



**HAL**  
open science

# Les représentations du bonheur chez les enfants de 5 à 10 ans

Caroline Guerini, Annamaria Lammel, Sophie Spezia

► **To cite this version:**

Caroline Guerini, Annamaria Lammel, Sophie Spezia. Les représentations du bonheur chez les enfants de 5 à 10 ans. Congrès de l'Encéphale, Jan 2018, Paris, France. hal-04049771

**HAL Id: hal-04049771**

**<https://cyu.hal.science/hal-04049771>**

Submitted on 28 Mar 2023

**HAL** is a multi-disciplinary open access archive for the deposit and dissemination of scientific research documents, whether they are published or not. The documents may come from teaching and research institutions in France or abroad, or from public or private research centers.

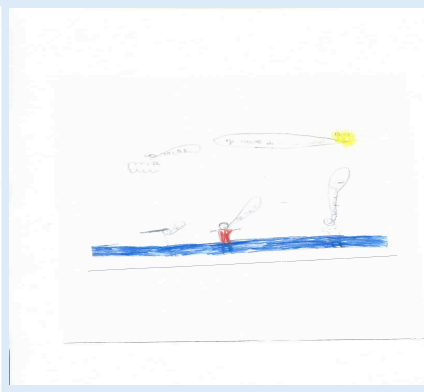
L'archive ouverte pluridisciplinaire **HAL**, est destinée au dépôt et à la diffusion de documents scientifiques de niveau recherche, publiés ou non, émanant des établissements d'enseignement et de recherche français ou étrangers, des laboratoires publics ou privés.



Dessin (fille 5 ans)



Nuage de bonheur,  
amies pour la vie  
(fille 7,6 ans)



Je rêve...  
(garçon, 8 ans)



Le bonheur sur un transat,  
sous un cocotier  
(garçon 9,6 ans)

### Introduction

**Le bonheur, objet d'étude de la philosophie** : depuis toujours, les philosophes s'interrogent sur le bonheur ; le mot bonheur apparaît dans la langue française au XII<sup>ème</sup> siècle, comme un mot composé : bon et heur. Depuis le XX<sup>ème</sup> siècle et l'ouvrage de Alain, les réflexions sur le bonheur au quotidien se sont multipliées, avec récemment celles de M. Serres (2015), de F. Lenoir (2015), ou L. Ferry (2016). Ces réflexions rejoignent les courants sur le développement personnel, la psychologie positive, et la pédagogie du bonheur. En outre, depuis peu, des « ateliers philo » sont proposés aux enfants sur ce thème.

**Le bonheur, objet de la pédagogie et de la science** : de nombreuses revues sont consacrées à trouver les chemins du bonheur, de la sophrologie aux différentes méthodes d'épanouissement personnel. Afin de comprendre les différences interindividuelles sur l'aptitude au bonheur, des études scientifiques ont cherché à savoir où se trouverait le bonheur dans notre corps : dans les cellules, l'ADN, le cerveau ? (Numéro de *Science et Vie*, février 2016).

C'est aussi une question centrale des neurosciences affectives. Le docteur C. Gueguen (*Pour une enfance heureuse*, 2014 ; *Comment vivre heureux avec son enfant*, 2015), pédiatre, a montré les effets de l'éducation bienveillante sur le développement physique et psychique de l'enfant.

**Le bonheur, objet d'étude de la psychologie** : Le bonheur est à la fois un éprouvé et une construction mentale abstraite. Éprouver le bonheur est une quête majeure dans notre vie, et une préoccupation dans la santé mentale et physique chez l'adulte mais aussi du développement psychologique, cognitif et socio-émotionnel de l'enfant. Les études de psychologie ont débuté avec l'ouvrage de Argyle *The psychology of happiness*, 1987.

### Problématique

Depuis une vingtaine d'années, la **psychologie du développement** a mis en évidence des capacités cognitives insoupçonnées chez les tout petits enfants, avant l'âge de 2 ans, ainsi que des capacités chez les jeunes enfants, entre 2 et 5 ans, liées à des opérations mentales complexes telles que la compréhension des états mentaux, les pensées contrefactuelles, le sens de la morale, de l'amour (Gopnik, *Le bébé philosophe*, 2012). A cet âge, l'enfant peut formuler des questions existentielles sur le monde, et sa curiosité atteste de son désir à donner du sens au monde environnant. Il apparaît ainsi important de savoir ce que les enfants peuvent exprimer sur le bonheur.

**Notre objectif a été de relever ce que les enfants expriment eux-mêmes sur le bonheur, en recueillant leurs différentes représentations dès l'âge de 5 ans, telles qu'elles se présentent, et de montrer leurs évolutions de 5 ans à 10 ans, en fonction du support d'expression et du genre.**

### Méthode

**Population.** 138 enfants de deux écoles parisiennes : 36 enfants de 5,6 ans (14 filles, 22 garçons) ; 54 enfants de 7, 6 ans (22 filles, 32 garçons) ; 48 enfants de 9,4 ans (21 filles, 27 garçons).

**Procédure.** Trois passations ont été proposées :

- **Les trois mots** (Lorsque je vous dis bonheur, à quoi ça vous fait penser ? Quels sont les trois mots qui vous viennent à l'esprit ?).
- **Le dessin** (Je vais vous demander de faire un dessin qui représente selon vous le bonheur).
- **L'histoire** (excepté pour les 5 ans) (On va prendre une feuille, et je voudrais que vous racontiez une histoire sur le bonheur).

**Codage et analyses.** Une analyse quantitative préliminaire a eu pour objectif de relever les catégories de thèmes exprimés par les enfants. Les thèmes relevés ont été ensuite codés par 1 pour présence ou 0 pour absence, et des comparaisons par *t* de student ont été réalisées. Une analyse qualitative a été aussi menée.

### Résultats

→ **La Nature (mer, montagne, campagne, fleurs, soleil)** est présente dans plus de 50 % des dessins, quels que soient l'âge et le genre. La nature est associée aux **vacances et au jeu**.

→ **Effet de l'âge.** A 5 - 6 ans, la **famille** est prédominante, alors qu'à 7 - 8 ans, les **relations sociales, avec les sentiments amoureux** ou amicaux, apparaissent au premier plan. A 9 - 10 ans, le **bonheur est nuancé avec le malheur**, et s'expriment à travers **des notions abstraites culturelles** telles que la liberté, la fraternité.

→ **Effet du genre.** Chez les filles, le bonheur est davantage relié aux personnes, alors que chez les garçons, le bonheur est lié aux jeux et aux activités.

→ **Effet du support d'expression.** Les sentiments d'amitié ou d'amour sont exprimés surtout dans les dessins chez les filles, et dans les histoires écrites chez les garçons.

### Discussion

- Apparition de la notion de bonheur **assez précoce**, avec des constantes et des variations avec l'âge.
- **Notion complexe** qui suppose de ne pas se limiter à l'étude d'un seul support d'expression, et exprimée différemment selon les filles et les garçons.
- Les thèmes exprimés par les enfants sur le bonheur correspondraient à **des besoins vitaux**, tels la nature (Reconnecter les enfants à la nature, cf. Le guide de l'enfant heureux, *Le Point*, déc. 2017), les jeux, les relations sociales et les sentiments.
- Les passations ont montré que tous les enfants étaient heureux et joyeux de s'exprimer sur le bonheur. **Parler du bonheur** amènerait à se souvenir de ce qui rend heureux, et à construire une conscience de soi positive.

### Conclusion

**Le bonheur serait à la croisée d'un élan vital, d'un besoin vital, et d'abstractions progressives modelées par les expériences de vie et par l'environnement culturel. Approfondir cette perspective développementale permettrait d'ouvrir des perspectives avec la psychologie clinique de l'enfant.**