

A portrait of Simon Langlois, an older man with glasses and a white shirt, smiling slightly. He is sitting at a desk with books in the background. The text is overlaid on the left side of the image.

ENTREVUE

Simon Langlois

Le bonheur, c'est du sérieux !

Par Brigitte Trudel

On a longtemps cru que le bonheur était trop évanescent pour être mesuré. Aujourd'hui, pourtant, il fait l'objet de travaux objectifs très sérieux en sciences économiques et sociales. Mais à quoi tient le bonheur ? Peut-on vraiment le mettre en équation et à quelles fins ?

Entrevue avec Simon Langlois, professeur au Département de sociologie de l'Université Laval et directeur de la revue *Recherches sociographiques*. Il a récemment publié *Consommer en France* aux Éditions de l'Aube.

© Leontina Decolnick



© Dreamstime / B. Losevsky

RND On mesure de mieux en mieux le bonheur. On parle même d'une « science du bonheur ». Comment expliquez-vous un tel intérêt ?

On s'intéresse au bonheur pour au moins trois bonnes raisons. Premièrement, parce qu'on éprouve une certaine désillusion après le siècle de croissance économique qu'on vient de connaître. Oui, la croissance a amené plus de confort et de mieux-être, mais elle comporte sa part de conséquences néfastes : stress, difficile conciliation travail-famille, etc. On se rend compte alors que le bonheur n'est pas qu'une affaire d'économie florissante.

Deuxièmement, les sociétés occidentales se trouvent dans une espèce de vide existentiel. Autrefois, la religion donnait le sens à la vie sur terre et les individus nourrissaient l'espérance du bonheur dans l'au-delà. Aujourd'hui, la consommation et la connaissance scientifique ont pris le relais. Or, ces domaines n'apportent pas toutes les réponses quand il s'agit de la quête du bonheur.



Troisièmement, il faut certainement pointer la montée de l'individualisme dans nos sociétés. L'individu a acquis des droits, dont, évidemment, celui d'être heureux. Pas étonnant qu'on se demande alors de quoi est fait le bonheur.

RND La mesure du bonheur relève donc maintenant de la science ?

De la science, oui, mais depuis plus longtemps qu'on est porté à croire. Déjà, les grands philosophes s'interrogeaient sur le bonheur. Les premiers sociologues et les premiers économistes s'en préoccupaient aussi. Par exemple, à l'époque de l'industrialisation, on a fait de grandes enquêtes pour en mesurer les effets sur le bien-être des familles. Ce n'est donc pas d'hier que le bonheur est mesuré et étudié. Seulement, ce qui est nouveau, c'est que la science moderne a beaucoup perfectionné ses instruments de mesure. Grâce à eux, elle arrive à évaluer de façon objective des sentiments subjectifs. Maintenant, sur un sujet qu'on croyait trop évanescence pour être mesuré, la science peut apporter des réponses aussi valables qu'elle en donne en physique, en biologie et en astronomie. Oui, le bonheur est une réalité fuyante et multidimensionnelle. Mais la science peut dorénavant en cerner les diverses facettes.



RND À quoi servent les études sur le bonheur ?

Les travaux sur le bonheur alimentent les interventions de l'État, du secteur communautaire, des entreprises même. Ils peuvent avoir un impact considérable sur les politiques publiques et les décisions privées. Prenez la conciliation travail-famille. Les enquêtes ont démontré que les gens dont le travail favorise cette conciliation sont plus heureux, donc plus efficaces. Devant ces résultats, l'État et nombre d'employeurs se sont ajustés.

Autre élément, l'État prélève une bonne partie de nos revenus en impôts. Cet argent contribue-t-il vraiment au mieux-être de la société ? C'est aussi ce que vérifient les études sur le bonheur. Leurs résultats permettent non seulement de planifier les interventions publiques, mais aussi de les valider ou de les réorienter. C'est aussi de cette façon que

Comment mesure-t-on le bonheur d'une société ?

Au départ, on s'en remettait à la richesse collective, soit le produit intérieur brut (PIB), et à des données associées. Puis, le PIB a été remplacé par l'indice de développement humain (IDH) de l'Organisation des Nations Unies (ONU). Le IDH tient compte de la richesse des sociétés, mais aussi de la répartition de cette richesse. Il examine aussi des éléments comme l'accès aux soins médicaux, la longévité, la scolarité, etc.

Plus récemment, on a intégré des mesures plus subjectives, par exemple le taux de satisfaction des citoyens par rapport à leur vie familiale, leur relation avec les collègues, leur vie dans leur quartier. On a également voulu mesurer leurs aspirations : souhaitaient-ils plus de pouvoir d'achat ? plus de loisirs ? plus de voyages ? Enfin, des enquêtes posent directement la question aux gens : êtes-vous heureux ?

C'est l'ensemble de ces outils qui permet d'évaluer le bonheur d'une collectivité.

l'État s'assure d'une répartition égale des fruits de la croissance économique dans la société. Or, plus cette répartition est équilibrée, plus la nation est productive. Les indices de bien-être et de bonheur sont donc très importants pour comprendre les rouages de l'économie.

Bref, bien-être et bonheur sont devenus des objectifs collectifs qu'il importe de mesurer, au même titre que la production, non seulement pour favoriser le développement économique d'un pays, mais pour bâtir une meilleure société.



© Dreamstime

RND Selon le vieil adage, « l'argent ne fait pas le bonheur ». Est-ce vrai ?

On a longtemps cru que l'enrichissement ne contribuait pas à augmenter le bonheur dans les sociétés développées. Ce n'est pas tout à fait vrai. Avec la croissance économique viennent une vie facilitée au foyer, des possibilités de voyage, des avancées médicales, etc. Ces éléments augmentent le confort de la collectivité et finissent par avoir un effet sur son bien-être et son bonheur moyens. Par contre, 10 % plus de richesse n'équivaut pas à 10 % plus de bonheur. Autrement dit, le bonheur ne croît pas à la même vitesse que la croissance économique. Pourquoi ? Parce que les aspirations des gens grandissent plus vite que les moyens qui permettent de les combler. L'appétit



© Dreamstime

grandit plus vite que le gâteau disponible. Cette projection en avant, vers l'atteinte d'une cible qui s'éloigne toujours davantage, laisse les gens insatisfaits. C'est pour cette raison que l'équation entre richesse et bonheur n'est pas si simple.

RND Dans une « société heureuse », est-ce que tous les individus sont nécessairement heureux ?

Non, pas nécessairement. Il est possible que l'indice de bonheur élevé d'une collectivité représente mieux certains groupes que d'autres. Par exemple, de récentes données sur les pays développés nous indiquent que les personnes les plus riches et les plus âgées seraient les plus heureuses. Les femmes aussi ont tendance à s'estimer plus heureuses que les hommes, mais l'écart entre les deux tend à diminuer avec les années, probablement parce que les femmes vivent les mêmes réalités stressantes au travail que les hommes. Les jeunes, quant à eux, ne font pas partie des groupes qui s'estiment les plus heureux. Constat encore plus troublant : alors que les gens riches et âgés d'aujourd'hui se disent plus heureux que ceux d'il y a trente ans, c'est l'inverse pour les jeunes : la perception de leur bien-être est plus négative que celle de leurs semblables d'hier. À cette distinction entre les groupes s'ajoute le 10 à 15 % de la population qui, en raison de conditions très précaires, est malheureusement laissée en dehors du système.



RND Quelles sont les sociétés les plus heureuses ?

Les pays nordiques. La Norvège, l'Islande, la Suède, la Suisse et l'Irlande, notamment, occupent les premiers rangs dans tous les classements. Pourquoi ? En bonne partie parce que ces pays ont eu la préoccupation de faire profiter le plus grand nombre de citoyens des fruits de leur croissance.

Toutefois, il existe sur la planète des sociétés très pauvres qui, étonnamment, ont un taux de bonheur élevé. Le Sri Lanka en est un exemple. Qu'est-ce qui explique ce paradoxe ? C'est que dans des pays où l'économie est très faible, les gens n'ont pas développé d'aspirations aussi marquées que dans les pays développés. N'ayant pas les mêmes attentes, ces citoyens ne sont pas devant une cible jamais atteinte. Néanmoins, le bonheur tout simple que connaissent ces gens est susceptible de chuter dramatiquement,

lorsqu'ils sont victimes de catastrophes comme celle qui est survenue au Myanmar en mai dernier, par exemple. Dans de telles conditions, le minimum dont ils se satisfont se dégrade très vite et l'État ne peut réagir adéquatement pour ralentir cette chute, comme c'est le cas dans une société économiquement développée.

RND Et qu'en est-il du bonheur chez nous ?

Le Canada se retrouve dans le peloton de tête de la plupart des classements. Quant au Québec, il se situe dans la moyenne canadienne et même au-dessus pour certaines mesures, dont celle de la pauvreté.

Selon une enquête menée par l'Institut du Nouveau Monde (INM) dont les résultats seront publiés à l'automne, 9 Québécois sur 10 s'estiment heureux. C'est beaucoup ! Sans doute que l'avènement de l'État-providence et le sentiment de sécurité qu'il a apporté expliquent en grande partie ce résultat. Cela dit, l'État-providence aura beaucoup à faire s'il veut maintenir, dans les années à venir, cette tendance à la hausse, particulièrement en ce qui a trait à la santé. Il existe un lien très fort entre le sentiment de bien-être de la population et ses préoccupations relatives à la santé. Or, dans ce domaine, les attentes sont très fortes. Pour arriver à les satisfaire et espérer augmenter, ou seulement préserver, le niveau de bonheur des Québécois, d'énormes ressources seront nécessaires. C'est tout un défi qui nous attend. ■