



PSYCHOLOGIE
POSITIVE
Ressentir • Comprendre • Agir

VIE POSITIVE & REUSSITE : CE QU'EN PENSENT LES FRANÇAIS

Avril 2015



FICHE TECHNIQUE

**1005 individus âgés de 18 ans et plus
représentatifs de la population française**

Méthode des quotas (sexe, âge, CSP et régions)



Mode de recueil

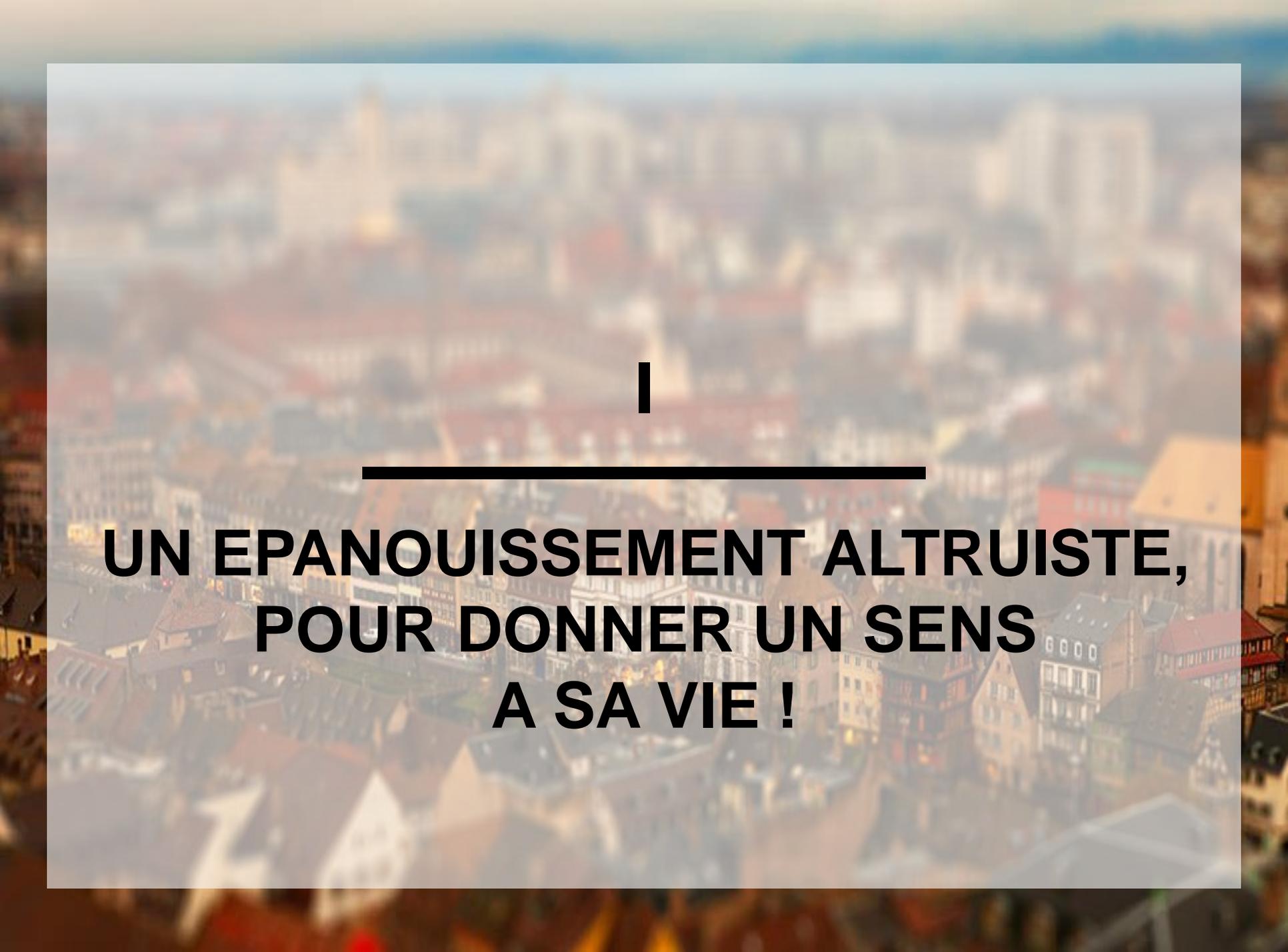


Online auto administré (PanelCSA)

Dates de terrain



du mardi 10 au jeudi 12 mars 2015

An aerial photograph of a city, likely Paris, showing a dense grid of buildings and streets. The image is semi-transparent, allowing the text to be clearly visible. The text is centered and consists of a vertical bar, a horizontal bar, and a main title in bold, uppercase letters.

|

**UN EPANOUISSEMENT ALTRUISTE,
POUR DONNER UN SENS
A SA VIE !**

LA MAJORITÉ DES FRANÇAIS VOIT LA VIE « DE MANIÈRE POSITIVE »

Aujourd'hui ma vie je la vois de manière positive. Sur une échelle de 1 à 7 avec 1 = « Non pas du tout » et 7 « Oui tout à fait »
Base ensemble (n = 1005)

7 « Oui tout à fait »



1 « Non pas du tout »

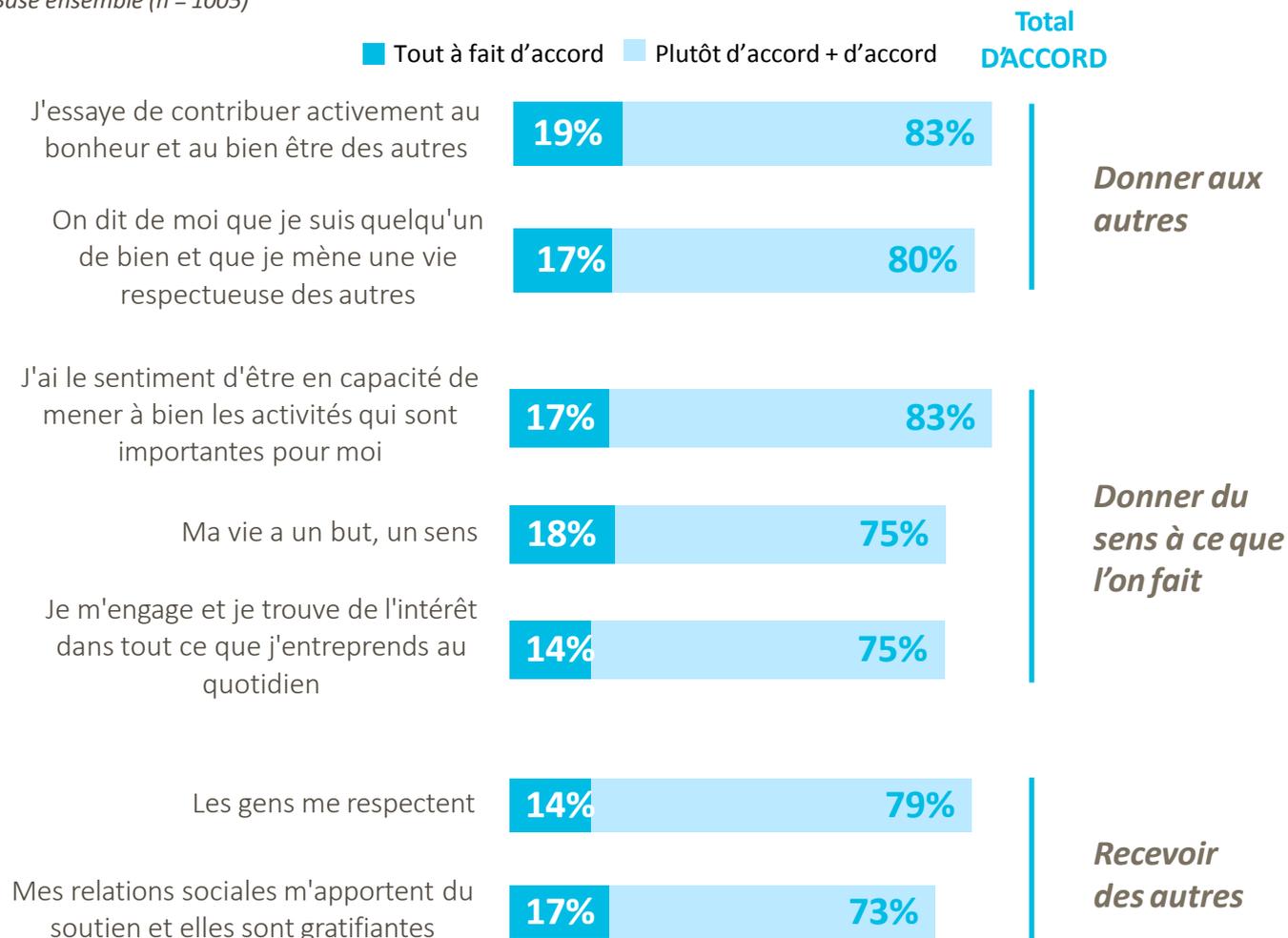
62% des Français déclarent
« voir leur vie de manière positive »
(attribuent une note entre 5 et 7)

22%
(note de 4)

16%
(note entre 1-3)

UNE « VIE POSITIVE » C'EST DONNER AUX AUTRES ET TROUVER UN SENS À CE QUE L'ON FAIT

Voici une série d'affirmations. Veuillez indiquer dans quelle mesure vous êtes d'accord avec chacune de ces affirmations.
Base ensemble (n = 1005)



LES FRANÇAIS LES PLUS POSITIFS SONT CEUX QUI SEMBLENT AVOIR TROUVÉ « UN BUT À LEUR VIE »

Voici une série d'affirmations. Veuillez indiquer dans quelle mesure vous êtes d'accord avec chacune de ces affirmations.
Base ensemble (n = 1005)

% Total D'ACCORD



Après des Français qui **voient leur vie de manière positive**



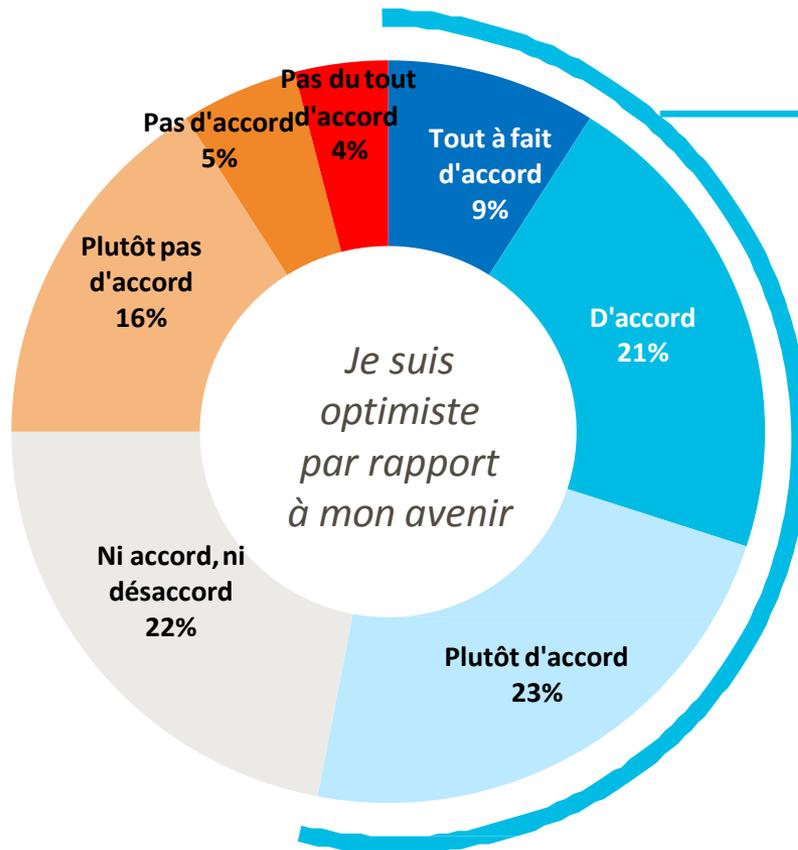
Après des Français qui **ne voient pas leur vie de manière positive**

Ecart entre les deux

	Après des Français qui voient leur vie de manière positive	Ecart entre les deux	Après des Français qui ne voient pas leur vie de manière positive
J'essaye de contribuer activement au bonheur et au bien-être des autres	89%	20	69%
On dit de moi que je suis quelqu'un de bien et que je mène une vie respectueuse des autres	85%	16	69%
J'ai le sentiment d'être en capacité de mener à bien les activités qui sont importantes pour moi	91%	29	62%
Je m'engage et je trouve de l'intérêt dans tout ce que j'entreprends au quotidien	86%	37	49%
Ma vie a un but, un sens	87%	46	41%
Les gens me respectent	87%	27	60%
Mes relations sociales m'apportent du soutien et elles sont gratifiantes	85%	36	49%

L'OPTIMISME, UN MÉCANISME PLUS EXIGEANT : TOUT NE DÉPEND PAS UNIQUEMENT DE SOI...

Voici une série d'affirmations. Veuillez indiquer dans quelle mesure vous êtes d'accord avec chacune de ces affirmations.
Base ensemble (n = 1005)



53%

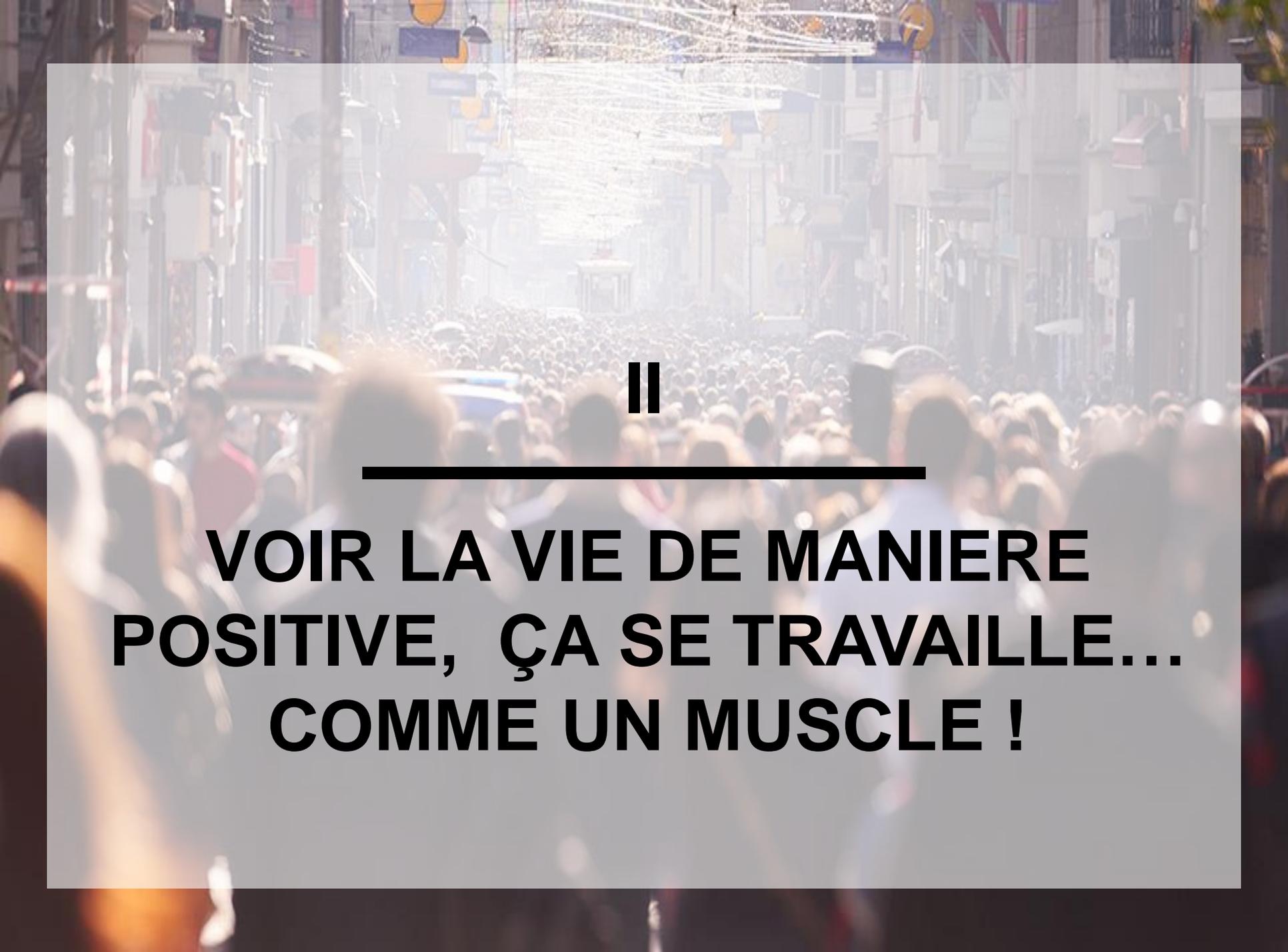
des Français se disent optimistes pour demain



74% auprès des Français qui **voient leur vie de manière positive**



8% auprès des Français qui **ne voient pas leur vie de manière positive**



II

**VOIR LA VIE DE MANIERE
POSITIVE, ÇA SE TRAVAILLE...
COMME UN MUSCLE !**

2 VISIONS DE LA VIE POSITIVE : « LE BONHEUR EST D'ABORD EN SOI » VS. « LE BONHEUR EST UN IDÉAL »

3. Pour moi voir la vie de manière positive c'est...
Base ensemble (n = 1005)



*Quelque chose
que l'on a déjà en soi
et que l'on travaille
comme un muscle*



*Chercher sans cesse
un idéal à atteindre
et pour lequel on
dépense de l'énergie*



*Compter sur la chance,
ça nous tombe dessus
un peu comme ça*



LES FRANÇAIS LES PLUS HEUREUX SONT CEUX QUI VOIENT LE BONHEUR EN EUX

3. Pour moi voir la vie de manière positive c'est... (une seule réponse possible)
Base ensemble (n = 1005)

Parmi les Français qui voient leur vie de manière positive
(ceux qui attribuent une note entre 5 et 7 /7) :



Quelque chose que l'on a déjà en soi et que l'on travaille comme un muscle



Significativement > à la moyenne des Français



Chercher sans cesse un idéal à atteindre et pour lequel on dépense de l'énergie



Compter sur la chance, ça nous tombe dessus un peu comme ça



LA FAÇON D'APPRÉHENDER LA « VIE POSITIVE » ÉVOLUE AVEC L'ÂGE

3. Pour moi voir la vie de manière positive c'est... (une seule réponse possible)
Base ensemble (n = 1005)



Les Français de
50 ans et +



63% voient la « vie positive » comme
*« quelque chose que l'on a déjà en soi
et que l'on travaille comme un muscle »*



Les Français de
18 à 24 ans



40% voient la « vie positive » comme
*« un idéal à atteindre et pour lequel on
dépense de l'énergie »*

A young boy with short brown hair, wearing a brown corduroy jacket and dark pants, is looking through black binoculars. He is standing in a field of tall, dry grass under a bright, hazy sky. The background shows rolling hills.

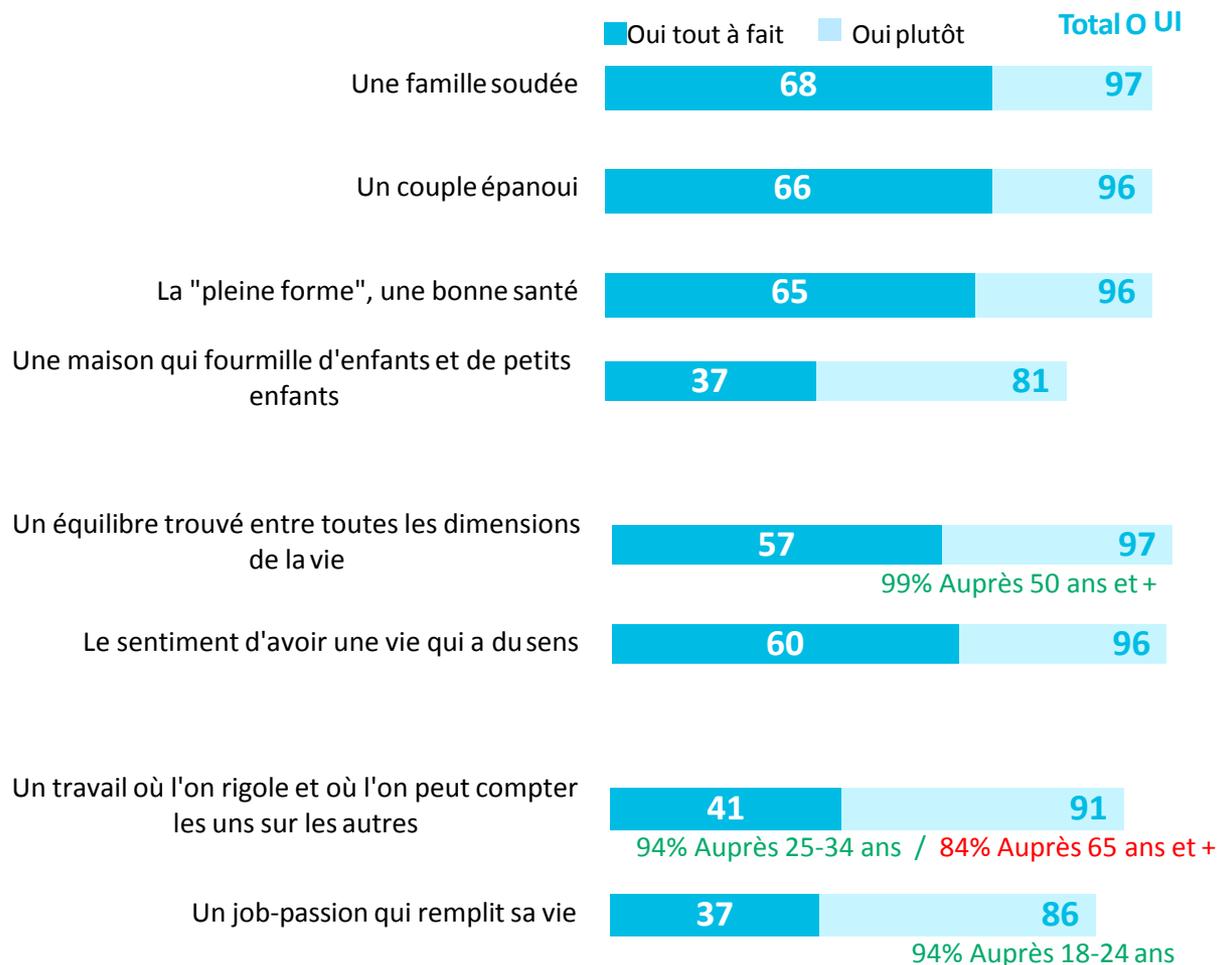
III

**UNE « VIE REUSSIE » :
SIGNE EXTERIEUR DE BONHEUR**

LA RÉUSSITE EST UN ÉPANOUISSEMENT DANS SA VIE PERSONNELLE ...

5. Les attributs ci-dessous sont-ils pour vous des signes d'une vie réussie ?

Base ensemble (n = 1005)



*Le socle d'une vie réussie :
Famille - santé*

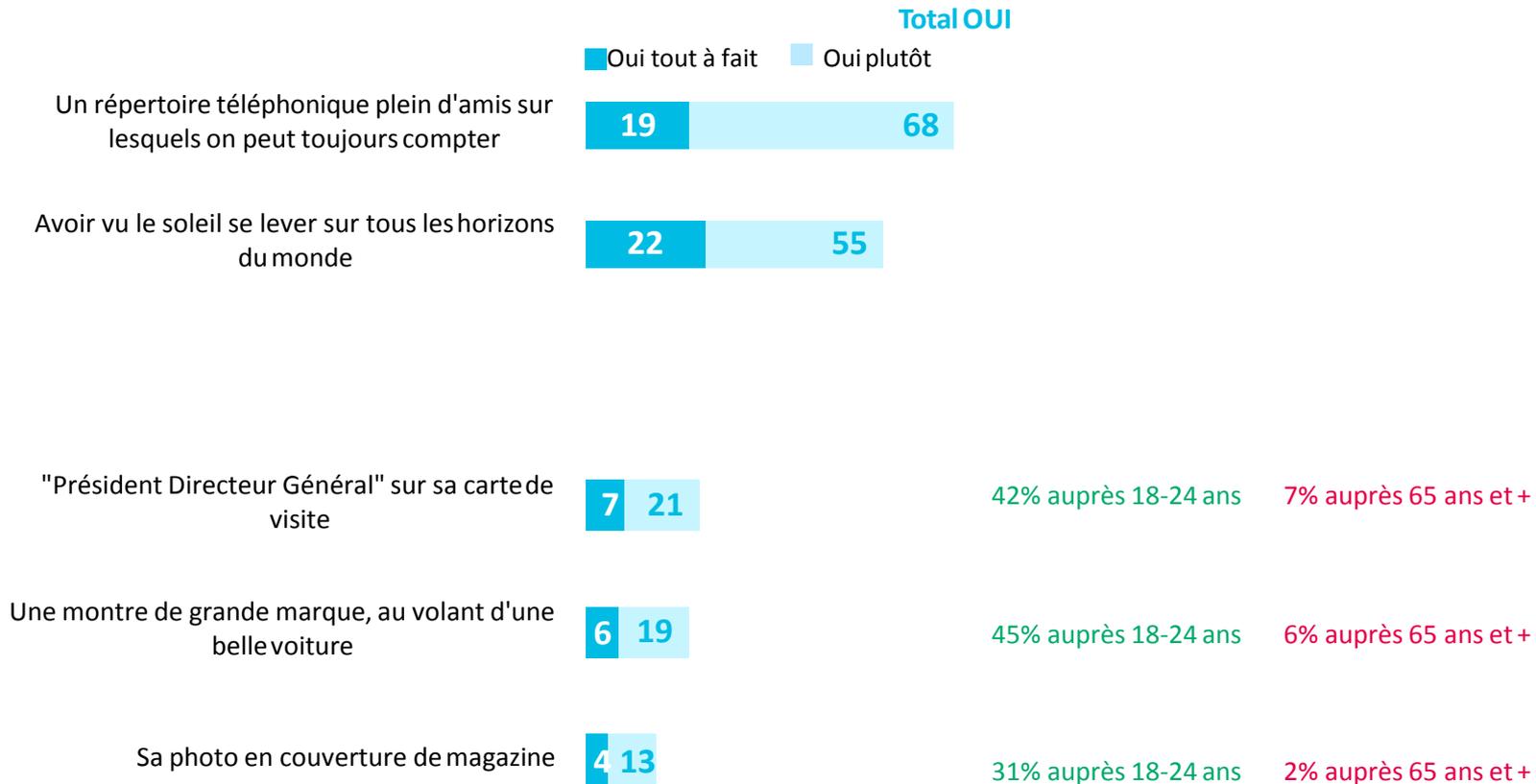
*Deuxième dimension :
son équilibre entre les
dimensions de sa vie*

*Troisième dimension :
le travail, sa dimension
sociale et son contenu*

... ET BIEN MOINS LE SUCCÈS PROFESSIONNEL OU STATUTAIRE

5. Les attributs ci-dessous sont-ils pour vous des signes d'une vie réussie ?

Base ensemble (n = 1005)



AU FINAL ...

6. De quelle affirmation vous sentez vous le plus proche ?
Base ensemble (n = 1005)

... c'est parce qu'on voit la
vie de façon positive
qu'on réussit

C'est parce qu'on réussit
qu'on peut voir la vie de façon positive

34% auprès
18-24 ans
24%



76% 84% auprès
50 ans et
plus



80% auprès de ceux
qui voient leur vie de
manière positive

Significativement > à la moyenne des Français

Crédits picto :

Mountain Climber by Juan Pablo Bravo

Mind by Gemma Garner

Man by Max Hancock

Business Person by Jens Tärning

Fingers crossed by Till Teenck

Finish line by Luis Prado

Grow by Stefan Parnarov

Contact presse : Eugénie Dautel

eugenie@openspace.fr 01 47 64 19 80

72, avenue Kléber 75116 Paris

en savoir plus : www.csa.eu - @InstitutCSA

10, rue Godefroy - 92800 Puteaux

Tel . : 01.57.00.58.00 - Fax : 01.57.00.58.01

CSA CONSUMER
SCIENCE &
ANALYTICS

Open Space