

Le bien-être des Français Décembre 2025

Note de l'OBE

2026-01

08/01/2026

Résumé

Les grands indicateurs de bien-être subjectif sont typiques du mois de décembre : stables ou en repli. Seule exception notable : la satisfaction au travail reste à un niveau exceptionnellement bas, pour le troisième trimestre consécutif. La perception de l'avenir, quant à elle, demeure sombre.

Mathieu Perona

mathieu.perona@cepremap.org

Cepremap

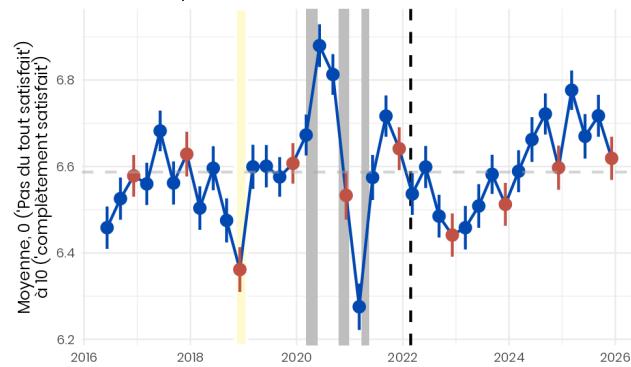
Le bien-être des Français en décembre 2025 est typique de ce mois d'hiver : en repli par rapport à son niveau d'automne. Seule la chute de la satisfaction au travail, en net décrochage par rapport à l'an dernier, ne peut être vue comme un phénomène purement saisonnier.

L'ensemble des résultats de l'enquête sont présentés dans notre [Tableau de bord en ligne](#), cette Note en souligne quelques éléments saillants.

Le blues de l'hiver

Premier de nos indicateurs-clefs, la satisfaction générale quant à la vie qu'on mène actuellement se replie en décembre par rapport à son niveau de la rentrée, retrouvant un niveau comparable à celui de décembre 2024 (Figure 1).

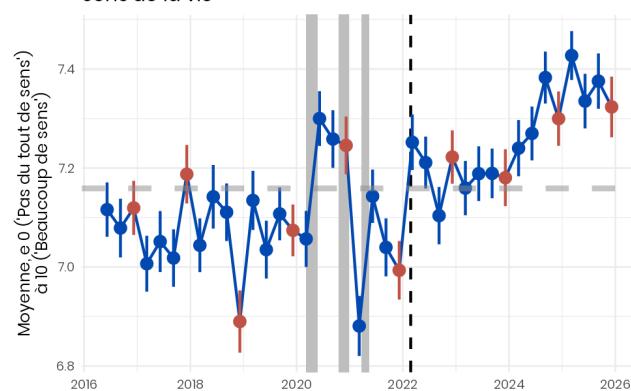
Dans l'ensemble, dans quelle mesure êtes-vous satisfait de la vie que vous menez actuellement ?



Source : Plateforme « Bien-être » de l'enquête conjoncture auprès des ménages, Insee/CEPREMAP
Figure 1

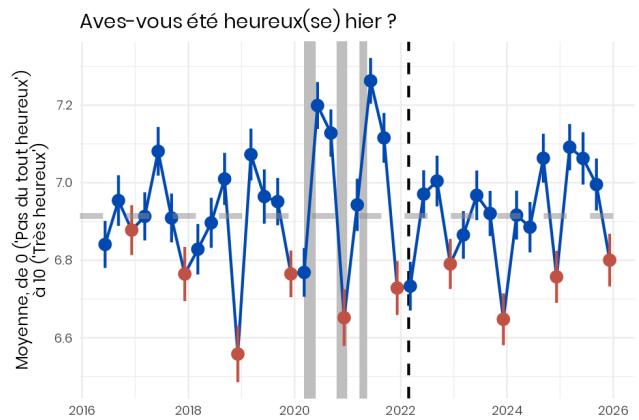
Comme dans l'ensemble des graphiques de cette note, la bande jaune désigne la période la plus intense des manifestations des Gilets jaunes. Les bandes grises indiquent les confinements en France métropolitaine, et le trait vertical pointillé marque le début de l'invasion Russe de 2022.

Sens de la vie



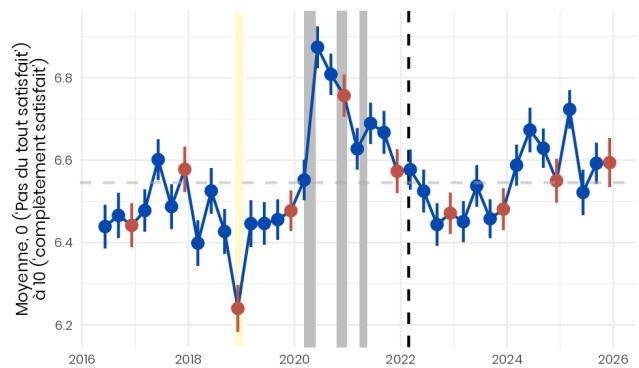
Source : Plateforme « Bien-être » de l'enquête conjoncture auprès des ménages, Insee/CEPREMAP
Figure 2

Il en va de même du sentiment que ce qu'on fait dans sa vie a du sens (Figure 2), ainsi que du bien-être émotionnel (voir notre [Tableau de bord](#)), en net recul par rapport au mois de septembre (Figure 3).



Source : Plateforme « Bien-être » de l'enquête conjoncture auprès des ménages, Insee/CEPREMAP
Figure 3

Dans quelle mesure êtes-vous satisfait de votre niveau de vie ?



Source : Plateforme « Bien-être » de l'enquête conjoncture auprès des ménages, Insee/CEPREMAP
Figure 4

L'appréciation du niveau de vie est stable

Après un an d'amélioration, l'appréciation par les ménages de leur situation financière se dégrade en décembre, avec une baisse de la part des ménages qui déclarent parvenir à épargner et une augmentation de la part de ceux qui tirent sur leurs réserves pour boucler les fins de mois.

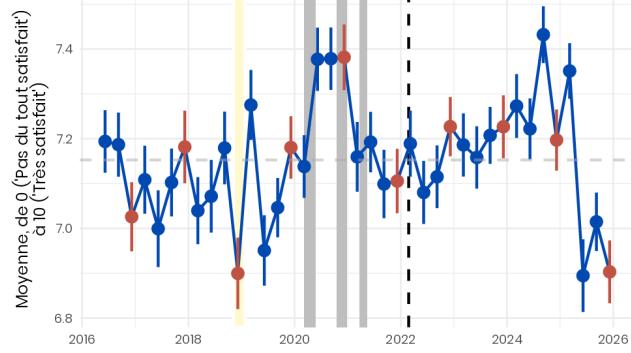
Pour autant, la satisfaction quant à leur niveau de vie reste stable, à un niveau proche de sa moyenne depuis 2016, et supérieur à celui qui prévalait avant 2020 (Figure 4).

L'insatisfaction au travail se confirme

Alors qu'elle avait atteint un niveau relativement élevé en début d'année, la satisfaction au travail a décroché en juin 2025, et reste à un niveau bas depuis. La

moyenne de décembre est ainsi tombée à un niveau comparable à celui de décembre 2018, à la veille de la crise des Gilets Jaunes (Figure 5). Si la chute de juin était principalement le fait des plus de 45 ans, la satisfaction au travail des moins de 45 ans s'est dégradée chaque trimestre depuis, rejoignant celle de leurs aînés.

Dans quelle mesure êtes-vous satisfait de votre travail en général ?

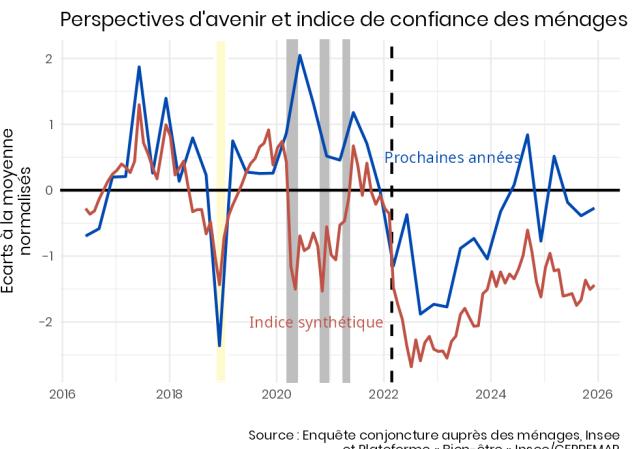


La satisfaction quant à l'équilibre des temps de vie ou quant au temps libre n'ont pas connu une telle rupture. Dans le détail, nous observons une baisse de la part des gens très satisfaits de leur travail (réponses 9 et 10 sur notre échelle de 0 à 10), et une augmentation des personnes tout juste satisfaites (réponses 5 et 6) ainsi que des personnes très insatisfaites (réponses 0 à 4).

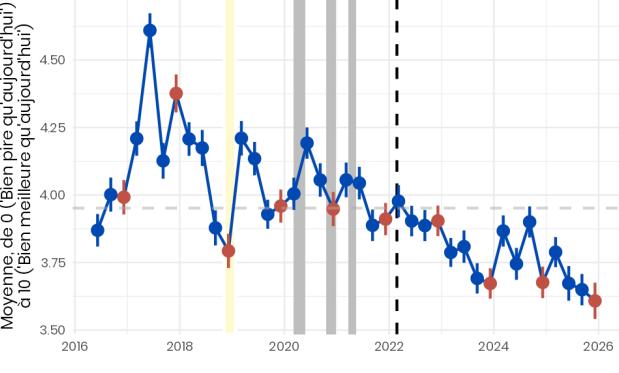
Un avenir collectif toujours sombre

Malgré un léger rebond, les perspectives individuelles restent plus pessimistes que la moyenne depuis 2016 (Figure 6). De même, l'indice synthétique de confiance des ménages de l'Insee, largement fondé sur les anticipations économiques des ménages, demeure déprimé. L'écart entre ces deux indicateurs, qui ont divergé en 2022, reste stable : ce sont encore les aspects économiques qui semblent dicter les évolutions de l'appréciation de l'avenir.

L'évaluation des perspectives de la prochaine génération en France affiche un nouveau point bas (Figure 7), continuant sa lente érosion depuis 2022.

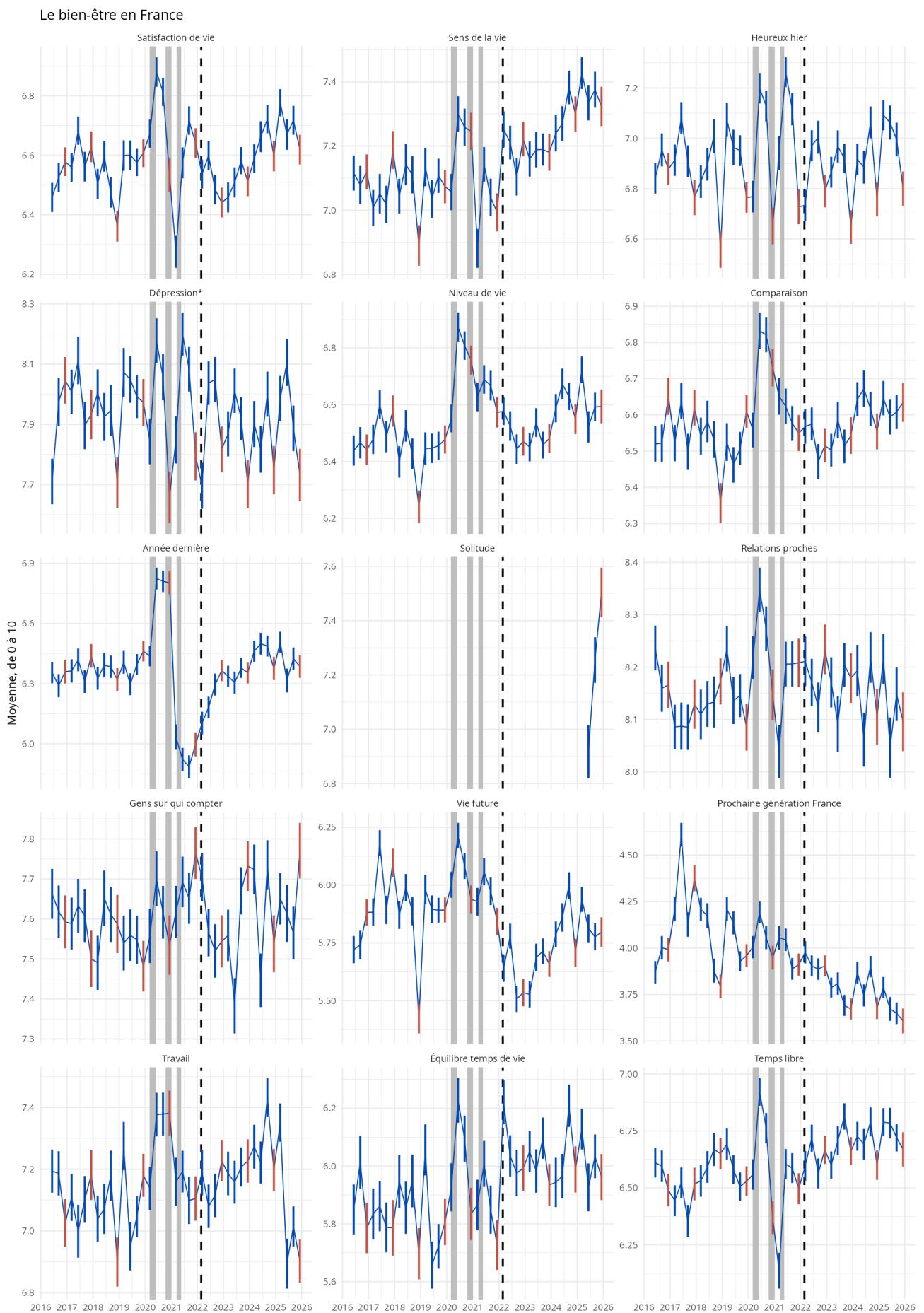


Comment pensez-vous que sera la vie en France pour la prochaine génération ?



L'écart générationnel est à nouveau bien visible en 2025 : les moins de 65 ans sont nettement plus pessimistes que leurs aînés, dont l'appréciation est essentiellement stable depuis la sortie de la pandémie, là où les moins de 65 ans anticipent un avenir de plus en plus sombre.

Cependant, la part des réponses « Maintenant » à notre question concernant l'époque où les répondants aimeraient vivre dépasse la barre des 20 %, tandis que la préférence pour le passé récent (des années 1950 aux années 2010) diminue.



CEPREMAP

CENTRE POUR LA RECHERCHE ECONOMIQUE ET SES APPLICATIONS

Le CEPREMAP est né en 1967 de la fusion de deux centres, le CEPREL et le CERMAP, pour éclairer la planification française grâce à la recherche économique.

Le CEPREMAP est, depuis le 1er janvier 2005, le CEntre Pour la Recherche EconoMique et ses APplications. Il est placé sous la tutelle du Ministère de la Recherche. La mission prévue dans ses statuts est d'assurer une interface entre le monde académique et les administrations économiques.

Il est à la fois une agence de valorisation de la recherche économique auprès des décideurs, et une agence de financement de projets dont les enjeux pour la décision publique sont reconnus comme prioritaires.

<http://www.cepremap.fr>

Observatoire du Bien-être

L'Observatoire du bien-être au CEPREMAP soutient la recherche sur le bien-être en France et dans le monde. Il réunit des chercheurs de différentes institutions appliquant des méthodes quantitatives rigoureuses et des techniques novatrices. Les chercheurs affiliés à l'Observatoire travaillent notamment sur la relation entre revenus, éducation, santé et bien-être, et l'évolution du bien-être au cours de la vie. Un rôle important de l'Observatoire est de développer notre compréhension du bien-être en France : son évolution au fil du temps, sa relation avec le cycle économique et politique, les écarts entre différents groupes de population ou régions, et enfin la relation entre politiques publiques et bien-être.

<http://www.cepremap.fr/observatoire-bien-etre>

<https://social.sciences.re/@ObsBienEtre>

Directrice de publication

Claudia Senik

Responsable éditorial

Mathieu Perona

Observatoire du Bien-être du Cepremap

48 Boulevard Jourdan

75014 Paris – France

Collection Notes de l'Observatoire du Bien-être, ISSN 2646-2834