



HAL
open science

Les approches du bien-être Un champ de recherche multidimensionnel

Zoé Perron, Julia Buzaud, Kevin Diter, Claude Martin

► **To cite this version:**

Zoé Perron, Julia Buzaud, Kevin Diter, Claude Martin. Les approches du bien-être Un champ de recherche multidimensionnel. *Revue des politiques sociales et familiales*, 2019, n°141 (4), pp.231-240. 10.3406/caf.2019.3349 . halshs-03082982

HAL Id: halshs-03082982

<https://shs.hal.science/halshs-03082982>

Submitted on 6 Jan 2021

HAL is a multi-disciplinary open access archive for the deposit and dissemination of scientific research documents, whether they are published or not. The documents may come from teaching and research institutions in France or abroad, or from public or private research centers.

L'archive ouverte pluridisciplinaire **HAL**, est destinée au dépôt et à la diffusion de documents scientifiques de niveau recherche, publiés ou non, émanant des établissements d'enseignement et de recherche français ou étrangers, des laboratoires publics ou privés.

Les approches du bien-être

Un champ de recherche multidimensionnel

Mots-clés

- Bien-être
- Définition
- Revue de littérature

Zoé Perron*,
avec la collaboration de
Julia Buzaud*
Kevin Diter*
Claude Martin**

École des hautes études en santé publique (EHESP).
Chaire « Enfance, bien-être et parentalité ».
Respectivement *ingénieur-e-s d'études et de recherches et **sociologue,
directeur de recherche au Centre national de la recherche scientifique
et professeur affilié à l'EHESP.

La définition du bien-être semble aller de soi, et là réside sans doute la première difficulté. Les définitions proposées par les différents dictionnaires distinguent trois types de bien-être : il s'agirait d'un « état agréable résultant de la satisfaction des besoins du corps et du calme de l'esprit », mais aussi d'une « aisance matérielle qui permet une existence agréable » (définitions du Larousse). Ainsi, le bien-être serait une combinaison de ces différents aspects aussi bien physiques, mentaux que matériels. Mais à quel niveau ou selon quelle pondération de ces différents aspects ressent-on ce sentiment de bien-être ? Comment l'éprouve-t-on et en quoi se distingue-t-il de notions relativement proches comme celles de « bonheur », de « joie », de « bonne qualité de vie », de « sentiment de satisfaction » à propos de son existence ? S'agit-il uniquement d'un ressenti ? Cet état renvoie-t-il plutôt au confort matériel, physique, mental et même à une combinaison de tous ces éléments, en somme à des conditions du bonheur ? Est-ce un état stable ou fugace ?

Au-delà de la difficulté à définir cette notion de « bien-être », plusieurs pistes de recherches ont été poursuivies parallèlement, et mettent ce concept en tensions : le bien-être doit-il être analysé sous l'angle individuel ou collectif, à un niveau micro ou plutôt macro (d'un point de vue sociétal) ? Doit-il être considéré comme une dimension objective, qui se mesurerait avec des indicateurs de conditions de vie, de richesse et d'état de santé des populations, ou comme un concept subjectif, basé sur des auto-évaluations du sentiment de bien-être, de bonheur ou de satisfaction par rapport à sa propre vie ? Enfin, quel lien peut-on établir entre cette notion et le sentiment de justice sociale ?

Le bien-être étant multidimensionnel, l'enjeu de cette revue de la littérature est de comprendre comment cette

notion a été appréhendée, construite et évaluée par différentes disciplines et de nombreux cercles d'experts.

De nombreuses disciplines sur un objet multidimensionnel

La multiplicité des approches

La notion de « bien-être » s'inscrit dans un champ sémantique dans lequel on peut regrouper *a minima* le bonheur, la joie et le plaisir (Pawin, 2013 a et b). Mais ce sont sans doute les notions de « bien-être » et de « bonheur » qui ont donné lieu au plus important investissement académique. Outre les contributions des philosophes depuis l'Antiquité avec Aristote⁽¹⁾ et Épicure, ou au cours des XVII^e et XVIII^e siècles [Gottfried Wilhelm Leibniz, Baruch Spinoza, Emmanuel Kant⁽²⁾, Arthur Schopenhauer], sur les questions de la « bonne vie » ou du bonheur, la notion de « bien-être » a été prise en compte dans des enquêtes dès la Première Guerre mondiale en Angleterre, avant de connaître d'importants développements jusqu'à aujourd'hui, notamment sous l'impulsion d'organisations internationales. Depuis les années 2000, on peut même noter l'apparition de revues scientifiques dédiées à ces questions dans le champ de l'économie et de la psychologie, comme le *Journal of Happiness Studies* ou encore *The Journal of Positive Psychology*. Pour certains, le bien-être est une notion bien spécifique qui ne doit être confondue avec aucune autre. C'est la position de Michel Forsé et Simon Langlois qui estiment qu'« il s'agit là d'une notion quelque peu polysémique qui doit se distinguer de notions connexes comme le bonheur, la satisfaction, le plaisir, l'utilité ou la qualité de vie. Mais les frontières entre ces notions ne sont pas totalement consensuelles » (Forsé et Langlois, 2014, p. 262). Selon l'économiste Richard Layard, le bien-être renvoie au fait de « se sentir bien – de profiter de la vie et vouloir que ce sentiment soit maintenu »

(1) À propos du bonheur, Aristote distingue le bonheur comme expérience de plaisir – hédonisme – du bonheur comme caractéristique du « bien vivre » – eudémonisme. Selon lui, un homme heureux vit bien et se porte bien.

(2) « Le pouvoir, la richesse, la considération, même la santé ainsi que le bien-être complet et le contentement de son état, est ce qu'on nomme le bonheur » (Kant, dans *Fondements de la métaphysique des mœurs*).

(2006, p. 12). Pour le philosophe Daniel Haybron, il s'agit d'un « état émotionnel positif » (2008). Le sociologue David Bartram, coéditeur du *Journal of Happiness Studies* (2012) s'interroge néanmoins sur la pertinence de toute tentative de définition *a priori*. Doit-on imposer une définition de ce qu'est le bonheur ou le bien-être, dans la mesure où les individus sont les seuls à pouvoir apprécier s'ils se sentent heureux ou non, et sachant que cette perception varie sans cesse dans le temps ? Les statisticiens Daniel Neff et Wendy Olsen (2007) défendent une position voisine : « *Les individus eux-mêmes sont les meilleurs juges de leur bonheur* » (p. 50).

Pour le sociologue finlandais Erik Allardt (1976 et 1993), le bien-être renvoie à « la satisfaction du besoin » et il le distingue du bonheur et du niveau de vie ou de la qualité de vie. Dans la perspective des travaux d'Erik Allardt, Sten Johansson établit des distinctions entre ces différents concepts. Selon lui, le niveau de vie, tout d'abord, se référerait à l'individu en tant que consommateur : « *Les individus commandent des ressources sous forme d'argent, de biens, d'énergie, d'énergie physique et mentale, de relations sociales, de sécurité, etc., par lesquels l'individu peut contrôler et consciemment diriger ses conditions de vie* » (Johansson, 1970, p. 25). Partant de là, le bien-être serait associé à la collectivité où les individus, définis comme des citoyens, essaient de faire progresser leur société par des décisions et des actions collectives et institutionnelles. Et, enfin, le bonheur relèverait de la sphère privée sur laquelle ni le marché ni la politique ne devraient exercer d'influence. Les psychologues sociaux, Angus Campbell, Philip E. Converse et Willard Rodgers, spécialistes du comportement électoral aux États-Unis, soulignent, pour leur part, que « *le niveau de satisfaction peut être précisément défini comme l'écart perçu entre l'aspiration et le succès, allant de la perception de l'accomplissement à celui de la privation. La satisfaction implique une expérience critique ou cognitive, tandis que le bonheur suggère une expérience de sentiment d'influence* » (Campbell et al., 1976). Dans nombre de ces travaux, le bonheur, « *"Happiness", est de l'ordre de l'émotionnel et de l'affectif, si bien qu'il est plus sujet au changement d'humeur et constitue un indice moins fiable sur le long terme : c'est pourquoi les Anglo-Saxons utilisent de préférence le terme "satisfaction" et ses dérivés* » (Pawin, 2014, p. 276). Pour Jan Delhey, sociologue spécialiste de la comparaison des liens entre qualité de vie et cohésion sociale, le « bonheur » ne signifie pas la même chose que

le « bien-être ». L'auteur préfère parler d'une « qualité de vie subjective » qui, selon lui, serait « *la somme des expériences de possibilités des gens qui leur sont ouvertes et des choix réels qu'ils font ainsi que des résultats de vie qu'ils atteignent dans leur contexte social* » (Delhey, 2004, p. 2). Pour le politiste Grant Duncan, les termes de « bien-être subjectif », de « satisfaction à l'égard de sa vie » ou encore de « bonheur » sont quasiment des synonymes. Le bien-être étant une composition de deux mots, il préfère s'attarder sur le terme de « bonheur » et sur son étymologie. Ainsi, il souligne que « *dans de nombreuses langues européennes autres que l'anglais, les traductions de "happiness" ("glück", "bonheur", "félicité") portent à la fois la connotation de se sentir bien et d'avoir de la chance. Cependant, l'ancien anglais "hap" a d'abord eu la signification de "chance" – pas nécessairement de "bon". Et dans les années 1790, Thomas Malthus a décrit comme happy toute nation qui réussissait à nourrir sa population* » (Duncan, 2014, p. 7).

Le bien-être serait le résultat d'un agrégat complexe de dimensions : confort matériel, stabilité affective, fait d'être en bonne santé, niveau de bien-être collectif, confiance, etc. Dans leurs travaux, Peter Hall et Michèle Lamont (Hall et Lamont, 2009)⁽³⁾ mettent en avant la dimension sociétale. Les chercheurs proposent d'analyser les différents supports institutionnels et culturels auxquels les groupes et les individus peuvent avoir accès pour surmonter les défis auxquels ils font face. Plus précisément, ils se centrent sur la notion de « reconnaissance » pour comprendre comment s'articulent santé mentale, sentiment d'isolement et conséquences de la pauvreté. Si les ressources matérielles sont nécessaires pour mener une vie décente et disposer d'un minimum de confort, c'est pour beaucoup l'accès à des ressources sociales qui contribuent à ce sentiment de bien-être (avoir des proches, des soutiens dans sa communauté, une confiance dans les institutions, etc.), mais les auteurs soulignent également l'importance du sentiment de sécurité acquis pendant l'enfance, la capacité à coopérer avec autrui, à donner du sens à ses expériences, la capacité à se mobiliser collectivement pour obtenir une reconnaissance. Dans une interview de Michèle Lamont réalisée en 2011 par Nicolas Duvoux, Elise Tenret et Nadège Vezinat, cette sociologue de l'université de Harvard souligne ainsi : « *Les enquêtes de Danny Kahneman⁽⁴⁾ révèlent qu'on est le plus heureux quand on voit ses amis et quand on fait de l'exercice. Ce sont des images très individuelles du bonheur. Les questions*

(3) Voir l'article de Peter A. Hall et Michèle Lamont publié dans ce numéro p. 85.

(4) Voir Krueger et al. (2009).

de solidarité, par exemple, n'ont pas de place dans cette formulation de la question où les enquêtés doivent remplir des agendas en notant quand ils se sentent mieux. Est-ce qu'on est moins heureux quand on sait qu'on vit dans une société qui ne s'occupe pas de ses pauvres comme nous ? Il faut répondre à ces questions de manière empirique, pas présumer des réponses. » (Duvoux et al., 2011).

De nombreux états, tels que les pays scandinaves ou le Bhoutan, qui a inventé dans les années 1970 l'indicateur de bonheur national brut (BNB), ont depuis longtemps insisté sur l'importance de se soucier du bien-être des populations, mais aussi du bien-être des institutions sociales qui, à travers la qualité de leurs services, assurent aux individus et à la société toute entière un niveau de vie décent.

L'influence des organisations internationales

Plusieurs grandes organisations internationales se sont emparées de cette notion de « bien-être », en proposant chacune leur propre vision et définition du sujet. L'Organisation mondiale de la santé (OMS) a été la première, en 1946, à inclure une définition du bien-être dans le préambule de sa Constitution, qui précise ce qui est entendu par « santé » : « La santé est un état de complet bien-être physique, mental et social et ne consiste pas seulement en une absence de maladie ou d'infirmité », ou bien encore « la santé est l'un des facteurs influençant le plus le bien-être global » (WHO, 1985, p. 1). Pour l'OMS, la santé est l'une des premières conditions du bien-être. L'Observatoire européen des systèmes et des politiques de santé de l'OMS avance, en outre, l'intérêt économique de cette composante sanitaire du bien-être, au sens où la santé « augmente la productivité économique et le revenu national, ce qui peut favoriser le bien-être sociétal – une population en bonne santé est plus productive » (OMS et BRE, 2014, p. 120). La prise en compte du bien-être des populations et sa mesure sont également au cœur des préoccupations de l'Organisation des Nations unies (ONU), qui oriente sa définition du bien-être sur l'importance des liens sociaux et de la liberté. Le principal message avancé est celui que les richesses ne suffisent pas à rendre les gens heureux. « En réalité, la liberté politique, des réseaux sociaux forts et l'absence de corruption sont, ensemble, des facteurs qui expliquent davantage que les revenus les différences de bien-être entre les pays les mieux et les plus mal classés. Les autres caractéristiques qui importent également sont au niveau individuel et familial, un bon état de santé mentale et physique, le fait d'avoir quelqu'un sur qui compter, la sécurité de l'emploi,

la stabilité familiale et la confiance de son entourage, qui tous, sont des facteurs cruciaux » (OMS et BRE, 2014, p. 111). En 2012, l'ONU a déclaré le 20 mars comme la « journée internationale du bonheur », affirmant que le bonheur et le bien-être étaient « des aspirations et objectifs universels partout dans le monde ». L'ONU a également beaucoup insisté pour que les politiques publiques fassent de ces deux notions des objectifs reconnus et déclarés.

L'Organisation de coopération et de développement économiques (OCDE) insiste, pour sa part, sur la dimension économique et monétaire, affirmant qu'« une économie plus riche sera mieux à même de créer et de préserver les autres conditions de nature à améliorer le bien-être, notamment un environnement sain, la possibilité pour l'individu moyen d'accomplir au moins dix années d'études et la probabilité de mener une vie relativement longue en bonne santé. » (Boarini et al., 2006, p. 7). Si cette composante monétaire constitue un facteur majeur pour le bien-être des populations, l'OCDE reconnaît que d'autres indicateurs doivent également être pris en compte : « L'évaluation du bien-être doit donc s'appuyer sur le PIB ou d'autres indicateurs monétaires, mais doit être complétée par d'autres indicateurs concernant la situation sociale et environnementale. Il convient aussi de mesurer la qualité des administrations publiques, étant donné que le bien-être sera d'autant plus grand que les institutions permettront aux citoyens de gérer leur propre vie et d'avoir le sentiment que l'investissement de leur temps et de leurs ressources sera rentable. » (ibid., p. 7).

La France s'est inscrite dans ce mouvement de réflexions sur le bien-être, bien que le développement de recherches empiriques a été plus tardif (et s'observe surtout depuis les années 1970). Les sociologues et les historiens ont commencé à investiguer ce champ de recherche encore plus récemment (tout d'abord dans les domaines de la sociologie du travail, de la culture ou encore des loisirs) et ont permis d'enrichir l'étude de cet objet de recherche qui est fondamentalement interdisciplinaire (Pawin, 2014). D'autres sciences, telles que les sciences de la nature, ont également investi l'étude du bien-être, rendant le concept de plus en plus complexe et polysémique.

La mesure du bien-être en tensions

Le bien-être est donc une notion multidimensionnelle qui fait l'objet de nombreux débats et de tensions quant à sa définition. La difficulté de le mesurer tient également au fait que les approches sont multiples, qu'il s'agisse du

bien-être individuel ou collectif, du bien-être objectif ou subjectif, ou encore du bien-être en lien avec la justice sociale.

Bien-être individuel et collectif

Le bien-être est une notion fondamentale pour toutes les approches qui privilégient l'échelle de l'individu (psychologie, économie, approche biomédicale), au sens où il reflète la santé physique et mentale. Certains travaux tentent d'articuler toutes ces dimensions. Par exemple, dans une étude suédoise centrée sur le bien-être des personnes âgées, Björn Halleröd et Daniel Seldén (Halleröd et Seldén, 2013) ont identifié cinq composantes du bien-être de l'individu et, *a contrario*, du « mal-être » :

- la santé : évaluation subjective de sa santé et indicateurs de problèmes somatiques de santé ;
- les fonctions : ce que les gens peuvent et ne peuvent pas faire, par exemple s'ils ont besoin d'aide pour effectuer les tâches du quotidien ou ont des difficultés à se déplacer ;
- le psychosocial : être découragé ou triste, anxieux et inquiet ;
- les relations sociales : ne pas avoir d'ami(s) proche(s), manquer de contact avec les voisins ;
- l'économie : expériences de difficultés économiques, situation économique vulnérable.

Les deux chercheurs affirment que ces sphères sont toutes reliées entre elles et ont des répercussions les unes sur les autres. Lorsque le sentiment de mal-être atteint plusieurs de ces sphères, ils parlent d'un « *problème de bien-être multidimensionnel* » ; les soucis de santé entraînant plus rapidement que les autres un problème multidimensionnel. Si la plupart des études soulignent les phénomènes de « cercles vicieux », il existe également des « cercles positifs » ou vertueux.

Mais le bien-être concerne l'ensemble de la vie quotidienne et s'inscrit donc dans un contexte aussi bien économique, social, politique que géographique. L'étude du bien-être ne se concentre donc pas uniquement sur les individus et peut avoir des champs d'analyse beaucoup plus larges. Wolfgang Aschauer, par exemple, souligne que le manque de reconnaissance, d'intégration et d'appartenance sociale (notamment à l'Europe) sont à l'origine d'un malaise plus global qu'il qualifie avec d'autres de « *malaise social* » (Aschauer, 2014). Le sociologue montre que la peur du déclin social dans les États conservateurs et une plus grande précarisation dans les pays libéraux amènent à des niveaux élevés d'insatisfaction. La plupart

des économistes, principalement influencés par le paradigme utilitariste, postulent qu'une politique économique optimale est celle qui maximise le bien-être collectif, entendu comme étant la somme (voire la moyenne) de bien-être de l'ensemble des individus. L'utilitarisme insiste sur le fait que le bien-être de tous est plus important que le bien-être de l'individu. Dans cet esprit, « l'économie du bien-être » a vu son essor au début du XX^e siècle. « *Le critère d'optimalité le plus souvent retenu est celui de Vilfredo Pareto (1905) : une situation est optimale quand on ne peut plus améliorer la satisfaction d'un individu sans détériorer celle d'un autre. Il s'agit d'un critère d'efficacité qui permet d'éliminer les situations de gaspillage manifeste où un meilleur emploi des ressources permettrait d'accroître le bien-être de tout le monde.* » (Généreux, 2003, p. 1). On peut alors s'interroger sur le point suivant : est-ce que le bien-être social, collectif, comme à toute une société, est indispensable au bien-être individuel ? Peut-on être heureux si le pays dans lequel on vit est en proie à un malaise social ? Ces deux aspects du bien-être sont-ils dissociables ?

Ce débat sur les conditions économiques du bien-être et du bonheur collectif a connu récemment d'importants développements, notamment dans le cadre d'une critique des indicateurs habituellement utilisés pour comparer les performances nationales, à savoir le produit intérieur brut (PIB) et sa croissance (Senik, 2014). En France, en 2009, le rapport Stiglitz-Sen-Fitoussi examine les limites de l'approche par le PIB, baromètre privilégié jusqu'alors pour mesurer le bien-être des populations. Il y est proposé des indicateurs de progrès social plus pertinents. Partant du principe que le bien-être présente « *dépend à la fois des ressources économiques, comme les revenus, et des caractéristiques non économiques de la vie des gens : ce qu'ils font et ce qu'ils peuvent faire, leur appréciation de la vie, leur environnement naturel* » (Stiglitz et al., 2009, p. 13), ces travaux invitent à saisir le bien-être à travers ses multiples dimensions : les conditions de vie matérielles (revenu, consommation et richesse) ; la santé ; l'éducation ; les activités personnelles, dont le travail ; la participation à la vie politique et la gouvernance ; les liens et rapports sociaux ; l'environnement (état présent et à venir) ; l'insécurité, tant économique que physique.

En 1974, Richard Easterlin avait déjà pointé le fait que plusieurs dimensions du bien-être échappent à la mesure du PIB, qu'il s'agisse des dimensions non marchandes (travail domestique, soin aux enfants, temps de loisirs, temps passé avec ses proches...) ou encore des caractéristiques

propres aux sociétés (leur caractère démocratique, la liberté de circulation et de pensée, l'accès à une justice efficace et indépendante). Le rapport Stiglitz-Sen-Fitoussi ajoute également que « *ce qui importe réellement, ce sont les capacités (capabilités) dont disposent les personnes, c'est-à-dire l'ensemble des possibilités qui s'offrent à elles et leur liberté de choisir, dans cet ensemble, le type de vie auquel elles attachent de la valeur* » (*ibid.*, p. 17). Les auteurs postulent que la mesure de tous ces éléments nécessite des données tant objectives que subjectives.

Bien-être objectif et subjectif

Le bien-être a longtemps été considéré comme un phénomène que l'on pouvait mesurer avec les seuls indicateurs économiques et monétaires, voire avec des indicateurs de santé ou d'absence de morbidité. Les premières mesures du bien-être à l'échelle nationale et internationale se concentraient en effet principalement sur le PIB, considérant que la richesse et la possession de biens matériels étaient révélatrices d'un meilleur niveau de bien-être. Depuis, les recherches se sont succédé, et s'il est encore difficile de donner une définition claire et précise des éléments constitutifs du bien-être, presque toutes s'accordent sur le fait que le bien-être subjectif est tout aussi important à prendre en compte que ses aspects plus objectivables (santé et ressources). C'est précisément ce que rappelle l'OMS dans les extraits suivants :

« *Les éléments du bien-être objectif comprennent notamment les conditions de vie des personnes et les possibilités de réaliser leur potentiel, qui doivent être équitablement réparties entre tous, sans discrimination d'aucune sorte. La possibilité équitable de jouir d'une bonne santé fait partie du bien-être objectif. Le bien-être subjectif, lui, provient notamment des expériences vécues par les individus dans leur vie propre* ». (OMS et BRE, 2014, p. 95). Ou plus loin : « *le bien-être comporte deux dimensions, l'une subjective et l'autre objective. Il inclut l'expérience personnelle de la vie et une comparaison entre les conditions de vie et les normes et valeurs sociales* ». « *Le bien-être subjectif peut comprendre la sensation générale de bien-être ressentie par une personne, son fonctionnement psychologique, ainsi que sa situation affective. Quant au bien-être objectif et aux conditions de vie, ils sont déterminés par exemple par la santé, l'éducation, l'emploi, les relations sociales, l'environnement (naturel et bâti), la sécurité, l'engagement civique et la gouvernance, le logement et les loisirs* ». (*ibid.*, p. 117).

L'OCDE, qui s'est concentrée initialement surtout sur l'aspect économique et monétaire du bien-être, reconnaît

désormais l'importance de la composante subjective. Cette organisation insiste sur la mesure et l'évaluation du bien-être subjectif et distingue trois composantes qui constituent cet état :

- le bien-être hédonique : autoperception d'autonomie, compétence, but dans la vie, locus de contrôle, c'est-à-dire les dimensions et événements sur lesquels on pense avoir le contrôle ;
- les états positifs et négatifs : expériences de joie, de bonheur, de fierté et d'anxiété, de tristesse, de douleurs ;
- l'évaluation de la vie : satisfaction au travail, sentiment de sécurité.

Le sociologue Jan Delhey souligne l'importance de la dimension subjective du bien-être et les limites des indicateurs objectifs globaux qu'il considère « *sélectifs, incomplets et arbitraires, car ils correspondent davantage aux choix du chercheur qu'à ceux des individus. Beaucoup de ces problèmes peuvent être évités si les personnes elles-mêmes, en tant qu'experts, font un jugement global de leur vie* » (Delhey, 2004, p. 6).

Si la plupart des auteurs s'accordent pour dire que le bien-être subjectif est une combinaison d'un sentiment de bonheur et de satisfaction à l'égard de la vie menée par les individus, les définitions et les indicateurs de mesure ont été, et sont encore, largement discutés. Ruut Veenhoven (Veenhoven, 1984), David Bartram (Bartram, 2012) et Simon Langlois (Langlois, 2014) s'accordent sur le fait que la satisfaction à l'égard de la vie menée comporte une dimension cognitive, tandis que la question du bonheur renvoie à la dimension affective du bien-être. Ces deux indicateurs ne sont donc pas interchangeables, mais fortement corrélés (se déclarer malheureux est peu conciliable avec une haute satisfaction de sa vie). Le psychologue américain Ed Diener considère que « *le bien-être subjectif comprend des niveaux d'affectivité à long terme des personnes, un manque d'effets désagréables et la satisfaction de la vie* » (Diener, 1994, p. 16). Les sociologues Michel Forsé et Maxime Parodi (Forsé et Parodi, 2014) distinguent trois déterminants de la satisfaction à propos de sa propre vie : les ressources de l'individu (financières, mais aussi sur le plan de la santé physique et mentale), l'emploi et la qualité de la vie professionnelle, le sentiment de réussite et la reconnaissance liée au travail et aux projets professionnels, les divers aspects de la vie sentimentale et sociale (couple, enfants, amis, participation à des associations...).

Le bien-être subjectif serait donc une combinaison d'un sentiment de bonheur et de satisfaction à l'égard de sa vie, comprenant différents aspects tels que l'évaluation cognitive de la vie, des émotions positives telles que la joie ou la fierté, mais également la présence – ou l'absence – d'émotions négatives comme la souffrance ou l'inquiétude. Afin de saisir le bien-être dans sa globalité, il est donc nécessaire de prendre en compte ces deux composantes objective et subjective. Le bien-être, principalement dans sa dimension subjective, est une notion qui connaît un important essor, et ce d'autant plus qu'il renvoie, pour un certain nombre de dirigeants politiques et d'entrepreneurs, à l'idée selon laquelle des citoyens plus heureux permettent des sociétés plus performantes économiquement.

Bien-être et sentiment de justice sociale

Plusieurs recherches à visée comparative se proposent de mettre en regard les différentes composantes : objectives et subjectives, individuelles et collectives. Parmi ces travaux, certains sont consacrés au rôle joué par la perception de vivre dans un monde juste ou injuste. Pour les chercheurs qui privilégient cet angle, le bien-être semble aller de pair avec un sentiment de justice sociale. Si les individus ressentent des injustices sociales à leur égard, leur bien-être en est affecté. « *Le sentiment d'être l'objet de discrimination ne joue-t-il pas un rôle dans le sentiment de bien-être ? Comment la place occupée par son groupement social dans la société et le traitement qui lui est accordé affectent-ils le sentiment de bien-être ?* » s'interroge Simon Langlois (2014, p. 391). Pour étayer ses questionnements, le sociologue avance notamment la question de la répartition relative des revenus. Si les ménages, en particulier de la classe moyenne, ressentent un sentiment d'injustice par rapport à leur niveau de revenus (celui de « *ne pas recevoir leur juste part au sein de la société* ») alors leur sentiment de bien-être s'en trouve affecté. « *Pour cerner le bien-être, il faudrait non seulement analyser le revenu réel mais aussi la perception que chacun en a ou, encore, les représentations qui lui sont associées* » (*ibid.*, p. 400). M. Forsé et M. Parodi montrent que c'est surtout la comparaison entre sa situation et celle des autres qui fonde ce sentiment de justice sociale. Ils distinguent ainsi la macrojustice, portée par les individus sur l'ensemble de leur société, et la microjustice qui renvoie à leur situation personnelle par rapport à celle des autres. Les auteurs signalent que « *la satisfaction est (aussi) affaire de comparaison* » par rapport aux autres (Forsé et Langlois, 2014).

À partir de l'enquête Perception des inégalités et sentiments de justice (PISJ) réalisée en France en 2009, Gianluca Manzo

avance les questionnements suivants : « *le revenu exerce-t-il un effet sur le bonheur par lui-même ou le fait-il plutôt à travers les comparaisons qu'il stimule chez les individus ?* ». « *Dans quelle mesure le revenu agit-il en alimentant des comparaisons avantageuses – pour ceux qui sont en haut – et désavantageuses – pour ceux qui sont en bas ?* » (Manzo, 2011, p. 175). Les résultats de l'enquête ont notamment permis de montrer que, plus l'enquêté a le sentiment de vivre dans une société juste et a le sentiment que son salaire est juste, plus son niveau de satisfaction est élevé. Le sentiment de justice – ou d'injustice – sociale est presque toujours associé à une comparaison de sa situation personnelle à celle des autres. Dans les études sur le bien-être, de nombreux auteurs se sont penchés sur cet aspect, estimant qu'il s'agit là d'une composante importante pour le bien-être des individus (Senik, 2014). Rafael Di Tella (Tella *et al.*, 2003) a ainsi mis en évidence que, lorsque le taux de chômage est élevé, le bonheur des individus est moindre, même pour ceux ayant déjà un emploi, dans le sens où le risque de le perdre est plus élevé et qu'une crainte s'installe même chez ceux qui ont un emploi stable. On pourrait en déduire que, lorsque le taux de chômage est élevé, les chômeurs se sentent moins seuls et ont moins l'impression que la perte de leur emploi est la conséquence d'un échec personnel. On perçoit ici les conséquences des effets de la comparaison de sa situation à celle d'autrui, au sens où une situation individuelle est moins mal vécue si elle est partagée par beaucoup d'autres.

Conclusion

Se comparer aux autres peut sembler un trait de la nature humaine. Ce trait a cependant aussi une composante culturelle. Les recherches recensées ici montrent ainsi que si les individus ressentent une certaine justice sociale, qu'elle soit d'un niveau macro ou micro, et si les aspirations et les attentes des individus sont respectées, alors ceux-ci ont tendance à être plus heureux. En revanche, une sensation d'injustice sociale, mais aussi un sentiment de privation, conduisent à des niveaux de bien-être beaucoup moins élevés, d'où l'importance de ne pas se concentrer uniquement sur les aspects dits « objectifs » du bien-être. Les sentiments de justice sociale ou de privation, les niveaux d'attentes et d'aspirations exprimés par les individus ou encore le fait de se comparer socialement sont des dimensions qui ne peuvent se mesurer de manière objective, avec des indicateurs chiffrés et scientifiquement stables. Un des défis des travaux contemporains réside dès lors dans la comparabilité des

données recueillies, que ces données soient « objectives » ou subjectives⁽⁵⁾.

Afin de conclure cette revue de littérature, il convient également de mentionner les nombreuses recherches qui critiquent les aspects normatifs de cette préoccupation du bonheur et du bien-être (Ahmed, 2010 ; Cederström, 2019 ; Frawley, 2015 ; Graham, 2011 ; Illouz et Cabanas, 2018 ; Wilson, 2008). Cette littérature pointe non seulement les effets des injonctions au bonheur que formulent les experts en la matière, les travers des usages politiques qui sont faits de cette « science du bonheur » et, en particulier, de la psychologie positive, mais surtout la vision individualisante qu'elle privilégie et promeut. Le chemin de l'accès au bonheur est devenu un marché conforme à l'idéologie néolibérale qui domine tous les secteurs de la vie sociale, depuis l'école au marché du travail⁽⁶⁾.

Bibliographie

- Ahmed S., 2010, *The promise of happiness*, Durham, NC London, Duke University Press.
- Allardt E., 1976, *Hyvinvoinnin ulottuvuusia*, Porvoo, WSOY.
- Allardt E., 1993, Having, Loving, Being: An alternative to the swedish model of welfare research, in Nussbaum M., A. Sen A. (dir.), *The quality of life*, Oxford University Press, p. 88-94.
- Aschauer W., 2014, Societal well-being in Europe from theoretical perspectives to a multidimensional measurement, *L'Année sociologique*, vol. 64, n° 2, p. 295.
- Bartram D., 2012, Elements of a sociological contribution to happiness studies: Sociology and happiness studies, *Sociology Compass*, vol. 6, n° 8, p. 644-656.
- Boarini R., Johansson A., Mira d'Ercole M., 2006, Les indicateurs alternatifs du bien-être, *Cahiers Statistiques de l'OCDE*, n° 11, p. 1-8.
- Campbell A., Converse P. E., Rodgers W. L., 1976, *The quality of american life: Perceptions, evaluations and satisfactions*, New York, NY, US, Russell Sage Foundation.
- Cederström C., 2019, *The happiness fantasy* (First published.), Cambridge, UK Medford, MA: Polity Press.
- Delhey J., 2004, *Life satisfaction in an enlarged Europe european Foundation for the improvement of living and working Conditions*, Luxembourg, Office for Official Publications of the European Communities.
- Di Tella R., MacCulloch R. J., Oswald A. J., 2003, The macroeconomics of happiness, *Review of Economics and Statistics*, vol. 85, n° 4, p. 809-827.
- Diener E., 1994, Assessing subjective well-being: Progress and opportunities, *Social Indicators Research*, vol. 31, n° 2, p. 103-157.
- Duncan G., 2014, Politics, paradoxes and pragmatics of happiness, *Culture, Theory and Critique*, vol. 55, n° 1, p. 79-95.
- Duvoux N., Tenret E., Vezinat N., 2011, Retrouver le sens de la vie sociale? entretien avec Michèle Lamont, *La Vie des idées*.
- Easterlin R. A., 1974, Does economic growth improve the human lot? Some empirical evidence. *Nations and households in economic growth*, Elsevier, p. 89-125.
- Forsé M., Langlois S. (dir.), 2014, *Sociologie du bien-être, L'Année sociologique*, vol. 64, n° 2.
- Forsé M., Parodi M., 2014, Bien-être subjectif et sentiment de justice sociale, *L'Année sociologique*, vol. 64, n° 2, p. 359-388.
- Frawley A., 2015, *Semiotics of happiness: Rhetorical beginnings of a public problem. Advances in semiotics*, London, Bloomsbury Academic, An imprint of Bloomsbury Publishing Plc.
- Généreux J., 2003, La quête illusoire d'une fonction de bien-être social, *Alternatives économiques*, n° 218, octobre.
- Graham C., 2011, *The pursuit of happiness: An economy of well-being*, Washington DC, Brookings Institution Press; 1st edition (22 juin 2011).
- Hall P. A., Lamont M., 2009, *Successful Societies: How Institutions and Culture Affect Health*. Edited by Peter A. Hall and Michèle Lamont, Cambridge: Cambridge University Press, 2009. 358 p. *Perspectives on politics*, vol. 8, n° 03, p. 971-972.
- Halleröd B. et Seldén D., 2013, The multi-dimensional characteristics of wellbeing: How different aspects of well-being interact and do not interact with each other, *Social Indicators Research*, vol. 113, n° 3, p. 807-825.
- Haybron D. M., 2008, *The pursuit of unhappiness: The elusive psychology of well-being*, Oxford, Oxford University Press.
- Illouz E., Cabanas E., 2018, *Happycratie : comment l'industrie du bonheur a pris le contrôle de nos vies* (F. Joly, Trad.), Paris, Premier Parallèle.

(5) Voir la contribution de Wolfgang Aschauer à ce numéro p. 15.

(6) Voir les comptes rendus de lectures critiques en fin de ce numéro.

Johansson S., 1970, *The level of living approach*, Stockholm, Fritzes.

Krueger A. B., Kahneman D., Schkade, D., Schwarz N., Stone A. A., 2009, National time accounting: The currency of life, in Krueger A. B. (dir.), *Measuring the subjective well-being of nations: National accounts of time use and well-being*, Chicago, University of Chicago Press, p. 9-86.

Langlois S., 2014, Bonheur, bien-être subjectif et sentiment de justice sociale au Québec, *L'Année sociologique*, vol. 64, n°2, p. 389.

Layard, P. R. G. , 2006, *Happiness: Lessons from a new science*. London : Penguin.

Manzo G., 2011, Satisfaction personnelle, comparaisons et sentiments de justice, in Forsé M., Galland O. (dir.), *Les Français face aux inégalités et à la justice sociale*, Paris, Armand Colin, p. 171-178.

Neff D. F., Olsen W. K., 2007, Measuring subjective well-being from a realist viewpoint, *Methodological Innovation Online*, vol. 2, n° 2, p. 44-66.

Organisation mondiale de la santé (OMS) et Bureau régional de l'Europe (BRE), 2014, *Rapport sur la santé en Europe 2012 : la quête du bien-être*, Copenhague, OMS-BRE.

Pareto V., 1905, L'individuel et le social, *Congres international de philosophie – II^e session*, p. 125-131.

Pawin R., 2014, Le bien-être dans les sciences sociales : naissance et développement d'un champ de recherches, *L'Année sociologique*, vol. 64, n° 2, p. 273-274.

Pawin R., 2013 a, *Histoire du bonheur en France depuis 1945*, Paris, Robert Laffont.

Pawin R., 2013 b, La conversion au bonheur en France dans la seconde moitié du 20^e siècle, *Vingtième siècle, Revue d'histoire*, vol. 118, n° 2, p. 171-184.

Senik C., 2014, *L'économie du bonheur*, Paris, Seuil.

Stiglitz J. E., Sen A., Fitoussi J.-P., 2009, *Rapport de la Commission sur la mesure des performances économiques et du progrès social*, ministère de l'Économie, de l'Industrie et de l'Emploi, Paris, La Documentation française, collection Rapports publics, p. 324.

Veenhoven R., 1984, *Conditions of happiness*, Dordrecht, Springer Netherlands.

Wilson E. G., 2008, *Against happiness: In praise of melancholy*, London, Sarah Crichton Books.

World Health Organization (WHO), 1985, *Constitution de l'OMS*.