

Société

SÉQUENCE ÉMOTIONS. LA FRANCE DU RESSENTI

Sophie De Closets, Magali Della Sudda, Gilles Finchelstein, François
Saltiel, Virginie Sassoon, Juliette Clavière, Thierry Germain

28/05/2025

La température « ressentie » est désormais présente dans tous les bulletins météo. Et, petit à petit, cette notion de ressenti se propage dans bien des domaines : sentiment d'insécurité ou de déclassement, anxiété écologique, fatigue informationnelle, craintes identitaires, consommation ou encore perceptions politiques..., ce que l'on ressent pèse de plus en plus lourd dans nos regards et nos actions. Peut-on mieux cerner cette notion ? Quelle est son influence sur nos sociétés ? Et qu'en faire ? Faut-il désormais inventer un « ressentimètre » ?

Table des matières

Introduction. Le ressenti, nouveau sismographe de notre société d'individus ?

Juliette Clavière, coordinatrice du groupe de travail « La France du ressenti » de la Fondation Jean-Jaurès

Thierry Germain, coordinateur des Cahiers de tendances de la Fondation Jean-Jaurès

Le concept : l'individu – Impasse ou ressource ?

Gilles Finchelstein, secrétaire général de la Fondation Jean-Jaurès

Le lieu : la librairie – I gotta feeling

Sophie de Closets, présidente-directrice générale des éditions Flammarion

L'objet : le smartphone – Le smartphone, nouvelle fabrique des ressentis

François Saltiel, journaliste spécialiste des enjeux numériques et producteur à France Culture

Virginie Sassoon, directrice générale adjointe du Centre pour l'éducation aux médias et docteure en sciences de l'information et de la communication

La personne : le Gilet jaune – Ressentis et émotions, des Gilets jaunes aux cahiers de doléances

Magali Della Sudda, directrice de recherche en science politique au CNRS, au Centre Émile-Durkheim

Introduction. Le ressenti, nouveau sismographe de notre société d'individus ?

Juliette Clavière, Thierry Germain

Prenons la vie de l'une ou l'un d'entre nous, dans une métropole d'aujourd'hui.

Au lever, un flot d'informations va nous submerger, et autant d'émotions positives ou négatives. Plus tard, une appréhension liée à l'agitation de la ville (les bruits, les lumières, les odeurs), à un possible sentiment d'insécurité – de façon parfois plus marquée si on est une femme –, au manque de nature et de vert, à la crainte de ne pas être « dans les temps », va sûrement nous saisir. Au travail, les rapports avec les autres, notre position relative ou les interrogations face à l'avenir généreront autant de perceptions qui « coloreront » notre ressenti de la journée. À chaque instant, l'usage de notre smartphone va nous plonger dans un flux de stimulations. Le soir venu, notre bien-être physique, mais aussi psychologique nous interrogera, à moins qu'un sentiment de solitude ne vienne insidieusement s'installer.

On le voit, et ce tableau est pourtant loin d'être complet (manquent ainsi les sociabilités, les relations de couple, la politique et les engagements, les voyages...), le ressenti est présent dans tous les moments de nos vies. Mais au fond, de quoi parlons-nous en évoquant ce terme ?

À la fois perception et grille d'analyse de la réalité à travers un prisme sensible, émotionnel individuel et souvent complété d'expérience personnelle, le ressenti a fait irruption dans nos vies, d'une drôle de façon, il y a une vingtaine d'années, dans un domaine du quotidien : la météorologie et plus précisément les températures. La température ressentie, c'est la tentative de traduire de la façon la plus complète possible (par l'application de coefficients aux températures mesurées pour prendre en compte le vent et/ou l'humidité¹) une perception on ne peut plus individuelle et sensible, la température que le corps humain perçoit. Mais attention, elle ne vise pas à rendre compte de la température éprouvée par chacun et chacune d'entre nous, mais bien de celle qui tient compte de multiples paramètres objectifs. Ainsi, dans les bulletins météorologiques, la température ressentie est la même pour tous, mais nous n'avons certainement pas toutes et tous le même ressenti de cette température ressentie... Cet exemple montre déjà le paradoxe ou la complexité de ce concept, notion ou idée du ressenti, sa catégorisation étant d'ailleurs également un sujet. Et, de fait, cette dichotomie n'a cessé de grandir, entre les mesures objectives des réalités (statistiques, informations, travaux scientifiques...) et la lecture que chaque individu en fait, la seconde étant de plus en plus fréquemment en conflit avec la première, et a tendance à l'emporter sur elle.

Sentiment d'insécurité, crainte de l'avenir, impression de déclassement, crise de confiance... Les grandes tendances actuelles d'incertitude, d'accélération des processus politiques, technologiques, informationnels, etc. renforcent clairement ces perceptions négatives. Or, cette tension entre l'objectif et le subjectif, entre vérité rationnelle et réalités individuelles, n'est pas sans impact pour chacun et pour la société tout entière. Outre qu'il est l'un des signaux majeurs de

l'individualisation de nos sociétés, le ressenti nous interroge sur l'équilibre qu'il nous faut réinventer entre les lectures personnelles et collectives des réalités, mais aussi de l'avenir. Il y va de notre capacité à faire société et à concevoir ensemble les progrès que nous voulons accomplir. Consommation, numérique, intimité, économie et travail, sécurité et justice, politique..., il n'est pas un champ dans lequel le ressenti ne tienne aujourd'hui une place grandissante. La Fondation Jean-Jaurès a entrepris, dans un travail au long cours que nous animons, de comprendre la place de cette notion dans nos vies, d'en cerner les traits essentiels et surtout de savoir qu'en faire dans la façon dont nous organisons nos sociétés. Ce Petit cahier est l'un des actes de cette vaste recherche, qui mobilise de nombreux experts et acteurs. Qu'il vous permette de saisir ce que le ressenti dit et fait de nos vies, c'est notre vœu le plus cher. Bonne lecture.

Pour commander ce livre directement auprès de la Fondation Jean-Jaurès :

– paiement par carte bancaire : rendez-vous sur notre boutique [HelloAsso](#) (merci de payer le service d'envoi postal à domicile si vous ne souhaitez pas venir le chercher à la Fondation)

– paiement par chèque : contactez l'accueil par téléphone au 01 40 23 24 00 ou envoyez un mail à boutique@jean-jaures.org

1. Pierre Breteau, « Calculez la température ressentie avec notre convertisseur », Le Monde, 26 janvier 2023.