



Le bonheur des Belges

par Philippe DEFEYT - septembre 2019

NB : Ce texte est la synthèse d'une note plus complète (qui reprend toutes les références) disponible [ici](#).

*« Je suis heureuse et je le sais... »,
Clara Luciani*

*« La rage de vouloir conclure est une des manies les plus funestes et les plus stériles qui appartiennent à l'humanité. Chaque religion et chaque philosophie a prétendu avoir Dieu à elle, toiser l'infini et connaître la recette du bonheur. Quel orgueil et quel néant ! Je vois, au contraire, que les plus grands génies et les plus grandes œuvres n'ont jamais conclu. »,
Gustave Flaubert*

*« Puisque je ne peux malheureusement pas vous donner le bonheur, puissé-je au moins vous aider à le trouver. »,
Teilhard de Chardin*

Introduction

Les études sur le "bonheur" ont connu un important développement depuis une trentaine d'années, stimulé, notamment, par les travaux de Daniel Kahneman (psychologue, prix Nobel d'économie en 2002).

Ces études prennent appui sur les résultats d'enquêtes qui posent des questions du type :

- « Tout bien considéré, diriez-vous que vous êtes... (i) Très heureux, (ii) Assez heureux, (iii) Pas très heureux, (iv) Pas heureux du tout, (v) Ne sait pas. »
- « Dans l'ensemble, dans quelle mesure êtes-vous satisfait de votre vie actuelle ? Utilisez (l'échelle suivante), où 0 signifie tout à fait insatisfait et 10 tout à fait satisfait. » **NB** : L'échelle de 0 à 10 est connue dans la littérature comme l'échelle de Cantril.

Pour aller à l'essentiel à propos des questions méthodologiques souvent soulevées, il est incontestable que « Nous disposons aujourd'hui d'un cadre méthodologique faisant des questions directes sur le bonheur ou la satisfaction de vie un instrument de mesure satisfaisant du bien-être subjectif. » Cependant, trop souvent Satisfaction de vie et Bonheur sont confondus : on utilise parfois le mot "bonheur" même quand une enquête ne mesure que la "satisfaction de vie". On peut expliciter plus avant ces deux notions de la manière suivante :

- « La satisfaction de vie peut se comprendre comme le résultat d'une évaluation de la plus ou moins grande conformité des réalités objectives du moment (dans les principaux domaines de l'existence) par rapport aux attentes, aux aspirations de l'individu; elles-même fortement influencées par les normes sociales.
- Le bonheur est une notion plus vague encore et toutes les grandes philosophies et sagesses en proposent une conception différente. On pourrait dire, que contrairement à la notion de satisfaction qui porte sur des réalités objectives déterminées socialement et donc à un instant donné, le bonheur résulte d'une évaluation de la qualité des relations que le moi entretient avec les autres et de l'accord entre le moi réel et le moi idéal.

En résumé, la satisfaction de vie est beaucoup plus dépendante des conditions objectives et donc plus

susceptible de varier en fonction de la conjoncture et des événements de la vie courante que le bonheur, qui est lui davantage influencé par l'héritage génétique et familial de l'individu, la façon dont il a été et s'est construit lui-même. Le bonheur est donc un état beaucoup moins sensible aux conditions matérielles et sociétales et donc à la conjoncture socio-économique. » Cette plus grande stabilité apparaît clairement dans plusieurs graphiques suivants.

Les résultats de nombreuses enquêtes montrent que « les deux mesures sont très liées, mais pas identiques : des pays partageant un même score sur une mesure peuvent avoir des scores très différents dans l'autre. Ces écarts reflètent les deux aspects fondamentaux d'une bien-être : le côté émotionnel d'une part, le côté rationnel et cognitif d'autre part. La distinction entre ces deux côtés n'est évidemment pas absolue, et les deux questions se recouvrent sur un certain nombre d'aspects. De ce fait, il est courant de construire des index de bien-être qui sont de simples moyennes de plusieurs questions relatives au bien-être. »

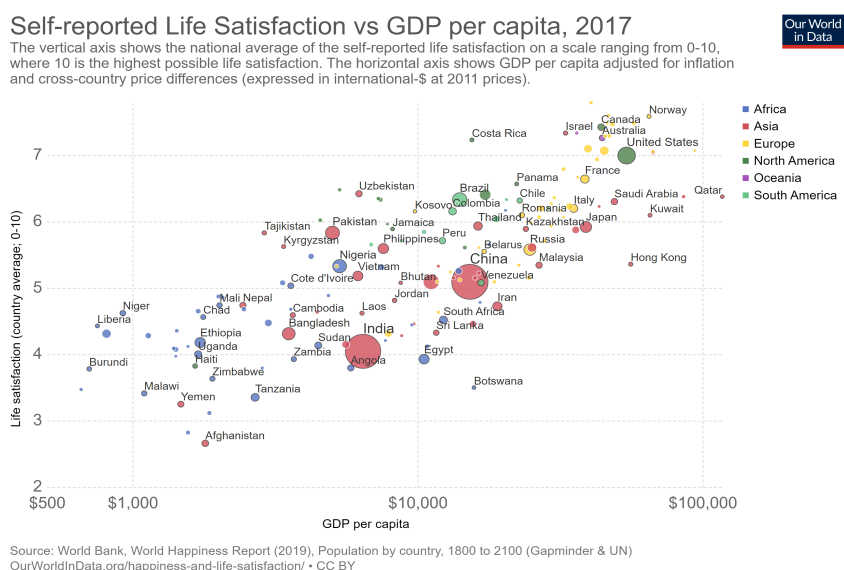
Les résultats des questions centrales (bonheur et/ou satisfaction), présentés sous forme de moyenne et/ou en retenant le pourcentage des répondants qui se déclarent, par exemple, *plutôt heureux (très concrètement on retient ceux qui répondent Très heureux et Assez heureux)*, peuvent en effet :

- servir à proposer des comparaisons internationales et/ou entre régions d'un même pays ;
- servir à mesurer des évolutions chronologiques ;
- être mises en perspectives avec d'autres variables :
 - indicateurs "objectifs" (revenus, âge, éducation, genre, avec ou sans emploi...)
 - indicateurs reflétant les comportements (ex : intensité de l'activité sociale), avis, opinions, affects, ressentis et sentiments des personnes interrogées (ex : estimez-vous que l'on peut faire confiance aux gens ?, où vous situez vous sur l'échelle gauche-droite ?, vous intéressez-vous à la politique ?, avez-vous vécu une contrariété au cours de la semaine écoulée ?...)

Deux illustrations des mises en perspective que propose la littérature sur le bien-être :

- une comparaison internationale entre le niveau de satisfaction de vie (moyenne nationale des réponses de positionnement sur l'échelle de Cantril) et la prospérité économique par tête ;

Satisfaction de vie et PIB par tête (= échelle logarithmique !)



- la mise en perspective (tableau croisé ou graphique), pour un pays donné, d'un indicateur de bien-être et d'un indicateur de santé mentale ; « Évidemment, la relation entre santé mentale et bien-être fonctionne dans les deux sens : les personnes affectées de troubles mentaux ont des raisons d'être moins heureuses, mais aussi les personnes malheureuses ont très probablement plus de chances de développer des troubles mentaux. L'association entre les

deux n'en demeure pas moins un élément fondamental pour qui veut agir sur l'une ou l'autre. »

Le bonheur des Belges : quelques indicateurs essentiels

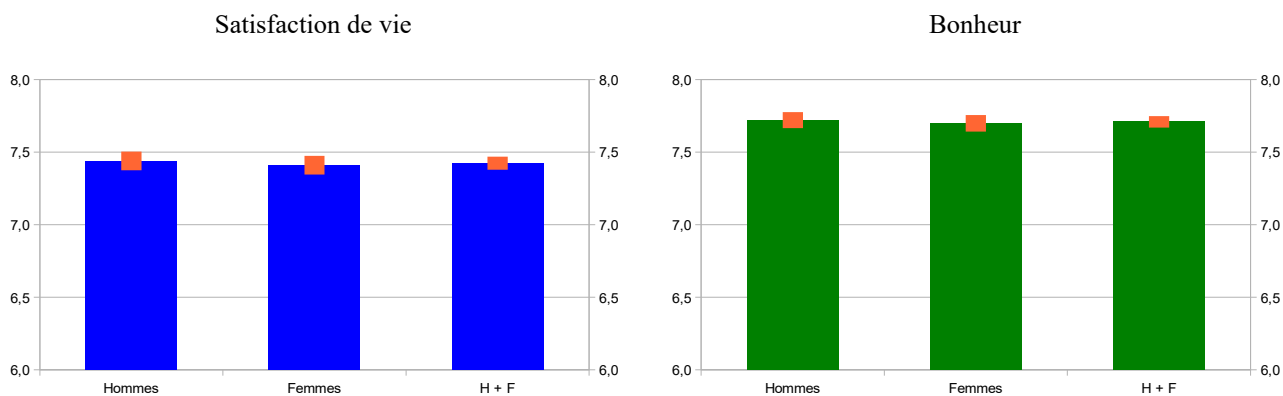
Après ce rappel général, la suite de cette note vise à "quantifier" la situation en Belgique (et dans ses trois régions) sur base des trois plus récentes vagues de l'European Social Survey.

Note méthodologique : Les intervalles de confiance sont indiqués par des traits en orange. Ils sont calculés en faisant l'hypothèse d'une distribution normale alors qu'il s'agit d'un échantillonnage stratifié. Mais cette approximation est acceptable.

Le graphique et le tableau suivants donnent les scores moyens pour la satisfaction de vie et le bonheur, en distinguant les hommes et les femmes. Il confirme d'autres observations : le bonheur score plus haut que la satisfaction de vie et les différences hommes-femmes ne sont pas significatives. Les questions posées sont les suivantes (réponse sur une échelle de 0 à 10) :

- Dans l'ensemble, dans quelle mesure êtes-vous satisfait de votre vie actuelle ?
- Tout bien considéré, dans quelle mesure diriez-vous que vous êtes heureux ?

Satisfaction de vie et Bonheur – par genre

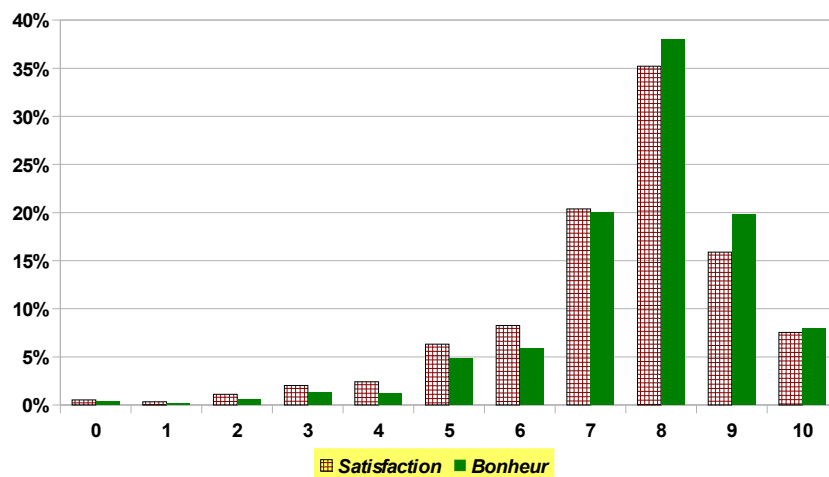


Satisfaction de vie et Bonheur – scores moyens

	Hommes	Femmes	Total
Satisfaction	7,44	7,41	7,42
Bonheur	7,72	7,70	7,71

Il faut rappeler que derrière les moyennes se cachent des distributions qui vont de 0 à 10. Voici la distribution des réponses, en pourcentage du total, pour la satisfaction de vie et le bonheur.

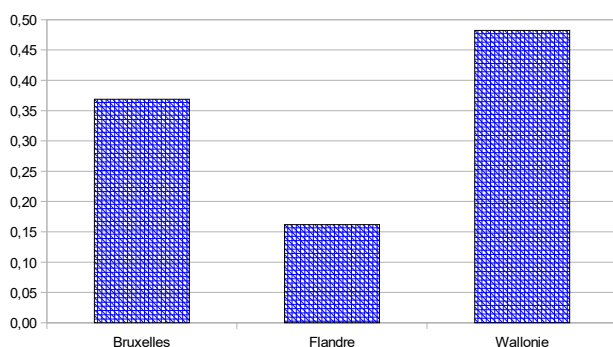
Satisfaction de vie et Bonheur – distribution des réponses sur l'échelle de Cantril – en % du total



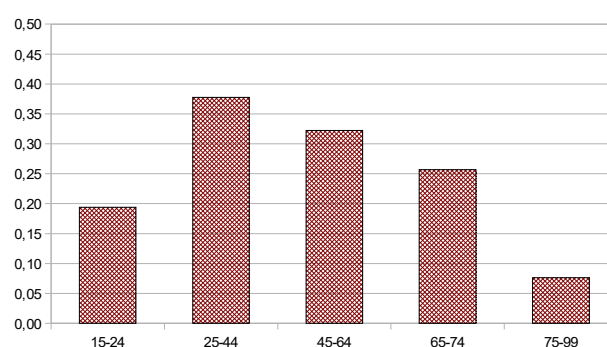
On notera encore que si l'écart global entre le score moyen de satisfaction et celui de bonheur est globalement modeste (de l'ordre de 0,3), il peut varier (sensiblement) entre sous-groupes d'individus.

Écarts entre le bonheur moyen et la satisfaction moyenne

En fonction de la région



En fonction de l'âge

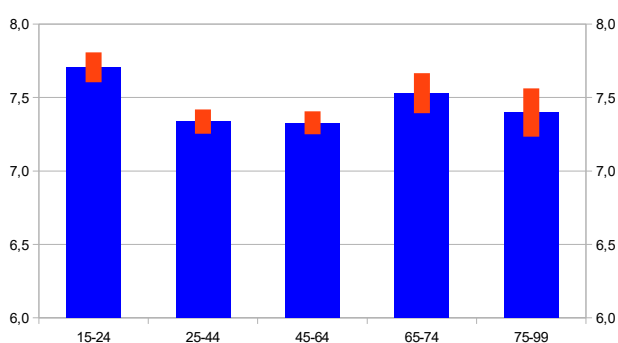


Pour le surplus, il est bien connu que le niveau moyen de satisfaction ou de bonheur varie en fonction de diverses caractéristiques des individus au sein d'un pays donné. Les graphiques suivants, confirmant le plus souvent les observations d'autres études, montrent que :

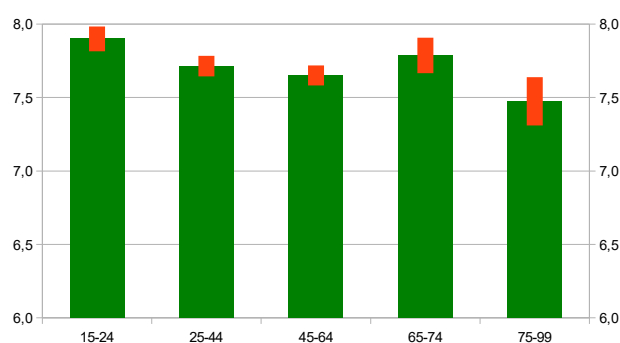
- les niveaux de satisfaction de vie et de bonheur baissent à partir de l'entrée dans la vie active pour remonter à l'âge de la retraite ; la satisfaction et le bonheur en particulier se tassent cependant chez les plus âgés (75 ans et plus) ;
- les niveaux de satisfaction et de bonheur augmentent avec les revenus, mais cette hausse s'arrête entre les 4ème et 5ème quintiles pour ce qui est du bonheur ;
- les personnes qui vivent seules sont moins satisfaites et moins heureuses que les personnes vivant à plusieurs (peu de variations entre les ménages de 2 personnes ou plus) ; les personnes vivant dans de très grands ménages (5 personnes ou plus) semblent particulièrement heureuses ;
- les scores de satisfaction de vie et de bonheur en Wallonie sont inférieurs à ceux de la Flandre ; les différences entre la Wallonie et Bruxelles sont faibles ; les écarts sont moins marqués pour le bonheur que pour la satisfaction de vie.

Satisfaction de vie et Bonheur – par âge

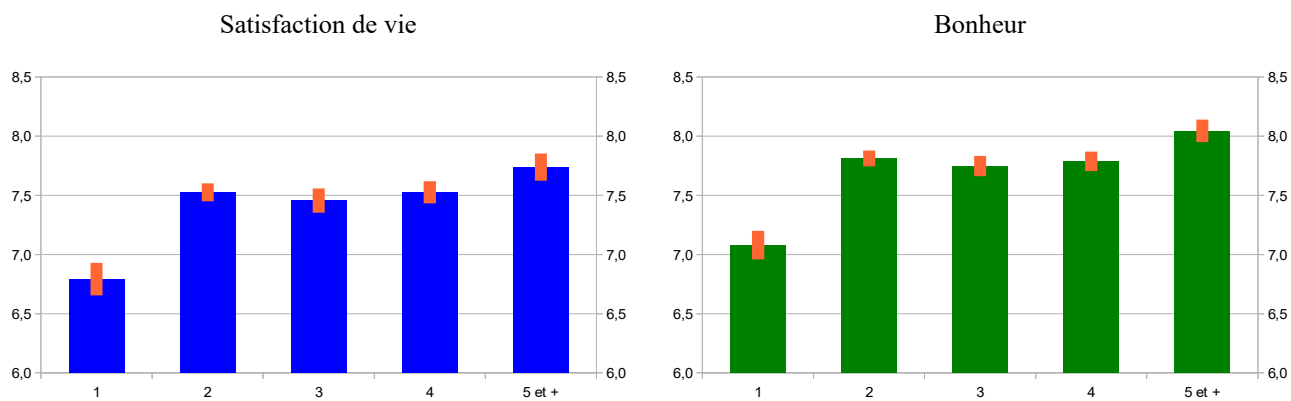
Satisfaction de vie



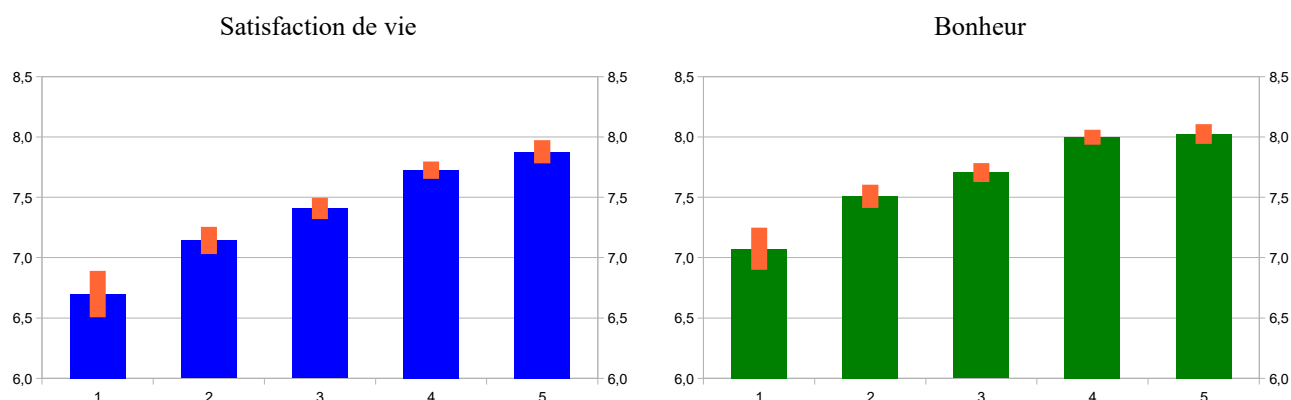
Bonheur



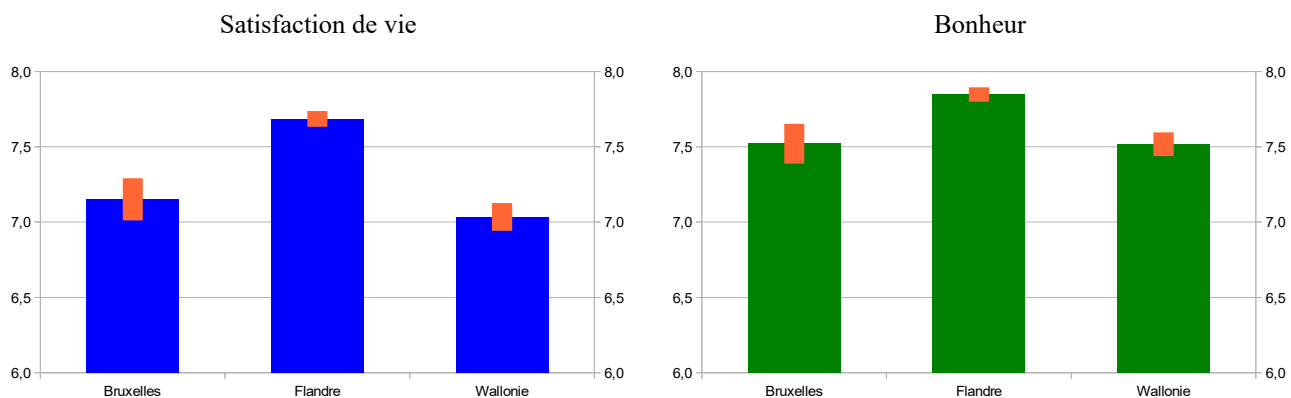
Satisfaction de vie et Bonheur – en fonction de la taille du ménage



Satisfaction de vie et Bonheur – par quintile de revenus



Satisfaction de vie et Bonheur – par région



Le bonheur des Belges : des mises en perspective

Dès le départ les études sur le bien-être ont essayé de mettre en valeur des "déterminants" du niveau de satisfaction de vie ou de bonheur.

Voici quelques mises en perspective :

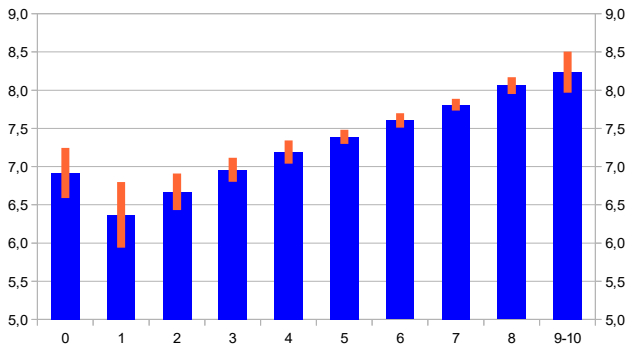
- le lecteur trouvera ci-après 12 graphiques précédés d'un bref commentaire
- les scores de satisfaction de vie et de bonheur sont en ordonnée.

* * *

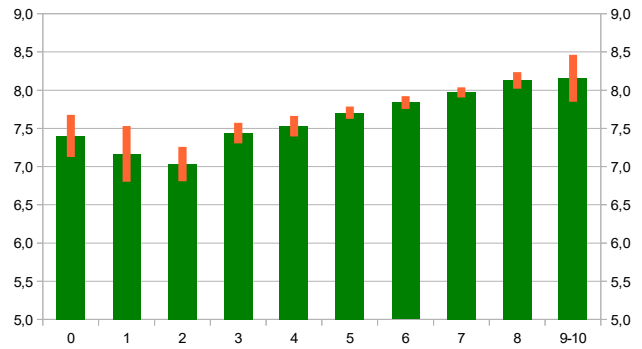
1. Les personnes qui font confiance aux autres tendent à être plus satisfaites et plus heureuses. Cependant, ce constat ne vaut pas quand on passe d'une confiance nulle à une confiance réduite.

Satisfaction de vie et Bonheur versus Confiance dans les autres

Satisfaction de vie



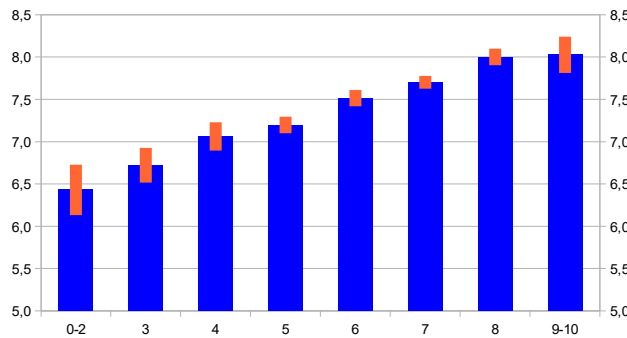
Bonheur



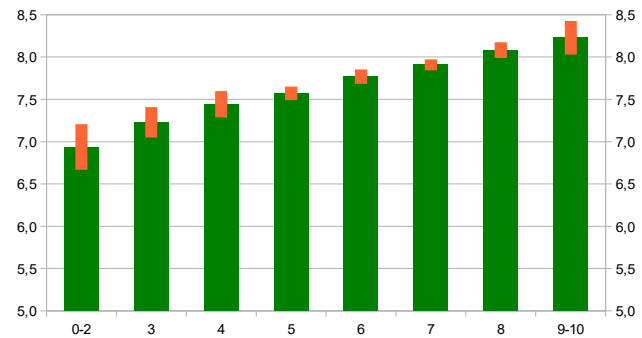
2. Les personnes qui estiment que la plupart des gens essaient de rester corrects plutôt que d'en profiter tendent à être plus satisfaites et plus heureuses. Le score de satisfaction de vie tend à se stabiliser en haut de l'échelle de "correction".

Satisfaction de vie et Bonheur versus Correction (estimée) des autres (les autres sont-ils plus ou moins corrects à mon égard?)

Satisfaction de vie



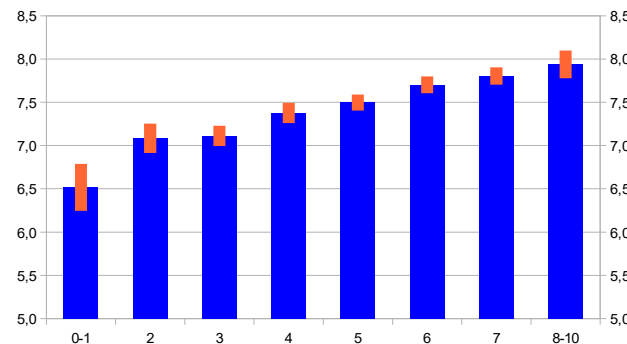
Bonheur



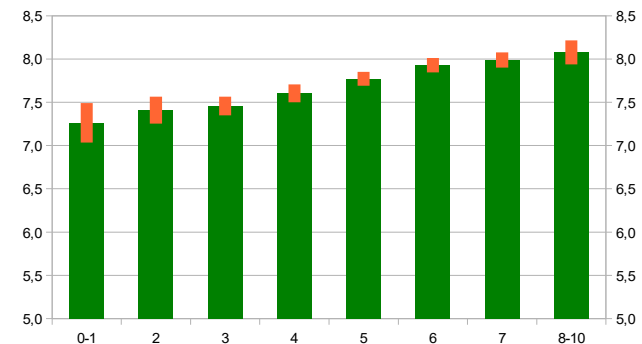
3. Les personnes qui estiment que les gens (les autres) tentent d'être utiles plutôt que de se préoccuper (le plus souvent) d'eux-mêmes tendent à être plus satisfaites et plus heureuses.

Satisfaction de vie et Bonheur versus Serviabilité (estimée) des autres (les autres sont-ils plus ou moins disposés à aider ou plutôt tournés vers eux-mêmes?)

Satisfaction de vie



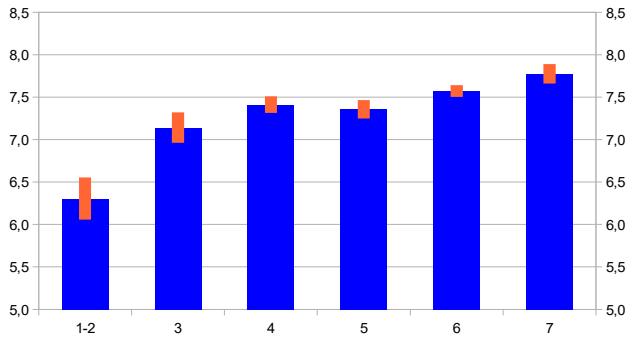
Bonheur



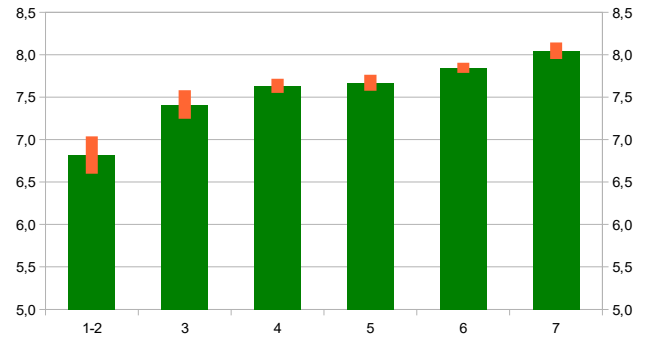
4. Les personnes qui ont – en dehors du travail – beaucoup de contacts sociaux tendent à être plus satisfaites et plus heureuses. L'augmentation du score de satisfaction moyen est particulièrement marquée quand on passe de très peu de contacts sociaux à au moins 2 contacts sociaux par mois mais relativement modeste quand l'intensité des contacts sociaux s'accroît.

Satisfaction de vie et Bonheur versus Intensité des contacts sociaux

Satisfaction de vie



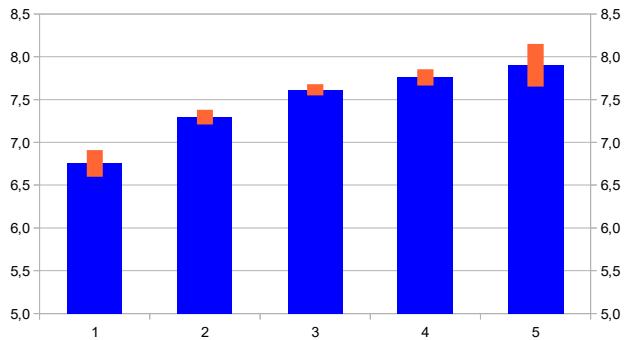
Bonheur



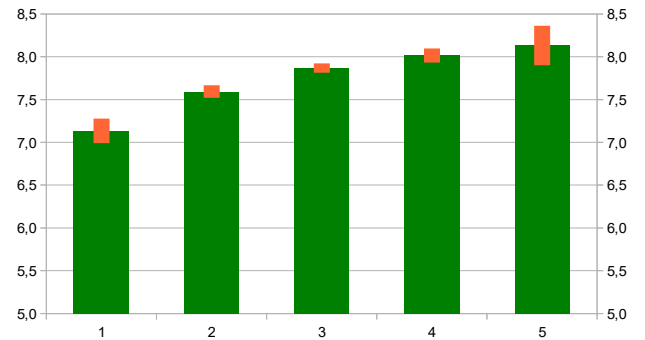
5. Les personnes qui estiment participer à beaucoup d'activités sociales – comparativement à des personnes du même âge – tendent à être plus satisfaites et plus heureuses.

Satisfaction de vie et Bonheur versus Intensité des activités sociales

Satisfaction de vie



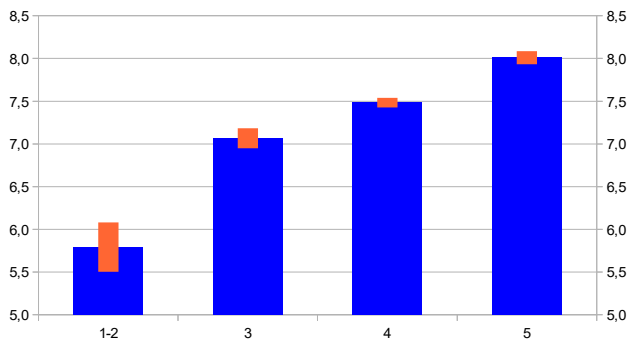
Bonheur



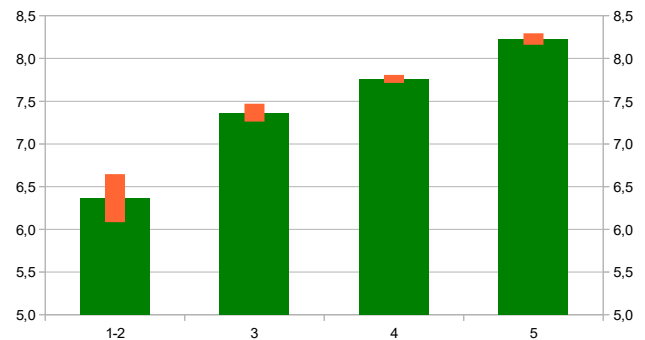
6. Les personnes qui estiment être en bonne santé ont tendance à être plus satisfaites et plus heureuses. L'augmentation du score de satisfaction moyen est particulièrement marquée quand on passe d'un état de santé médiocre à un état de santé moyen.

Satisfaction de vie et Bonheur versus Santé subjective

Satisfaction de vie

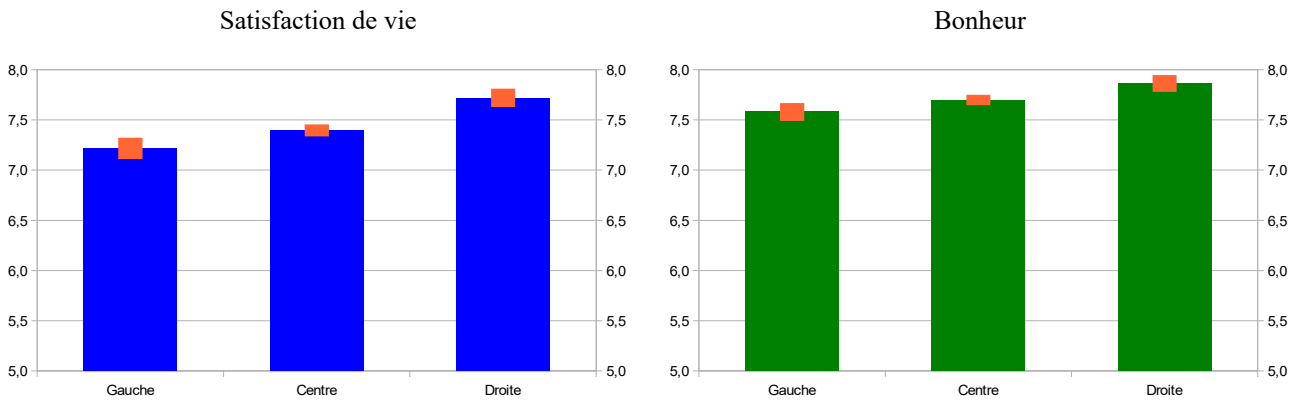


Bonheur



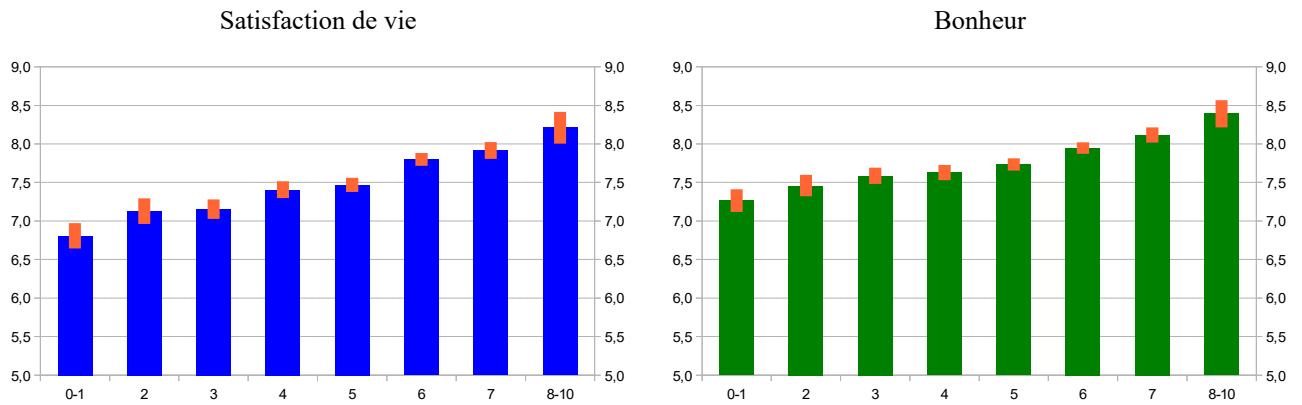
7. Les personnes qui se déclarent être de droite tendent à être plus satisfaites et plus heureuses que celles qui se déclarent de gauche.

Satisfaction de vie et Bonheur sur l'Axe Gauche-Droite



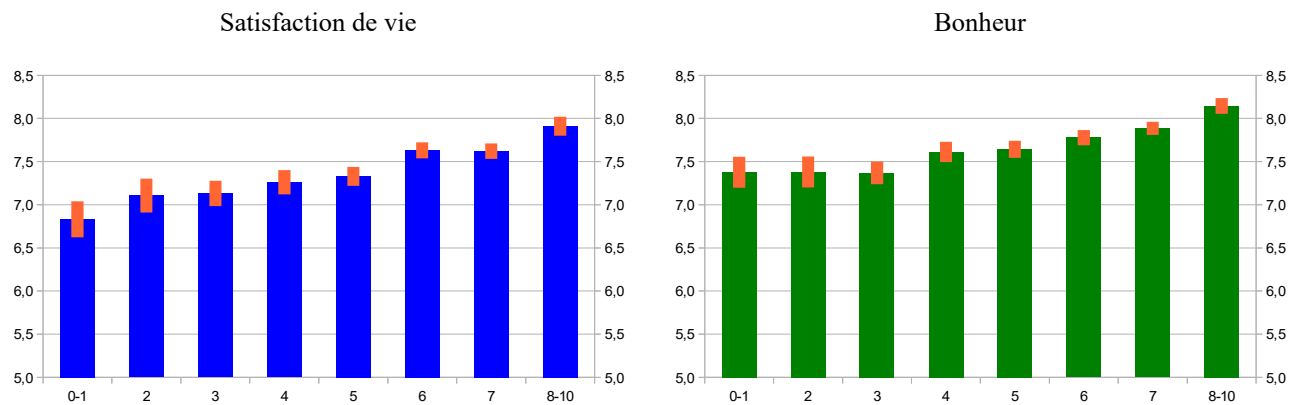
8. Les personnes qui font confiance aux hommes-femmes politiques tendent à être plus satisfaites et plus heureuses.

Satisfaction de vie et Bonheur versus Confiance dans les politiciens



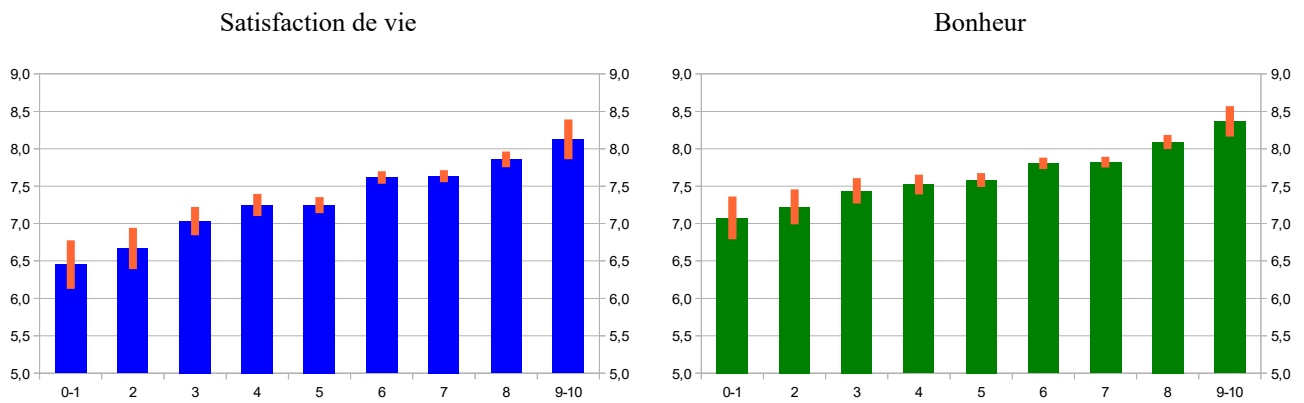
9. Les personnes qui ont confiance en la justice tendent à être plus satisfaites et plus heureuses.

Satisfaction de vie et Bonheur versus Confiance dans la justice



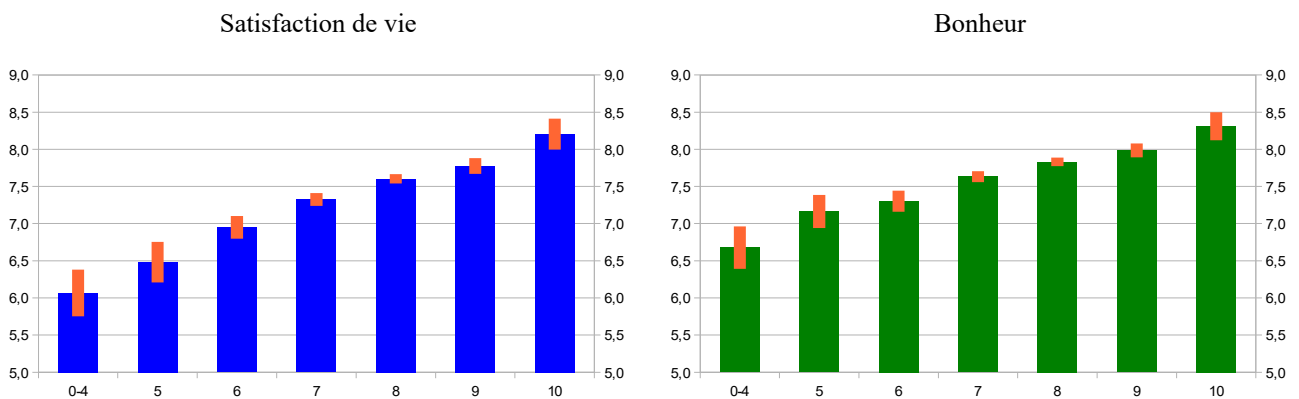
10. Les personnes que estiment que la démocratie en Belgique fonctionne bien tendent à être plus satisfaites et plus heureuses.

Satisfaction de vie et Bonheur versus Satisfaction par rapport à la démocratie



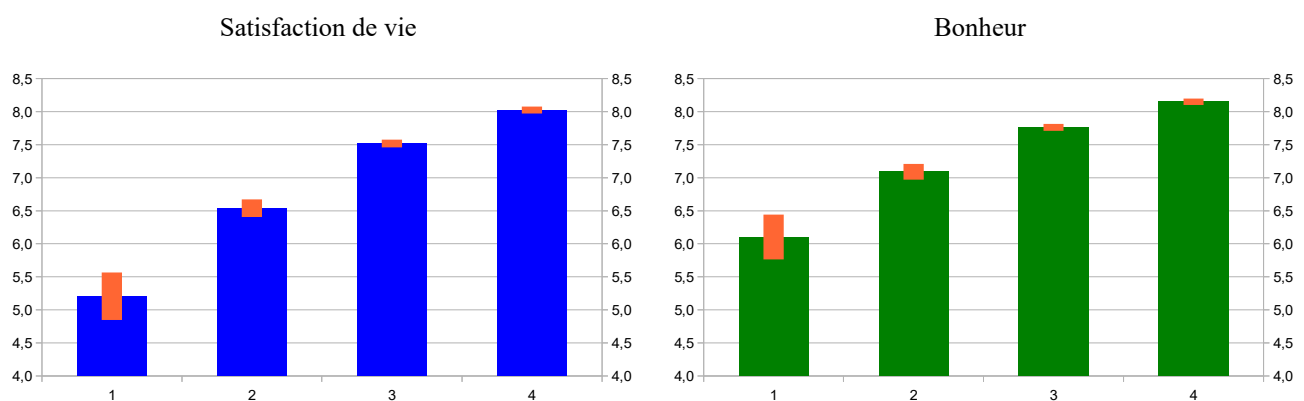
11. Les personnes qui estiment bon l'état des services de santé en Belgique tendent à être plus satisfaites et plus heureuses.

Satisfaction de vie et Bonheur versus Satisfaction par rapport au système de santé



12. Les personnes qui estiment que leur revenu actuel leur permet de « bien » vivre tendent à être plus satisfaites et plus heureuses.

*Satisfaction de vie et Bonheur versus Appréciation des finances du ménage
(1 = Très difficile avec le revenu actuel > 4 = Très confortable avec le revenu actuel)*



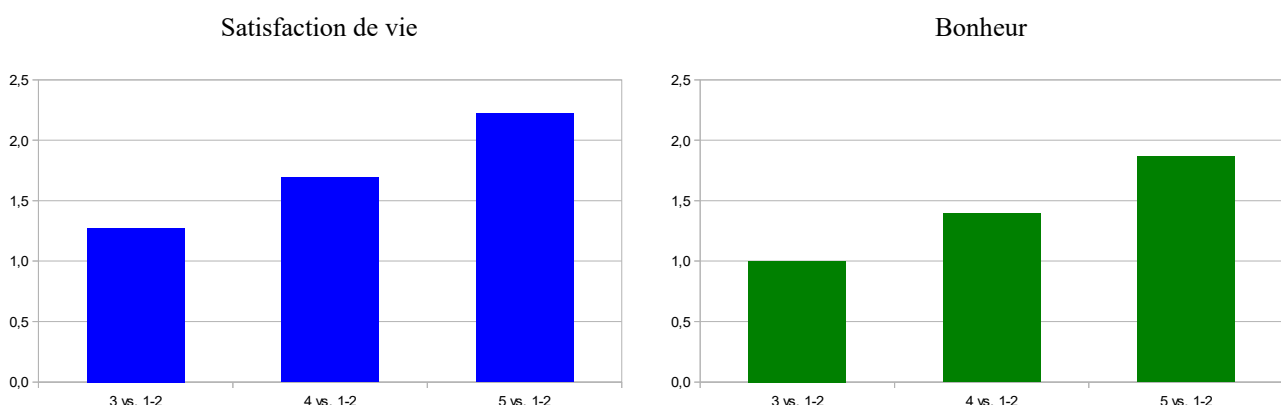
Ces constats méritent quelques commentaires :

- Les corrélations mises en évidence ne sont pas automatiquement des causalités, directes en tout cas ; c'est la raison principale pour laquelle j'ai utilisé la formule « tendent à ... » ci-dessus. En matière de satisfaction de vie et de bonheur il est en effet difficile d'établir des causalités, les influences éventuelles pouvant être bi-directionnelles. Illustrations : est-on satisfait/heureux parce qu'on fait confiance aux autres ou a-t-on tendance à faire confiance

aux autres parce qu'on est satisfait/heureux ? ; est-on satisfait/heureux parce qu'on a beaucoup d'activités sociales ou a-t-on beaucoup d'activités sociales parce qu'on est satisfait/heureux ? ; être satisfait ou heureux ne conduit-il pas à plus facilement estimer que son revenu est "confortable" tout comme on peut supposer qu'un revenu jugé "confortable" influence positivement la satisfaction de vie et le bonheur ? . L'hypothèse la plus probable est que les interactions sont bidirectionnelles, mais ne jouent pas nécessairement avec la même intensité ni sur les mêmes leviers.

- Reste à interpréter les causalités quand elles peuvent être établies. Il faut pour cela décoder des réalités sociologiques et psychologiques qui, par essence, ne sont pas évidentes à décrypter. Illustration : être de gauche rend-t-il malheureux ou être malheureux rend-t-il de gauche ?
 - Hypothèse 1: Par définition, être de gauche, c'est ne pas être satisfait du monde tel qu'il est, un sentiment qui n'est partagé qu'avec ceux de l'extrême droite. La droite modérée est plutôt conservatrice, donc satisfaite de l'état des choses.
 - Hypothèse 2: Je ne suis pas satisfait de mon sort, je veux donc changer l'état des choses donc je suis à gauche ou à la droite extrême.
- La seconde raison pour laquelle j'ai utilisé l'expression « tendent à ... » est que les scores de satisfaction et de bonheur indiqués dans les graphiques ci-dessus sont des moyennes, basées sur une distribution de réponses s'étalant de 0 à 10. Il est donc faux de penser, par exemple, qu'une bonne santé rend plus satisfait et plus heureux ; si un lien de causalité peut être établi il s'agit tout au plus de pouvoir dire : un bon état de santé contribue à rendre certaines personnes plus satisfaites et plus heureuses.
- D'une manière générale on constate que les gens se déclarent moins malheureux qu'ils ne s'estiment insatisfaits. Autrement dit on peut établir comme règle – certes grossière mais règle quand même – qu'au plus une sous-population se déclare insatisfaite au plus elle tend à grimper sur l'échelle du bonheur, impliquant une forme de "rattrapage" partiel. Traduction graphique : les écarts des extrêmes en matière de bonheur sont le plus souvent inférieurs aux écarts de satisfaction de vie. Illustration : sur les graphiques ci-après on observe que l'écart de satisfaction de vie moyenne entre un état de santé (très) médiocre et un excellent état de santé est de 2,22 ; cet écart est de 1,86 pour ce qui est du score moyen de bonheur.

Satisfaction de vie et Bonheur versus Santé subjective – Écarts du niveau moyen par rapport au niveau moyen de ceux et celles qui déclarent une santé (très) médiocre



Toute règle connaît des exceptions. 18% des personnes déclarent un niveau de bonheur inférieur à leur niveau de satisfaction. Exemple : 11% des gens qui déclarent un niveau de satisfaction de vie de 7 déclarent un niveau de bonheur inférieur à 7.

- Un examen attentif des graphiques permet encore de constater que
 - les "relations" entre variables ne sont pas nécessairement linéaires et connaissent parfois des discontinuités dans l'allure générale ;

- les personnes très satisfaites et/ou très heureuses semblent avoir un "comportement" qui souvent dénote ; illustration : les personnes qui déclarent un niveau de satisfaction de 10 font moins confiance aux autres que celles qui déclarent un niveau de satisfaction de 9 ; aucune explication valable n'a été trouvée.

Le bonheur des Belges : la dimension régionale

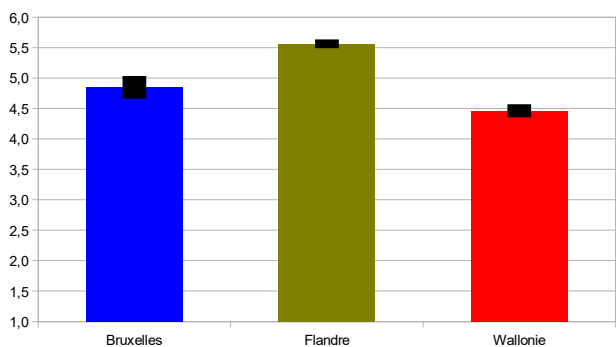
On a montré – voir page 4 – que les niveaux de satisfaction de vie et de bonheur moyens étaient en Wallonie significativement inférieurs à ceux observés en Flandre.

Les graphiques suivants indiquent – pour diverses variables susceptibles d'influencer le niveau de satisfaction de vie ou de bonheur – dans quelle mesure il y a des différences significatives entre régions. Voici les principales observations :

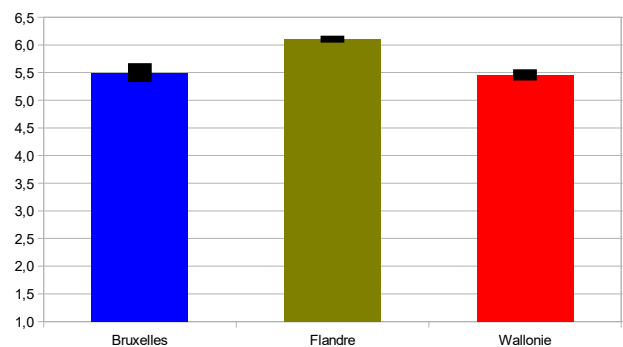
- Les Wallons sont moins enclins que les Flamands et les Bruxellois à faire confiance aux autres.
- Les Flamands pensent plus que les Wallons et les Bruxellois que des gens essaient de rester corrects plutôt que d'en profiter ; ils sont également plus tentés de penser que les gens cherchent à être utiles plutôt que de (seulement) se préoccuper d'eux-mêmes.
- En matière d'intensité des relations sociales et des activités sociales, il n'y a pas vraiment de différences entre les régions.
- Pour ce qui est de la santé subjective, pas de différence entre les Flamands et les Wallons tandis que les Bruxellois s'estiment en moyenne un peu plus en bonne santé.
- Sans surprise, les Wallons sont en moyenne plus à gauche que les Flamands mais un tout petit moins que les Bruxellois.
- Les Wallons ont tendance à faire moins confiance que les Bruxellois et les Flamands dans les politiciens et dans la justice.
- Les Wallons sont moins satisfaits que les Flamands et que les Bruxellois en la démocratie et en le système de santé.
- Enfin, les Wallons et les Bruxellois jugent leurs revenus en moyens plus insuffisants que les Flamands.

Différences inter-régionales – scores moyens

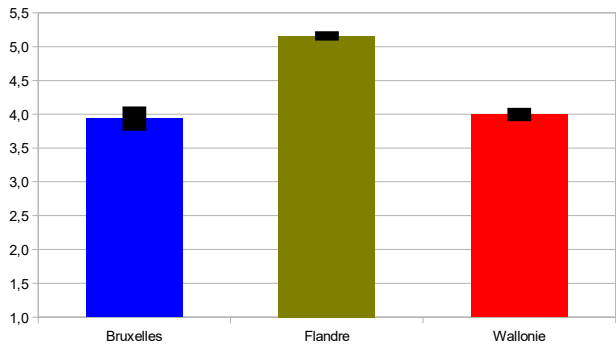
Confiance dans les autres



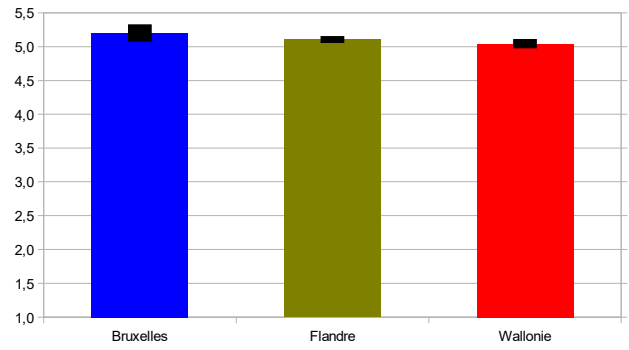
Correction estimée des autres



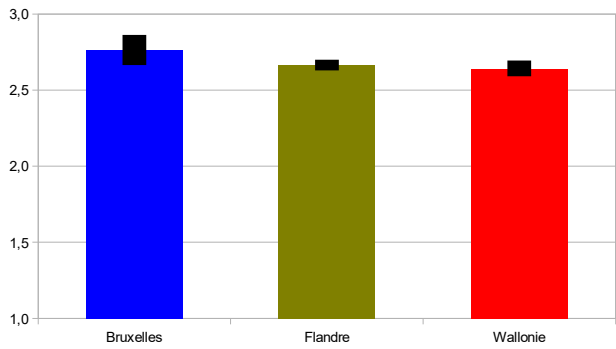
Serviabilité estimée des autres



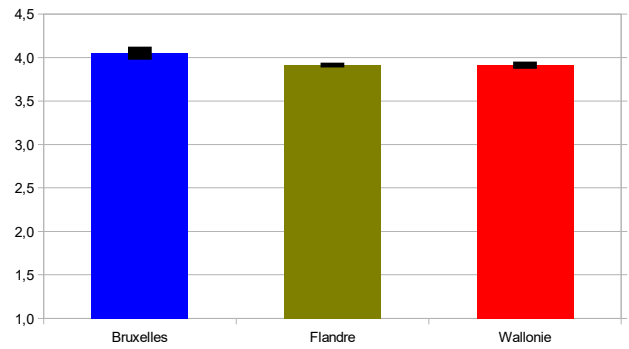
Intensité des contacts sociaux



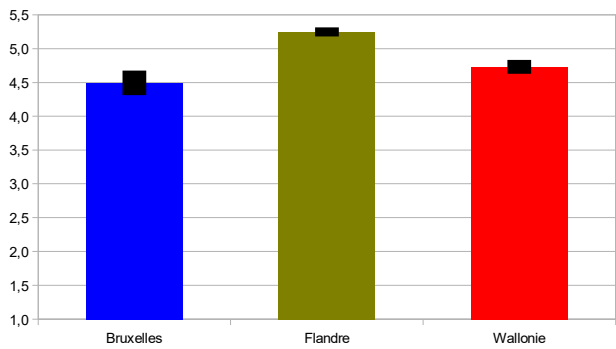
Intensité des activités sociales



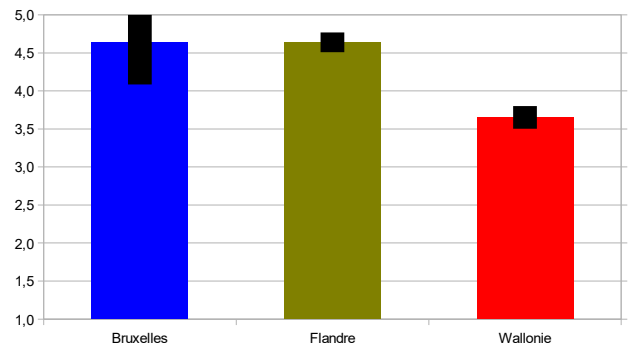
Santé subjective



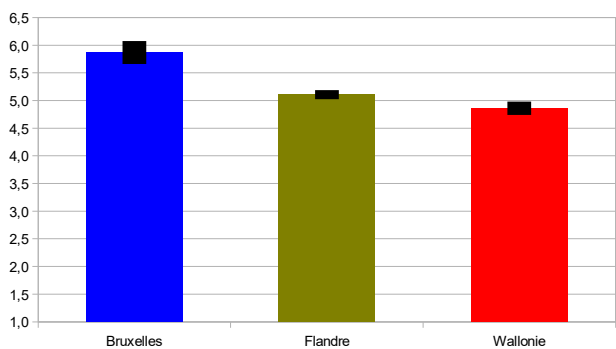
Axe gauche-droite (échelle de 0 à 10)



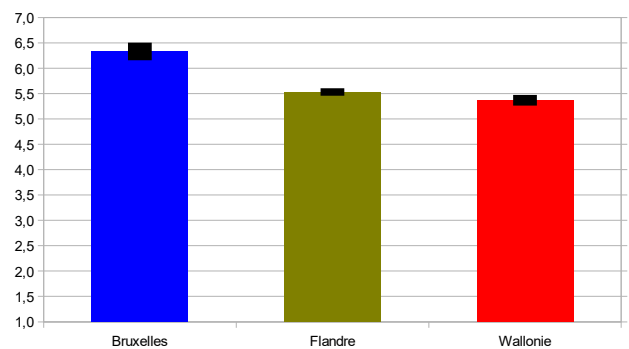
Confiance dans les politiciens



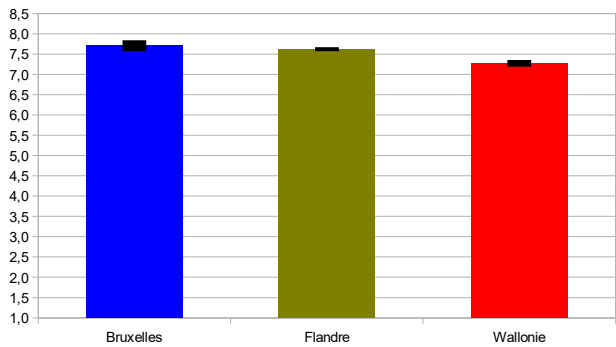
Confiance dans la justice



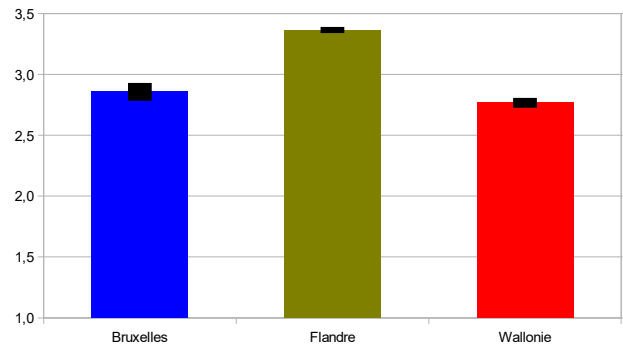
Satisfaction par rapport à la démocratie



Satisfaction par rapport au système de santé



Revenus jugés (in)suffisants



Quelques réflexions

Les études sur la satisfaction de vie et de bonheur doivent être abordées avec prudence. Prudence méthodologique (ne pas oublier tous les caveats relatifs aux enquêtes par sondage et être sûr que les différences mises en évidence sont significatives) et prudence dans l'interprétation (éviter les lectures idéologiquement orientées – du genre : « les gens mariés sont plus heureux et donc vous savez ce qui vous reste à faire » – et faire attention aux causalités qui, peut-on supposer, sont le plus souvent bidirectionnelles).

S'il y a bien un consensus des scientifiques sur ces questions c'est que les niveaux de satisfaction et de bonheur sont le résultat d'un ensemble très complexe de facteurs – où il ne faut pas oublier la dimension trop souvent occultée du capital génétique – et d'interactions entre les variables contextuelles : interactions entre l'individu et son environnement social et interactions entre les différentes dimensions constitutives de la satisfaction de vie et de bonheur. Quelques développements ci-dessus explorent diverses facettes de cette complexité.

En tout état de cause cette complexité bannit des conclusions rapides du genre : « avoir des activités sociales rend satisfait ou heureux ». De toute manière existerait-il des "recettes" simples à appliquer, elles ne pourraient valoir pour tout le monde, et certainement pas de la même manière.

Si les études rigoureuses ne méritent pas les lectures simplistes de leurs résultats elles ne peuvent non plus s'accommoder de la négligence bienveillante à leur égard dont font preuve, le plus souvent, le monde politique mais aussi les pédagogues, aménageurs de territoire, etc.

Dans cette perspective, la présente analyse de l'IDD :

- fait le point sur les valeurs de quelques variables essentielles pour la Belgique ;
- montre, illustrations en appui, qu'on ne peut qualifier d'études sur le bonheur des études qui se basent sur la satisfaction de vie ;
- confirme donc à cet égard tout l'intérêt de travailler sur cette double dimension – satisfaction de vie et bonheur – et d'intégrer dans l'analyse les écarts entre les scores moyens de satisfaction et de bonheur ;
- rappelle quelques corrélations qui, manifestement, « disent quelque chose » mais sans conclure de manière définitive sur l'interprétation de ces corrélations (quelles explications ?, quelles causalités ?, etc.) ;
- apporte des précisions méthodologiques et factuelles qui pourraient servir de base pour développer l'analyse.

Le travail ne manque donc pas pour prolonger les analyses sur base de la très riche banque de données de l'European Social Survey utilisée ici.

La démarche très sophistiquée de ce projet académique ambitieux m'inspire deux réflexions encore :

- Alors qu'on dispose d'une telle richesse d'informations, pourquoi s'ingénie-t-on à multiplier

les enquêtes sur ces questions, ce qui contribue à la "fatigue des sondages" et conduit à gaspiller des ressources rares pour des résultats souvent moins denses et moins pertinents ? On profitera de cette réflexion pour déplorer d'une manière générale la production d'études sommaires basées sur des informations partielles et de moindre qualité alors que des enquêtes officielles (EFT, SILC, etc.) sur de nombreuses problématiques – marché du travail, épargne, etc. – font mieux.

- Une des qualités fondamentales du site de l'European Social Survey c'est l'accès extraordinairement aisé aux données individuelles (anonymisées bien sûr) pour les chercheurs souhaitant produire des traitements propres et des analyses originales. L'autre qualité c'est le luxe des précisions méthodologiques tout aussi facilement disponibles. Les producteurs officiels de données en Belgique feraient bien de s'en inspirer. Rien ne s'oppose à ce que demain les résultats des enquêtes de StatBel et des entités statistiques régionales fonctionnent véritablement en open-source comme le fait le site de l'European Social Survey. Tous les producteurs de statistiques (SPF finances, ONEM...) pourraient procéder de même en proposant des échantillons représentatifs donnant du grain à moudre à tous ceux qui veulent mieux comprendre ce qui se passe dans nos sociétés.