 1^{er} mai 2025).
2. « L'inquiétude financière : une analyse psychologique (<https://www.psychologie.fr/inquietude-financiere/>) », sur *psychologie.fr* (consulté le 1^{er} mai 2025).
3. Soraya, « Pourquoi la « péniphobie » explose chez les jeunes (et pourquoi il faut s'en préoccuper) (<https://www.msn.com/fr-fr/sante/other/pourquoi-la-peniphobie-explose-chez-le-s-jeunes-et-pourquoi-il-faut-s-en-preoccuper/ar-AA1E91CE>) », sur *msn.com* (consulté le 5 mai 2025).
4. (en) Siti Nur Zahara Hamzah et Evan Lau, « Is peniaphobia an incentive to crime? », *Global Crime*, vol. 12, n° 4, 1^{er} novembre 2011, p. 312-326 (ISSN 1744-0572 (<https://portal.issn.org/resource/issn/1744-0572>), DOI 10.1080/17440572.2011.616058 (<https://dx.doi.org/10.1080/17440572.2011.616058>), lire en ligne (<https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/17440572.2011.616058>), consulté le 5 mai 2025).

5. Élisabeth de Marval, « Pauvreté et criminalité : un lien complexe et difficile à résoudre (<http://sociologique.ch/pauvrete-et-criminalite-un-lien-complexe-et-difficile-a-resoudre/>) », sur *sociologique.ch*, 30 septembre 2023 (consulté le 5 mai 2025).
6. (en) Margarita D. Lagutkina, Zhang Yi et Chang Thi Thu Huong, « Peniaphobia as a component of the destructive digital media in the Asia-Pacific region », Вестник Волгоградского государственного университета. Серия 2: Языкознание, vol. 23, n° 5, 2024, p. 197–210 (ISSN 1998-9911 (<https://portal.issn.org/resource/issn/1998-9911>), lire en ligne (<https://cyberleninka.ru/article/n/peniaphobia-as-a-component-of-the-destructive-digital-media-discourse-in-the-asia-pacific-region>), consulté le 5 mai 2025).
7. (en-GB) Carole Cadwalladr, « 'I made Steve Bannon's psychological warfare tool': meet the data war whistleblower (<https://www.theguardian.com/news/2018/mar/17/data-war-whistleblower-christopher-wylie-faceook-nix-bannon-trump>) », *The Guardian*, 18 mars 2018 (ISSN 0261-3077 (<https://portal.issn.org/resource/issn/0261-3077>), consulté le 11 mai 2025).
8. « Russian troll factory paid US activists to help fund protests during election (<https://www.theguardian.com/world/2017/oct/17/russian-troll-factory-activists-protests-us-election>) », *The Guardian*, 26 novembre 2017 (consulté le 12 janvier 2018).
9. « Propagande : la redoutable usine à trolls du Kremlin (<https://www.nouvelobs.com/rue89/rue89-connexions-dangereuses/20150603.RUE9315/propagande-la-redoutable-usine-a-trolls-du-kremlin.html>) », sur *L'Obs* (consulté le 2 octobre 2020).
10. Bernard Claverie et Baptiste Prébot, « La guerre cognitive de bas niveau : la guerre des cerveaux », *Ingénierie cognitive*, février 2024, p. 67–75 (ISSN 2517-6978 (<https://portal.issn.org/resource/issn/2517-6978>), DOI 10.21494/iste.op.2024.1091 (<https://dx.doi.org/10.21494/iste.op.2024.1091>)).
11. Bernard Claverie et Jean-François Trinquecoste, « Guerre cognitive et influence psychologique », *Ingénierie cognitive*, février 2024, p. 47–56 (ISSN 2517-6978 (<https://portal.issn.org/resource/issn/2517-6978>), DOI 10.21494/iste.op.2024.1088 (<https://dx.doi.org/10.21494/iste.op.2024.1088>)).
12. D. Pappalardo, « La guerre cognitive: agir sur le cerveau de l'adversaire », *Le Rubicon*, 9 décembre 2021 (lire en ligne (https://lerubicon.org/wp-content/uploads/2021/12/La-guerre-cognitive-_agir-sur-le-cerveau-de-ladversaire-Le-Rubicon.pdf) [[PDF](#)]).
13. Nicolas Ravailhe, *Guerre cognitive et stratégies d'influence dans l'Union européenne*, vol. 7, 2024, 32–39 p. (ISSN 2517-6978 (<https://portal.issn.org/resource/issn/2517-6978>), DOI 10.21494/iste.op.2024.1086 (<https://dx.doi.org/10.21494/iste.op.2024.1086>)).
14. N. Fabre, *Peur de manquer-2e édition actualisée: L'angoisse du manque*, Éditions In Press, 2022.
15. « Approches thérapeutiques pour la peur de la pauvreté (<https://www.psychologies.com/voir/therapie-peur-pauvrete>) », *Psychologies Magazine* (consulté le 1^{er} mai 2025).

Annexes

Sur les autres projets Wikimedia :



*pénia***phobie**, sur le Wiktionnaire

Articles connexes

- [Liste de phobies](#)
- [Syllogomanie](#)
- [Syndrome de Diogène](#)
- [Phobie](#)

- Pauvreté
- Thérapie cognitivo-comportementale

Ce document provient de « <https://fr.wikipedia.org/w/index.php?title=Péniaphobie&oldid=227690838> ».