sous la direction de
Mathieu Perona et Claudia Senik

Le Bien-Être en France

Rapport 2025

OBSERVATOIRE DU BIEN-ÊTRE

CEPREMAP

CENTRE POUR LA RECHERCHE ECONOMIQUE ET SES APPLICATIONS

www.cepremap.fr

Sommaire

OBSERVATOIRE DU BIEN-ÊTRE

CEPREMAP

CENTRE POUR LA RECHERCHE ECONOMIQUE ET SES APPLICATIONS

5 1. Qui sommes-nous ?

6 2. Introduction : une année contrastée

7 3. Le moral des Français en 2025

8 4. Mesurer le bien-être : sens et isolement

10 5. Politique : une société clivée

12 6. Le patrimoine des Français : à la recherche d'une sécurité

15 7. Une jeunesse en tension

18 8. Mal-être au travail

22 9. Santé : humain et numérique

25 10. Tableau de bord

Citation : Mathieu Perona (dir.) et Claudia Senik (dir.). 2025.
Le Bien-être en France, Rapport 2025. Paris : Observatoire du bien-être, Cepremap.
https://www.cepremap.fr/publications/le-bien-etre-en-France-rapport-2025/
Ce rapport s'appuie sur les Notes publiées par l'Observatoire de janvier 2025 à février 2026.

© Cepremap, 2026
48, boulevard Jourdan - 75014 Paris
www.cepremap.fr

Qui sommes-nous ?

L'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.

Directrice
Claudia Senik

Directeur exécutif
Mathieu Perona

Chercheurs associés
Thomas Renault, Anne Boring et Hugo Subtil

Sarah Flèche, Andrew Clark et Yann Algan

Chercheur post-doctorant
Louis Fréget

Doctorant
Corin Blanc

Assistantes et assistants de recherche
Eugénie de Laubier, Joséphine Delassus, Victoire Chatain et Alex Martinez

I. Introduction

L'année 2025 restera marquée par une évolution contrastée du bien-être des Français. Si certains piliers de la vie quotidienne demeurent solides – les liens avec les proches et le sentiment que notre vie a du sens – d'autres dimensions révèlent des tensions profondes qui interrogent notre modèle social et nos perspectives d'avenir.

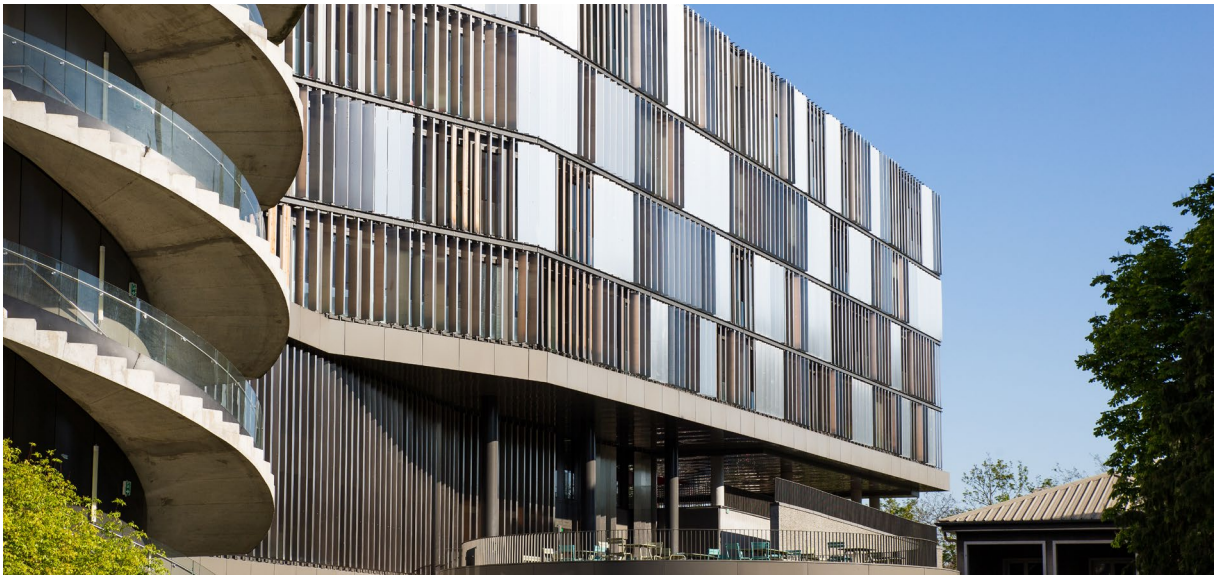
La rupture la plus manifeste concerne le rapport au travail. Après des années de relative stabilité, la satisfaction liée au travail s'est effondrée au cours de l'année, touchant toutes les générations actives. Cette détérioration semble traduire une crise de l'organisation du travail et de la reconnaissance, deux dimensions essentielles du bien-être au travail. Plus d'un salarié sur deux exprime le souhait de se reconvertir professionnellement, traduisant moins un rejet du travail qu'une quête de meilleures conditions d'exercice. Dans le champ de la formation, les enseignants-chercheurs universitaires connaissent une crise profonde de satisfaction et de reconnaissance. Du côté des étudiants, plusieurs mécanismes continuent à conduire les filles et les garçons à faire des choix différents d'orientation post-bac. Et si les classes préparatoires sont fortement appréciées par tous les élèves, le stress pèse davantage sur les filles.

L'autre préoccupation majeure concerne l'avenir. À court terme, les anticipations de bien-être restent étroitement liées à la conjoncture économique. À plus long terme, c'est la vision de la situation de la prochaine génération qui se dégrade continuellement, atteignant un nouveau point bas en fin d'année, surtout chez les moins de 65 ans. Le pessimisme des Français doit beaucoup au paysage politique du pays dont les clivages multiples rendent difficile la constitution de coalitions stables.

Face à ces inquiétudes, les relations interpersonnelles constituent un rempart essentiel. Le sentiment d'avoir des personnes sur qui compter se maintient à un niveau élevé. Pour mieux mesurer la force du lien social, de nouvelles mesures de la convivialité ont été introduites dans notre enquête trimestrielle. Pour la moitié des Français, la sociabilité quotidienne demeure vivace, mais la solitude reste une réalité préoccupante pour une partie de la population, comme en témoigne la proportion de 10 % des enquêtés qui n'ont partagé aucun repas avec une autre personne au cours de la semaine écoulée.

Au-delà de ces constats conjoncturels, nos travaux ont exploré plusieurs dimensions structurantes du bien-être : le rôle du logement et du patrimoine, l'impact du chômage ou encore des réseaux sociaux, et le sens que nous donnons à notre vie.

L'ensemble de ces travaux dessine le portrait d'une société française confrontée à des défis majeurs dans le monde du travail, face à l'avenir et dans la transmission intergénérationnelle, mais qui conserve des ressources précieuses dans la solidité des liens sociaux et dans l'attachement au sens. Les pages qui suivent présentent en détail chacune de ces analyses, dont nous espérons qu'elles contribueront à éclairer le débat public.



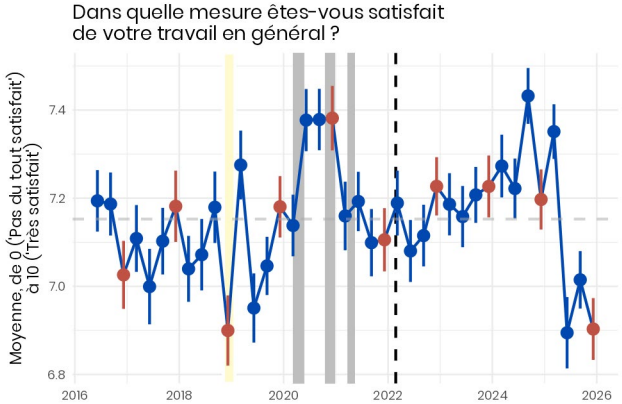
II. Le moral des Français en 2025

Depuis 2016, nous sondons chaque trimestre le bien-être des Français : 20 questions, posées en annexe de l'enquête mensuelle de conjoncture auprès des ménages de l'Insee, nous permettent de dresser un tableau dynamique et nuancé du moral du pays.

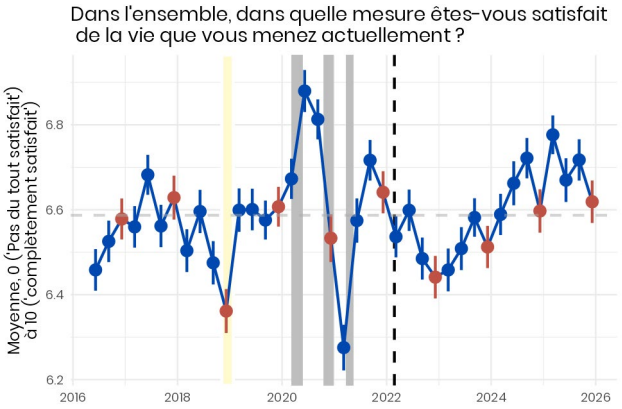
En 2025, la rupture majeure concerne la satisfaction quant à son travail. Partie d'un niveau élevé au premier trimestre, elle s'effondre en juin, et reste faible en septembre et décembre. Cette chute, qui touche toutes les générations en emploi, n'affecte pas la satisfaction quant à l'équilibre des temps de vie ou des loisirs. Puisque le sentiment de sens reste élevé, on peut penser que cette détérioration ne se joue pas dans le contenu ou l'intensité du travail, mais dans son organisation et sa reconnaissance. Cette baisse de la satisfaction moyenne provient de la chute du nombre de personnes très satisfaites, au profit de la part des personnes peu ou pas du tout satisfaites.

L'autre aspect majeur concerne les perspectives d'avenir des Français. À court terme, les anticipations de bien-être restent dominées par les facteurs économiques et évoluent parallèlement à l'indice synthétique de confiance des ménages de l'Insee, c'est-à-dire les anticipations des ménages quant à leur situation financière et celle du pays. À plus long terme, la vision des Français concernant la situation de la prochaine génération continue de se dégrader, atteignant un nouveau point bas en décembre 2025. 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. Dans ce contexte morose, les proches constituent un élément de protection. Le sentiment d'avoir des personnes sur qui compter reste stable à un niveau élevé, autour de 7,6 sur une échelle de 0 à 10, enregistrant même, en décembre, son meilleur score depuis 2016. Nous faisons par ailleurs évoluer notre plate-forme.

En 2022, nous avions retiré une question, souvent mal comprise, concernant l'exposition à l'agressivité, au profit d'une interrogation sur le pays où les Français voudraient vivre dans l'idéal (la France est largement plébiscitée, suivie par le Canada, l'Espagne et l'Italie). En 2025, nous avons retiré quatre questions (sur la santé, les relations au travail, la sécurité dans son quartier et les perspectives des autres pays européens), qui étaient soit redondantes, soit mieux à leur place dans des enquêtes dédiées, au profit de questions sur la solitude, notamment le fait de prendre ses repas seul ou en compagnie d'autres personnes. Nous en présentons les premiers résultats p. 9.



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



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

Nos notes de conjoncture

III. Mesurer le bien-être

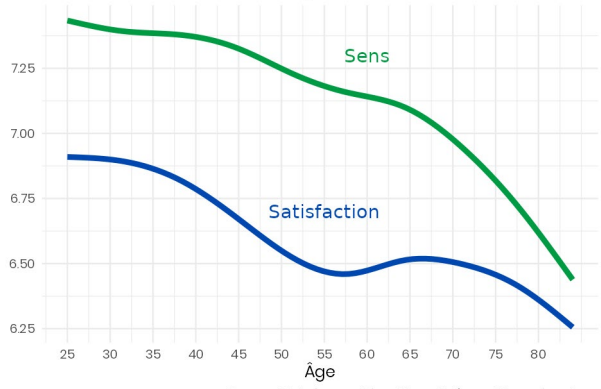
SENTIMENT DE SENS

Depuis les débuts de l'Observatoire, l'une de nos lignes directrices est que le bien-être ne se résume pas à une seule évaluation, mais se comprend comme la combinaison multiples dimensions. Le « sentiment que ce que nous faisons dans notre vie a du sens, de la valeur », constitue une de ces dimensions-clef, comparativement moins étudiée que la satisfaction dans la vie ou le sentiment d'être heureux. Les données de l'enquête CAMME montrent que les Français ont un sentiment de sens élevé, avec un score moyen de 7 sur l'échelle habituelle de 0 à 10 (6,5 pour la satisfaction dans la vie), et moins de 7 % des réponses comprises entre 0 et 4. Ce sentiment est moins sensible à la saison ou à la conjoncture que ne le sont la satisfaction dans la vie ou le sentiment d'être heureux, ce qui en fait une composante stable du bien-être. À l'échelle des générations, le sentiment de sens diminue avec l'âge, une baisse qui s'accélère après 65 ans.

Comme dans les enquêtes internationales, le fait d'être en couple cohabitant est associé à un sentiment de sens plus élevé (un effet plus marqué chez les hommes que chez les femmes), de même que la présence d'enfants dans le ménage.
L'activité pèse également fortement dans la construction du sentiment de sens : les personnes au chômage ou en incapacité de travail et, dans une moindre mesure, celles à la retraite, déclarent un sentiment de sens plus faible que les personnes en emploi ou au foyer. Parmi les personnes en emploi, nous observons aussi des contrastes marqués selon les secteurs et formes d'activité. Toutes choses égales par ailleurs (âge, diplôme, revenus, etc.), les salariés du public et les salariés d'employeurs particuliers déclarent en moyenne un sentiment de sens supérieur aux salariés du privé. Cet écart est encore plus grand chez les salariés du public médical et social, chez les indépendants et les chefs d'entreprise salariés.

Le niveau de vie joue un rôle relativement mineur. L'écart dans le sentiment de sens entre les 20 % les plus pauvres et les 20 % les plus riches n'est que de 0,4 points, contre près d'un point pour la satisfaction dans la vie. *A contrario*, le niveau de diplôme – qui n'a que peu d'effet sur la satisfaction une fois neutralisé l'effet du revenu – joue ici un rôle, en particulier le doctorat, qui est associé à un sentiment de satisfaction supérieur.

Sentiment de sens selon l'âge



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

Ce rapide parcours évoque un sentiment de sens qui se fonde essentiellement dans le travail et la famille, ce qui fait de la retraite une charnière délicate : comment préparer la retraite pour qu'elle ne s'accompagne pas d'une perte de sens, de sa place dans la société ?

Enfin, si le sentiment de sens demeure pour l'instant plus élevé dans la fonction publique que dans le secteur privé, malgré des salaires plus faibles à qualification égale, cela ne semble plus suffire à enrayer la crise de recrutement du secteur public.

Mathieu Perona,
« La question du sens »,
Observatoire du bien-être,
n°2025-17, 04/09/2025

LES MALHEURS DU DÎNEUR SOLITAIRE

En 2025, nous avons introduit une nouvelle question dans notre enquête trimestrielle menée en partenariat avec l'Insee : le nombre de déjeuners et de dîners pris en compagnie d'autres personnes au cours des sept derniers jours. Cette initiative s'inspire du *World Happiness Report 2025*, et présente de multiples avantages : elle se rapporte à un fait objectif simple, permet des comparaisons dans le temps et entre pays, et se révèle fortement corrélée avec les indicateurs classiques de bien-être subjectif.

État de la convivialité en france

L'analyse des trois premières vagues de l'enquête (juin, septembre et décembre 2025) auprès d'environ 6000 personnes éclaire l'état de la convivialité en France : environ la moitié des Français interrogés ont partagé la quasi-totalité de leurs repas avec d'autres personnes au cours de la semaine passée. Cependant, 10% des personnes n'ont partagé aucun repas durant cette période.

Ces repas solitaires concernent davantage certains profils socio-démographiques, notamment les femmes, les personnes de plus de 50 ans, les moins diplômés, les inactifs, les personnes à revenu plus faible, et surtout, celles qui habitent seules. La fréquence des déjeuners partagés dépend davantage des caractéristiques socio-démographiques (sexe, revenu, diplôme, activité) tandis que les dîners partagés sont plus influencés par la composition du foyer.

Une forte corrélation avec le bien-être subjectif

L'étude démontre une relation exceptionnellement forte entre le partage des repas et toutes les dimensions du bien-être subjectif mesurées : satisfaction de vie, sentiment de sens et de bonheur et réduction de la dépression et de la solitude.

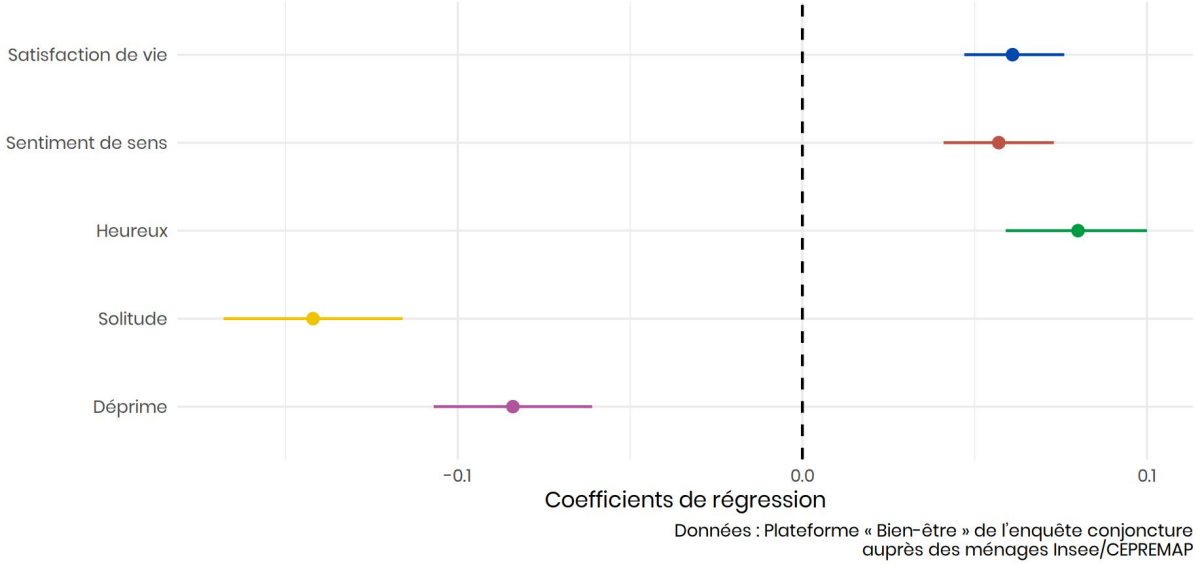
L'ampleur de l'effet est remarquable : la différence de satisfaction de vie entre les personnes qui ne partagent presque aucun repas et celles qui en partagent plus d'une dizaine par semaine équivaut à un doublement du salaire pour le salarié moyen. Les effets sont encore plus marqués pour les sentiments de dépression et surtout de solitude. La corrélation avec le bien-être est presque deux fois plus élevée pour les repas du soir que pour ceux du midi.

Enfin, cette relation reste forte quelle que soit la composition du ménage : même pour les personnes ne vivant pas seules, partager davantage de repas est associé à un bien-être subjectif supérieur.

Un nouvel indicateur à suivre

Cette nouvelle mesure de convivialité constitue un indicateur prometteur du lien social et du bien-être de nos sociétés. Dans un contexte d'augmentation constatée du sentiment de solitude dans de nombreux pays, cet indicateur semble devoir figurer au nombre des marqueurs à suivre.

Alberto Prati, Claudia Senik, « Convivialité et bonheur. », Observatoire du bien-être, n°2026-04, 13/02/2026



Coefficients de régression du bien-être sur le nombre de repas partagés

IV. Politique

UN FOSSÉ IDÉOLOGIQUE GRANDISSANT

C'est un phénomène général dans les démocraties occidentales : un clivage idéologique inédit se dessine entre des jeunes femmes de plus en plus progressistes, et des jeunes hommes qui se tournent davantage vers des idées conservatrices. En suivant l'évolution sur 20 ans des attitudes politiques en France, nous montrons que ce clivage est également bien présent en France, et proposons des pistes d'explication.

Entre 2002 et 2023, le positionnement des Français sur une échelle gauche-droite s'est légèrement décalé vers la droite. Cette évolution d'ensemble relativement modeste masque des contrastes générationnels marqués. D'une part, les personnes âgées de 40 à 54 ans en 2023 ont évolué vers des positions plus conservatrices que celles de la génération précédente au même âge. Surtout, les hommes de moins de 40 ans sont désormais nettement plus ancrés à droite que ne l'étaient ceux de la même classe d'âge 20 ans auparavant, tandis que les jeunes femmes se positionnent nettement plus à gauche. Il y a donc aujourd'hui un fossé politique important chez les moins de 40 ans.

Ce fossé reflète une divergence profonde : le décalage à droite de la position moyenne des hommes de moins de 40 ans doit beaucoup à une augmentation de la part de ceux qui se positionnent à l'extrême droite et une baisse de ceux qui se positionnent à l'extrême gauche, tandis que chez les femmes, le positionnement à l'extrême droite reste marginal.

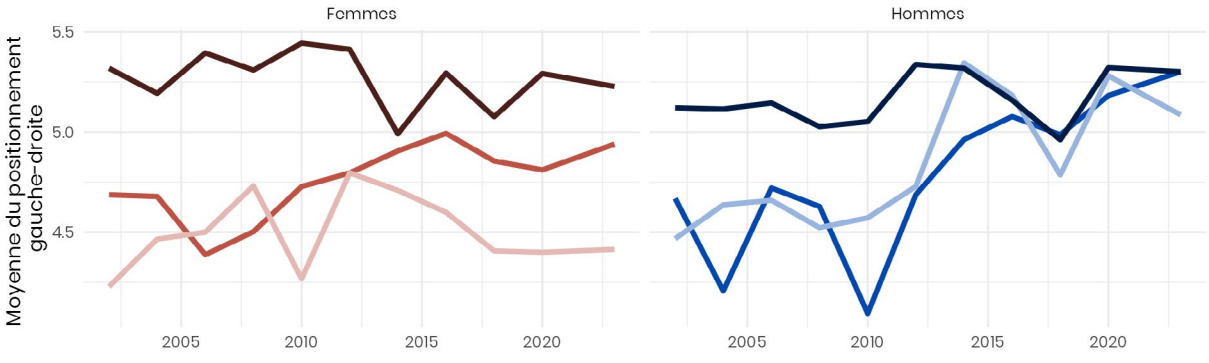
Cette divergence se reflète inégalement dans les grandes orientations politiques. Ainsi, toutes les classes d'âge expriment en 2023 un soutien plus faible à la redistribution des revenus. En revanche, la perception de l'immigration par les hommes de moins de 40 ans s'est dégradée, tandis qu'elle s'améliore dans toutes les autres classes d'âge, et particulièrement les jeunes femmes. De même, les opinions positives à l'égard de l'homosexualité progressent dans toutes les classes d'âge, sauf chez les hommes de moins de 40 ans, qui adhèrent aussi davantage aux stéréotypes de genre.

Ces différences sur des sujets politiques et sociaux reflètent une fracture profonde sur le terrain des valeurs. Partant d'un niveau identique entre 2002 et 2010, la place donnée à la compréhension des personnes différentes a progressé chez les jeunes femmes, et stagné chez les jeunes hommes. La place accordée à l'entraide a progressé pour les hommes comme pour les femmes, mais plus fortement chez ces dernières, avec 75 % d'accord.

En termes de ressenti, toutes les classes d'âge voient l'évaluation de leur satisfaction dans la vie s'améliorer, sauf les femmes de moins de 40 ans, chez qui elle baisse légèrement. Nous y voyons la trace de la vague #MeToo : les discriminations et injustices – auxquelles les femmes se déclarent plus souvent exposées que les hommes – sont désormais mieux identifiées et dénoncées, entraînant une critique plus forte de leur situation par les femmes plus jeunes. Enfin, concernant la confiance envers les autres, elle diminue chez les jeunes hommes au cours de la période, entre 2002 et 2023.

Malgré les clivages constatés, d'autres valeurs unissent les jeunes générations. Les moins de 40 ans de 2023 sont notamment plus confiants dans les institutions et plus favorables à un approfondissement de l'intégration dans Union Européenne que ne l'étaient les moins de 40 ans de 2002.

Yann Algan et Eugénie de Laubier, « Un fossé idéologique grandissant », Observatoire du bien-être du Cepremap, n°2025-07, 24/03/2025



Évolution du positionnement sur l'échelle gauche-droite par âge et sexe

UN AN APRÈS LA DISSOLUTION, QUELLES RECONFIGURATIONS ?

Les élections de 2017 ont marqué le début d'une phase de fragmentation de l'espace politique français; celles de 2024 cristallisant une tripartition en trois projets antagonistes. Au sein même de chaque camp, les choix stratégiques (censurer ou non le gouvernement Barnier en décembre 2024) et l'approche des échéances électorales de 2026 et 2027 révèlent des lignes de fracture internes. Au-delà des positions des têtes d'affiche, nous analysons les comportements de vote et les valeurs des électeurs et électrices de chaque camp pour évaluer la distance réelle qui sépare les différents partis.

Le positionnement sur une échelle allant de 0 (très à gauche) à 10 (très à droite) valide la vision d'un découpage en trois blocs. Si les électeurs de LFI se positionnent un peu plus à gauche en moyenne que ceux d'EELV et du PS, le positionnement des trois électorats présente des recouvrements importants. Les électeurs fidèles à Renaissance se voient au centre-droit (aux alentours de 6 sur l'échelle de positionnement politique), même si ce parti a attiré aux élections législatives des personnes qui avaient voté LR ou PS et EELV aux élections européennes. À droite, on observe un recouvrement important entre les électorats LR, Reconquête et RN, même si seul le RN voit une partie de son électorat se positionner tout à droite de l'échelle.

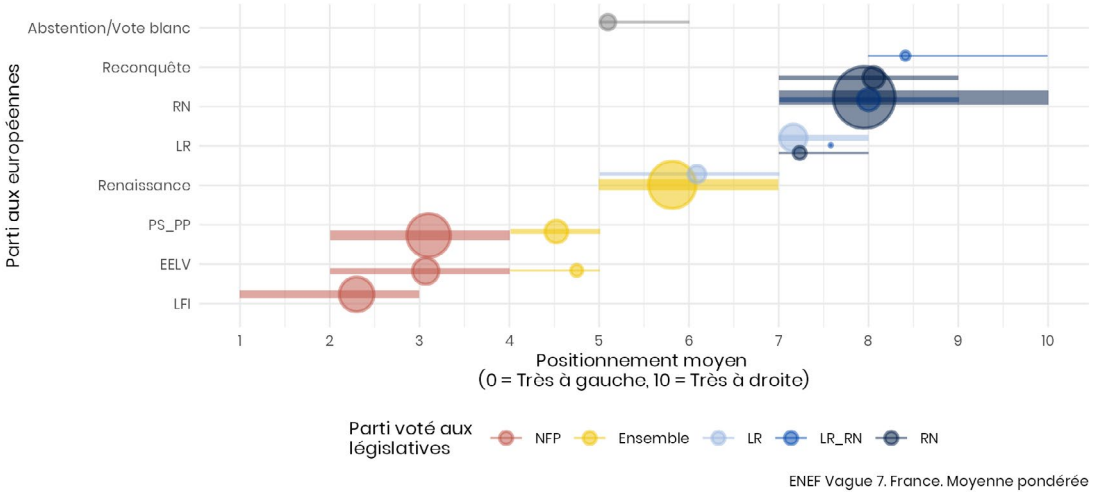
Pour comprendre ce qui sépare ces blocs, nous construisons un indice de conservatisme culturel (opposition à l'immigration, soutien ou rétablissement de la peine de mort, préférence pour un cadre de vie socialement homogène) et un indice de conservatisme économique (opposition à la redistribution des revenus, défiance envers les syndicats, perception négative des chômeurs, des fonctionnaires et des services publics). Ces indices mettent en relief une forte homogénéité au sein des électeurs du NFP, indépendamment de leur vote aux élections européennes : de LFI à EELV, les indices sont comparables. La ligne de séparation avec les électeurs passés à Renaissance pour les législatives se situe sur le plan économique, avec un indice de conservatisme économique plus élevé chez ces derniers.

Cette représentation met aussi en évidence un bloc central culturellement un peu moins conservateur que la moyenne, mais un peu plus sur le plan économique, qui attire à sa droite des électeurs LR aux idées économiques proches. Plus à droite, les électeurs de LR aux élections européennes qui sont passés au RN ou à Reconquête se caractérisent par un niveau élevé de conservatisme, tant culturel qu'économique – sur ce volet, ils sont économiquement plus conservateurs que les électeurs RN, notamment sur les questions de redistribution.

Au sein du bloc de gauche, nous observons finalement une grande fracture, celle du rapport aux institutions : les électeurs LFI ont une opinion beaucoup plus négative que les autres électeurs de gauche concernant le fonctionnement de la démocratie en France et l'Union Européenne. De même, à droite, c'est l'attachement à l'Union Européenne qui sépare très nettement les électeurs LR de ceux du RN, qui la rejettent massivement.

Alors que les échéances électorales approchent, tous les partis ne disposent que d'une marge de manœuvre limitées. Pour préserver une forme d'unité, la gauche devrait trouver un terrain d'entente problématique sur les institutions et la construction européenne. Au centre, Renaissance ne semble pas pouvoir capter un électorat à gauche sans en perdre à droite, et inversement, en raison de la profondeur des écarts de vues sur le plan économique (avec la gauche) et sur le plan culturel (avec la droite). À droite, avec la mise en exergue d'enjeux d'ordre culturel plutôt qu'économiques, la distinction s'estompe entre l'électorat LR et celui du RN.

Yann Algan, Gilles Finchelstein et Eugénie de Laubier, « Dissolution, un an après », Observatoire du bien-être du Cepremap, n°2025-14, 27/06/2025



ENEF Vague 7. France. Moyenne pondérée

Positionnement politique moyen selon le vote aux législatives et aux européennes

V. Le patrimoine des Français

SE LOGER, S'ENRICHIR, S'ÉPANOUIR ?

En France métropolitaine, 58 % des ménages sont propriétaires de leur résidence principale. Si l'accès à la propriété constitue une étape valorisée, elle est aussi de plus en plus difficile à franchir pour les jeunes actifs. De fait, les ménages sont d'autant plus fréquemment propriétaires qu'ils sont riches, âgés, en couple, et appartenant aux classes moyennes et supérieures.

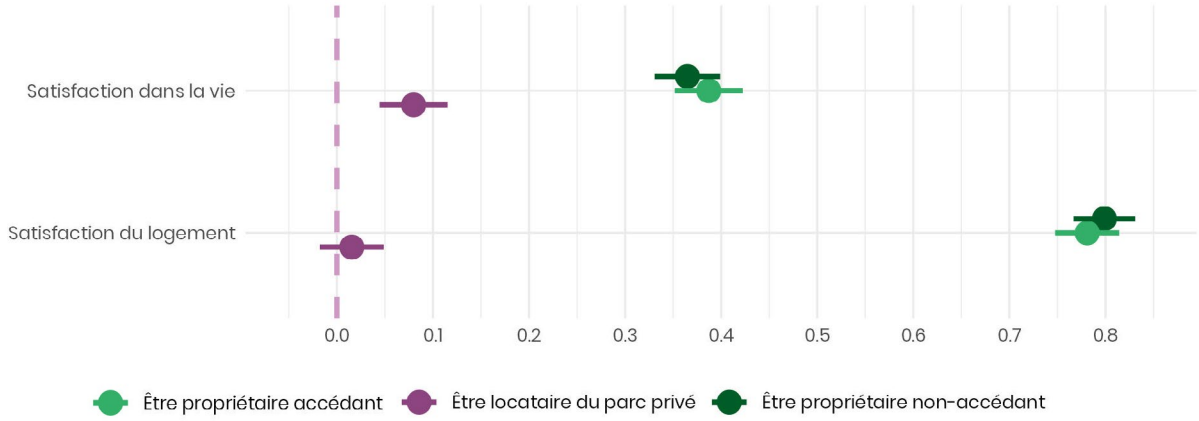
Étant donnée leur composition socio-démographique, il n'est pas surprenant que les propriétaires déclarent en moyenne un niveau de bien-être supérieur à celui des locataires, qu'il s'agisse de leur satisfaction de vie en général, quant à leur logement ou quant à leurs loisirs. N'ayant pas à payer de loyer, les propriétaires bénéficient, à revenu égal, d'un pouvoir d'achat supérieur à celui des locataires. Si cet avantage financier expliquait entièrement le surplus de satisfaction des propriétaires, on devrait alors observer un écart, toujours à revenu égal, entre les propriétaires accédants qui remboursent un prêt (qui correspond, en part du budget, au montant moyen d'un loyer) et les personnes qui sont déjà pleinement propriétaires. Ce n'est pas le cas : les propriétaires, accédants ou non, déclarent des niveaux de satisfaction quant à leur vie et quant à leur logement très similaires, et plus élevés que ceux des locataires, même lorsqu'ils perçoivent le même revenu.

Une partie de ces différences tient à ce qu'en France, les logements locatifs ne sont pas totalement semblables aux logements des propriétaires occupants. Il s'agit beaucoup plus souvent d'appartements plutôt que de maisons individuelles, donc dessurfaces plus petites, et présentant plus souvent des problèmes d'isolation, d'humidité, et situés dans des immeubles ou quartiers exposés au bruit, à la pollution, au manque d'entretien, voire à l'insécurité – particulièrement pour les logements du parc social. Neutraliser ces effets réduit environ de moitié l'écart de satisfaction entre propriétaires et locataires.

Est-ce en tant qu'élément de patrimoine que le logement accroît la satisfaction de vie ? De fait, la résidence principale constitue, pour de nombreux propriétaires, l'élément principal du patrimoine. Lorsque l'analyse statistique neutralise l'effet de la valeur du patrimoine dans la satisfaction de vie, cela réduit encore un peu l'écart entre propriétaires et locataires, à 0,15 points en moyenne sur une échelle de 0 à 10. Ces 0,15 points sont peu ou prou équivalents, pour un ménage de classe moyenne, à un gain de 5 000 € par an, en plus des avantages matériels liés à un logement de meilleure qualité.

Ce surplus de satisfaction tient certainement au sentiment de confort et de stabilité lié à la propriété. Une enquête consacrée au patrimoine, Pat€r, montre en effet qu'une immense majorité des Français estiment qu'être propriétaire est l'assurance d'avoir toujours un toit sur la tête et de faire un bon placement. Une confiance potentiellement menacée par les conséquences du dérèglement climatique ?

Joséphine Delassus, « Se loger, s'enrichir, s'épanouir ? », Observatoire du bien-être du Cepremap, n°2025-11, 09/04/2025



Modalité de référence : Être locataire du parc social

UN PATRIMOINE DE PRÉCAUTION

Après avoir examiné le rôle de la propriété de sa résidence, nous approfondissons notre parcours de la relation entre patrimoine et satisfaction dans la vie en France. Mobilisant l'enquête SRCV de l'Insee et l'enquête Pat€r, nous montrons que le patrimoine financier joue avant tout un rôle d'assurance plutôt que de rentabilité.

Une structure patrimoniale orientée vers la sécurité

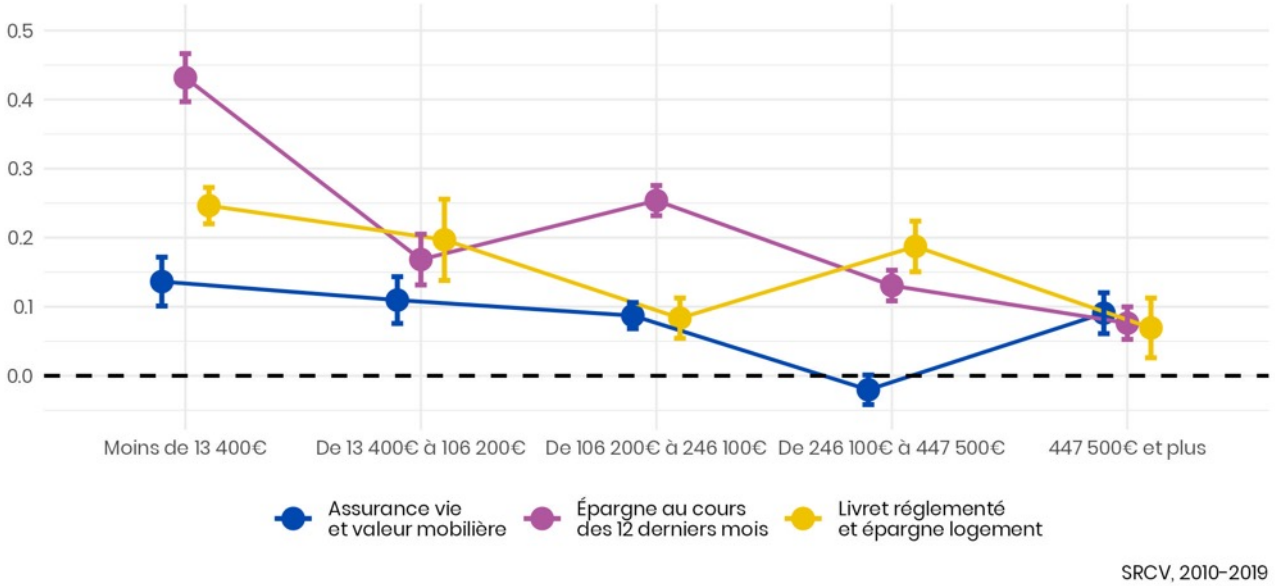
Le patrimoine, dans son ensemble, est inégalement réparti en France : 10 % des ménages détiennent moins de 1 000 € de patrimoine (et sont en moyenne endettés), le patrimoine médian net (en déduisant les emprunts) s'établit aux alentours de 185 000 €, et seuls 10 % des Français détiennent un patrimoine supérieur à 992 000 €.

La structure patrimoniale varie considérablement selon le niveau de richesse. Les livrets réglementés sont largement diffusés dans toute la population, tandis que l'assurance-vie et les valeurs mobilières augmentent progressivement avec le patrimoine. Les biens immobiliers hors résidence principale et les placements boursiers restent concentrés chez les ménages les plus aisés.
Les ménages français privilégient massivement les placements sécurisés et liquides. En 2024, près de 87% des foyers détiennent au moins un livret d'épargne réglementé, notamment le Livret A. L'assurance-vie arrive en deuxième position avec 42% de détention, suivie des produits d'épargne logement (27%) et des valeurs mobilières (17%). L'immobilier reste une composante essentielle : environ deux tiers des ménages possèdent au moins un bien immobilier, représentant en moyenne 65% de leur patrimoine total.

Un lien différencié avec le bien-être

L'analyse par quintile de patrimoine révèle des associations contrastées entre types d'actifs et satisfaction de vie. L'épargne récente et les livrets réglementés exercent un effet particulièrement marqué sur le bien-être des ménages modestes, jouant un rôle de réserve de sécurité mobilisable rapidement. Cet effet s'estompe progressivement chez les plus aisés, qui disposent déjà d'un patrimoine diversifié.

Posséder sa résidence principale exerce un effet globalement positif, notamment pour les accédants. Seule exception, la propriété de logements de faible valeur (moins de 100 000 €) présente une relation plus ambivalente avec la satisfaction de vie. En revanche, les produits plus complexes comme l'assurance-vie ou les valeurs mobilières n'ont qu'un impact limité, voire nul, sur la satisfaction de vie.



Lecture : Détenir un livret d'épargne réglementé dans le 1er quintile de patrimoine est associé à une satisfaction de vie supérieure d'environ 0,24 point par rapport aux personnes n'en détenant pas, toutes choses égales par ailleurs. Voir la note complète pour la méthodologie

Des préférences marquées par l'aversion au risque

Ces constats montrent qu'en France, le lien entre patrimoine et satisfaction de vie est particulièrement fort chez les ménages les moins dotés, et pour les actifs dont le rendement est le plus réduit. Cela traduit une vision du patrimoine comme une assurance contre les aléas de la vie plutôt qu'une source de revenus – disposer d'une réserve en cas de problème arrive loin en tête des motivations déclarées l'enquête Pat€r. De fait, les ménages déclarent une forte aversion au risque lorsqu'il s'agit de décisions financières, 70 % se positionnant entre 0 et 4 sur une échelle où 10 désigne le plus d'appétit pour le risque. De même, la liquidité est citée comme priorité par 51 % des ménages dans le choix des produits financiers, loin devant la rentabilité (15 %). Les choix financiers inquiètent d'autant plus que seuls 23 % estiment avoir une culture financière moyenne ou élevée, et 22 % l'estime inexistante. Effectivement, près de la moitié des personnes interrogées ne savent pas si les dépôts à vue sont des actifs risqués – ils sont couverts jusqu'à 100 000 € par personne et par banque par la garantie bancaire des dépôts – tandis que les trois quarts estiment qu'un bien immobilier est un actif peu ou pas risqué – une conception qui ne prend pas en compte les risques de liquidité et d'aléas de marché, que les conséquences du dérèglement climatique vont probablement entamer.

Une allocation peu rémunératrice mais cohérente avec les préférences

Malgré un taux d'épargne élevé (18,5% au quatrième trimestre 2024), une part importante de l'épargne française reste ainsi immobilisée sur des produits faiblement rémunérateurs. Cette attitude de précaution, largement partagée, résulte d'un climat d'incertitude et d'un besoin de protection individuelle face aux aléas de la vie. Elle éclaire également la faible adhésion des Français au système de retraite par capitalisation, qui transfère une partie du risque vers les individus.

En définitive, au-delà de la résidence principale qui constitue un socle matériel et symbolique de stabilité, c'est la sécurité bien plus que la rentabilité ou la transmission qui guide les choix patrimoniaux des Français. Le patrimoine contribue significativement à la satisfaction de vie en jouant avant tout un rôle d'assurance, fonctionnant comme un matelas de sécurité face aux incertitudes plutôt que comme un outil d'optimisation financière.

Joséphine Delassus, « Le patrimoine des Français : une épargne de précaution avant tout », Observatoire du bien-être du Cepremap, n°2025-16, 07/07/2025

VI. Jeunesse

COMMENT VONT LES ENFANTS ?

La santé mentale était la grande cause nationale 2025. Chez les jeunes, les indicateurs n'étaient pas brillants, avec 15 % de lycéens en risque de dépression, un quart ressentant un sentiment persistant de solitude, et la même proportion nourrissant des pensées suicidaires. Faute d'enquête française permettant de suivre régulièrement le bien-être des enfants au cours du temps, nous nous tournons vers le Royaume-Uni pour mettre ces éléments en perspective.

Les données britanniques révèlent une baisse régulière de la satisfaction de vie des 10-15 ans entre 2010 et 2022 (dernière date disponible), plus accentuée chez les filles. La comparaison des cohortes entre elles met en relief une amplification de la chute de la satisfaction entre l'enfance et l'adolescence au cours de 20 dernières années. Plus inquiétant, les plus jeunes enfants (nés en 2010) entrent dans l'enquête avec un niveau de satisfaction nettement plus faible que celui des générations précédentes .

Au-delà des éléments de contexte, du dérèglement climatique à l'instabilité géopolitique, cette baisse de la satisfaction s'explique-t-elle par des évolutions des pratiques quotidiennes des enfants ?

Seule la moitié des enfants de l'échantillon pratiquent des activités extrascolaires, alors que celles-ci exercent des bénéfices sur la santé physique et mentale des enfants concernés. L'absence de pratique d'un sport – rare, mois de 10 % de l'échantillon – est notamment associée à une satisfaction plus faible.

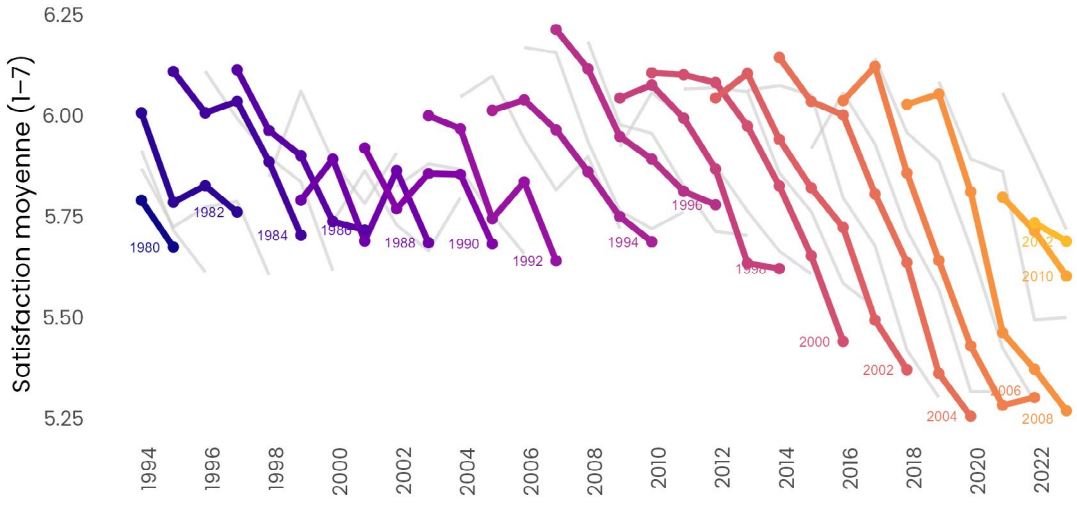
Bien évidemment, l'inscription à des activités extra-scolaires reflète une forme d'investissement parental. Pour le mesurer, nous nous intéressons à la fréquence à laquelle les enfants partagent leurs repas avec leurs parents. On constate que les enfants (20 % d'entre eux) qui ne prennent jamais de repas avec leurs parents déclarent une satisfaction bien plus faible que ceux qui partagent parfois ou toujours leurs repas, une différence qui se creuse depuis 2020.

Du côté des pratiques numériques, autour de 90 % des enfants de l'échantillon possèdent un smartphone, une part stable entre 2017 et 2023. Les enfants qui l'utilisent de manière très intensive (plus de 3 heures par jour) déclarent une satisfaction dans la vie plus faible que ceux qui en font un usage plus modéré.

Tous ces éléments sont évidemment reliés entre eux. Une approche « toutes choses égales par ailleurs » permet de les classer par ordre d'importance. À profil d'activité identique, le revenu joue peu sur la satisfaction de vie des enfants : l'écart entre les 20 % les plus pauvres et les 20 % les plus riches n'est que de 0,12 points (sur une échelle de 0 à 7). Par comparaison, la différence entre filles et garçons, à condition sociale et activités équivalente, est de 0,25 points, soit le double (au détriment des filles). Les trois éléments les plus négatifs sont l'usage constant du smartphone (7 heures par jour ou plus, avec une pénalité de 0,5 points), suivi du fait de ne jamais manger avec ses parents, et d'un usage du smartphone de 3 et 6 heures par jour.

En pratique, les effets se cumulent : l'usage excessif du smartphone ou l'absence d'activités, ainsi que les repas sans parents sont plus fréquentes dans les ménages les plus modestes– faisant du smartphone le passe-temps par défaut.

Corin Blanc, Eugénie de Laubier, Mathieu Perona, « Comment vont les enfants ? », Observatoire du bien-être du Cepremap, n°2025-21, 22/10/2025



Satisfaction de vie selon la cohorte de naissance

DES CHOIX D'ORIENTATION GENRÉS

Depuis quinze ans, la part des étudiantes dans les filières scientifiques stagne à 25 %, avec pour conséquence des inégalités durables dans les rémunérations, mais aussi la perte de talents dans des secteurs stratégiques. Les initiatives de mobilisation de la communauté éducative ou de mise en avant de modèles féminins de réussite dans ces filières ne semblent pas exercer d'effet massif sur les choix d'orientation. Afin de mieux comprendre ces choix, Anne Boring a analysé les résultats d'une enquête menée par IPSOS pour la chaire *Women in Business* de SciencesPo.

Une partie des choix d'orientation s'ancre dans des préférences construites au long de la scolarité. Les mathématiques et sciences expérimentales sont plus souvent préférés par les garçons – sauf les sciences de la vie et de la terre – tandis que langues vivantes, littérature et philosophie sont plus souvent préférées par les filles. Il ne s'agit pour autant pas d'une désaffection des sciences de la part de ces dernières, qui sont 42 % à avoir apprécié les mathématiques au lycée (56 % chez les garçons). Ainsi, au moment de choisir leur filière dans le supérieur, les jeunes femmes ont des goûts plus diversifiés, ce qui ouvre la porte à un choix de filières plus ouvert. Les mêmes goûts ne conduisent d'ailleurs pas aux mêmes choix selon le genre : les jeunes hommes qui ont aimé les mathématiques au lycée poursuivent plus souvent dans cette voie, tandis que les jeunes filles appréciant les mathématiques s'orientent plus volontiers vers les sciences économiques, la gestion ou le commerce.

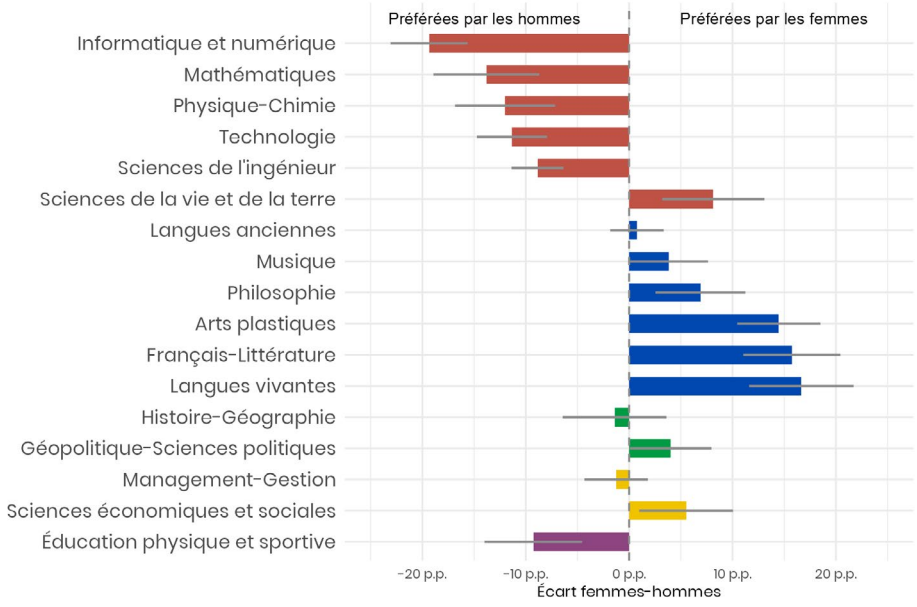
L'influence des familles s'exerce également différemment selon le genre. Si les études dans la santé, les sciences, l'économie, la gestion et le commerce sont soutenues par la plupart des familles, un écart important se creuse rapidement dans les autres domaines. Ainsi, seule une moitié des étudiants en droit et administration publique estiment que leur famille approuve leur choix d'études, contre 70 % des étudiantes. En Lettres et arts, le taux d'approbation familiale tombe à 34 % pour les étudiants et 48 % pour les étudiantes. Ces dernières bénéficient donc du soutien de leur famille pour une gamme beaucoup plus vaste de filières.

À l'entrée dans le supérieur, étudier un sujet intéressant, quitte à en rabattre sur les perspectives de rémunération, est un choix qui serait fait par 67 % des étudiantes et 58 % des étudiants. Ce choix d'intérêt recoupe des schémas de motivation contrastés selon les filières. Les études d'économie, gestion et commerce sont plébiscitées par les personnes motivées par la carrière ou le salaire, tandis que celles qui sont en quête de sens se dirigent plus volontiers vers les études de santé.

À un horizon plus lointain, qualité des relations de travail, rémunération et concordance avec ses intérêts constituent les trois critères en tête des choix. Ce n'est qu'ensuite que les préoccupations divergent, les femmes privilégiant la perspective d'emplois cohérents avec leurs valeurs, leur offrant de la flexibilité et une protection contre le harcèlement, tandis que les hommes favorisent les perspectives de carrière et le fait de travailler dans des domaines technologiques et en croissance.

Cette enquête met en évidence la multiplicité des facteurs de choix d'orientation - préférences disciplinaires acquises avant l'entrée dans le supérieur, influences familiales et motivations personnelles. Parmi ces dernières, les perceptions de l'intérêt intrinsèque des disciplines et des environnements de travail jouent un rôle important, quitte à reléguer au second plan les perspectives de rémunération et la sécurité de l'emploi. Dans ce contexte, il est important de faire connaître, autant que possible, les conditions de travail effectives dans les différents domaines afin de rapprocher les représentations des réalités.

Anne Boring, « Entre passion et rémunération : Comprendre les différences femmes-hommes dans les choix d'orientation post-bac », Observatoire du bien-être du Cepremap, n°2025-18, 15/09/2025

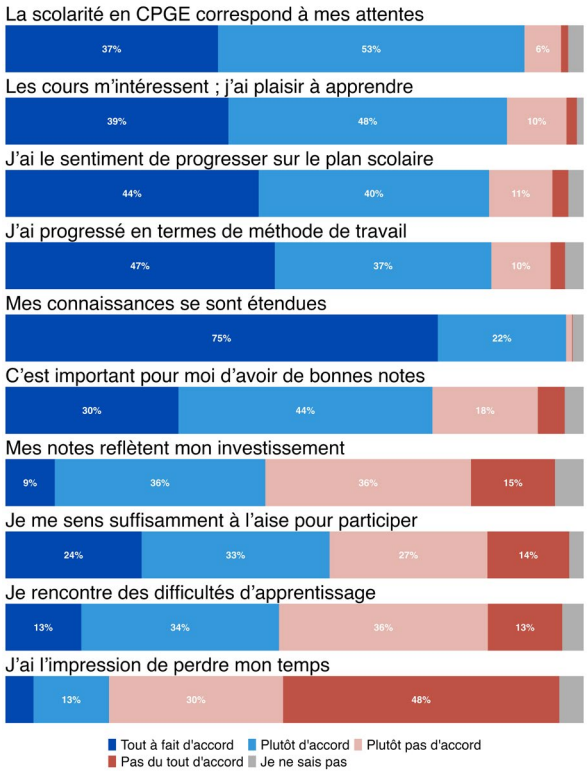


Différences femmes-hommes dans les matières aimées dans le secondaire. Lecture : La part d'hommes ayant déclaré avoir aimé l'informatique et le numérique au collège ou au lycée est supérieure de 19 points de pourcentage (p.p.) à celle des femmes.

CLASSES PRÉPARATOIRES

À l'automne 2025, l'APLCPGE a mené une nouvelle vague de son enquête auprès des élèves des classes préparatoires de deuxième et troisième année. Près de 5700 réponses nous renseignent sur leur bien-être, leur rapport à la scolarité et les facteurs associés aux moments de fragilisation.

Cette vague d'enquête confirme un diagnostic désormais robuste : pour une très forte majorité des élèves, l'expérience en CPGE est vécue comme positive, exigeante mais formatrice.
Les indicateurs de bien-être déclarés sont élevés sur la plupart des dimensions couvertes. Les relations humaines constituent un socle central de cette appréciation : les élèves déclarent massivement apprécier les enseignements, les professeurs et les liens avec leurs camarades. La coopération est décrite comme largement dominante dans le climat de travail, tandis que la compétition, bien que présente, reste reléguée à l'arrière-plan. Dans cette perspective, la CPGE apparaît moins comme un environnement de rivalité généralisée que comme un cadre collectif structurant, propice aux apprentissages intensifs.
Ce constat favorable coexiste néanmoins avec plusieurs lignes de fracture. La première concerne le stress, qui est omniprésent et fortement différencié selon le genre. Les filles et les élèves se déclarant de genre « autre » déclarent plus fréquemment un niveau de stress élevé et l'associent davantage à un frein qu'à un moteur, tandis que les garçons tendent à le percevoir plus souvent comme un facteur de stimulation. Cet écart est particulièrement marqué en filière économique.



La seconde ligne de fracture tient aux expériences négatives, notamment les discriminations ressenties et les comportements répréhensibles observés. Si la majorité des élèves, plus de deux sur trois, déclare n'y être jamais confrontée, ces situations restent socialement concentrées et inégalement réparties selon le genre. Les filles, les élèves boursiers et ceux se déclarant de genre « autre » relatent plus fréquemment de telles expériences, lesquelles sont systématiquement associées à des niveaux de bien-être plus faibles. Ces résultats plaident pour mieux repérer où et pour qui les risques se concentrent.

L'analyse du rapport à la scolarité confirme cette ambivalence. En moyenne, la CPGE est perçue comme intellectuellement stimulante et conforme aux attentes initiales, avec des gains largement reconnus en termes de méthodes de travail et de connaissances. Toutefois, cette appréciation varie selon les profils : les filles, les élèves boursiers et ceux ayant ressenti des discriminations affichent un rapport à la scolarité plus fragile. Par ailleurs, près de la moitié des élèves déclarent avoir, à un moment, sérieusement envisagé un abandon. Loin de contredire l'évaluation globale positive, ce résultat renvoie à des épisodes de doute liés à la charge de travail, au stress ou à l'isolement, plutôt qu'à un rejet de la formation elle-même.

Enfin, la note met en évidence un levier d'action : l'information et le soutien. Si beaucoup d'élèves estiment savoir vers qui se tourner en cas de difficulté, l'information sur le harcèlement et le cyber-harcèlement apparaît lacunaire, en particulier pour les groupes les plus exposés. Renforcer la diffusion de repères clairs et accessibles constitue ainsi un axe prioritaire pour réduire les écarts observés, sans remettre en cause les fondements positifs du modèle CPGE.

Dans l'ensemble, ces résultats invitent à déplacer la focale. L'enjeu n'est pas de remettre en question une formation largement appréciée, mais de préserver ce qui fonctionne (qualité pédagogique, dynamique collective) tout en ciblant plus finement la prévention et l'accompagnement là où les risques de fragilisation sont les plus élevés.

Alex Martinez « Classes prépas. Préserver le positif, réduire les écarts », Observatoire du bien-être du Cepremap, n°2026-03, 05/02/2026

VII. Travail

L'ÉPREUVE DU CHÔMAGE

Au-delà de ses conséquences financières, le chômage exerce un impact profond et durable sur la satisfaction de vie. Afin de mieux comprendre les dimensions et ressorts de cet impact, l'Unédic nous a confié un module de son 6e Baromètre de la perception du chômage et de l'emploi. On constate que le chômage pèse sur de multiples dimensions du bien-être subjectif, et non seulement sur la satisfaction : santé ressentie, bonheur, comparaison avec les autres sont aussi en retrait chez les personnes au chômage.

Sur le volet émotionnel, les chômeurs se sentent plus souvent tristes et inquiets, mais aussi stressés et fatigués. Le fait d'être au chômage est également associé à une moindre confiance envers les autres et envers les institutions – à l'exception notable du service public d'aide à l'emploi.

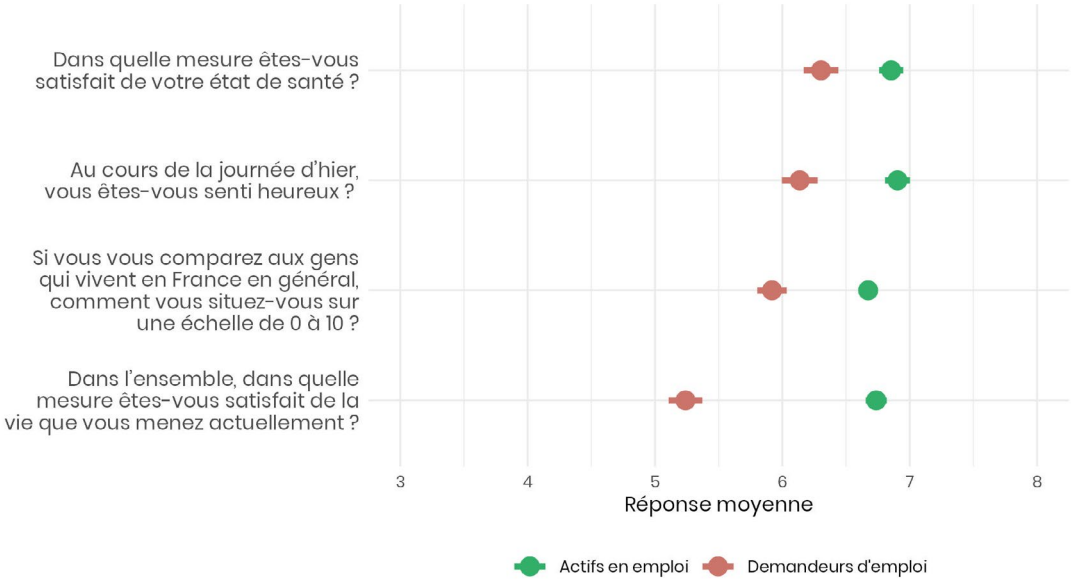
Il faut évidemment faire la part de la perte de revenu liée au chômage : les trois quarts des personnes au chômage déclarent avoir vu leur situation financière se détériorer, et 58 % doivent tirer sur leurs réserves ou s'endetter pour boucler leur budget. Lorsque l'analyse statistique neutralise les dimensions socio-démographiques et le revenu, l'écart entre personnes en emploi et personnes au chômage baisse de 1,4 points à 0,5 points de satisfaction. Cet écart résiduel n'a rien de négligeable : il correspond à la différence de satisfaction moyenne entre les le premier quintile de revenu (le plus pauvre) et le quintile immédiatement supérieur.

Le degré d'activité joue un rôle dans l'ampleur de l'impact du chômage. Les personnes en chômage complet (Catégorie A de France Travail) subissent une pénalité en termes de satisfaction plus importante que pour l'activité partielle subie (Catégories B et C), un résultat que l'on retrouve en ce qui concerne le sentiment de sens : nettement en berne chez les chômeurs de Catégorie A, mais similaire à celui des personnes en emploi chez les personnes entrant dans les Catégories B et C. De même, le sentiment de n'être pas reconnu dans ses efforts (« On ne me croit pas lorsque je dis que je recherche activement un emploi ») est associé à un bien-être nettement dégradé dans toutes les dimensions de notre enquête.

Malgré le poids de leur situation, les personnes au chômage se déclarent aussi optimistes que les personnes en emploi, et actives dans leurs démarches de recherche d'emploi. L'horizon du retour à l'emploi constitue une ligne de démarcation : les personnes pensant retrouver un emploi rapidement affichent un niveau de bien-être général proche de celui de l'ensemble de la population.

Cette analyse vient renforcer de nombreux résultats qui soulignent l'intérêt des politiques actives d'aide au retour à l'emploi, avec un accompagnement renforcé et un accès rapide à une activité, même partielle.

Joséphine Delassus et Mathieu Perona, « Le chômage, entre précarité matérielle et vulnérabilité psychologique », Observatoire du bien-être du Cepremap, n°2025-12, 10/06/2025



RECONVERSIONS PROFESSIONNELLES

À partir d'une enquête IPSOS menée en août 2025 auprès de 1 500 personnes en emploi salarié, nous analysons les aspirations de reconversion professionnelle des salariés français. Les résultats révèlent un monde du travail en profonde mutation, marqué par des aspirations fortes au changement mais aussi par des obstacles considérables à la concrétisation de ce projet.

Insatisfaction et désir de reconversion

En France, plus d'une personne salariée sur deux exprime le souhait de changer de trajectoire professionnelle immédiatement ou à moyen terme : 27% déclarent vouloir entamer une reconversion dès à présent, tandis que 27% supplémentaires indiquent pouvoir l'envisager à l'avenir, même si ce projet n'est pas encore d'actualité.

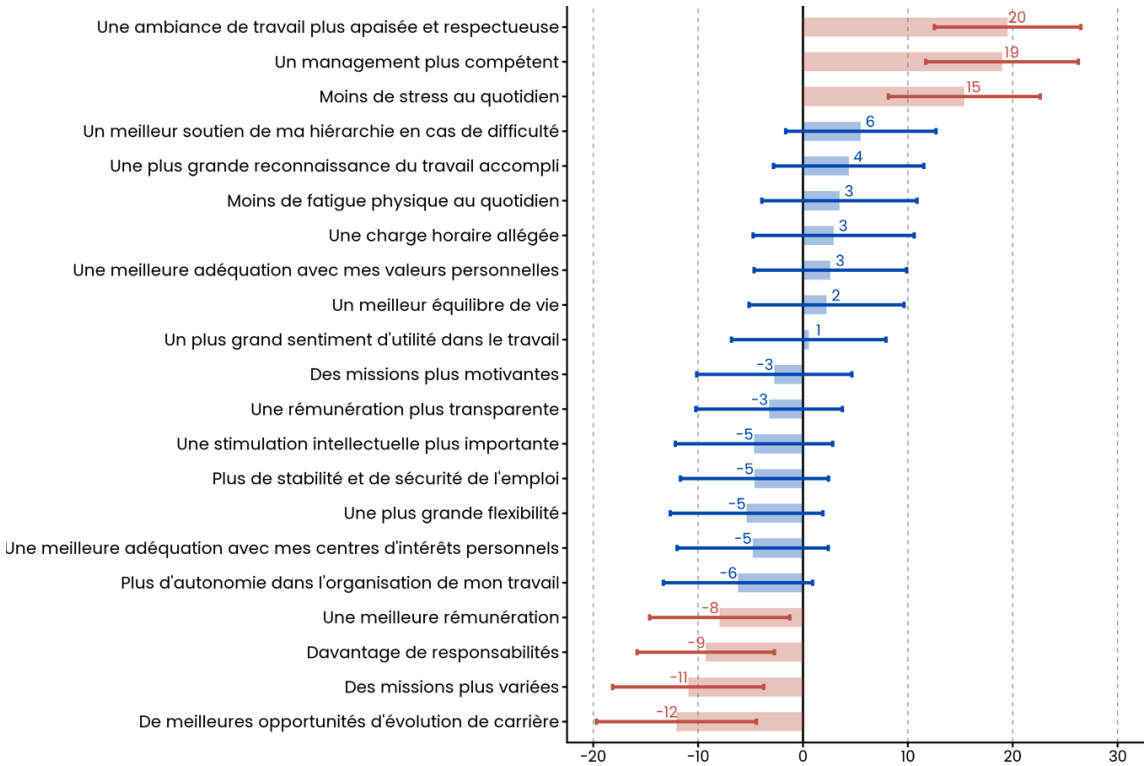
Le désir de reconversion est naturellement lié à une insatisfaction au travail. Pourtant, si les motifs d'insatisfaction les plus fréquemment évoqués concernent la rémunération et les perspectives d'évolution de carrière, les déclencheurs les plus puissants du désir de reconversion sont liés à l'environnement de travail : le désaccord avec les valeurs portées par l'organisation, le manque de motivation par rapport aux missions confiées, les difficultés à équilibrer vie professionnelle et vie personnelle, ainsi que l'insatisfaction relativement à l'ambiance de travail et au management.

Le mal-être au travail et son impact sur la santé mentale des salariés apparaît comme le catalyseur de ces envies de rupture professionnelle. Ainsi, 43 % des personnes salariées en train de planifier activement une reconversion professionnelle déclarent que le travail a souvent ou très souvent eu un impact négatif sur leur santé mentale au cours des 12 derniers mois.

Par ailleurs, 44 % d'entre elles déclarent avoir déjà été en arrêt maladie en raison d'un épuisement professionnel (burn-out, surcharge mentale, stress chronique). Ces proportions sont environ quatre fois plus élevées que chez les salariés qui n'envisagent pas de reconversion. Or, les facteurs les plus fortement corrélés avec une santé mentale dégradée sont liés à l'ambiance du travail, à la qualité du management, au sentiment de manque de reconnaissance et d'appréciation pour son travail, au manque de motivation pour les missions confiées et au manque d'autonomie dans son travail.

Qu'attendent les salariés de leur reconversion ?

Logiquement, les salariés souhaitant une reconversion professionnelle recherchent plus souvent un management plus compétent, une meilleure adéquation avec leurs valeurs personnelles, une ambiance de travail plus apaisée et respectueuse, ainsi que moins de stress au quotidien même au prix d'une rémunération moindre. Les critères liés à l'ambiance de travail et la qualité du management sont encore plus prononcés chez les personnes dont la santé mentale est affectée par le travail.



Préférences relatives aux motivations de changement des salariés qui déclarent une santé mentale dégradée par le travail. Lecture : Le critère « Un management plus compétent » est sélectionné plus souvent (19 points de pourcentage) par les salariés qui déclarent que le travail a négativement impacté leur santé mentale au cours des 12 derniers mois, comparé aux autres salariés.

« Il est trop tôt » ou « il est trop tard »

Les désirs de reconversion diffèrent selon l'âge des salariés. Les moins de 35 ans se distinguent par une proportion élevée de souhaits de reconversion immédiate (35%). Celle-ci décroît progressivement avec l'âge pour atteindre seulement 8% chez les 60 ans et plus. Cette diminution s'explique en partie par des effets de sélection sur le marché du travail, mais aussi par de plus faibles opportunités professionnelles pour les seniors. Les commentaires recueillis illustrent cette difficulté, avec des témoignages évoquant soit qu'« il faut ne plus avoir d'enfants à charge pour prendre le risque », soit qu'il est « trop tard », qu'après cinquante ans « les entreprises ne veulent pas de ces personnels ».

Ces résultats mettent en évidence un important réservoir de travailleurs exprimant une intention de reconversion, même si un nombre relativement faible d'entre eux est effectivement engagée dans une telle démarche. Si de nombreux dispositifs d'accompagnement ont été mis en place ces dernières années pour faciliter les transitions professionnelles, un écart considérable persiste entre aspirations et concrétisation. Dans un contexte d'allongement des carrières, la question de l'envie et de la possibilité de changer de trajectoire professionnelle devient cruciale pour prévenir l'usure professionnelle et permettre aux individus de s'adapter aux évolutions du marché du travail.

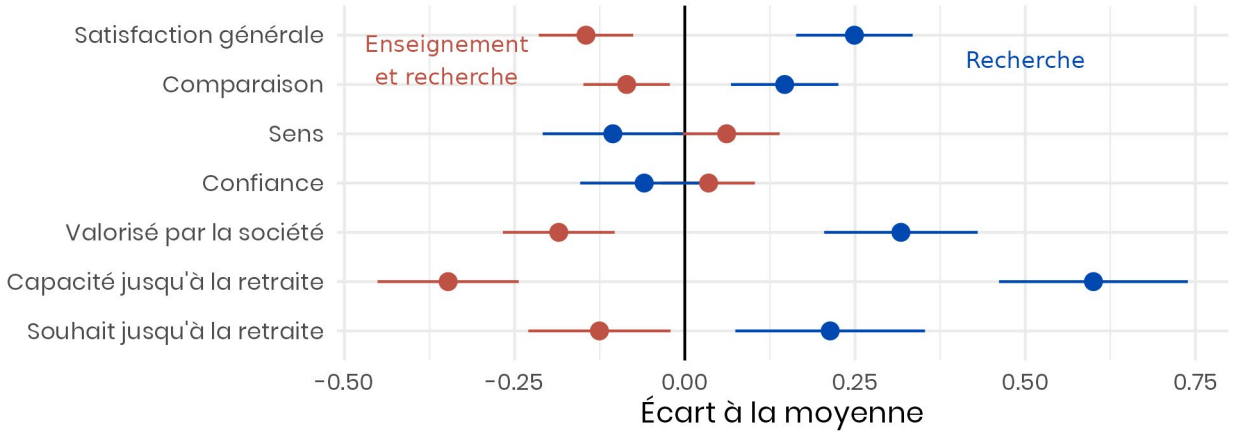
Anne Boring et Catherine Laffineur, « Reconversion professionnelle : désirs et obstacles », Observatoire du bien-être du Cepremap, n°2026-05, 20/20/2026

LES UNIVERSITAIRES EN CRISE

En mars 2024, la deuxième édition du Baromètre de l'Enseignement Supérieur et de la Recherche de la CPESR (Conférence des praticiennes et praticiens de l'enseignement supérieur et de la recherche) s'est enrichie de questions tirées de notre plate-forme trimestrielle. Même s'il ne s'agit pas d'un échantillon représentatif, ces questions nous permettent de dresser un portrait, sombre, d'une profession en crise.

Les répondants au questionnaire de la CPESR déclarent en effet une satisfaction de vie inférieure de plus d'un point à celle des titulaires d'un bac+5 actuellement en emploi, une différence majeure sur ce type de métrique. Alors que les chercheurs et d'enseignants-chercheurs occupent des métiers de vocation, leur sentiment de sens est lui aussi nettement en retrait de celui des personnes de qualification comparable. La profession se caractérise par un niveau élevé de confiance interpersonnelle, ce qui ne rend que plus spectaculaire sa défiance massive envers l'État et de nombreuses institutions de l'enseignement supérieur et de la recherche.

À l'intérieur même du domaine, le baromètre fait apparaître un clivage net entre d'un côté les purs chercheurs et de l'autre les enseignants-chercheurs. Ces derniers déclarent un niveau de satisfaction et de valorisation par la société plus faibles, et pensent moins souvent vouloir et pouvoir exercer le même métier jusqu'à la retraite.
Les différences disciplinaires sont également présentes. Les universitaires exerçant dans le domaine des sciences et techniques sont plus satisfaits et se sentent plus valorisés par la société que leurs collègues de lettres et sciences humaines et sociales. Des écarts de genre recoupent ces différences disciplinaires : les femmes universitaires



dans le domaine de la santé se déclarent plus satisfaites que les hommes du même domaine. Les femmes ont aussi plus souvent des doutes quant à leur capacité à continuer jusqu'à la retraite, quel que soit leur domaine.

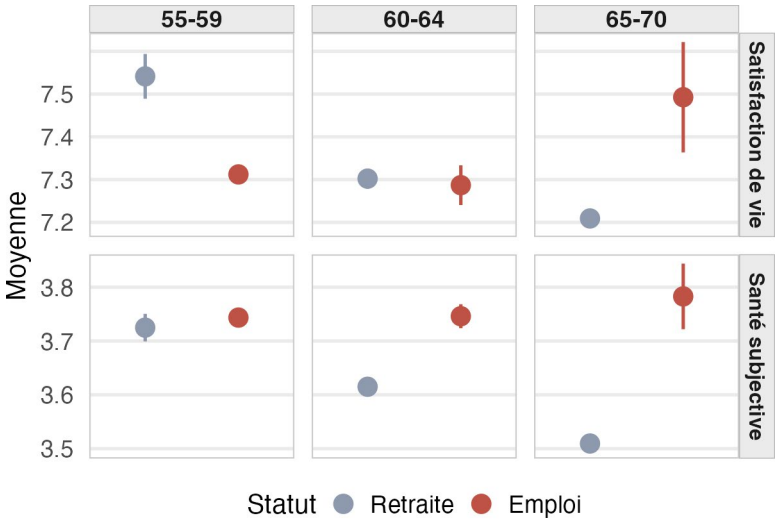
La faiblesse de cette enquête réside dans le caractère volontaire de la participation. Au regard des résultats obtenus, les résultats semblent indiquer une crise profonde dans la profession, qu'il faudrait pouvoir diagnostiquer plus finement à l'aide d'une enquête représentative similaire à celle qui a été mise en place pour les personnels en établissement de l'Éducation Nationale.

Mathieu Perona, « Le grand mal-être des universitaires français », Observatoire du bien-être du Cepremap, n°2025-13, 23/06/2025

EST-ON PLUS HEUREUX À LA RETRAITE ?

À l'invitation de l'École nationale supérieure de sécurité sociale (EN3S), nous revisitons la période du passage à la retraite, autour d'une question : si, comme le montrent plusieurs travaux (dont les nôtres), le passage à la retraite ne correspond pas, en moyenne, à une amélioration de satisfaction de vie, comment expliquer la farouche opposition française au recul de l'âge de départ à la retraite ?

En mobilisant pas moins de trois enquêtes (SRCV de l'Insee, notre plate-forme « Bien-être » et l'enquête européenne SHARE), nous montrons, dans la continuité de nos résultats précédents, qu'entre 55 et 65 ans, le bien-être des retraités n'est pas supérieur à celui des personnes en emploi de même âge, selon la quasi-totalité des dimensions du bien-être couvertes dans notre plate-forme. En revanche, le passage du chômage à la retraite s'accompagne de gains substantiels dans la satisfaction dans la vie, mais aussi dans le ressenti quant à son état de santé.



Moyennes brutes par classe d'âge et statut déclaré, SRCV (2010 – 2023)
Note : Les barres indiquent les intervalles de confiance à 95 %.

Or, nous constatons que presque la moitié des personnes qui se trouvent à la retraite avant 60 ans ont dû quitter le monde du travail pour des raisons de santé. Après la retraite, le bien-être de ces personnes reste durablement plus faible que celui des travailleurs partis à l'âge légal. Ce serait ainsi moins par sa promesse de temps libre que la retraite attirerait, mais plutôt en tant que moyen d'échapper à une dégradation de l'état de santé.

Cette piste nous conduit à mettre en évidence d'autres effets de sélection. D'une part, nous montrons que les personnes qui poursuivent leur activité professionnelle après 65 ans (dans les cohortes nées entre 1945 et 1958) le font majoritairement parce qu'elles trouvent une satisfaction dans leur travail, plus que par contrainte financière. D'autre part, les personnes les moins satisfaites de leur travail sont aussi celles qui partent le plus tôt, et ce dans toutes les catégories socio-professionnelles

Ces constats invitent ainsi à déplacer la focale : l'attachement à l'âge de départ à la retraite ne reposerait pas sur un bonheur attendu (et qui ne se matérialisera pas) mais sur un malheur évité, celui de devoir continuer dans une situation professionnelle douloureusement vécue.

Ces résultats invitent à remettre au centre du débat sur les retraites la question des conditions de travail, avec leur impact sur la santé tout au long de la vie, et plus particulièrement les conditions d'emploi des seniors.

Alex Martinez, Mathieu Perona, « Est-on plus heureux à la retraite ? », Observatoire du bien-être du Cepremap, n°2026-06, 09/03/2026

VIII. Santé

LA DÉPRESSION POST-PARTUM

En France, 17 % des mères traversent un épisode dépressif dans les semaines ou mois suivant leur accouchement, avec des conséquences négatives et durables sur leur santé, mais aussi sur leurs co-parents et leurs enfants. On sait que le problème touche plus fortement les milieux modestes, mais son étendue réelle est mal connue, les estimations reposant sur des échantillons relativement réduits.

Ce travail porte sur le Danemark, où un nombre croissant de municipalités ont mis en place un suivi systématique par des infirmières à domicile, des femmes, au cours de l'année suivant l'accouchement. Les informations sur ces visites permettent de connaître l'état de santé physique et mentale des parents et des enfants. Elles sont appariées avec des données administratives qui nous renseignent sur l'activité professionnelle des membres du ménage. Nous nous intéressons en particulier cas des mères en risque de dépression, selon l'échelle de dépression postnatale d'Edimbourg (EPDS).

On retrouve dans ces données un impact négatif de la maternité (mais pas de la paternité) sur les revenus, avec une perte de revenus de 20 % en moyenne pour les mères 4 ans après leur accouchement. Les mères à risque de dépression connaissent en outre un retour plus difficile à l'emploi : quatre ans après l'accouchement, leur taux d'emploi reste inférieur de 15 % à celui observé l'année précédant la naissance, contre un recul de 10 % pour les autres mères. Les conjoints des mères en risque de dépression connaissent une stagnation de leurs heures travaillées, là où les autres pères continuent en moyenne d'augmenter leur activité. Cela conduit à un deuxième impact négatif sur le revenu des ménages touchés par le risque de dépression maternelle.

En outre, les mères en risque de dépression allaitent moins souvent que les autres – à profil socio-démographique comparable, ce qui suggère que certaines voudraient allaiter mais n'y parviennent pas – et la probabilité que leurs enfants subissent une hospitalisation au cours de leur première année est de 32 %, un niveau de risque supérieur de plus d'un tiers à celui du reste de la population. Enfin, le score de risque de retard développemental à 9 mois est plus élevé pour les enfants de mères à risque de dépression, encore une fois à profil socio-démographique constant.

Pour lutter contre ces conséquences négatives, les politiques mises en place au Danemark comportent les éléments suivants :

- Une structuration des visites comportant des thèmes à aborder, et des tests systématiques permettant un dépistage efficace, ainsi que l'apport d'informations définies par des recommandations nationales.
- De manière à passer rapidement de la détection du risque au diagnostic et au traitement, les infirmières sont positionnées comme coordinatrices de l'ensemble des soins.

En France, sachant que 17% des mères traversent un épisode dépressif dans les semaines ou mois suivant leur accouchement, il pourrait être opportun de s'inspirer des méthodes de suivi post-natal à la danoise.

Louis Fréget « La double peine de la dépression post-partum », Observatoire du bien-être du Cepremap, n°2025-08, 26/03/2025

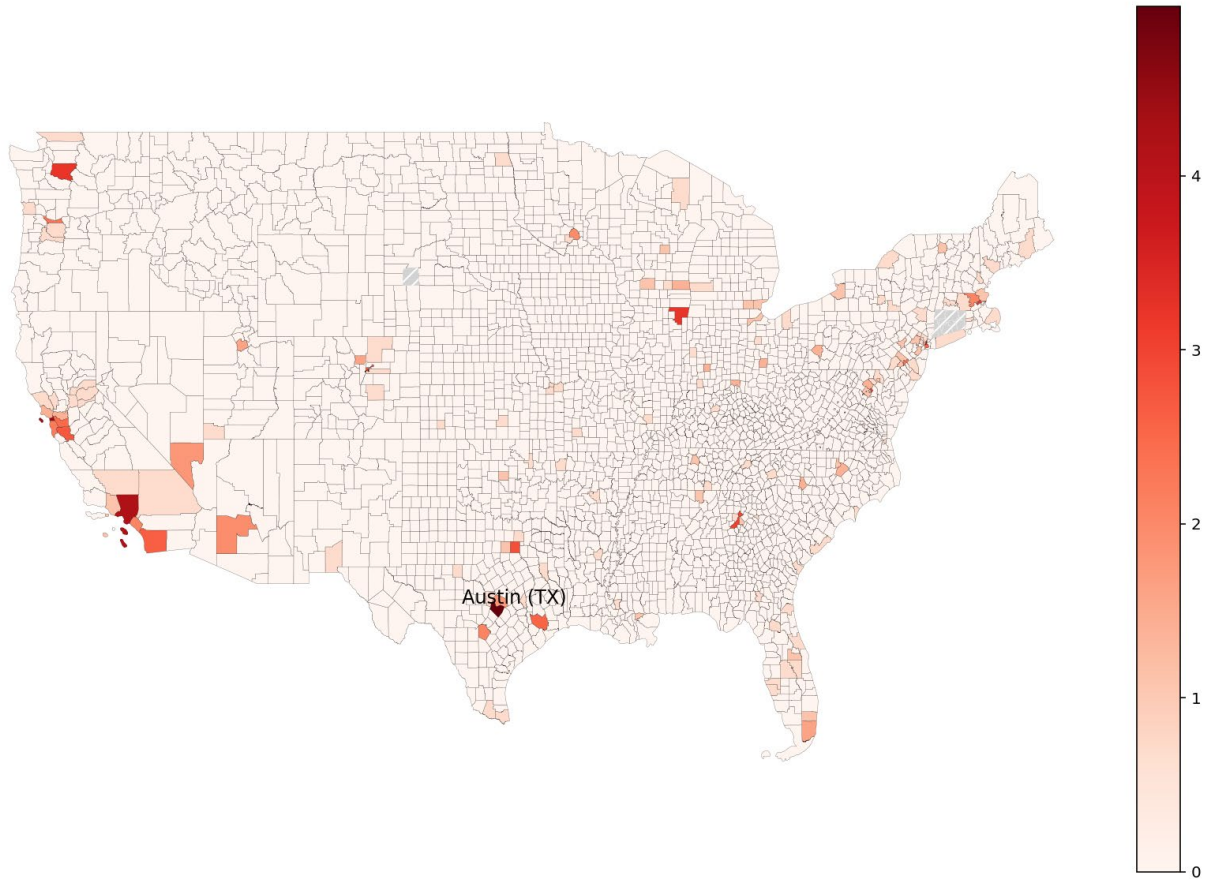
RÉSEAUX SOCIAUX ET SUICIDE : L'EXEMPLE DE TWITTER

Entre 2001 et 2021, le taux de suicide a augmenté de 32 %. Cette période coïncide avec un développement rapide des réseaux sociaux, et de nombreuses enquêtes montrent que les utilisateurs intensifs de ces plates-formes souffrent plus fréquemment de troubles anxieux ou dépressifs. Deux mécanismes peuvent intervenir. D'une part, les réseaux facilitent le cyberharcèlement et l'exposition à des contenus qui amplifient des problèmes d'estime de soi et d'insatisfaction corporelle, ou qui présentent le suicide de manière favorable. D'autre part, le modèle d'affaire des réseaux sociaux commerciaux repose sur une maximisation du temps passé sur leur plate-forme – générateur de recettes publicitaires – au moyen d'architectures qui favorisent des comportements de dépendance et mettent en avant des contenus émotionnellement chargés. Dans le même temps, ces outils donnent également accès à des services de protection et à des espaces d'échange à des personnes qui ne trouvent pas de soutien, voire sont victimes de leur entourage.

Démêler les corrélations des causalités, exercice déjà ardu, devient encore plus complexe dans le cas d'un phénomène qui reste (heureusement) rare comme le suicide. Sur le bien-être plus généralement, les preuves causales d'un effet des réseaux sociaux sont mitigées, quelques études robustes mettant en évidence un effet négatif d'une faible ampleur, donc peu susceptible faire une différence sur les comportements suicidaires.

L'étude de Thomas Renault tire parti d'une particularité de la diffusion de l'usage de Twitter pour mettre en évidence une relation de cause à effet. En 2007, le festival South by Southwest (SXSW), organisé chaque année à Austin (Texas), a été l'occasion de l'une des premières présentations très visibles de Twitter, conduisant à une adoption rapide (et non anticipée dans son ampleur par la plate-forme elle-même) par les participants à la convention, puis, par effet de bouche à oreille, par des proches. Or, ces proches résident souvent dans le même comté que les participants, ce qui a conduit à un rythme de diffusion de Twitter très différent d'un comté à l'autre, avec une adoption plus rapide dans les comtés de résidence d'une personne se trouvant au SXSW de 2007, et un nombre d'utilisateurs plus élevé dix ans plus tard.

Exposés plus précocement et plus intensivement à Twitter, ces comtés ne présentent cependant pas



Localisation des participants au festival SXSW en 2007 ayant rejoint Twitter au moment du festival.

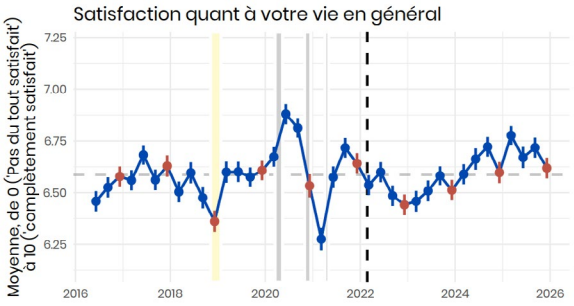
des taux de suicide plus élevés, une fois neutralisés l'effet des autres facteurs connus (densité, taux de population, composition ethnique, âge, taux de pauvreté, etc.). Il semblerait donc que ce réseau social n'ait pas exercé d'effet global mesurable sur le suicide. Il s'agit évidemment d'un constat spécifique à Twitter : les contenus – essentiellement de cours messages textuels – et les modes de relation y sont différents de ceux d'autres réseaux, de Facebook à Instagram en passant par LinkedIn et TikTok). Il s'agit également d'une approche moyenne, qui ne permet pas de mettre en évidence un effet sur des groupes vulnérables, notamment les adolescents (et surtout les adolescentes). Enfin, un effet global nul n'implique pas une absence d'effet : les effets négatifs, au travers d'exposition à des contenus délétères, peuvent être compensés par des effets positifs, comme la mise en relation avec des communautés limitant l'isolement des personnes à risque.

En termes de politique publique, ce résultat souligne l'intérêt de mesures tenant compte de l'hétérogénéité des réseaux, de leurs publics et de leur fonctionnement, plutôt que de décréter des interdictions complètes parfois peu réalistes.

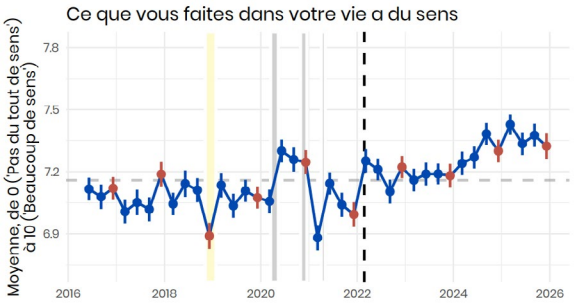
Thomas Renault, « Réseaux sociaux et suicide : que sait-on ? », Observatoire du bien-être du Cepremap, n°2025-22, 01/12/2025

IX. Tableau de bord

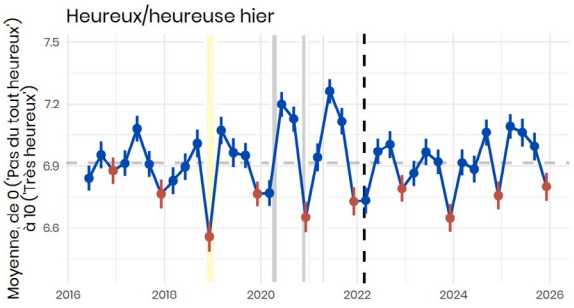
Chaque trimestre, nous restituons les résultats de notre plate-forme « Bien-être » adossée à l'enquête de conjoncture auprès des ménages de l'Insee sous la forme d'un tableau de bord en ligne. Vous trouverez ci-dessous le volet de ce tableau de bord concernant l'évolution du bien-être pour l'ensemble de la population. La version en ligne propose en outre une analyse selon le genre, l'âge, les niveaux de revenu et de diplôme, ainsi que l'évolution de la part des réponses les plus hautes et les plus basses à chaque question.



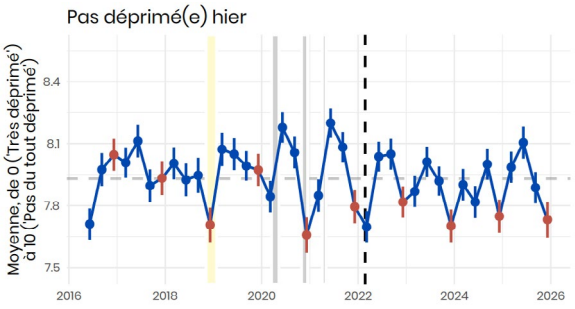
Source : Plateforme « Bien-être » de l'enquête conjoncture auprès des ménages Insee/CEPREMAP



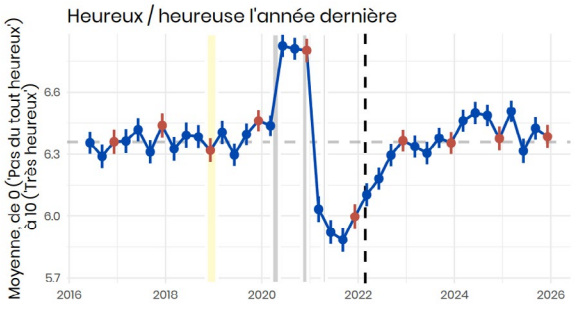
Source : Plateforme « Bien-être » de l'enquête conjoncture auprès des ménages Insee/CEPREMAP



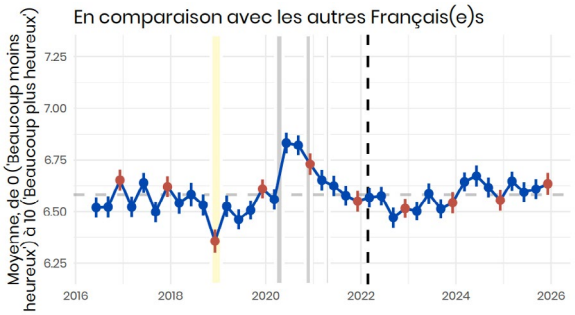
Source : Plateforme « Bien-être » de l'enquête conjoncture auprès des ménages Insee/CEPREMAP



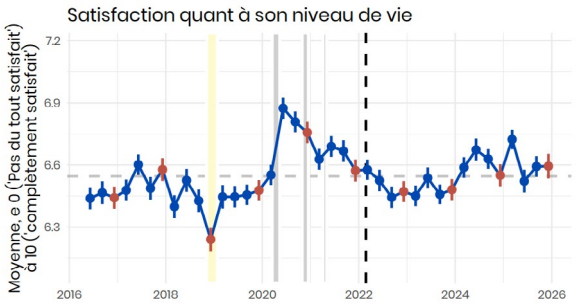
Source : Plateforme « Bien-être » de l'enquête conjoncture auprès des ménages Insee/CEPREMAP



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

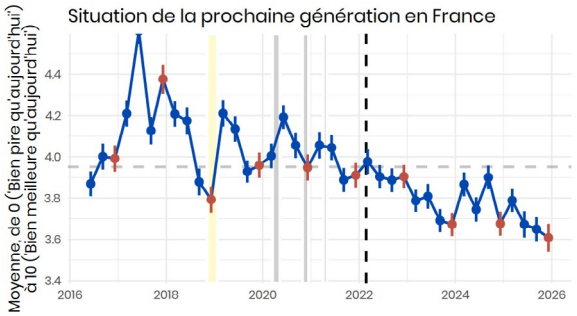


Source : Plateforme « Bien-être » de l'enquête conjoncture auprès des ménages Insee/CEPREMAP

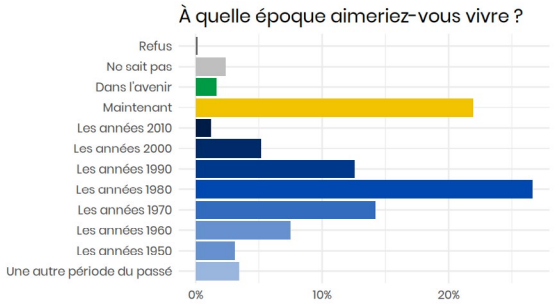


Source : Plateforme « Bien-être » de l'enquête conjoncture auprès des ménages Insee/CEPREMAP

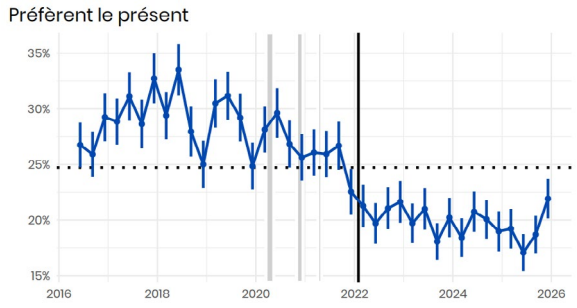
Source : Plateforme « Bien-être » de l'enquête conjoncture auprès des ménages Insee/CEPREMAP



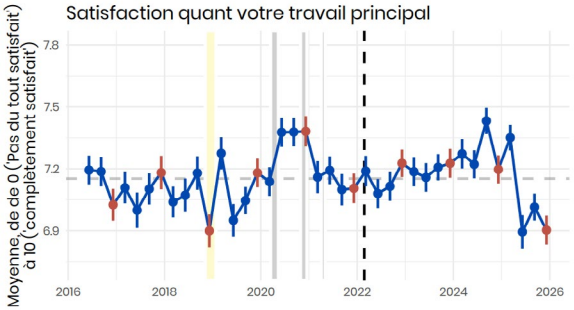
Source : Plateforme « Bien-être » de l'enquête conjoncture auprès des ménages Insee/CEPREMAP



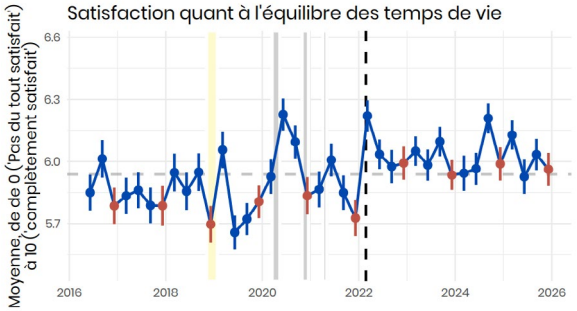
Source : Plateforme « Bien-être » de l'enquête conjoncture auprès des ménages Insee/CEPREMAP



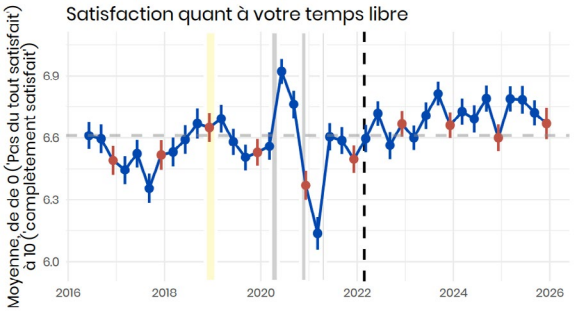
Source : Plateforme « Bien-être » de l'enquête conjoncture auprès des ménages Insee/CEPREMAP



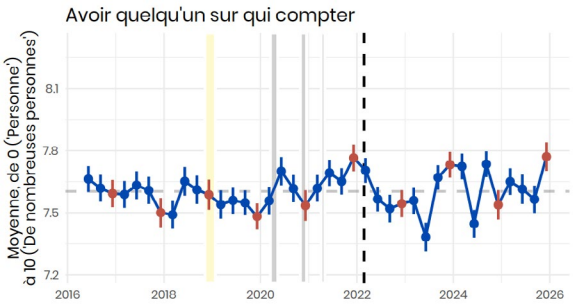
Source : Plateforme « Bien-être » de l'enquête conjoncture auprès des ménages Insee/CEPREMAP



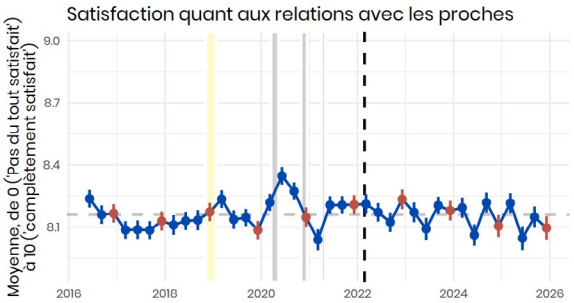
Source : Plateforme « Bien-être » de l'enquête conjoncture auprès des ménages Insee/CEPREMAP



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



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

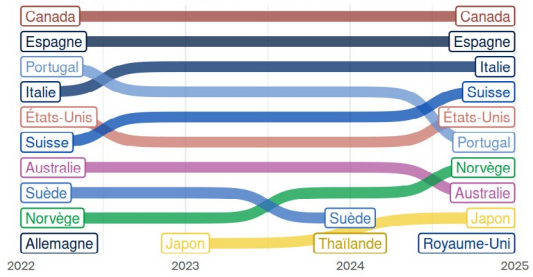


Source : Plateforme « Bien-être » de l'enquête conjoncture auprès des ménages Insee/CEPREMAP

Pays préféré, hors France

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

10 pays les plus choisis, hors France



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

OBSERVATOIRE DU BIEN-ÊTRE

CEPREMAP

CENTRE POUR LA RECHERCHE ECONOMIQUE ET SES APPLICATIONS