

LE BONHEUR: ANGLE MORT DE LA SOCIOLOGIE

Ruut Veenhoven

Dans : 'Sciences & Bonheur', Automne 2016 No 1 Pag. 32-42

RÉSUMÉ

Les études empiriques sur le bonheur ont mis en avant que a) la plupart des gens étaient heureux dans les sociétés modernes, b) le niveau moyen de bonheur augmentait c) les inégalités de bonheur diminuaient d) le bonheur dépendait fortement du type de société dans lequel on vit et e) assez peu de la place relative au sein de cette société. Ces résultats ont été largement ignorés par la sociologie. Il y a plusieurs raisons à cela. L'une est un biais professionnel : la plupart des sociologues sont payés à étudier les problèmes sociaux et ont du mal à concevoir que des gens puissent s'épanouir. Une autre raison est idéologique : de nombreux sociologues portent un regard critique sur les sociétés modernes et imaginent difficilement que des personnes puissent s'y sentir bien. Enfin, certaines théories sociologiques ne se prêtent pas bien à l'étude du bonheur, en particulier les théories cognitives qui impliquent que le bonheur n'est que relatif. Ces théories et leurs limites sont discutées dans cet article.

MOTS-CLÉS

Publications: barrières; biais; comparaisons sociales; théories.

SUMMARY

Sociology's blind eye for happiness

Empirical studies on happiness have found that: a) most people are happy in modern nations, b) average happiness in nations is rising, c) inequality in happiness is going down, d) happiness depends heavily on the kind of society one lives in, but e) not very much on one's place in society. These remarkable findings are largely ignored in sociology, if not denied, for several reasons. One reason for the neglect is professional bias: most sociologists earn their living dealing with social problems and are therefore not apt to see that people flourish. Another reason is ideological: many sociologists are 'critical' of modern society and can therefore hardly imagine that people thrive in these conditions. Lastly, some sociological theories play them false, in particular cognitive theories implying that happiness is relative. These theories and the evidence against them are discussed in this paper.

KEYWORDS

Publications: social comparaisons; théories.

Correspondance: L'Université Erasmus Rotterdam Erasmus Happiness Economics Research Organization (EHERO), Pays-Bas è L'Université Nord-ouest, Optentia, Afrique du sud.

E-mail: veenhoven @ ese.eur.nl

1 LE BONHEUR DANS LES SCIENCES SOCIALES CONTEMPORAINES: Résultats empiriques

Le bonheur a été considéré par la philosophie depuis des millénaires, mais depuis les années 1970, il fait également l'objet d'études empiriques. Dans ce type de recherche, le bonheur est abordé sous l'angle de la satisfaction à l'égard de sa vie et est mesuré sur une base déclarative. Cette conception du bonheur apparaît désormais comme saine et la façon de la mesurer robuste (Veenhoven 1984, Diener 1999, Donovan et al. 2003, VanPraag & Ferrer-i-Carbonell 2010). Ce champ universitaire est composé d'un corpus de textes conséquent, avec à ce jour plus de 10 000 articles inscrits dans la *World Database of Happiness*, que j'ai créée dans les années 1990. Il ressort de ces études un certain nombre de résultats que j'expose brièvement ci-dessous.

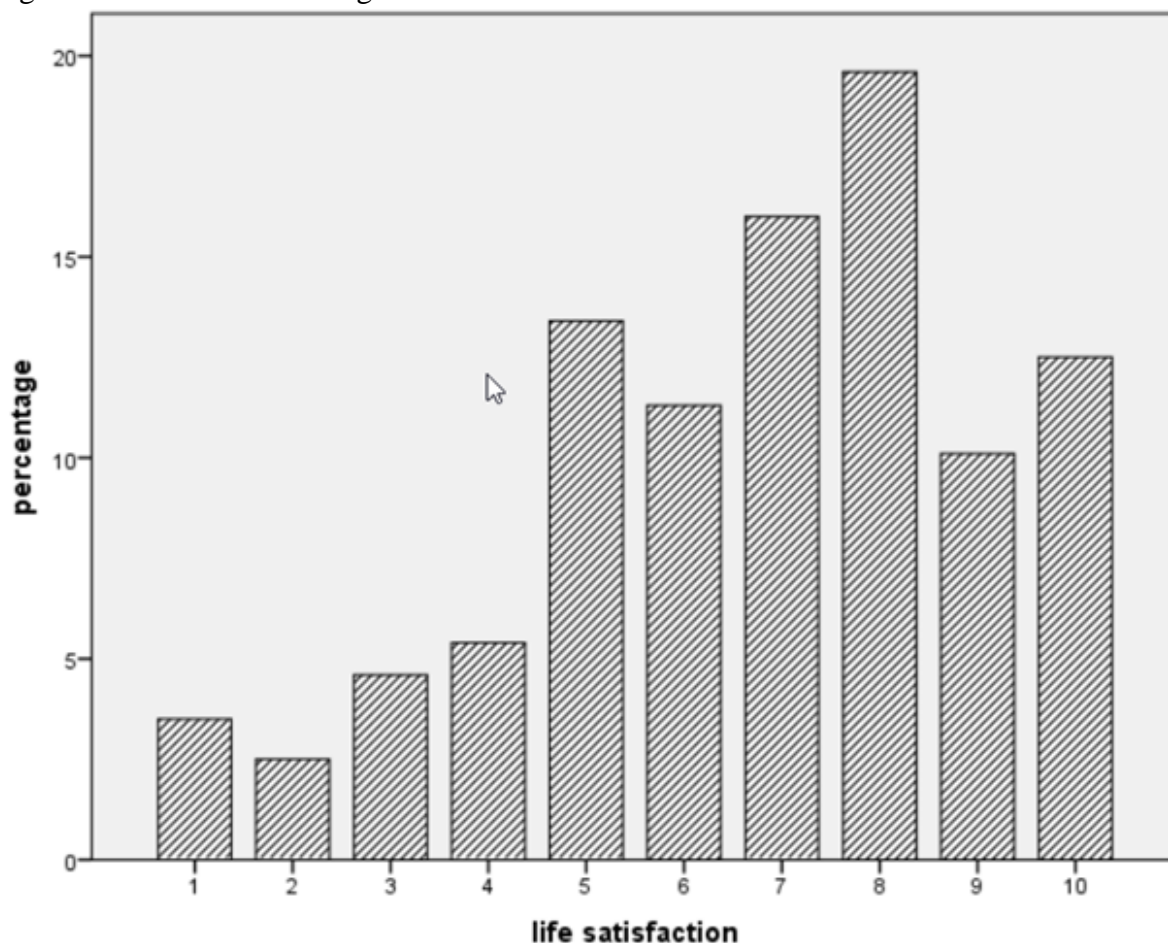
La plupart des gens sont heureux

Les premières enquêtes sur le bonheur ont pris place dans les sociétés occidentales contemporaines et ont mis en avant que la plupart des gens étaient heureux. Ceci transparaissait à la fois dans les questions sur la qualité de vie, mais aussi dans les mesures d'humeurs, comme l'*Affect Balance Scale* ('l'échelle des équilibres affectifs') développée par Bradburn (1969). Ceci apparaît dans la figure 1, dans laquelle les distributions aux réponses dans les nations occidentales sont représentées en réponse à la question suivante:

De manière générale, à quel point diriez-vous que vous êtes satisfaits de la vie que vous menez?

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
<i>Insatisfaits</i>									<i>Satisfaits</i>

Figure 1 : Satisfaction à l'égard de sa vie dans les nations occidentales entre 2005 et 2008



La plupart de gens sont heureux

Un quart de la population de ces pays se mettait à une valeur inférieure ou égale à 5, alors que plus de la moitié cochant une valeur supérieure ou égale à 7. Ces déclarations peuvent être gonflées par un biais de désirabilité, mais ce biais apparaît comme marginal (Veenhoven 2008). La validité de ces mesures est désormais largement acceptée et partagée : les répondants comprennent le concept et y répondent correctement.

Les réponses ne sont pas aussi positives dans tous les pays du monde, mais la moyenne des pays est au dessus du milieu de l'échelle dans la plupart des nations de nos jours. Sur les 148 nations de la carte, 37 sont en dessous 5, alors que la moyenne dépasse 7 dans 35 nations. La moyenne mondiale pondérée par population est de 6.0 (déviation standard de 0.9). La moyenne de population non pondérée est de 5.9 (déviation standard de 1.3).

Le bonheur moyen augmente

Depuis les années 1970, le bonheur a été évalué régulièrement dans la plupart des nations occidentales. Des comparaisons à travers le temps montrent une augmentation dans la plupart des nations et seulement quelques exemples de diminution. Des données longitudinales pour les pays en développement sont moins systématiques, mais montrent des courbes d'augmentations supérieures. Ces augmentations de bonheur moyen semblent être liées à une certaine croissance économique, un constat qui va à l'encontre du fameux paradoxe d'Easterlin (1974).

Les inégalités de bonheur diminuent

L'augmentation de bonheur moyen s'est accompagnée par une réduction de la dispersion du bonheur de manière générale, ce qui se manifeste par une diminution des déviations standards à travers le temps. Cette réduction est en partie due au fait qu'une augmentation (du bonheur) sur une échelle limitée à 10 concentre les réponses en haut de l'échelle mais pas uniquement ; la diminution des inégalités en bonheur est également due à une réduction des réponses les plus basses (Veenhoven 2005).

Impact fort du type de société

Le bonheur moyen varie grandement d'une nation à l'autre ; de 2.6 sur échelle de 0 à 10 au Togo à 8.3 au Danemark. Néanmoins, il semble y avoir des constantes expliquant ces différences : le bonheur est typiquement plus élevé dans les nations combinant un niveau matériel élevé avec une bonne gouvernance, une liberté importante et un climat de tolérance. Ensemble, ces caractéristiques sociétales expliquent environ 75% des différences entre nations (Ott 2005). Il y a aussi des caractéristiques qui semblent être très peu liées au niveau de bonheur moyen des citoyens. C'est le cas pour les inégalités dans les nations (Berg & Veenhoven 2010) et pour l'Etat-providence^[1] (Veenhoven 2000).

Peu d'impact de la place dans la société

Plusieurs enquêtes ont été réalisées sur les liens entre Etats-providence et bien-être. Les enquêteurs s'attendaient à ce que l'exclusion sociale s'accompagne de mal-être. Cependant, ils ont trouvé un lien assez faible entre bonheur et position sociale. Ensemble, ces différences de position sociale expliquent environ 10% des différences de bonheur trouvées au sein des nations. Dans les sociétés modernes, le bonheur dépend davantage de l'insertion au sein de réseaux intimes et sur les caractéristiques psychologiques (Headey & Wearing 1992).

2 LE BONHEUR DANS LA SOCIOLOGIE : RECEPTION

Il y aurait de bonnes raisons de penser que ces résultats attireraient l'attention des sociologues, ce sujet s'inscrivant notamment dans des lignées comtiennes ou spencériennes.

Une raison pour laquelle on pourrait s'attendre à un vif intérêt de la part des sociologues est que ces études permettent en partie de répondre à des questions qui interrogent la discipline depuis longtemps : le bonheur des habitants donne des indications sur la vivabilité de la société ; l'augmentation du bonheur dans la plupart des sociétés donne des éléments de réponse à la question du progrès social et les disparités en termes de bonheur nous informent sur ce qu'est une bonne société.

Une autre raison pour laquelle on pourrait s'attendre à un fort intérêt de la part des sociologues est que ces résultats mettent en relief un certain nombre d'idées répandues. Le fait que les inégalités de bonheur aient diminué ces dernières décennies apporte un nouveau regard sur l'augmentation des inégalités, critique classique des sociétés modernes. Que les inégalités de revenus au sein des nations soient relativement peu corrélées au niveau moyen de bonheur apporte un éclairage différent sur le constat souvent partagé que les disparités économiques sont génératrices de frustrations profondes. Il en va de même à propos des influences relativement faibles du revenu et de l'éducation sur le bonheur.

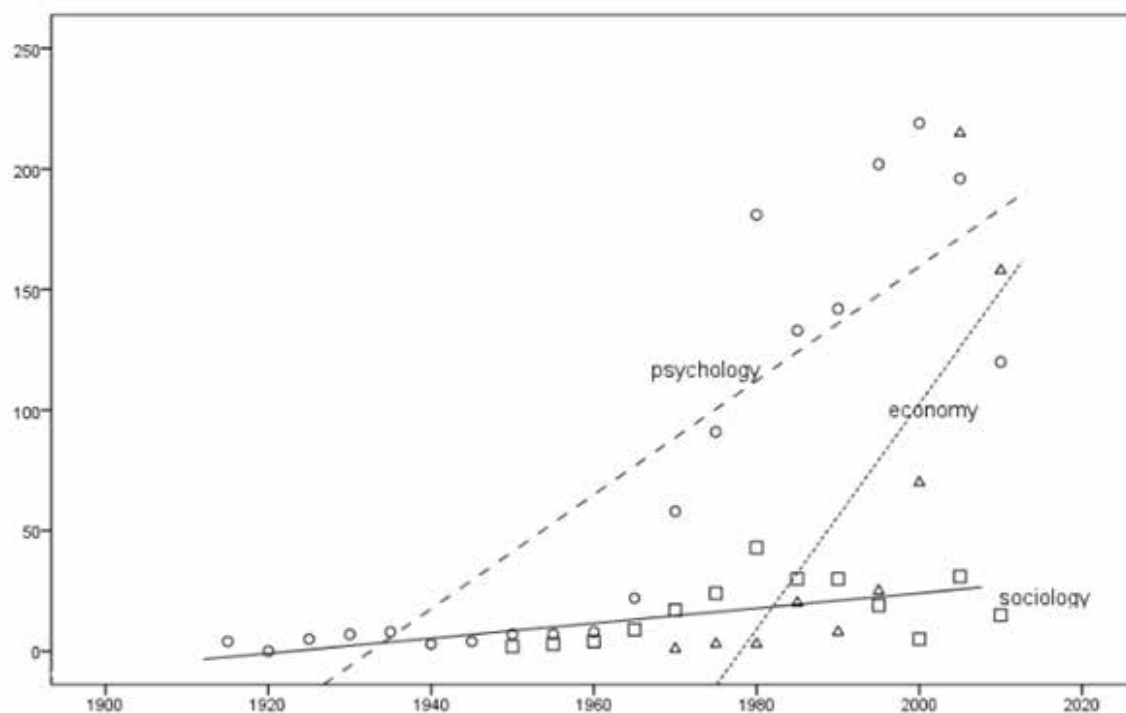
2.1 Le bonheur: parent pauvre de la sociologie

Le sujet du bonheur est absent de la plupart des livres de sociologie. Une étude dans la littérature anglo-saxonne nous montre que le mot n'apparaît pas dans les livres introductifs de

Giddens (2006), Marsh et al (1996) et Newman (1997). Ces livres mentionnent tous des états mentaux négatifs comme l'anomie ou l'aliénation et contiennent des sections sur les problèmes de santé. Une exception notable est l'introduction à la macrosociologie de Nolan and Lenski (2006) où le bonheur est discuté dans le contexte du progrès social. La deuxième et dernière édition du fameux *Blackwell Dictionary of Sociology*, n'inclut aucun terme lié au bonheur, au bien-être subjectif ou à la qualité de vie (Johnson 2002).

Ceci se traduit également au niveau des publications dans les journaux de sociologie. Ce constat apparaît de manière claire dans la bibliographie de la *World Database of Happiness*. Dans cette bibliographie, nous cherchons les textes publiés par discipline, regardant en particulier les écrits en économie, psychologie et sociologie. Le nombre de publications par discipline est présenté dans la figure suivante. Comme on peut le voir sur cette figure, les psychologues s'attaquent au sujet au début du siècle et ce d'autant plus à partir des années 60. Les économistes s'y attèlent plus tard puis l'économie du bonheur explose littéralement. Les premières publications en sociologie du bonheur apparaissent dans les années 50 et leur nombre n'a que légèrement augmenté depuis.

Figure 2 : Nombre de publications annuelles sur le bonheur dans différentes disciplines



Seulement dans la sociologie

Dans une version précédente de cet article, j'avais compté les occurrences dans les résumés d'articles où le mot bonheur (*happiness*) ou satisfaction à l'égard de sa vie (*life satisfaction*) étaient utilisés. Cependant, ceci était trompeur pour deux raisons. La première est que les mots ne parlent pas forcément du concept mentionné plus haut (satisfaction à l'égard de sa vie). La seconde est que la plupart des occurrences provenait presque uniquement de deux journaux très spécialisés : le *Social Indicators Research* et *Journal of Happiness Studies*. La raison pour laquelle j'ai créé le second en 2000 est le refus de la plupart des revues classiques de sociologie de traiter du bonheur comme sujet d'étude.

L'avantage d'utiliser la *Bibliography of Happiness* est que cette source est limitée aux publications sur le bonheur dans le sens de l'appréciation subjective de sa vie de manière générale. Chaque article a été lu afin de voir si les articles mentionnant le bonheur couvraient

bien cette dimension et tout autre article couvrant une définition du bonheur différent a été laissé de côté.

Toutefois, le terme de ‘qualité de vie’ n’est pas absent des discours sociologiques. De nombreuses conférences traitent de ce sujet et des instituts dédiés à cette problématique existent. Cependant, la dimension subjective est typiquement manquante dans ces contextes, la qualité de vie étant dans ce cas conçue comme le degré selon lequel la vie se rapproche de canons préétablis du bonheur.

Le 16^{ème} congrès mondial de sociologie est à ce titre tout à fait illustrateur. Le thème de la conférence était ‘la qualité de l’existence sociale dans un monde global’ (*‘The quality of social existence in a globalizing world’*) et les problèmes abordés couvraient l’ensemble des conditions *supposées* bénéfiques, comme l’identité sociale, la cohésion ou la mobilité sociale. L’appréciation de ces conditions de vie par les acteurs était remarquablement absente des différentes sessions de la conférence.

Comme déjà abordé, la sociologie se préoccupe principalement des problèmes en premier lieu. Ceci transparait par exemple dans les résumés sociologiques : 41% de ceux-ci utilisent un mot à connotation négative et d’insatisfaction alors que seulement 8% contiennent un mot à appréciation positive. De plus, il y a eu une augmentation des mots tels que ‘peur’ et ‘crime’ dans les dernières décennies (Elchardus et al. 2005). Ceci est en contraste avec les tendances relatives au bonheur des dernières décennies.

Ceci est en ligne avec mes impressions en tant que sociologue travaillant sur le sujet du bonheur depuis les années 70. Un grand nombre de journaux traditionnels se désintéressaient du thème du bonheur, ce qui m’a poussé à créer le *Journal of Happiness Studies* en 2000. J’ai également fait face à un certain scepticisme dans mon département de sociologie à l’université Erasmus de Rotterdam de la part de mes collègues. Si mes résultats de recherche étaient bien accueillis, le sujet n’était pas perçu comme sociologique et restait marginal. Mes collègues sociologues étaient sceptiques par rapport à cette thématique. Les budgets pour ce sujet ont également diminué, ce qui m’a poussé à aller au département d’économie de l’université où un centre lié à l’économie du bonheur a été créée.

3 RAISONS DE NEGLIGER CE SUJET

Pourquoi les sociologues négligent-ils ce sujet ? On peut distinguer trois types de raisons : pratiques, idéologiques et théoriques.

Pratiques

Les sociologues s’intéressent en général davantage à ce que les acteurs font que ce qu’ils ressentent. Leur objectif principal est d’expliquer les comportements sociaux et le bonheur occupe tout au plus une place de variable complémentaire dans ce contexte. La sociologie s’intéresse aux relations sociales et le bonheur est un concept principalement individuel. Les sociologues sont en général payés pour s’occuper des problématiques sociales. Ainsi, s’ils s’intéressent parfois à la subjectivité du bien-être, c’est bien souvent sous l’angle du mal-être.

Idéologiques

De nombreux sociologues s’intéressent au bien-être objectif, comme l’égalité sociale ou la cohésion sociale. Ils ne sont pas particulièrement intéressés de savoir ce que les acteurs ressentent dans de telles conditions, et si oui, ils tendent à laisser de côté tout résultat contradictoire. Par exemple, si un acteur dit se sentir bien dans des conditions a priori défavorables, ce sentiment est évacué en invoquant un biais de désirabilité sociale ou de fausse conscience.

Théoriques

Les sociologues tendent à considérer le bonheur comme une idée dépendant avant tout des comparaisons sociales, un concept variable et capricieux, peu digne d'intérêt, cette théorie est considérée en détail dans le paragraphe prochaine.

4 LE BONHEUR DANS LA SOCIOLOGIE: VISIONS

N'étant pas spécialistes des problèmes de l'esprit, les sociologues font des hypothèses psychologiques. Généralement, ils s'inspirent de la psychologie cognitive, dans la mesure où ce courant est relativement proche de leur vue de l'humain comme être socialement déterminé. Les sociologues voient donc le bonheur comme un construit cognitif façonné par des notions collectives de bonne vie et comme le résultat de comparaisons, notamment sociales.

4.1 Presumé: un objet de comparaison sociale

La théorie de la construction sociale est liée à la façon dont nous donnons du sens aux phénomènes. Elle sous-tend que nous construisons des représentations mentales à partir de notions collectives que nous agrégeons comme des blocs de construction. Dans cette lignée, le bonheur est vu comme un construit social, comparable à des notions comme la beauté ou l'équité, une notion partagée de la vie qui donne un cadre aux expériences ressenties. Il est ainsi souvent assimilé à une tendance à voir le verre à moitié plein ou à moitié vide, les Américains étant dans ce cas souvent opposés aux Français, comme dans Ostroot & Scheider (1985). Inglehart a suggéré que le bonheur est moins élevé en France qu'aux Etats-Unis car la vie était plus difficile pour les générations précédentes et ceci se retrouve dans une vision plus pessimiste de nos jours.

Un autre mécanisme cognitif souvent mis en avant est la comparaison avec des notions de la bonne vie, le bonheur étant dans ce cas perçu comme l'écart entre la vie vécue et la vie rêvée. Il est ainsi souvent dit que la publicité réduit notre bonheur puisqu'elle agite devant nous des rêves de vie hors de portée pour le commun des mortels (Layard 2005). Similairement, il est souvent dit que les niveaux élevés de bonheur dans les sociétés modernes proviennent d'un abandon des espoirs d'une vie meilleure.

Il est aussi souvent dit que nous nous voyons à travers les yeux des autres et que nous jugeons donc notre niveau de bonheur à travers leurs yeux. Dans cette lignée, le bonheur est vu comme une 'appréciation réfléchie' (*reflected appraisal*). Nous porterons un jugement positif sur notre vie quand les gens autour de nous pensent que nous nous en sortons bien et négatif dans le cas inverse. Le bonheur plus faible des célibataires a ainsi été expliqué par le stigmate négatif qui l'entoure (Davies & Strong 1977).

En empruntant la vue constructiviste, l'intérêt d'étudier le bonheur est relativement limité, puisque le bonheur ne serait qu'une simple idée. Puisque les notions d'une bonne vie varient d'une culture à l'autre et à travers le temps, le bonheur est aussi vu comme étant culturellement dépendant. Cette théorie est populaire parmi les critiques de la philosophie morale de Bentham qui promeut le plus de bonheur pour le plus grand nombre, en réduisant le bonheur à une notion désuète.

S'il n'y a aucun doute sur le fait que les notions et les valeurs partagées dirigent une partie importante de nos appréciations, cela ne signifie pas pour autant que toute conscience est entièrement construite socialement. Nous n'avons pas besoin de notions partagées pour ressentir la douleur ou la faim, même si la culture influencera nos réflexions sur ces

sensations. Notre compréhension dépend à la fois de stimuli externes et de signaux intérieurs. Comment cela fonctionne-t-il dans le cas du bonheur ?

Dans l'évaluation de nos vies, nous utilisons nos humeurs comme première source d'information (Schwartz & Strack 1991) et le bonheur est davantage influencé par les affects que le '*contentement*', l'appréciation cognitive de nos vies. Il y a une certaine logique à cela, puisque le système affectif est plus ancien d'un point de vue de l'évolution et qu'il sert à s'assurer que les besoins primaires soient assouvis. Le système cognitif s'est développé par dessus chez les homos sapiens, mais il n'a pas remplacé le système affectif. Il est davantage un appareil supplémentaire qui permet un meilleur apprentissage des expériences et du planning des activités. Il est donc hautement improbable que le bonheur ne soit qu'une appréciation cognitive. Ceci est développé plus en détails dans Veenhoven (2009).

La vision culturaliste du bonheur ne peut être testée facilement, l'esprit humain étant toujours une boîte noire. L'on peut cependant vérifier indirectement si l'on considère les implications qu'impliquerait le bonheur comme pur construit social.

Ancré culturellement ?

Selon la vision culturaliste, les conditions du bonheur devraient différer grandement à travers les cultures. Si le bonheur est un construit culturellement spécifique, ces déterminants seront aussi culturellement variables. Les études empiriques devraient donc montrer une grande variabilité culturelle et peu d'universel. Les données disponibles ne vont pas pourtant pas dans ce sens. Les comparaisons sur les niveaux de bonheur moyen à travers les pays révèlent des motifs communs. Le bonheur est systématiquement plus haut dans les pays qui fournissent un niveau matériel suffisant, les pays démocratiques et ceux où le climat social est caractérisé par la confiance et la tolérance. Ensemble, les conditions objectives sociétales expliquent 75% des différences entre nations (Veenhoven & Kalmijn 2005).

Les comparaisons au sein de nations montrent également de grandes similarités. Au sein de tous les pays, les gens mariés sont plus heureux que les célibataires (Diener, 2000) et la santé est un corrélat fort dans tous les pays, à la fois physique et mental. De même, les différences à travers les âges et les genres sont faibles partout (Veenhoven 2010).

Volatile ?

Une seconde implication de la vision culturaliste est que le bonheur doit être variable à travers le temps. Si le bonheur dépend de notions partagées de la bonne vie, il changera en fonction des '*modes*' sur le sujet, ce qui se reflétera dans des changements du niveau moyen de bonheur dans les pays, comparables aux préférences politiques et aux goûts musicaux. Encore une fois, ceci ne résiste pas à une étude des données existantes. Le niveau moyen de bonheur dans les pays présente une grande stabilité, au moins au sein des nations développées ces trente dernières années. Les études longitudinales sur les individus montrent aussi une grande constance à travers le temps (Erhardt et. al. 2000).

Sans conséquences ?

Une troisième implication est que l'étude du bonheur n'a que peu d'importance. Si le bonheur est un simple produit cognitif, basé sur des idées à la mode, il est réduit alors à une appréciation relativement insignifiante, comme pour n'importe quelle préférence personnelle, une idée sympathique mais qui n'a pas tellement sa place hors de la sphère personnelle. Ceci semble être contredit par l'étude des faits ; le bonheur va de pair avec un bien-être objectif et les études longitudinales ont montré que le bonheur était un prédicteur important de bonne santé physique et de longévité (e.g. Danner et. al 2000, Veenhoven 2008b).

Ces études ne corroborent pas la théorie selon laquelle le bonheur serait juste une douceur de l'esprit. Ces études concernent le bonheur en tant que tel et non des opinions sur ce que devrait être le bonheur. Le bonheur en tant que tel est quelque chose que nous ressentons et que nous pouvons apprécier sans l'aide des autres. Nous savons souvent ce que nous ressentons sans forcément savoir vraiment pourquoi et en cherchant des raisons pour notre bonheur, nous avons tendance à le justifier à travers des vues partagées. Le bonheur est quelque peu comparable dans ce cas à un mal de tête : le mal de tête n'est pas un construit social, c'est un signal autonome du corps. Notre *interprétation* du mal de tête peut elle se rattacher à toutes sortes de croyances populaires.

4.2 Presumé: un produit présumé de comparaisons sociales

Les sociologues apprennent dans leurs années étudiantes l'étude classique de privation relative de Stouffer (1949) sur le soldat américain (*The American Soldier*). L'un des aspects étudiés dans cette étude est la satisfaction de chance de promotion des soldats. Un peu paradoxalement *a priori*, la satisfaction de promotion était élevée au sein des unités où les chances de promotion étaient basses, comme dans la police militaire et basse dans les unités où les chances de promotion étaient élevés, comme dans l'armée de l'air. Ce phénomène fut expliqué par des mécanismes de comparaisons sociales; puisque la promotion était plus probable au sein de l'armée de l'air, les agents au sein de cette unité se sentaient éligibles à une promotion. Ce cas de satisfaction vis-à-vis de la promotion fait penser à tout sociologue que toute satisfaction est un produit de comparaison sociale.

La théorie de la comparaison sociale est une variante d'une théorie de comparaison plus large dans laquelle la notion de bonheur serait la différence entre la vie telle qu'elle est et la vie telle qu'elle devrait être. Plus ces différences sont petites, plus le bonheur est élevé. Dans cette théorie, d'autres différences peuvent entrer en compte parmi lesquelles: entre ce que l'on a et ce que l'on pense que l'on pourrait avoir et entre ce que l'on a et ce qu'on se sent légitime de recevoir (Michalos 1985). Les perceptions de ce que l'on pourrait avoir et ce qu'il serait juste que l'on ait sont vues comme des produits de comparaison sociale. Dans ce sens, le bonheur est vu comme la capacité à faire aussi bien que le groupe de comparaison: nous nous sentons bien si nous sommes au-dessus et nous nous sentons défavorisés dans le cas contraire.

Dans cette théorie de jeu à somme nulle, peu de chance d'emprunter une voie benthamienne du plus de bonheur pour le plus grand nombre, puisque tout bonheur y est considéré comme relatif. La comparaison sociale est l'un des mécanismes souvent mis en avant dans l'exemple du tapis hédonique qui annule tout progrès (Brickman & Campbell 1971) et c'est l'un des mécanismes utilisés dans le paradoxe d'Easterlin(1974) qui tend à dire qu'il n'y a pas d'augmentation de bonheur liée à l'augmentation de la richesse. Nous serions ainsi réduits à mitiger les effets des comparaisons sociales en les rendant moins visibles par exemple.

Plausibilité théorique

Il y a de nombreux problèmes avec cette théorie psychologique. Tout d'abord il est clair que les comparaisons sociales ne s'appliquent pas à tous les appréciations subjectives. Si l'on se fait mal en se frappant sur le doigt, la douleur n'est pas moins supportable si le voisin a fait la même chose. Lorsque l'on apprécie une situation, on le fait à partir de différentes sources d'information et la comparaison sociale n'est que l'une d'entre elles.

Cela nous amène à nous interroger sur le rôle des comparaisons sociales dans l'appréciation subjective de nos vies. Ce rôle semble se circonscrire aux aspects de notre vie où la comparaison sociale est possible, comme le revenu, mais moins à des aspects moins visibles comme ceux de la vie intime ou du plaisir pris à observer un coucher de soleil. Même

lorsque l'on est capable de mesurer des aspects, cela nous informe sur les possibilités, mais aucunement si celles-ci sont désirables ou pas. Les avocats de la théorie de la comparaison sociale mettent en avant que nous ne comparons que des aspects de la vie qui sont valorisés socialement, tels que l'argent, la culture ou la gloire, ce qui nous renvoie au postulat que les notions de la bonne vie sont socialement construites. Cependant, si la consommation d'alcool était hautement valorisée dans nos sociétés et que j'empruntais pleinement cette voie, il y aurait des chances que je me sente moins bien et moins heureux que mon voisin plus sobre; la consommation excessive d'alcool est mauvaise pour le corps, qu'elle que soit ce que l'on peut en penser.

Ceci montre un défaut majeur des théories de comparaisons sociales: elles tendent à éluder que nous sommes des organismes biologiques. Il est très difficile de se sentir bien quand notre corps va mal. Des alarmes sensorielles nous indiquent que nous manquons de nourriture ou que nous avons froid. Moins évidente, mais pas moins présentes sont les besoins psychologiques, comme le besoin d'appartenir à un groupe, d'utiliser et de développer nos capacités. Nous nous sentons mal quand nous nous sentons seuls et nous nous ennuyons quand nous manquons de stimulation. Les humains ne sont pas nés *ex nihilo*, avec seule une socialisation qui imprimerait des envies culturelles spécifiques, nous héritons de circuits biologiques avec des besoins préexistants et nous nous sentons bien quand ces besoins sont assouvis.

Nous sommes dans ce sens de vrais animaux. Les animaux peuvent également se sentir bien ou mal, mais pas de comparer avec des normes partagées de bonne vie. L'évolution les a programmés à se sentir bien ou mal subjectivement dans des situations qui sont objectivement bonnes ou mauvaises pour leurs survies. Notre système affectif n'est pas si différent de celui des animaux et nous sert aussi à savoir instinctivement ce qui est bon pour nous. La cognition humaine s'est développée sur ce système affectif et nous permet de réfléchir sur ces signaux cognitifs et dans une certaine mesure de les ignorer. Cependant, cela ne veut pas dire que le cognitif a remplacé l'expérience affective. Sans information affective, nous sommes aveugles d'un point de vue conatif comme l'a montré Damasio(1994) à partir d'études sur des dommages au cerveau. Ainsi, sans information affective, nous serions incapables d'apprécier la qualité de notre vie.

C'est sur cette base que j'ai créé une théorie des besoins. Cette théorie a été revue et par Diener (Diener et al. 2000). Cependant dans la sociologie classique, cette vue du bonheur irait dans la sociobiologie, mais la sociologie n'a pas exploré ce problème. La comparaison sociale est tout au plus une des sources d'information dans l'appréciation subjective du bonheur et la question est dans quelle mesure celle-ci est importante.

Indications empiriques

Une implication vérifiable de la théorie de la comparaison sociale est que les gens ne seront généralement ni positifs ni négatifs sur leur vie. Si nous nous sentons bien parce que nous faisons mieux que les Jones, les Jones doivent se sentir mal parce qu'ils ne sont pas si bien. Cela doit se manifester dans une moyenne autour neutre dans les échantillons de population générale. Pourtant, les données d'enquête ne soutiennent pas cette prédiction, le bonheur moyen étant bien au-dessus du neutre dans les nations modernes.

Une autre implication est que le bonheur doit être plus élevé parmi les gens qui font bien sur les normes socialement valorisées. Ce n'est pas toujours le cas cependant. Bien que les personnes occupant des emplois à statut élevé soient généralement plus heureuses que les personnes occupant un poste de faible statut, il n'y a pas de corrélation entre le bonheur et le niveau d'éducation. De même, il n'y a que modeste corrélation entre le bonheur et le revenu, et cette corrélation est du moins en partie due à un effet du premier sur le second, le bonheur ajoutant aux chances de gain. Voir respectivement les constatations corrélationnelles sur le

bonheur et la profession (section O1) Education (section E 1) et revenu (section I1) dans la World Database of Happiness.

Cependant, le bonheur semble dépendre de choses qui ont peu à voir avec la comparaison sociale, comme la participation à des organisations bénévoles, les liens intimes et être une personne extravertie et consciencieuse. Voir respectivement les conclusions sur le bonheur et la participation sociale (section S7), l'amitié (section F6), le mariage (section M2) et personnalité (section P4) dans la WDH 2007).

5 CONCLUSION

Le bonheur est une notion qui présente une pertinence évidente pour la sociologie, en particulier pour la sociologie comparative. Pourtant le bonheur est largement mis à l'écart des discussions en sociologie. La raison principale semble être que la plupart des théories sociologiques classiques nous empêchent de nous positionner proprement sur ce sujet.

BIBLIOGRAPHIE

Bentham, J. (1789)

Introduction to the Principles of Morals and Legislation,
London, Payne.

Berg, M. & Veenhoven, R. (2010),

Income inequality and happiness in 119 nations In: Bent Greve (ed) *Social Policy and Happiness in Europe*,
Edgar Elgar, chapter 11, pp.174-194

- Bradburn, N. (1969),
The structure of psychological well-being,
Aldine Publishing, Chicago, USA
- Brickman, P., & Campbell, D.T. (1971),
Hedonic relativism and planning the good society, In: M.H., Appley, (Ed.) *Adaptation level theory: a symposium*,
London, UK: Academic Press, pp. 287-302
- Daly, M.C., Oswald, A.J., Wilson, D. & Wu, S. (2011),
Dark Contrasts: The Paradox of High Rates of Suicide in Happy Places,
Journal of Economic Behavior and Organization, 80: 435 – 442
- Damasio, A.R. (1994),
Descartes' error: Emotion, reason and the human brain,
Avon Books, New York
- Danner, D.D., Friesen, W.V. & Snowdon, D.A. (2001),
Positive emotions in early life and longevity: Findings from the nun study,
Journal of Personality and Social Psychology, 80, 804 – 813
- Davies, A.G. & Strong, P.M. (1977),
Working without a net: the bachelors as a social problem,
Sociological Review, 25, 109-129
- Diener, E Lucas, R. E., Smith, H. L. & Eunkook, S. M. (1999),
Subjective wellbeing, three decades of progress,
Psychological Bulletin, 1999, Vol. 125, 276 – 301
- Diener, E. & Lucas, R.E. (2000),
Explaining differences in societal levels of happiness: relative standards need fulfilment, culture and evaluation theory,
Journal of Happiness Studies, 1, 41-78
- Donovan , N. Halpern, D. & Sargant, R. (2003),
Life Satisfaction: The State of Knowledge and Implications for Government, Discussion Paper,
Strategy Unit, 2003, Government UK
- Easterlin, R.A. (1974),
Does economic growth improve the human lot? Some empirical evidence, In P.A. Davis & W.R Melvin, (Eds.) *Nations and households in economic growth*,
Paolo Alto, Stanford University press, USA, (pp. 98-125)
- Ehrhardt, J., Saris, W.E. & Veenhoven, R. (2000),
Stability of life-satisfaction over time: Analysis of change in ranks in a national population,
Journal of Happiness Studies, 1, 177-205
- Elchardus, M., DeGroof, & Smits, W. (2005),

Rationele angst of collectieve voorstelling van onbehagen,
Mens en Maatschappij, 80, 1: 48-68

Frank, F.H.(1999),
Luxury fever; why money fails to satisfy in an era of excess,
New York, The Free press

Giddens, A. (2006),
Sociology 6th edition,
Polity Press, Cambridge

Headey, B. & Wearing, A.J. (1992),
Understanding happiness: A theory of subjective wellbeing,
Longman Cheshire, Melbourne, Australia

Inglehart, R. (1990),
Culture shift in advanced industrial society
New York, Princeton University Press

Johnson, A.G. (2002)
Blackwell Dictionary of Sociology 2nd edition,
Blackwell Publishers, Malden, MA

Layard, R. (2005),
Happiness, lessons from a new science,
Penguin books, New York, USA

March, I., Keating, M., Eyre, A., Campbell, R. & McKenzie, J.(1996),
Making sense of society: An introduction to sociology,
Addison Wesley Longman, Harlow England

Michalos, A.C. (1985),
Multiple discrepancy theory
Social Indicator Research, 16, 347-413

Newman, D.M. (1997),
Sociology: Exploring the architecture of every day life,
Pine Forge Press, Thousand Oaks, California, USA, 2nd edition

Nolan, P. & Lensky, G. (2004),
Human Societies: An introduction to macro-sociology,
Paradigm Press, Boulder Colorado, USA

Ostroot, N. & Snyder, W.W. (1985),
Measuring cultural bias in a cross-national study,
Social Indicators Research, 17, 234-251

Ott, J. (2005),

Level and inequality of happiness in nations: Does greater happiness of a greater number imply greater inequality in happiness?,
Journal of Happiness Studies, 5, 397-420

Plé, B. (2000),
Auguste Comte on positivism and happiness,
Journal of Happiness Studies, Special issue on 'Views on happiness in early sociology', 1,
423-445

Schwartz, N. & Strack, F. (1991),
Evaluating one's life: a judgmental model of subjective well-being, In: F., Strack, M., Argyle,
& N., Schwartz, (Eds.). Subjective well-being: An interdisciplinary perspective. Oxford, UK.
Pergamon Press, (pp. 27-48).

Spencer, H. (1857),
Social statics or the conditions essential to happiness,
London, Chapman

Stauffer, S.A. (1949),
The American soldier: Adjustment during army life,
Princeton, Princeton University Press

VanPraag, B.M. & Ferrer-i-Carbonell, A. (2010),
Happiness economics: A new road to measuring and comparing happiness,
Foundations and Trends in Microeconomics, 6: 1 – 97

Veenhoven, R. (1984),
Conditions of Happiness,
Reidel, Dordrecht (currently Springer)

Veenhoven, R. (1995),
The cross-national pattern of happiness: Test of predictions implied in three theories of happiness,
Social Indicators Research, 43, 33-86

Veenhoven, R. (2000),
Well-being in the welfare state: level not higher, distribution not more equitable,
Journal of Comparative Policy Analysis, 2, 91-125

Veenhoven, R. (2005),
Return of inequality in modern society? Test by trend in dispersion of life-satisfaction across time and nations,
Journal of Happiness Studies, 6: 457-487

Veenhoven, R. (2008a),
Comparability of happiness across nations,
School of Sociology and Social Work Journal, no 104, 211-234,
Kwansei Gakuin University, Japan

Veenhoven, R. (2008b),
Healthy Happiness: Effects of Happiness on physical health and consequences for preventive health care,
Journal of Happiness Studies, 9: 449-464

Veenhoven, R. (2009),
How do we assess how happy we are?, in: Dutt, A. K. & Radcliff, B. (eds.) *Happiness, Economics and Politics: Towards a multi-disciplinary approach*,
Edward Elger Publishers, Cheltenham UK, Chapter 3, page 45-69

Veenhoven, R. (2010), *How universal is happiness?*, Chapter 11 in Ed Diener, John F. Helliwell & Daniel Kahneman (Eds.) *International Differences in Well-Being*,
Oxford University Press, New York, , page 328-350

Veenhoven, R (2016),
World Database of Happiness: Archive of research findings on subjective appreciation of life,
Section Correlational findings ,Erasmus university Rotterdam:
<http://worlddatabaseofhappiness.eur.nl>

À PROPOS DE L'AUTEUR

Ruut Veenhoven est un professeur de sociologie néerlandais spécialisé dans les études sur le bonheur à l'université Erasmus de Rotterdam. Il est le fondateur de la World Database of Happiness et du Journal of Happiness Studies. Il est reconnu comme l'un des pionniers dans le domaine universitaire du bonheur.

