

5.12 Satisfaction dans la vie et bien-être émotionnel

En 2018, les personnes âgées de 16 ans ou plus résidant en ménage ordinaire en France métropolitaine attribuent en moyenne une note de **satisfaction** de 7,3 sur 10 à la vie qu'elles mènent actuellement (*figure 1*). Elle s'élève à 7,3 pour leur emploi, 7,6 pour leur logement et 7,9 pour leurs relations avec la famille et l'entourage. Enfin, les notes attribuées aux loisirs et au temps disponible pour faire ce qu'on aime sont plus faibles (6,8 et 6,9).

La satisfaction dans les différents domaines varie peu selon le sexe. Toutefois, elle est moins importante pour les femmes dans les domaines des loisirs (6,6 contre 7,0) et du temps disponible pour faire ce qu'on aime (6,8 contre 7,1), ce qui peut résulter de l'inégale répartition des tâches domestiques.

Les indicateurs subjectifs éclairent également d'autres aspects du bien-être : deux tiers des personnes se sont senties heureuses et une personne sur deux calme et détendue, tout le temps ou la plupart du temps lors des quatre dernières semaines (*figure 2*). À l'inverse, 19 % se sont senties nerveuses tout le temps ou la plupart du temps, 11 % pessimistes ou découragées et 7 % déprimées au cours des quatre dernières semaines. Le score de **bien-être émotionnel** est ainsi de 3 sur une échelle de - 10 à 10.

Femmes et hommes se démarquent sur les indicateurs de bien-être émotionnel. Au cours des quatre dernières semaines, les femmes déclarent moins souvent que les hommes s'être senties tout le temps ou la plupart du temps heureuses (66 % contre 70 %), ou

calmes et détendues (45 % contre 57 %). À l'inverse, les affects négatifs sont davantage déclarés par les femmes : de la nervosité pour 23 % d'entre elles tout le temps ou la plupart du temps (contre 14 % pour les hommes) et de la déprime pour 8 % (contre 4 %). Le niveau ou score de bien-être émotionnel des femmes est ainsi nettement inférieur à celui des hommes (2,5 contre 3,7), et ce quel que soit l'âge (*figure 3*). En 2018, les âges auxquels le bien-être émotionnel est le plus bas diffèrent selon le sexe : entre 45 et 59 ans et entre 75 et 79 ans pour les femmes, entre 35 et 39 ans et entre 50 et 54 ans pour les hommes.

Enfin, la mesure de la satisfaction dans la vie dépend globalement peu du lieu d'habitation. Les habitants de l'agglomération parisienne donnent toutefois de moins bonnes notes à la plupart des indicateurs : 7,3 sur 10 pour leur logement (contre 7,8 dans les communes rurales et autour de 7,7 dans les autres unités urbaines), 6,6 pour leurs loisirs et 6,7 pour le temps dont ils disposent pour faire ce qu'ils aiment (contre respectivement 6,8 environ et 6,9 à 7,0 dans les autres types d'unités urbaines). De même, le bien-être émotionnel est globalement similaire quel que soit le lieu d'habitation, mais les personnes habitant dans l'agglomération parisienne se déclarent un peu moins fréquemment heureuses tout le temps ou la plupart du temps que celles résidant dans les communes rurales (63 % contre 69 %), plus fréquemment déprimées (8 % contre 6 %), mais à l'inverse plus souvent calmes et détendues (54 % contre 48 %). ■

Définitions

La **satisfaction**, évaluée sur une échelle de 0 (« pas du tout satisfait ») à 10 (« entièrement satisfait »), est l'un des principaux indicateurs du bien-être subjectif des personnes. Leur qualité de vie est mesurée dans six domaines : la vie menée actuellement, le logement, le travail, les loisirs, les relations personnelles (famille, amis, collègues, voisins) et le temps disponible pour faire ce qu'on aime.

Le **bien-être émotionnel** est mesuré à partir de cinq états affectifs au cours des quatre dernières semaines : deux positifs (heureux, calme et détendu) et trois négatifs (déprimé, nerveux, pessimiste ou découragé). Un score général compris entre - 10 et 10 est obtenu à partir des notes respectivement positives et négatives attribuées à ces cinq affects, et correspondant à la fréquence pondérée de ces indicateurs.

Pour en savoir plus

- « Le niveau de satisfaction dans la vie dépend peu du type de territoire de résidence », *Insee Focus* n° 139, janvier 2019.
- « Satisfaction et qualité de vie », in *Économie et Statistique* n° 469-470, juillet 2014.
- « Qualité de vie et bien-être vont souvent de pair », *Insee Première* n° 1428, janvier 2013.
- « Satisfaction dans la vie : les personnes se donnent 7 sur 10 en moyenne », in *France, portrait social*, coll. « Insee Références », édition 2011.

Satisfaction dans la vie et bien-être émotionnel 5.12

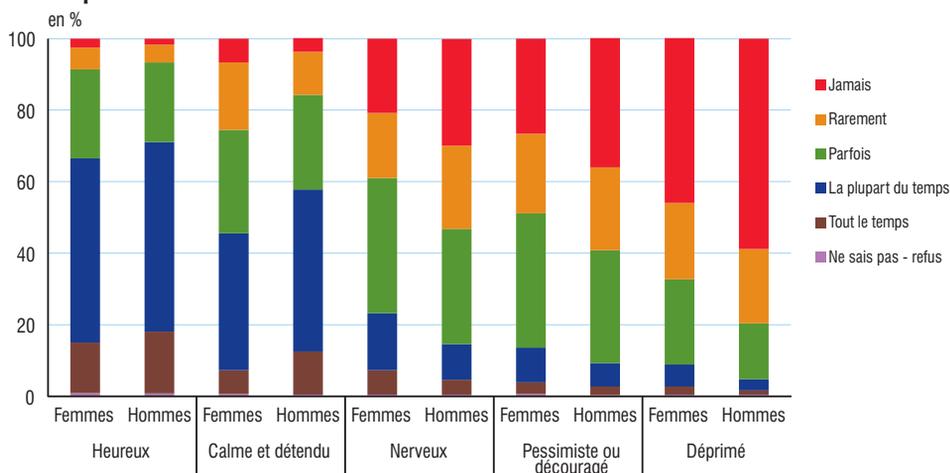
1. Notes moyennes de satisfaction selon le sexe et la taille d'unité urbaine en 2018

	Ensemble	Femmes	Hommes	Taille d'unité urbaine				
				Commune rurale	Moins de 20 000 habitants	De 20 000 à 200 000 habitants	Plus de 200 000 habitants (hors agglomération parisienne)	Agglomération parisienne
Vie menée actuellement	7,3	7,2	7,3	7,3	7,3	7,2	7,3	7,2
Emploi principal	7,3	7,2	7,4	7,3	7,2	7,3	7,3	7,2
Logement (logement, environnement, localisation)	7,6	7,6	7,6	7,8	7,7	7,5	7,7	7,3
Relations personnelles (famille, amis, collègues, voisins)	7,9	8,0	7,9	8,0	8,0	7,9	8,0	7,8
Loisirs	6,8	6,6	7,0	6,8	6,8	6,8	6,9	6,6
Temps disponible pour faire ce qu'on aime	6,9	6,8	7,1	6,9	7,0	7,0	6,9	6,7

Lecture : sur une échelle allant de 0 (pas du tout satisfait) à 10 (entièrement satisfait), les personnes interrogées déclarent un niveau moyen de satisfaction de la vie menée actuellement de 7,3. Champ : France métropolitaine, personnes âgées de 16 ans ou plus vivant en ménage ordinaire.

Source : Insee, enquête Statistiques sur les ressources et conditions de vie (SRCV) 2018.

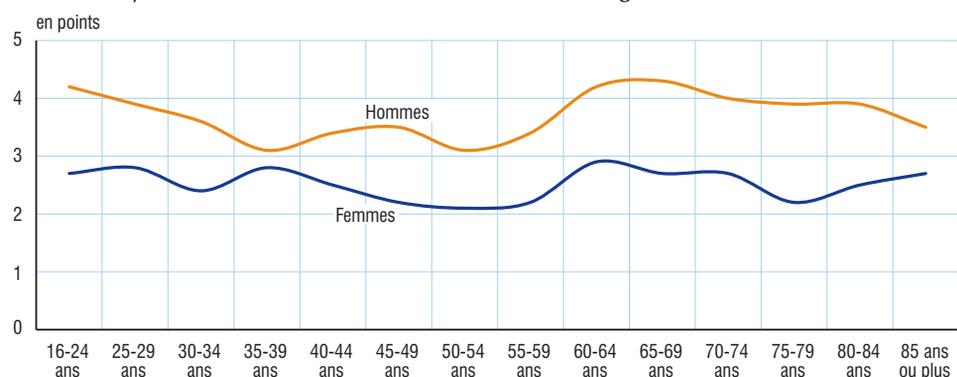
2. Composantes du bien-être émotionnel selon le sexe en 2018



Note : le sentiment de bien-être est évalué à partir de questions du type « Au cours des quatre dernières semaines, vous êtes-vous senti(e) ... particulièrement nerveux(se) ? ».

Champ : France métropolitaine, personnes âgées de 16 ans ou plus vivant en ménage ordinaire. Source : Insee, enquête SRCV 2018.

3. Score moyen de bien-être émotionnel selon le sexe et l'âge en 2018



Lecture : le score de bien-être émotionnel, compris entre -10 et 10, est en moyenne de 4,2 pour les hommes de 16 à 24 ans.

Champ : France métropolitaine, personnes âgées de 16 ans ou plus vivant en ménage ordinaire.

Source : Insee, enquête SRCV 2018.