

# Mise à jour de cette page : De l'éco-anxiété à la transition heureuse ?

29/01/2026

↳ Environnement

Transition écologique

1 Observatoire du Bien-être  
**CEPREMAP**  
CENTRE POUR LA RECHERCHE ÉCONOMIQUE ET SES APPLICATIONS

Note de l'OBÉ  
2022 - 09  
01 juillet 2022  
Mathieu Perrot  
CEPREMAP

### De l'éco-anxiété à la transition heureuse ?

Résumé

De sentiment d'impuissance à la révolte, de la représentation d'une écologie positive à celle d'une sobriété heureuse, le thème du bien-être traverse les représentations du changement climatique et de la nécessaire transition écologique. Dans un format plus long que celui de nos autres habituelles, nous réalisons ici un panorama de la littérature scientifique qui mobilise la mesure du bien-être subjectif pour éclairer ces enjeux.

Comme nous l'avons démontré dans d'autres domaines, le bien-être subjectif constitue une manière de mesurer les effets du changement climatique. Au-delà des seuls conséquences matérielles, il met en évidence le côté important de la plus grande variabilité des climats qui résulte du réchauffement planétaire. À une échelle plus locale, il souligne de même tant les effets délétères de la pollution que ceux, bénéfiques, d'un accès à des espaces naturels.

Notre compréhension de la manière dont se construit l'évaluation de la satisfaction dans la vie favorise en parallèle des outils pour deviner les transitions vers des modes de vie moins consommateurs en ressources. Le plaisir est ici important : la diversité des situations au regard des consommations à réguler suppose une grande attention aux capacités d'engagement et à l'acceptabilité des évolutions proposées.

Le changement climatique génère de fortes réactions émotionnelles. Si l'éco-anxiété peut constituer un puissant facteur de passage à l'action, elle est bien loin d'être le seul facteur. De nombreuses études soulignent qu'adopter des comportements plus éco-responsables va de pair avec un niveau de bien-être plus élevé.

Table des matières

1. Introduction	2
2. Le bien-être subjectif comme instrument de mesure	2
3. L'environnement local	4
4. Lutter contre et s'adapter au changement climatique	5
5. Les situations face au changement climatique	7
6. Le bien-être subjectif à l'engagement environnemental	8
7. Un chantier ouvert	10
8. Bibliographie	10

d'impuissance à la révolte, de la représentation d'une écologie positive à celle d'une sobriété heureuse, le thème du bien-être traverse les représentations du changement climatique et de la nécessaire transition écologique. Dans un format plus long que celui de nos autres habituelles, nous réalisons ici un panorama de la littérature scientifique qui mobilise la mesure du bien-être subjectif pour éclairer ces enjeux. L'éco-anxiété pèse aujourd'hui sur le bien-être d'un nombre croissant de Français, et particulièrement chez les jeunes générations, la colère à l'égard de la lenteur des progrès constitue un puissant facteur de passage à l'action. De nombreuses études soulignent également qu'adopter des comportements plus éco-responsables va de pair avec un niveau de bien-être plus élevé. [d'après RA]

Ressources pour comprendre et transmettre

Format :

Étude (rapport / thèse ...)

Année :

2022

**Consulter l'étude**

Editeur :

[https://www.cepremap.fr/depot/2022/06/2022-09-Eco-observatoire-du-bien-etre-anxiete\\_transition\\_heureuse-1...](https://www.cepremap.fr/depot/2022/06/2022-09-Eco-observatoire-du-bien-etre-anxiete_transition_heureuse-1...)