

LE BONHEUR DU PLUS GRAND NOMBRE COMME BUT DES POLITIQUES SOCIALES ¹

The greatest happiness principle: happiness as an aim in public policy

Ruut Veenhoven ²

*Publié dans: Revue québécoise de psychologie 2007, vol. 28 (1), 35-60
ISSN 0225-9885*

Traduit de l'anglais par Léandre Bouffard

RESUME

La philosophie utilitariste soutient que les politiques publiques devraient promouvoir le bonheur des gens. Cette théorie morale suscite des objections : elle serait irréaliste au plan pratique et indésirable au plan idéologique. Le principe du bonheur pour le plus grand nombre demeure donc marginal au plan politique. Dans cet article, les objections philosophiques classiques sont confrontées aux résultats récents de la recherche empirique sur la satisfaction de vivre et sont réfutées. Le bonheur est un but qui peut servir de critère utile dans les domaines des politiques publiques et de la thérapie individuelle.

1. INTRODUCTION

Les tentatives d'amélioration de la condition humaine visent en priorité les problèmes urgents tels la faim et les épidémies. Ces misères atténuées, l'attention se porte sur des objectifs plus positifs. Pareille évolution est apparue dans l'histoire des politiques sociales : on a d'abord « atténué la pauvreté » pour promouvoir ensuite « un niveau de vie décent » pour tous. La médecine a connu un changement semblable : aider les gens à « survivre » pour ensuite améliorer leur « qualité de la vie ». Cet effort vers le mieux soulève certaines questions embarrassantes : « Qu'est-ce que la vie bonne? » et « Comment déterminer ce qui est bien? » La philosophie classique fournit une réponse intéressante; il vaut la peine de la reconsidérer.

1.1 Le principe du plus grand bonheur

Il y a deux siècles, Jeremy Bentham (1789) proposait un nouveau principe moral. Il écrivait que la bonté d'une action ne doit pas être jugée sur la base de la bonté des intentions, mais de ses conséquences sur le bonheur humain. Nous devrions donc viser « le plus grand bonheur pour le plus grand nombre ». Bentham définissait le bonheur en termes d'expérience psychologique : « la somme des plaisirs et des peines ». Cette philosophie est dite « utilitariste » parce qu'elle met l'accent sur *l'utilité* des conséquences comportementales. Il vaudrait mieux l'appeler « bonheuriste » (*happyist*) puisque l'utilité est considérée comme une contribution au bonheur.

Appliquée au niveau du choix individuel, cette théorie comporte certaines limites, chacun ne pouvant pas toujours prévoir les conséquences de ses décisions sur son bonheur et celui des autres. Par ailleurs, la théorie stipule qu'un comportement bien intentionné est amoral s'il entraîne des conséquences adverses. Imaginons le cas d'une mère qui sauve la vie de son enfant malade qui deviendra un criminel; les mères peuvent difficilement prévoir l'avenir d'un enfant et ne peuvent encourir des reproches pour leur amour maternel inconditionnel.

La théorie est plus appropriée pour l'évaluation des règles générales; par exemple, que la mère prenne soin de son enfant malade. Il est assez évident que l'adhésion à ce principe favorise le bonheur du plus grand nombre, même si surviennent des conséquences négatives dans des cas particuliers. C'est ce qu'on appelle « l'utilitarisme de règle ».

L'utilitarisme³ de règle a été considéré comme un guide moral pour la législation et a joué un rôle positif dans les discussions sur la pauvreté et la peine de mort. Il vaut également pour des questions plus larges dans le domaine des politiques sociales : quel degré d'inégalité du revenu, par exemple, pouvons-nous accepter? Le principe du plus grand bonheur peut s'appliquer également aux décisions relatives aux soins de santé et à la thérapie. La sélection des stratégies de traitement peut se faire en considérant leurs effets potentiels sur le bonheur du plus grand nombre de patients.

1.2 Les objections au principe

Le principe du plus grand bonheur est bien connu; il est exposé dans tous les manuels d'introduction à la philosophie morale. Pourquoi son application est-elle si limitée? La réponse se trouve également dans les manuels. L'utilitarisme subit des attaques aux plans moral et pragmatique.

Objections au plan pragmatique

L'application du principe du plus grand bonheur requiert que nous sachions ce qu'est le bonheur et que nous puissions prédire comment différents comportements peuvent l'affecter. Il faut également que nous puissions vérifier les résultats de l'application du principe, donc évaluer les gains en matière de bonheur. À un niveau plus fondamental, le principe suppose que le bonheur puisse être affecté par ce que nous faisons. Or, tout ceci est objet de déni. Le bonheur ne serait qu'un concept insaisissable et non mesurable. En conséquence, il ne serait pas possible de prévoir les effets des divers comportements sur le bonheur, donc de vérifier suppositions ou hypothèses. D'autres considèrent le bonheur comme un trait immuable qui ne pourrait être

modifié. Pareilles critiques aboutissent à la conclusion qu'il vaudrait mieux s'orienter vers des valeurs plus appropriées, telles la « justice » et « l'égalité ».

Objections au plan moral

Le bonheur ne serait que plaisir ou illusion et ne vaudrait rien en lui-même; il ne pourrait donc pas constituer une fin éthique ultime. De plus, le « bonheur corrompt » : il encouragerait une consommation irresponsable et rendrait les gens moins sensibles à la souffrance d'autrui. Pire encore, la poursuite du bonheur justifierait le choix de moyens amoraux, tels la manipulation génétique, le lavage de cerveau et la répression, autant de calamités éthiques qui caractérisent « Le meilleur des mondes » de Huxley (1932).

1.3 Plan de l'article

Ces critiques théoriques plutôt désincarnées proviennent de philosophes et romanciers. Comment se tiennent ces objections face au test empirique? Je présenterai d'abord la recherche empirique récente sur le bonheur après quoi je confronterai les objections à la lumière de ces résultats.

2. RECHERCHE SUR LE BONHEUR

La recherche empirique sur le bonheur a débuté dans les années 1960 dans plusieurs branches des sciences sociales. En sociologie, l'étude du bonheur s'est accolée à la recherche sur les « indicateurs sociaux ». Les indicateurs « subjectifs » sont venus compléter les indices « objectifs » traditionnels de sorte que le « bonheur » est devenu un indicateur subjectif de la performance du système social (Andrews et Withey, 1976; Campbell, 1981).

En psychologie, le concept a servi la recherche en santé mentale. Jahoda (1958) considérait le bonheur comme un critère de «santé mentale positive » de sorte que des items relatifs au bonheur firent partie des enquêtes épidémiologiques classiques (Gurin, Veroff et Feld, 1960; Bradburn et Caplovitz, 1965). À cette époque, Cantril (1965) introduisit l'évaluation du bonheur dans sa fameuse étude transnationale (« Human concerns »). Il en fut de même en gérontologie où le bonheur devint un indice de « vieillissement réussi » (Neugarten, Havighurst et Tobin, 1961). Vingt ans plus tard, le concept fit son apparition dans la recherche médicale, le bonheur étant un item courant dans les questionnaires sur « la qualité de vie relative à la santé » (par exemple, le SF-36; Ware, 1996). Plus tardivement, les économistes Oswald (1997) et Frey et Stutzer (2000) se sont intéressés au bonheur.

Un grand nombre d'études se basent sur des enquêtes auprès de larges populations, mais plusieurs portent sur des groupes spécifiques, tels les mères seules, les étudiants ou les gagnants à la loterie. La majorité des études sont transversales, mais il faut signaler un nombre croissant d'études longitudinales et expérimentales. À date, 3000 rapports de recherche ont été publiés et le nombre de publications croît de façon exponentielle.

La recherche sur le bonheur s'est structurée au cours des dernières années. C'est ainsi qu'est née l'« International Society for Quality of Life Studies » (ISQOLS⁴), le *Journal of Happiness Studies*⁵ et que les résultats de recherche sont regroupés dans le *World Database of Happiness*⁶.

J'utiliserai cet ensemble considérable de connaissances pour vérifier la valeur réelle des objections philosophiques adressées au principe du plus grand bonheur.

3. LE BONHEUR EST-IL RÉALISABLE?

Au plan pragmatique, il y a plusieurs objections au principe du plus grand bonheur : il ne saurait être défini ni mesuré; le bonheur durable d'un grand nombre serait impossible, on pourrait tout au plus apporter un certain soulagement dans des moments d'illusion; enfin, l'amélioration du bonheur serait également impossible. Ces objections sont-elles fondées?

3.1 Le bonheur peut-il être défini?

Le mot bonheur a plusieurs sens, ce qui contribue à la confusion et donne au concept la réputation d'être insaisissable. La « confusion des langues » à propos d'un terme ne l'empêche pas d'avoir un véritable sens qui peut être défini. Identifions ces différentes significations et voyons laquelle peut servir de fin ultime.

3.1.1 *Quatre types de qualité de vie*

Au sens large, le mot bonheur est synonyme de « qualité de vie » ou de « bien-être ». Il signifie alors que la vie est bonne mais ne spécifie pas ce qui est bon dans la vie. Cependant, il est possible d'utiliser le terme de façon plus spécifique et d'en clarifier l'usage à l'aide de la classification des types de qualité de vie présentés au **Tableau 1**. La classification des diverses significations provient de deux distinctions.

Verticalement, il faut distinguer les chances (ou les possibilités) de la vie bonne et les résultats (ce qu'on fait des possibilités). Chances et résultats sont des concepts reliés mais différents. Il est possible de rater sa chance, par stupidité ou malchance, À l'inverse, il est possible de réaliser beaucoup en dépit de possibilités restreintes. Cette distinction est fréquente en recherche en santé publique, les préconditions pour la bonne santé — alimentation adéquate et soins professionnels — étant rarement confondues avec la santé elle-même. Pourtant, moyens et fins sont moins bien distingués dans la discussion sur le bonheur.

Horizontalement, il faut distinguer les qualités «externes» et « internes », les premières appartenant à l'environnement, les secondes à l'individu. Lane (2000) fait cette distinction en mettant l'accent sur les « qualités de la personne ». Cette distinction est également fréquente en santé publique. Les agents pathogènes externes sont distingués des affections internes, les chercheurs essayant d'identifier les mécanismes par lesquels les premiers affectent les secondes de même que les conditions dans lesquelles cette influence est susceptible de se produire. Ici encore, cette distinction fondamentale est souvent absente des discussions sur le bonheur.

Ensemble, ces deux distinctions (verticale et horizontale) donne quatre types de qualité de vie, tous ces types étant désignés par le terme « bonheur »,

Viabilité de l'environnement.

Dans le quadrant du haut à gauche, il s'agit de conditions pour une vie bonne. En ce sens, les écologistes et les sociologues parlent de « qualité de vie » et de « bien-être », les économistes de bien-être matériel (*welfare*). « Viabilité » (*livability*) est un meilleur terme parce qu'il réfère explicitement aux caractéristiques de l'environnement sans les connotations d'un paradis terrestre. Les hommes politiques et les réformateurs de la société s'intéressent particulièrement à ce sens de la qualité de vie.

Habilités de la personne.

Les habiletés (quadrant du haut à droite) se rapportent à la capacité de l'individu de faire face aux problèmes de la vie. Les médecins et les psychologues parlent de « qualité de vie » et de bien-être » en ce sens; en biologie, le terme réfère au « potentiel adaptatif »; en médecine, il s'agit de « santé », dans son sens médian ⁷. Sen (1992) nomme ce type de qualité de vie « capacité » (*capability*). Je préfère « *life-ability* » qui contraste élégamment avec « *livability* ». Ce type de qualité de vie est fort important pour les thérapeutes et les éducateurs.

Utilité de la vie.

Le quadrant du bas à gauche représente la notion de vie bonne, mais d'une vie qui doit être bonne pour quelque chose de plus qu'elle-même. Cela suppose des valeurs supérieures, comme la préservation de l'écologie ou le développement culturel. Il n'y a pas de terme générique pour cet aspect de la qualité de vie. Gerson (1976, p. 795) s'y réfère comme à une conception « transcendante » de la qualité de vie. On utilise parfois l'expression « sens de la vie » pour indiquer une signification « réelle » (ou objective) et non un sens subjectif. Je préfère le terme « utilité » en admettant qu'il peut faire naître de la confusion ⁸. Ce sont les conseillers dans le domaine de la moralité - comme les pasteurs — qui s'intéressent à ce type de qualité de vie.

Satisfaction de vivre.

Enfin, le quadrant du bas à droite représente l'aspect intérieur du « résultat » obtenu. C'est la qualité de vie dans l'œil de celui qui regarde. Pour les humains qui sont conscients, ce type de qualité de vie se rapporte à l'appréciation subjective de sa vie. On parle alors de « bien-être subjectif », de « satisfaction de vivre » et de « bonheur » dans son sens restreint ⁹. Plus intense est cette qualité, meilleure et plus longue est la vie. La combinaison de l'intensité et de la durée donne la fin heureuse des beaux contes : « ils vécurent heureux pour toujours ». Il n'y a pas de groupe professionnel précis qui s'intéresse particulièrement à cet aspect, ce qui expliquerait la méfiance à l'endroit du principe du plus grand bonheur.

Lequel de ces quatre sens du mot bonheur est le plus approprié comme fin ultime? Je pense que c'est le dernier. Communément, les politiques ont pour objectif d'améliorer les chances (ou les possibilités) en favorisant, par

exemple, une meilleure habitation et une éducation de qualité (ce qui se situe dans la partie du haut du schéma). Cependant, « plus n'est pas toujours mieux » et certaines possibilités peuvent être plus importantes que d'autres. Il faut donc un critère pour établir des priorités parmi les nombreuses « chances de la vie » que les responsables des politiques veulent améliorer. Ce critère devra se trouver parmi les « résultats » (dans la partie inférieure du schéma). Pour sa part, « l'utilité » n'est pas un critère opérationnel puisque les effets externes sont nombreux et peuvent être valorisés différemment. La « satisfaction de vivre » devient le meilleur critère : elle reflète le degré selon lequel les conditions de vie externes s'harmonisent avec les habiletés internes. Cette satisfaction correspond à l'expérience subjective à laquelle référerait Jeremy Bentham.

3.1.2 *Quatre sortes de satisfaction*

Qu'est-ce donc que cette « satisfaction »? Voilà encore un terme à significations multiples que nous allons clarifier à l'aide du schéma du **Tableau 2**. Il est basé sur deux distinctions : verticalement, on distingue la satisfaction relative aux « domaines » de la vie et celle relative à la « vie-dans-son-ensemble »; horizontalement : on distingue la satisfaction « passagère » et la satisfaction « durable ». Cette double partition donne une taxonomie de quatre catégories.

Plaisir.

La satisfaction transitoire relative à un domaine de la vie est appelée « plaisir ». Les plaisirs peuvent être sensoriels, comme un verre de bon vin, ou mentaux, comme lire ce texte! L'approche consistant à vouloir maximiser ces satisfactions a pour nom « hédonisme ».

Satisfaction relative aux domaines de la vie.

Pareille satisfaction se rapporte à certains domaines, comme la vie au travail. Le terme bonheur est parfois utilisé en ce sens, en particulier pour la satisfaction dans la carrière.

Expérience-sommet.

La satisfaction transitoire relative à la vie-comme-un-tout est appelée « expérience-sommet », en particulier lorsqu'elle est intense et « océanique ». Lorsqu'ils parlent du bonheur, les poètes décrivent une expérience de ce genre. Par ailleurs, les écrits religieux réfèrent au bonheur dans un sens d'extase mystique. Le terme « illumination » décrit parfois ce type de satisfaction.

Satisfaction de vivre.

Cette « satisfaction de vivre » correspond à la satisfaction durable relative à sa vie-comme-un-tout et est communément désigné par le terme « bonheur ». C'est cette sorte de satisfaction que Bentham avait en tête quand il définissait le bonheur comme « la somme des plaisirs et des peines ». J'ai expliqué ce concept ailleurs et défini comme « l'appréciation globale de sa vie-comme-un-tout » (Veenhoven, 1984,2000a).

À mon sens, c'est cette satisfaction de vivre qui est la plus appropriée comme but des politiques publiques. De toute évidence, la satisfaction durable est plus valable que la satisfaction passagère de même que la satisfaction pour l'ensemble de sa vie par rapport à celle qui se rapporte à un seul domaine. La plus grande pertinence de cette satisfaction provient du fait

qu'elle indique à quel degré les besoins humains sont satisfaits. Nous reviendrons sur ce point.

En somme, le bonheur peut se définir comme « l'enchantement global de sa vie-comme-un-tout ».

3.2 Le bonheur peut-il être mesuré?

L'opposition que suscite le principe du plus grand bonheur provient souvent du fait que le bonheur ne pourrait être mesuré. Cette objection s'applique à certaines significations du terme, mais vaut-elle pour le bonheur au sens de la satisfaction de vivre?

Le bonheur est un état d'esprit qui ne peut être mesuré « objectivement » comme le poids ou la tension artérielle. Le bonheur ne peut être mesuré par les *bienfaits qu'il apporte* puisque les effets des « chances de la vie » dépendent des habiletés (*life-abilities*). Même s'il y a un substrat biochimique à l'expérience, on ne peut mesurer le bonheur sur la base d'indicateurs biochimiques, « l'hédomètre » n'existant pas encore. Des états extrêmes de bonheur et de malheur se manifestent dans le comportement non verbal comme le sourire et la posture corporelle, mais ces indices ne sont pas toujours apparents. Restent les évaluations autorapportées (*self-reports*). Peuvent-elles mesurer adéquatement le bonheur?

3.2.1 Autoévaluation (*self-reports*).

Il y a plusieurs critiques à propos des mesures autorapportées : les gens peuvent difficilement voir l'ensemble de leur vie, les défenses psychologiques faussent le jugement et la désirabilité sociale enjolive les réponses. En raison de ces biais potentiels, les premiers chercheurs ont eu recours aux méthodes indirectes : entrevue clinique, analyse qualitative des journaux personnels et techniques projectives (comme le test d'aperception thématique). Ces méthodes sont laborieuses et leur validité est parfois problématique. Voilà pourquoi les questions directes ont été fréquemment utilisées. La comparaison attentive des méthodes a démontré que l'approche directe fournit la même information à moindre coût (Wessman et Ricks, 1966).

Questions directes.

Les questions directes font souvent partie d'un instrument plus englobant, tel le questionnaire fréquemment utilisé de Neugarten, Havighurst et Tobin (1961) qui compte 20 items: le *Life Satisfaction Index (LSI)*. Les questionnaires à multiples items sont avantageux au plan psychométrique parce qu'ils réduisent la marge d'erreur due à l'interprétation des mots clés. Cependant, les inventaires portant sur le bonheur comptent des items qui ne correspondent pas nécessairement au concept tel que défini. Par exemple, le LSI contient une question qui porte sur les plans pour l'avenir, ce qui — de toute évidence — est différent de la satisfaction relative à sa vie courante.

L'usage d'items multiples est commun dans les tests psychologiques parce que l'objet à mesurer est plutôt vague. Par exemple, le « névrotisme » ne peut pas être mesuré simplement, il faut plusieurs questions qui touchent à divers thèmes associés à ce concept. Pour sa part, le bonheur est bien défini (enchantement global de sa vie-comme-un-tout) et peut être mesuré par une seule question. Dans les tests psychologiques, le recours à plusieurs items est également exigé parce que les gens sont peu conscients de l'état mesuré. Par exemple, la plupart des gens ne savent pas dans quelle mesure ils sont névrotiques de sorte que le névrotisme sera inféré à partir des réponses

obtenues aux diverses questions portant sur des thèmes associés. Par contre, le bonheur est quelque chose dont les gens sont conscients. Il peut donc être mesuré par une simple question directe, ce qui est pratique courante et une pratique qui fonctionne bien.

Questions incluses dans les enquêtes.

Puisque le bonheur peut se mesurer à l'aide d'une seule question, il est d'usage d'inclure un item sur ce thème dans les larges enquêtes menées auprès de l'ensemble de la population et ce dans plusieurs pays. On demande, par exemple :

« Tout bien considéré, à quel point êtes-vous satisfait de la vie que vous menez en ce moment ? »

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Pas du tout								Tout à fait	

On utilise plusieurs types de questions et plusieurs formats de réponses.

Les items acceptables sont présentés dans la banque d'items (« Item bank ») du *World Database of Happiness* (Veenhoven, 2006).¹⁰

3.2.2 Validité.

Même si les questions sont claires, les réponses peuvent être biaisées de plusieurs façons : elles peuvent refléter comment les gens pensent qu'ils devraient être heureux ou bien ils peuvent se présenter comme plus heureux qu'ils ne le sont. Ces suspicions ont provoqué un grand nombre d'études de validité. À la suite de l'examen de cette littérature, j'ai conclu qu'il n'y a pas de preuve que ces instruments mesurent autre chose que ce qu'ils sont censés mesurer (Veenhoven, 1984, chapitre 3).

3.2.3 Fidélité.

La recherche a démontré que les réponses sont affectées par des variations mineures dans la formulation et l'ordre des questions de même que par des facteurs situationnels, tels la race de l'intervieweur ou la température. Ainsi, une personne peut donner un score de 6 à une occasion et de 7 à une autre. Ce manque de précision nuit aux analyses au plan individuel, mais non au plan des groupes puisque des fluctuations aléatoires s'équilibrent et n'affectent pas les moyennes du bonheur. C'est le cas lorsqu'on évalue le bonheur comme critère d'évaluation des politiques.

3.2.4 Comparabilité.

Les réponses aux questions sur le bonheur ne seraient pas comparables, un score de 6, par exemple, ne signifiant pas la même chose pour tous. Selon une argumentation philosophique commune, le bonheur dépendrait de la satisfaction des désirs, ceux-ci variant selon les personnes et les cultures (Smart et Williams, 1973). Rien n'est moins sûr, car la théorie stipule plutôt que le bonheur dépend de la gratification des besoins universels et non des désirs idiosyncratiques (Veenhoven, 1991). Je reviendrai sur ce point dans la discussion sur la « fonction de signal » du bonheur.

On objecte également que le bonheur est un concept typiquement occidental qui ne serait pas reconnu dans les autres cultures. Absolument pas : le bonheur est une émotion universelle qui se reconnaît dans l'expression faciale partout dans le monde (Ekman et Friesen, 1975) et qui s'exprime dans toutes les langues.

De plus, le bonheur serait une expérience unique qui ne pourrait se traduire sur une même échelle. D'un point de vue évolutionniste, c'est très peu plausible que les humains soient si différents; il existe plutôt un éventail commun d'expériences, comme c'est le cas pour la douleur, par exemple.

Enfin, il y aurait d'autres biais culturels qui affecteraient la mesure du bonheur : celui de la traduction des mots clés et de la variation dans la manière de répondre (*response tendencies*). J'ai examiné ce problème et je n'ai trouvé aucune preuve empirique de pareilles distorsions (Veenhoven, 1993, chapitre 5).

En somme, le bonheur conçu comme satisfaction de vivre est mesurable par des questions directes et est comparable entre personnes et entre cultures. Dès lors, le bonheur du plus grand nombre peut être évalué par des enquêtes.

3.3 Le bonheur est-il possible?

Ce serait une illusion que de viser le bonheur parce que le bonheur à long terme n'existe pas, certainement pas pour le plus grand nombre. Cette critique provient de plusieurs sources. Selon certaines religions, la croyance veut que les humains aient été chassés du Paradis : il ne s'agit pas de jouir de son existence sur la terre mais de sauver son âme.

De grands psychologues ont avancé des raisons d'ordre profane. Freud (1929) définissait le bonheur comme une expérience orgastique de courte durée provenant du relâchement des pulsions primaires. Il ne considérait donc pas que le bonheur puisse être compatible avec les exigences de la société civilisée et que l'homme moderne était condamné à un malheur chronique¹¹. Dans la même veine, Adorno voyait le bonheur comme une simple évasion mentale temporaire de notre misère, cela au prix du contact avec la réalité (Rath, 2002).

La littérature psychologique sur « l'adaptation » est moins pessimiste, mais elle dénie la possibilité d'un bonheur durable pour un grand nombre. Selon ces écrits, les aspirations suivent les accomplissements de sorte que le bonheur ne dure pas; les périodes de bonheur et de malheur alternent au cours de la vie de sorte que la moyenne se tient au point milieu. La comparaison sociale amènerait également la moyenne au point milieu, le bonheur durable étant possible seulement pour les « happy few » (Brickman et Campbell, 1971).

3.3.1 Le bonheur durable

La **Figure 1** présente la distribution des réponses à la question portant sur la satisfaction de vivre aux États-Unis. Les réponses les plus fréquentes se situent à 7, 8 et 9 (sur 10); moins de 2 % des scores sont sous le point milieu et la moyenne est de 7,4. Ce résultat signifie que la plupart des gens se sentent heureux la plupart du temps. Il est corroboré par des études annuelles qui se sont prolongées sur plusieurs années (Ehrhardt, Saris et Veenhoven, 2000) et par des études ayant utilisé la technique de l'échantillonnage de l'expérience¹² (Schimmack et Diener, 2003).

3.3.2 Le bonheur pour un grand nombre

Un haut niveau de bonheur n'est pas unique aux États-Unis. Le **Tableau 3** fait voir des moyennes semblables dans plusieurs autres pays occidentaux. En général, la moyenne du bonheur a tendance à se maintenir au-dessus du point milieu dans la plupart des pays. Le bonheur du grand nombre semble donc fort possible.

Le **Tableau 3** montre également que la moyenne du bonheur est sous le point milieu dans la Russie de 1995. Des résultats semblables ont été observés dans la majorité des états qui ont connu le régime soviétique. Cela s'expliquerait par les transformations sociopolitiques survenues dans cette région. Des moyennes semblables apparaîtraient également dans les pays en guerre en Afrique (comme l'Ouganda) et au Moyen Orient (comme en Irak),

Ces résultats contredisent clairement la théorie de Freud qui prédit des moyennes sous le point milieu de même que la théorie de l'adaptation qui prédit des moyennes autour de 5.

En somme, le bonheur durable pour un grand nombre est possible.

4. LE BONHEUR PEUT-IL ÊTRE PRODUIT?

Que les gens *puissent* être heureux ne signifie pas que l'on puisse *les rendre* heureux par des politiques publiques. Comme le vent, le bonheur serait un phénomène naturel au-delà de notre contrôle. Quelques raisonnements appuient cette idée.

Le bonheur serait trop complexe pour être contrôlé : les conditions du bonheur diffèrent selon les cultures et la dynamique du bonheur est trop chaotique pour être comprise. L'argument contraire sert également de preuve : nous connaissons suffisamment le bonheur pour savoir qu'on ne peut le « produire » ni l'augmenter. En effet, il dépend de la comparaison sociale de sorte que toute augmentation est annulée par le « changement de référence » (VanPraag, 1993). Un autre argument stipule que le bonheur est un trait de personnalité; donc non sensible à quelque changement que ce soit. Tout ceci appuie la thèse que le contrôle planifié du bonheur est une illusion.

4.1 Pouvons-nous connaître les conditions du bonheur?

Comme pour la santé, les conditions du bonheur peuvent être établies empiriquement grâce à des études épidémiologiques. Les résultats de ces recherches sont compilés dans le *World Database of Happiness* et synthétisés dans des recensions (Argyle, 2002; Diener, Suh, Lucas et Smith, 1999; Veenhoven, 1984, 1997). Selon ces recherches, il existe deux types de conditions : des conditions externes et des conditions internes.

4.1.1 Conditions externes.

Les conditions sociales du bonheur furent l'objet d'une intense recherche. Dans ce secteur, on distingue le niveau macrosocial — dans quelle sorte de société les gens sont-ils plus heureux? — et le niveau microsociale — quel niveau de bonheur connaissent-ils selon leur statut social? Il y a très peu de recherches au niveau mésosocial, comme pour l'organisation du travail, par exemple.

Viabilité de la société.

Le **Tableau 3** a fait voir des différences considérables entre les moyennes de bonheur selon les pays. Le **Tableau 4** démontre que ces différences sont systématiques : les gens sont plus heureux dans les pays riches que dans les pays pauvres, le bonheur est plus élevé dans les pays caractérisés par un état de droit, la liberté, la citoyenneté participative, la pluralité culturelle et la modernité. Curieusement, tout ce qui est souhaitable n'est pas nécessairement associé au bonheur : l'égalité du revenu, par exemple, n'est pas reliée à la moyenne du bonheur; il n'y a pas, non plus, de relation entre les

dépenses relatives à la sécurité sociale et la moyenne du bonheur (Veenhoven, 2000b).

Il existe de nombreuses interrelations entre ces caractéristiques sociétales (**Tableau 4**), les pays plus riches étant également plus modernes et les citoyens jouissant de plus de liberté. Il est donc difficile de départager l'influence de chaque variable. Cependant, prises ensemble, elles rendent compte de la presque totalité des différences en matière de bonheur entre les nations : la variance expliquée (R^2) est de 0,83!

La relation entre bonheur et affluence matérielle est présentée à la **Figure 2** : la relation n'est pas linéaire mais convexe. Cela signifie que l'affluence économique est sujette à la loi économique des effets décroissants, la croissance économique augmentant la moyenne du bonheur dans les pays pauvres mais non dans les pays riches. Ce patron des effets décroissants n'est pas général. La **Figure 3** fait voir que la relation entre bonheur et efficacité gouvernementale (bonne gouvernance) est linéaire, le bonheur pouvant être augmenté même dans les sociétés bien gouvernées.

Ces résultats appuient la théorie selon laquelle le bonheur dépend largement des conditions de vie qui répondent aux besoins humains universaux (théorie de la viabilité). Ils ne conviennent pas à la théorie qui fait dépendre le bonheur des désirs variables selon les cultures (théorie de la comparaison) ou du bonheur accroché aux idées spécifiques que les gens se font à propos de la vie (théorie du folklore). J'ai discuté ailleurs toutes ces implications théoriques (Veenhoven et Ehrhardt, 1995).

Statut social.

Plusieurs études ont porté sur la relation existant entre le bonheur et la position que quelqu'un occupe dans la société. Le **Tableau 5** offre une synthèse des principaux résultats. Le bonheur est associé au rang social : modérément dans les sociétés occidentales et plus fortement dans les autres. La relation du bonheur avec la participation sociale est universelle. Le fait d'être intégré dans les réseaux sociaux primaires — principalement le fait d'être marié — est quelque chose de crucial pour le bonheur et cette relation est universelle. Curieusement, la présence d'enfants n'est pas reliée au bonheur (en ce moment et pour les pays de l'Ouest).

Ces résultats suggèrent que le bonheur peut être créé et amélioré en favorisant la participation sociale et les réseaux primaires, autrement dit en créant du « capital social »¹³.

4.1.2 Conditions internes.

Si le bonheur dépend (en partie) de la viabilité de l'environnement, il dépend aussi des habiletés de l'individu à interagir avec cet environnement. Quelles sont les habiletés les plus cruciales?

Les résultats de la recherche (voir le **Tableau 6**) font voir qu'une bonne santé est importante, mais que la santé mentale l'est encore plus (c'est universel). L'intelligence — du moins « l'intelligence scolaire » telle que mesurée par les tests de QI — n'est pas associée au bonheur.

Dans les sociétés occidentales, le bonheur est fortement relié à l'autonomie psychologique, elle-même associée au contrôle interne, à l'indépendance et à l'affirmation de soi. Sur ce point, il n'y a pas de données pour les pays non occidentaux.

Le bonheur est également associé aux convictions morales : les gens heureux sont plus ouverts au plaisir et plus enclins à adopter des valeurs

sociales telles la solidarité, la tolérance et l'amour. Par contre, les gens heureux tendent à être moins matérialistes, mais il n'est pas certain que cette relation soit universelle.

En somme, les conditions du bonheur peuvent être établies empiriquement, les données déjà disponibles étant très informatives.

4.2 Le bonheur peut-il être augmenté?

Des résultats suggèrent que le bonheur peut être augmenté systématiquement. Des politiques publiques peuvent créer des conditions productrices de bonheur, comme la liberté, tandis que la thérapie et l'éducation peuvent contribuer à améliorer des caractéristiques personnelles favorables au bonheur, comme l'autonomie. Cependant, ces données empiriques ne convainquent pas les critiques qui soutiennent que le bonheur est immuable.

Une théorie stipule que le bonheur dépend de la comparaison sociale et que les standards de comparaison s'ajustent aux succès et aux échecs, même s'il faut un certain délai. Selon cette thèse, le bonheur ne peut être augmenté que temporairement. Même si cette théorie s'applique pour certains types de satisfaction, elle ne vaut pas pour la satisfaction face à la vie-comme-un-tout. Il appert que la satisfaction de vivre n'est pas « calculée » cognitivement; elle est plutôt « inférée » à partir de l'expérience affective, elle-même reliée à la gratification des besoins fondamentaux. La théorie selon laquelle le bonheur est relatif est tout simplement fautive (Veenhoven, 1991).

Une autre théorie soutient que nous sommes nés heureux ou malheureux et que les interventions ne peuvent pas changer grand chose. La variante collective de cette théorie serait que le bonheur est un trait du caractère national; par exemple, les Russes seraient constamment malheureux à cause d'une tradition culturelle de mélancolie. Cette théorie est également fautive puisque le suivi d'individus fait la preuve de changements marqués à long terme et les études de tendances démontrent que les pays connaissent également des changements profonds; par exemple, la Russie a connu une baisse drastique de sa moyenne de bonheur depuis 1990, à la suite du changement de régime (Veenhoven, 1994).

La **Figure 4** illustre la tendance du bonheur sur plus de 30 ans en Italie. Ces données démontrent clairement qu'un plus grand bonheur pour un plus grand nombre est possible et que, durant cette période, le niveau de bonheur a augmenté dans plusieurs pays, comme par exemple aux États-Unis (Veenhoven et Hagerty, 2005).

D'un point de vue évolutionniste, il est peu plausible que le bonheur ressemble à un trait immuable. S'il en était ainsi, le bonheur de même que les signaux affectifs sur lesquels il se fonde ne seraient pas fonctionnels. Il est plus vraisemblable que le bonheur fasse partie de notre équipement adaptatif et qu'il serve de compas dans la vie. Tout organisme mobile doit pouvoir décider s'il se trouve « à la bonne place » ou non, l'expérience hédoniste fournissant l'information qui détermine la réponse. Si l'animal se trouve dans une biosphère qui ne « convient » pas à ses habiletés, il se sent mal et change de place. Ce système d'orientation existe encore chez les humains : ils peuvent évaluer leur expérience vécue sur de longues périodes et examiner les raisons à l'origine des sentiments qu'ils éprouvent. Le bonheur est donc un *signal* automatique qui exprime l'état de l'organisme ou permet à la personne de faire le point sur sa démarche. Dans ce contexte, il est donc logique de penser qu'il est possible

d'augmenter le bonheur en améliorant les conditions dans lesquelles les gens vivent.

En somme, le bonheur d'un grand nombre peut être amélioré, tout comme la santé publique. Il faut admettre une limite supérieure au bonheur, tout comme il y en a une pour la longévité.

5 LE BONHEUR EST-IL SOUHAITABLE?

Le bonheur peut être augmenté, mais *doit-il* l'être? On a soulevé plusieurs objections à cette idée. Le bonheur serait un but inférieur aux autres; il serait susceptible de « gêner » les gens et sa promotion requerrait des moyens discutables. Ces critiques ont porté sur les différents concepts du bonheur; s'appliquent-elles au bonheur comme satisfaction de vivre?

5.1 Le bonheur est-il vraiment désirable?

Dans *Le meilleur des mondes*, Huxley (1932) fait un portrait bien ténébreux du bonheur de masse : les gens tirent leur bonheur des plaisirs sexuels, de l'absorption d'une drogue appelée « soma » et d'une absence totale de préoccupation à l'endroit d'autrui. Ce sont des plaisirs superficiels et passagers, mais est-ce le bonheur? Non, Ce type d'expérience se situe dans la catégorie « plaisir », en haut à gauche du **Tableau 2**, et doit être distingué de la «satisfaction de vivre », en bas à droite. La satisfaction durable se rapportant à sa vie-comme-un-tout ne peut être obtenue par une pure consommation passive. La recherche démontre plutôt qu'elle est le résultat d'un engagement actif¹⁴.

De plus, Adorno décrivait le bonheur comme une fuite temporaire de la réalité; aussi le rejetait-il pour cette raison (Rath, 2002). Dans ce cas, le bonheur est confondu avec l'expérience-sommet (ou hors réalité). En fait, la satisfaction de vivre n'est justement pas une évasion. La recherche démontre qu'elle est liée à la maîtrise de la réalité.

Le bonheur a également été identifié au succès social et, sur cette base rejeté comme un comportement conformiste illustré par la course au succès (*rat-race*). Cette critique peut s'appliquer à la satisfaction dans le domaine de la carrière (quadrant en haut à droite du **Tableau 2**), mais non à la satisfaction relative à sa vie-comme-un-tout. De fait, les gens heureux tendent à être autonomes et peu matérialistes.

On dénonce encore le bonheur sur la base de présomptions à propos de ses déterminants. Comme je l'ai noté antérieurement, on assume communément que le bonheur dépendrait de la comparaison sociale. Selon cette thèse, serait heureux celui qui pense être meilleur que ses voisins. De plus, le bonheur dépendrait de l'atteinte des standards de succès promis par la culture : le bonheur actuel des Américains, par exemple, proviendrait de leur capacité à ressembler aux modèles présentés par la publicité. Ces deux théories définissent le bonheur comme une satisfaction de type cognitif alors qu'il est essentiellement un phénomène affectif qui signale que notre démarche ou notre entreprise va bien.

En somme, il n'y a pas de bonnes raisons pour dénoncer le bonheur parce que que non signifiant ou non souhaitable.

5.2 Le bonheur est-il la valeur la plus désirable?

Considérer le bonheur comme désirable, c'est une chose, mais prôner que le bonheur est la valeur la plus désirable, tel que le font les tenants de l'utilitarisme, c'est autre chose. Ici, la critique soulève deux points : premièrement, la promotion d'une seule valeur particulière n'a pas de sens et, deuxièmement, il existe d'autres valeurs plus importantes que le bonheur. Il s'agit ici d'une discussion philosophique de longue date (Smart et Williams, 1973; Sen et Williams, 1982) à laquelle peuvent contribuer les connaissances apportées par la « nouvelle science »¹⁵ du bonheur.

Un premier élément se rapporte à la fonction signal dont nous avons parlé. Si le bonheur indique que notre entreprise va bien, c'est que nous vivons en conformité avec notre nature. Dans une perspective humaniste, ceci est fort valable.

Un autre apport a trait au double rapport entre conditions de vie externes et habiletés personnelles, puisque ces deux paramètres s'influencent mutuellement (voir **Tableau 1**). Par exemple, la démocratie est une bonne chose, mais elle ne convient pas aux gens anxieux, peu éduqués et dépendants. De même, le conformisme est mal vu, mais il peut être fonctionnel dans une société collectiviste. Voilà pourquoi les valeurs ultimes ne peuvent se trouver dans les quadrants du haut, mais doivent être placées dans ceux du bas du **Tableau 1** et, en particulier, dans celui du bas à droite. Le bonheur et la longévité indiquent que les habiletés de la personne « conviennent » bien aux conditions de l'environnement. Cette seule « convenance » exprime plus de valeur que celles impliquées dans les quadrants du haut pris séparément. Le bonheur est plus inclusif que n'importe quelle autre valeur puisqu'il reflète une combinaison optimale.

De plus, il y a des limites à la plupart des valeurs : trop de liberté conduit à l'anarchie, trop d'égalité à l'apathie. Il est difficile de trouver un niveau optimal et d'évaluer comment celui-ci peut varier dans différentes combinaisons de valeurs. Ici encore, le bonheur est un indicateur utile. Si la plupart des gens vivent longtemps et sont heureux, c'est que la recette est viable. J'ai traité plus en détails de ces points ailleurs (Veenhoven, 1996, 2000b)

En somme, pour le choix d'une fin ultime, le bonheur est un bon candidat.

5.3 La promotion du bonheur se fait-elle au détriment d'autres valeurs?

Si le bonheur lui-même ne pose pas problème, se pourrait-il qu'en le maximisant on minimise d'autres valeurs? C'est ce qu'affirment les critiques de l'utilitarisme. Ils entendent qu'un plus grand bonheur rendra les gens moins responsables, moins attentifs aux autres et craignent que la recherche du bonheur justifie l'usage de moyens amoraux, comme dans *Le meilleur des mondes* où les citoyens ne sont préoccupés que par leurs plaisirs favoris sous un gouvernement dictatorial.

5.3.1 Est-ce que le bonheur gâte les gens?

Au cours des âges, on a prêché la pénitence et glorifié la souffrance. Ce sermon repose sur l'idée que le bonheur ne tire pas le meilleur de nous : il favoriserait des attitudes d'autosuffisance, rendrait moins sensible à la souffrance d'autrui, mènerait à la complaisance, ce qui diminuerait l'initiative et la créativité. À cela, on ajoute que le bonheur stimulerait un hédonisme nuisible aux individus et à la société à longue échéance. Donc, la promotion du bonheur pourrait conduire à la décadence sociétale, comme au temps où Néron chantait joyeusement pendant que Rome brûlait à ses pieds.

Pourtant, il y a une littérature croissante sur les bienfaits du bonheur dans le contexte de la « psychologie positive ». Ces écrits suggèrent que le bonheur est une force active qui facilite l'implication dans des tâches et l'engagement envers les gens, force qui nous « ouvre » un monde tandis que le malheur nous le ferme (Fredrickson, 2000). Cette nouvelle façon de voir convient tout à fait à la théorie selon laquelle le bonheur fonctionne comme un signal positif (*go-signal*).

Les résultats de recherches appuient cette idée des effets positifs du bonheur. En effet, le bonheur est fortement associé à l'activité, prédit les comportements sociaux comme l'aide à autrui et favorise les relations intimes en plus de prolonger la vie (Danner, Snowdon et Friesen, 2001). Donc le bonheur est bon pour nous. Un nombre considérable de recherches transversales, longitudinales et expérimentales sont recensées dans la synthèse impressionnante de Lyubomirsky, Diener et King (2005).

On ne peut nier que le bonheur puisse avoir certains effets négatifs, mais, selon toute apparence, les effets positifs dominent largement.

5.3.2 *La recherche du bonheur excuse-t-elle l'utilisation de moyens amoraux?*

Voilà la principale objection à l'encontre de l'utilitarisme : le principe du plus grand bonheur justifierait l'emploi de moyens moralement condamnables, comme la manipulation génétique, le contrôle de l'esprit et la répression politique. On pense ainsi que les droits des minorités pourraient être sacrifiés au profit du plus grand nombre.

La possibilité de telles conséquences indésirables semble impliquée dans la logique de l'utilitarisme radical. Cependant, pareille possibilité pourrait-elle se matérialiser? Les données disponibles suggèrent que ce n'est pas le cas. Au **Tableau 4**, nous avons vu que les citoyens sont plus heureux dans les pays où on respecte les droits humains, où on accorde la liberté et où la scolarité et l'informatisation sont plus élevées. De même, le **Tableau 5** a fait voir que les gens heureux tendent à être autonomes et plus actifs socialement. Il n'y a pas de preuve empirique d'un réel conflit de valeur. Le problème existe en théorie, mais non dans la réalité.

En somme, il n'y a pas lieu de craindre que la maximalisation du bonheur produise des conséquences moralement inacceptables.

6. CONCLUSION

Le test empirique réfute toutes les objections théoriques au principe du plus grand bonheur. Il est réalisable en pratique et moralement acceptable. Donc, le principe du plus grand nombre mérite une place déterminante dans l'élaboration des politiques sociales.

Tableau 1 Quatre types de qualité de vie

	Qualités externes	Qualités internes
Possibilités ou <i>chances</i> de la vie	Viabilité (<i>livability</i>) de l'environnement	Habilités (<i>life-ability</i>) de la personne
<i>Résultats</i> (ce qu'on fait des possibilités)	Utilité ou signification de la vie	Satisfaction

Tableau 2 Quatre sortes de satisfaction

	Passante	Durable
<i>Domaines</i> de la vie	Plaisir	Satisfaction dans un domaine (ex. : la carrière)
<i>La vie-comme-un-tout</i>	Expérience-sommet	Satisfaction de vivre (bonheur)

Tableau 3 Satisfaction de vivre pour divers pays autour de l'an 2000
(échelle de 10 points)

Danemark	8,2
Suisse	8,1
Suède	7,7
Canada	7,6
États-Unis	7,4
Allemagne	7,2
France	6,5
Japon	6,2
Pologne	5,9
Inde	5,7
Hongrie	5,6
Russie	4,5
Zimbabwe	3,2

Source : Happiness in nations, Rank report 2006-1 (World Database of Happiness)

Tableau 4 Bonheur et société dans 90 pays autour de l'an 2000

Caractéristiques des pays	Corrélation avec le bonheur	Nombre de pays
Richesse	+0.66	88
État de droit		
Droits civils	+0.54	88
Corruption	-0.60	71
Liberté		
Économique	+0.59	88
Politique	+0.43	87
Personnelle	+0.44	39
Égalité		
Inégalité du revenu	+0.06	83
Inégalité selon le sexe	-0.45	57
Citoyenneté		
Participation à des associations	+0.41	58
Leadership participatif	+0.65	43
Pluralité culturelle		
% d'immigrés	+0.22	58
Tolérance des minorités	+0.50	79
Modernité		
Scolarité	+0.27	91
Informatisation	+0.62	55
Urbanisation	+0.45	87
²		
Variance expliquée (R ²)		83%

Source : World database of happiness. State nations (Veenhoven. 2006)

Tableau 5 Bonheur et statut social

	Corrélation à <i>l'intérieur</i> des pays occidentaux	Ressem blance <i>entre</i> tous les pays
Rang social		
Revenu	+	-
Scolarité	±	-
Prestige de l'emploi	+	+
Participation sociale		
Emploi	±	+
Participation à des associations	+	+
Réseau primaire		
Époux	++	+
Enfants	0	?
Amis	+	+
(Données corrélationnelles)	++ Forte corrélation	+ Semblable
	+ Corrélation positive	- Différent
	0 Sans corrélation	? Absence de données
	- Corrélation négative	

Source : World Database of Happiness (Veenhoven, 2006)

Tableau 6 Bonheur et caractéristiques personnelles

	Corrélation à <i>l'intérieur</i> des pays occidentaux	Ressemblance <i>entre</i> tous les pays
Habilités		
- Santé physique	+	++
- Santé mentale	++	++
- QI	0	?
Personnalité		
- Contrôle interne	++	?
- Extraver	+	?
- Agressiv	-	+
Valeurs		
- Hédonis	+	?
- Matériali	-	?
- Sociales	++	?
(Données corrélationnelles)	++ Forte corrélatio + Corrélation positive 0 Sans corrélatio - Corrélation négative	+ Semblable - Différent ? Absence de données

Source : World Database of Happiness (Veenhoven, 2006)

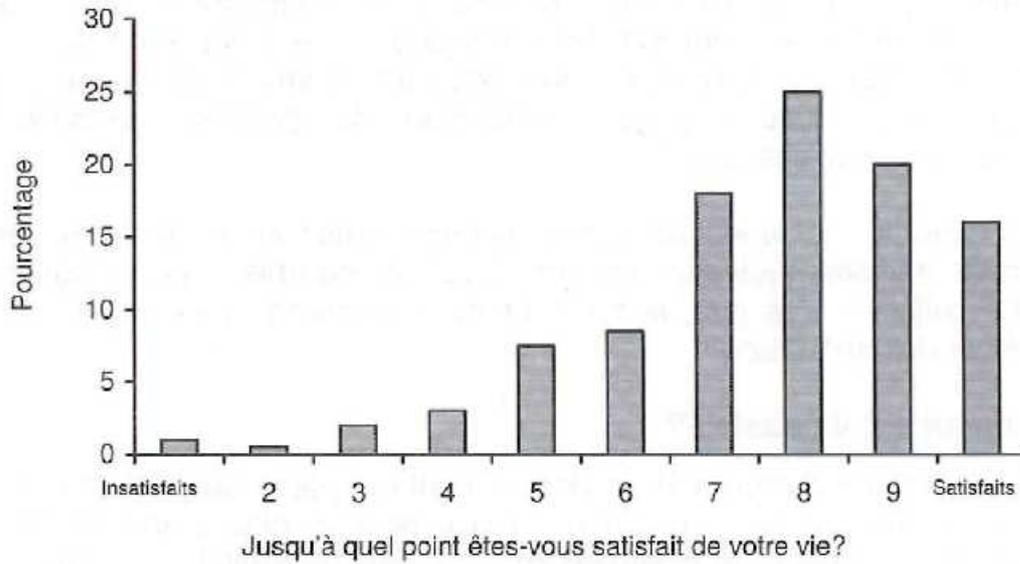


Figure 1 Satisfaction de vivre aux États-Unis (2000)
(Source : World value survey)

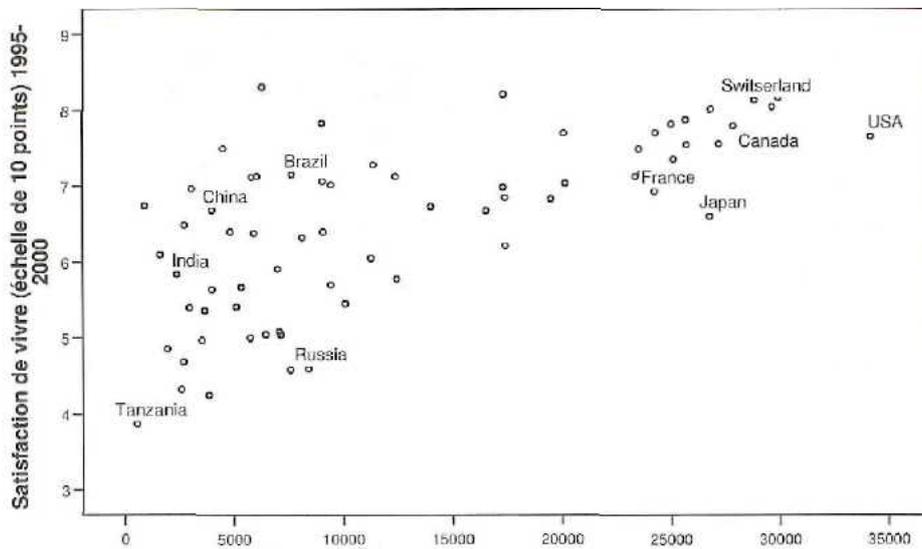


Figure 2 Bonheur et développement économique au cours des années 1990
(Source : World database of happiness, Veenhoven, 2002)

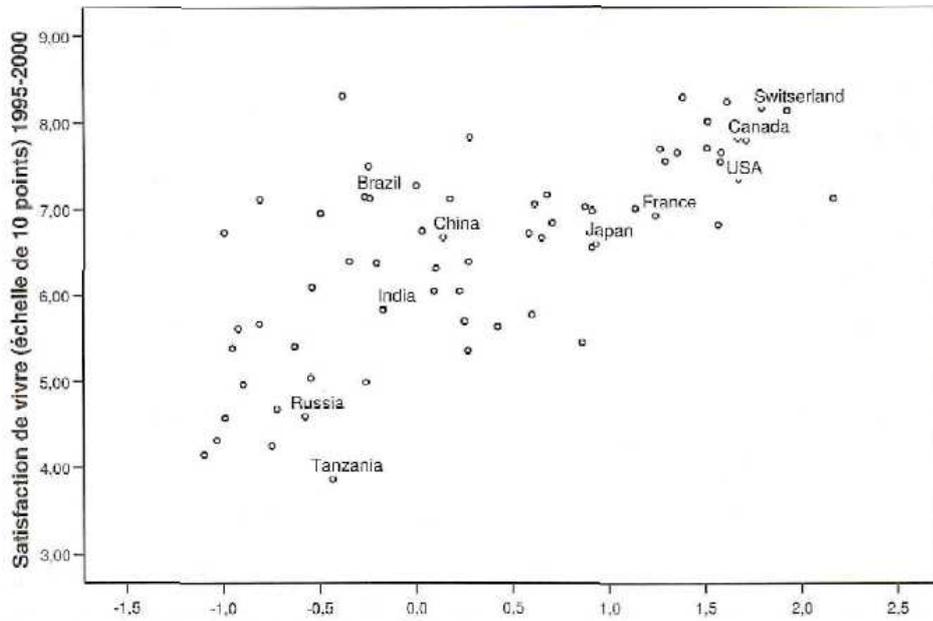


Figure 3 Bonheur et efficacité gouvernementale au cours des années 1990
(Source : World database of happiness, Veenhoven, 2002)

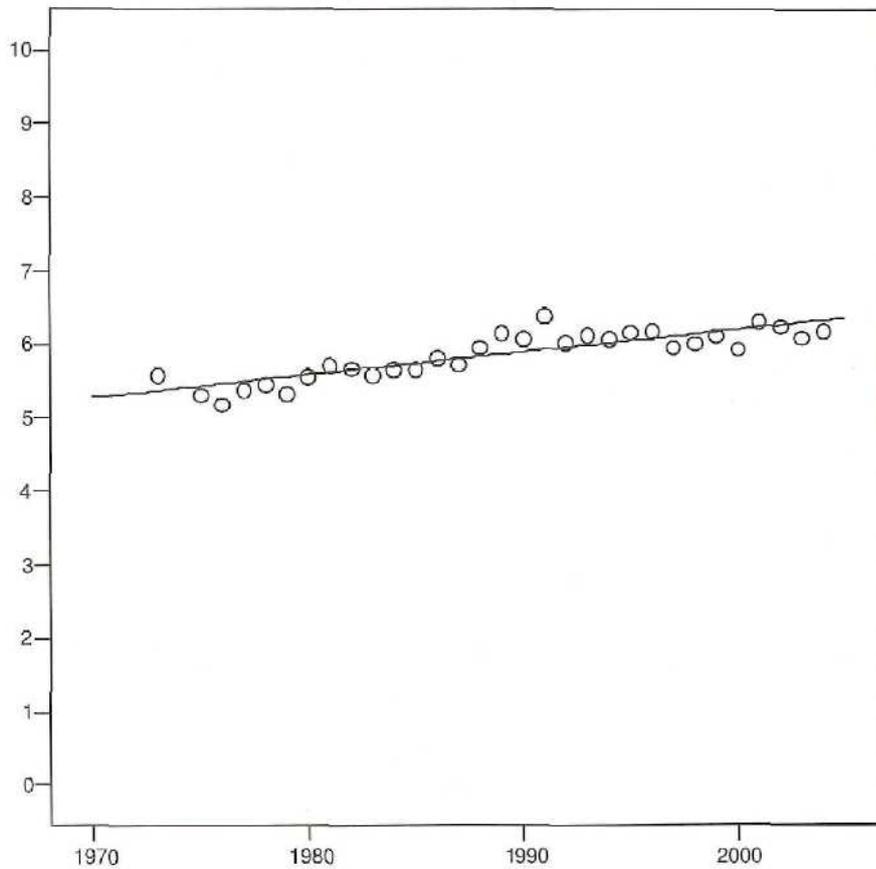


Figure 4 Tendence du bonheur moyen en Italie (1973-2003)
Source : World databases of happiness (Distribution in nations. Trend Report, 2005)

NOTES

1. Le présent article est une version révisée et mise à jour d'un chapitre publié dans 'Positive Psychology in Practice'. Chapitre 39, page 658-678, l'ouvrage de Alex Linley et Stephen Joseph, Éditeur: John Wiley and Sons, Inc. 2004, Hoboken, N.J., USA. ISBN 0471459062.
2. Adresse de correspondance : Courriel : veenhoven@fsw.eur.nl
3. On peut trouver une excellente présentation de l'utilitarisme de Bentham et Mill dans Veillette (2005).
4. International Society for Quality of Life Studies : <<http://www.cob.vt.edu/market/isquols>>. Je signale également l'International Society of Quality of Life Research: <<http://www.isoqol.org>>.
5. Journal of Happiness Studies : <<http://www.springer.com>>.
6. World Database of Happiness : <<http://www.worlddatabaseofhappiness.eur.nl>>.
7. Il y a trois sens principaux à la santé : la variante maximale requiert l'ensemble des caractéristiques (définition de l'OMS), la variante médiane correspond aux habiletés de la personne et la variante minimale est l'absence de défauts physiques.
8. Le problème avec le terme « utilité » vient du fait que les utilitaristes l'emploient pour désigner l'appréciation subjective de la vie, la somme des plaisirs et des peines.
9. La qualité de la vie prise en ce sens est le sujet du *Journal of Happiness Studies*.
10. On trouve également un grand nombre d'instruments traduits en français dans Bouffard, L et Lapierre, S. (1997). NDT
11. Freud assignait comme but à la psychanalyse de « transformer la misère hystérique en malheur banal ».
12. Cette technique est brièvement expliquée dans Bouffard et Lapierre (1997, p. 285). NDT
13. Csikszentmihalyi (ce numéro) et Myers (ce numéro) abordent également ce point. NDT
14. L'engagement actif dans la poursuite de buts personnels significatifs a suscité une hausse de plusieurs indices du bonheur chez divers groupes : chez des étudiants (Bouffard, Bastin, Lapierre et Dubé, 2001) et chez des jeunes retraités (Dubé, Lapierre, Bouffard et Alain, sous presse) NDT.

REFERENCES

- Andrews, F.M. et Withey, S.B. (1976).
Social Indicators of well-being : Americans perceptions of life quality.
New York : Plenum.
- Argyle, M. (2002).
The psychology of happiness (3^e éd. rév.).
London : Methuen.
- Bentham. J. (1789).
Introduction to the principles of morale and législation.
London : Payne.
- Boudard, L, Bastin, E., Lapierre, S., et Dubé, M. (2001).
La gestion des buts personnels, un apprentissage significatif pour des étudiants universitaires.
Revue des sciences de l'éducation, XXVII(3), 503-522.
- Bouffard, L. et Lapierre, S. (1997).
La mesure du bonheur.
Revue québécoise de psychologie, 18(2), 271-310.
- Bradburn, N. M. et Caplovitz, D. (1965).
Répons on happiness : A pilot study of behavior related to mental health. Chicago : Aldine.
- Brickman, P. et Campbell D. T. (1971).
Hedonic relativism and planning the good society. In M. H. Appley (Éd.), Adaptation level theory: A symposium (p. 287-302).
London: Academic Press.
- Campbell. A. (1981).
The sense of well-being in America.
New York : McGraw Hill.
- Cantril, H. (1965).
The pattern of human concern.
New Brunswick : Rutgers University Press.
- Danner, D. D., Snowdon, D. A. et Friessen, W. V. (2001).
Positive emotions in early life and longevity; findings from the nun-study.
Journal of Personality and Social Psychology, 80,804-819.
- Diener, E., Suh, E. M., Lucas, R. E. et Smith, H. L. (1999).
Subjective well-being : Three decades of progress.
Psychological Bulletin, 125(2), 276-301.

- Dubé, M., Lapierre, S., Bouffard, L. et Alain, M. (sous presse).
Impact of a personal goals management program on the subjective well-being of young retirees.
European Review of Applied Psychology.
- Ehrhardt, J.J., Saris, W. E. et Veenhoven, R. (2000).
Stability of life-satisfaction over time. Analysis of ranks in a national population.
Journal of Happiness Studies. 1, 177-205.
- Ekman, P. et Friesen, P. W. (1975).
Unmasking the face.
Englewood Cliffs : Prentice Hall.
- Fredrikson, B. L. (2000).
Cultivating positive emotions to optimize health and wellbeing.
Prevention and Treatment, 3, article 1a.
- Frey, B. S. et Stutzer, A. (2000).
Happiness prospers in democracy.
Journal of Happiness Studies 1(1), 79-102.
- Freud, S. (1948/1929).
Das unbehagen mit der kultur [Malaise dans la civilisation]. Gesamte Werke aus den Jahren 1925-1931.
Frankfurt-am Main : Fisher Verlag.
- Gerson, E. M. (1976).
On quality of life.
American Sociological Review, 41, 793-806.
- Gurin, G., Veroff, J. et Fold, S. (1960).
Americans view their mental health.
New York : Basic Books.
- Huxley, A. (1932).
Brave new world.
Stockholm : Continental Book.
- Jahoda M. (1958).
Current concepts of positive mental health.
New York : Basic Books.
- Lane, R. E. (2000).
The loss of happiness in market democracies.
New Haven : Yale University Press.
- Layard, R. (2005).
Happiness. Lessons from a new science.
New York : Penguin.

- Linley, A. et Joseph, S. (Éds) (2004).
Positive psychology in practice.
New York : Wiley.
- Lyubomirsky, S, Diener, E. et King, E. (2005)
The benefits of frequent positive affect : Does happiness lead to success?
Psychological Bulletin. 131, 803-855
- Neugarten, B. L. Havighurst, R. J. et Tobin, S. S. (1961).
The measurement of life satisfaction.
Journal of Gerontology, 16, 134-143.
- Oswald, A. J. (1997).
Happiness and economic performance.
Economic Journal, November, 1815-1831.
- Rath, N. (2002).
The concept of happiness in Adorno's critical theory.
Journal of Happiness Studies 3 (1), 1-21.
- Schimmack, U. et Diener, E. (Eds) (2003).
Experience sampling methodology in happiness research.
Special issue of the Journal of Happiness Studies, 4(1).
- Sen, A. (1992).
Capability and wellbeing. In M. Nussbaum et A. Sen (Éds), *The quality of life*.
Oxford : Clarendon.
- Sen, A. et Williams, B. (Éds). (1982).
Utilitarianism and beyond
London: Cambridge University Press.
- Smart, J. J. et Williams, B. (1973).
Utilitarianism, for and against.
London: Cambridge University Press.
- VanPraag. B. M. (1993).
The relativity of welfare. In M. Nussbaum et A. Sen (Eds), *The quality of life* (p. 362-385).
Oxford : Clarendon Press.
- Veenhoven, R. (1984).
Conditions of happiness.
Dordrecht : Kluwer Academic.
- Veenhoven, R. (1988).
The utility of happiness.
Social Indicators Research, 20, 333-354.

- Veenhoven, R. (1989).
How harmful is happiness? Consequences of enjoying life or not?
The Hague : University Press Rotterdam.
- Veenhoven. R. (1991).
Is happiness relative?
Social Indicators Research, 24,1-34
- Veenhoven. R. (1993).
Happiness in nations : Subjective appreciation of life in 56 nations 1946-1992.
Rotterdam : RISBO -Erasmus University Rotterdam.
- Veenhoven. R. (1994).
Is happiness a trait? : Test of the theory that a better society does not make people any happier.
Social Indicators Research, 32, 101-160.
- Veenhoven, R. (1996).
Happy life-expectancy : A comprehensive measure of quality-of-life in nations. Social Indicators Research, 39,1-58.
- Veenhoven. R. (1997).
Progrès dans la compréhension du bonheur.
Revue québécoise de psychologie 18(2), 29-74.
- Veenhoven, R. (2000a).
The four qualities of life : Ordering concepts and measures of the good life. Journal of Happiness Studies, 7(1).1-39
- Veenhoven, R. (2000b).
Wellbeing in the welfare state, level not higher, distribution not more equitable. Journal of Comparative Policy Analysis, 2, 91-125
- Veenhoven, R. (2002).
World database of happiness. En ligne le xxx:
www.eur.nl/fsw/research/happiness ».
- Veenhoven, R.(2006).
World database of happiness, ongoing register of scientific research on subjective enjoyment of life.
En ligne le 8 novembre 2006 <<http://worlddatabaseofhappiness.eur.nl>>.
- Veenhoven, R, et Ehrhardt J. (1995).
The cross-national pattern of happiness: Test of predictions implied in three theories of happiness.
Social Indicators Research, 43, 33-86.
- Veenhoven, R. et Hagerty, M. (2006).
Rising happiness in nations, 1946-2004. A reply to Easterlin.
Social Indicators Research, 77, 1-16

Veillette. C. (2005).
Entre bonheur et liberté.
Montréal : Point de fuite.

Ware, J.E. Jr (1996). The SF-36 Health Survey. *In* B. Spilker (Éd.).
Quality of life and pharmaco-economics in clinical trials (p. 337-
345). Philadelphia: Leppincott-Raven Publishers.

Wessman, A.E. et Ricks, D.F. (1966;.
Mood and Personality.
New York : Holt. Rhinehart et Winston.

ABSTRACT

Utilitarian philosophy holds that public policy should aim at advancing human happiness. This moral theory meets many objections, on pragmatic grounds it is denounced as unfeasible and on ideological grounds as undesirable. As a result the principle is marginal in policy making. In this paper I consider these classic philosophical qualms in the light of recent empirical research on life-satisfaction. It appears that these objections do not apply. Happiness is a useful goal criterion, both in public policy and in individual therapy.

Mots clés

bonheur satisfaction de vivre, utilitarisme, politiques publiques

Mots clés

bonheur satisfaction de vivre, utilitarisme, politiques publiques