

Une étude



pour



# Baromètre sur les usages d'écrans et les problématiques associées

Vague 1

Juillet 2021

---

**Magalie Gérard**, Directrice adjointe du Département Politique – Opinion  
**Pierre-Hadrien Bartoli**, Directeur des études politiques au Département Politique – Opinion  
**Anaïs Prunier**, Chargée d'études au Département Politique – Opinion



# Sommaire

<b>Méthodologie d'enquête</b>	<b>P.3</b>
<b>Comportements des Français face aux activités numériques : quels usages ?</b>	<b>P.5</b>
<b>Comportements des Français face aux activités numériques : dans quels buts ?</b>	<b>P.12</b>
<b>Comportements des Français face aux activités numériques : que ressentent-ils ?</b>	<b>P.15</b>
<b>Comportements des Français face aux activités numériques : des Français dépendants ?</b>	<b>P.20</b>

# Méthodologie d'enquête



Enquête réalisée **en ligne** du **23** au **30 juin** 2021.



Échantillon de **2 012** personnes représentatif des Français âgés de 15 à 75 ans.



Méthode des quotas et redressement appliqués aux variables suivantes : **sexe**, **âge**, **catégorie socioprofessionnelle**, **région** et **taille d'agglomération** de l'interviewé(e).



Aide à la lecture des résultats détaillés :

- Les chiffres présentés sont exprimés en pourcentage.
- Les chiffres en italique sont ceux qui apparaissent significativement au-dessus de la moyenne.
- NB : l'étude étant réalisée par Internet, les répondants ont par définition tous une maîtrise minimum des outils numériques.

# Intervalle de confiance

L'intervalle de confiance (parfois appelé « marge d'erreur ») permet de déterminer la confiance qui peut être attribuée à une valeur, en prenant en compte la valeur observée et la taille de l'échantillon. Si le calcul de l'intervalle de confiance concerne les sondages réalisés avec la méthode aléatoire, il est communément admis qu'il est proche pour les sondages réalisés avec la méthode des quotas.

Taille de l'échantillon	5% ou 95%	10% ou 90%	20% ou 80%	30% ou 70%	40% ou 60%	50%
100 interviews	4,4	6,0	8,0	9,2	9,8	10
200 interviews	3,1	4,3	5,7	6,5	6,9	7,1
300 interviews	2,5	3,5	4,6	5,3	5,7	5,8
400 interviews	2,2	3,0	4,0	4,6	4,9	5,0
500 interviews	2,0	2,7	3,6	4,1	4,4	4,5
600 interviews	1,8	2,4	3,3	3,8	4,0	4,1
800 interviews	1,5	2,1	2,8	3,2	3,4	3,5
1 000 interviews	1,4	1,8	2,5	2,9	3,0	3,1
2 000 interviews	1,0	1,3	1,8	2,1	2,2	2,3
3 000 interviews	0,8	1,1	1,5	1,7	1,8	1,8
4 000 interviews	0,7	0,9	1,3	1,5	1,6	1,6
6 000 interviews	0,6	0,8	1,1	1,3	1,4	1,4



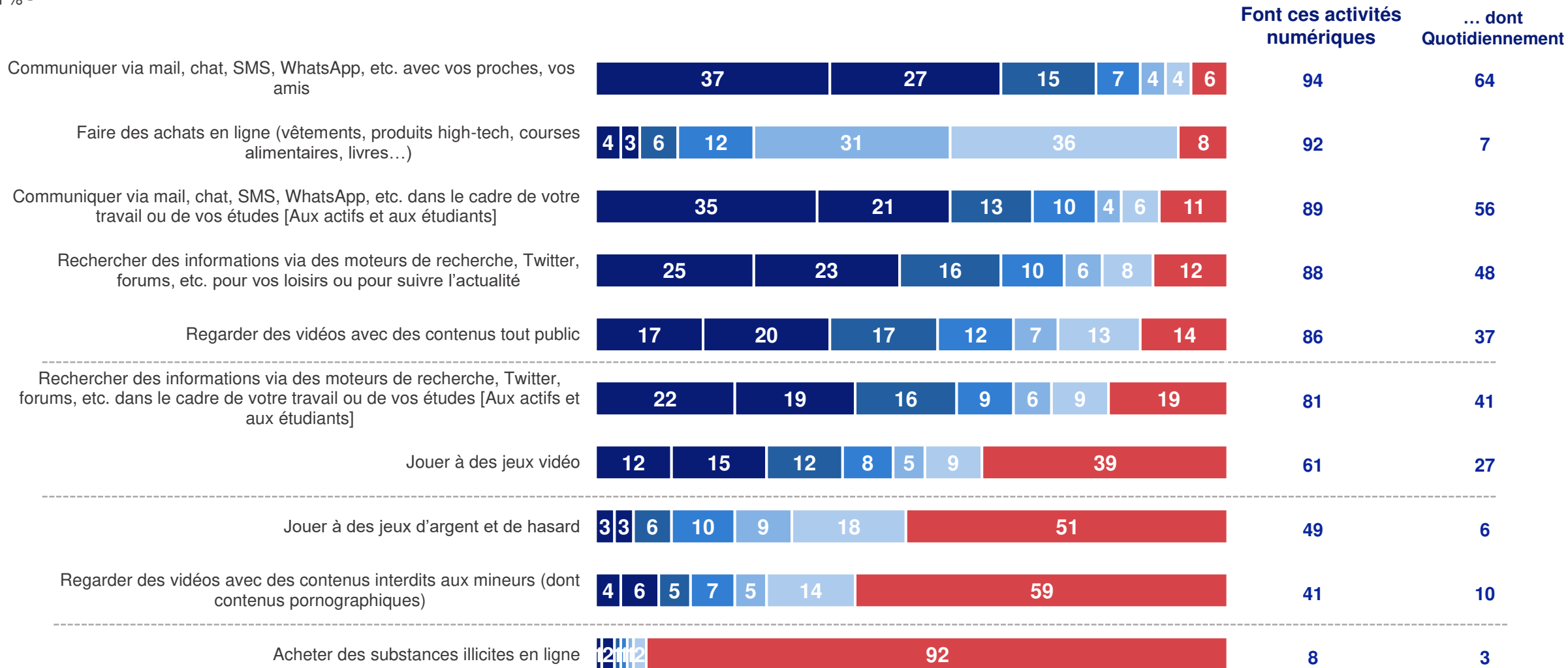
# Comportements des Français face aux activités numériques : quels usages ?



## Les Français déclarent réaliser certaines activités numériques plus que d'autres. Si leurs activités principales sont la communication, les achats en ligne, la recherche des informations ou encore le visionnage de vidéos tout public, une plus faible proportion déclare jouer à des jeux d'argent et de hasard ou encore regarder des vidéos avec des contenus interdits aux mineurs

A quelle fréquence faites-vous chacune des activités numériques suivantes (tous supports confondus) ?

- À tous, en % -



## Des activités numériques davantage réalisées par les hommes, les moins de 35 ans ou encore les catégories aisées

A quelle fréquence faites-vous chacune des activités numériques suivantes (tous supports confondus) ?

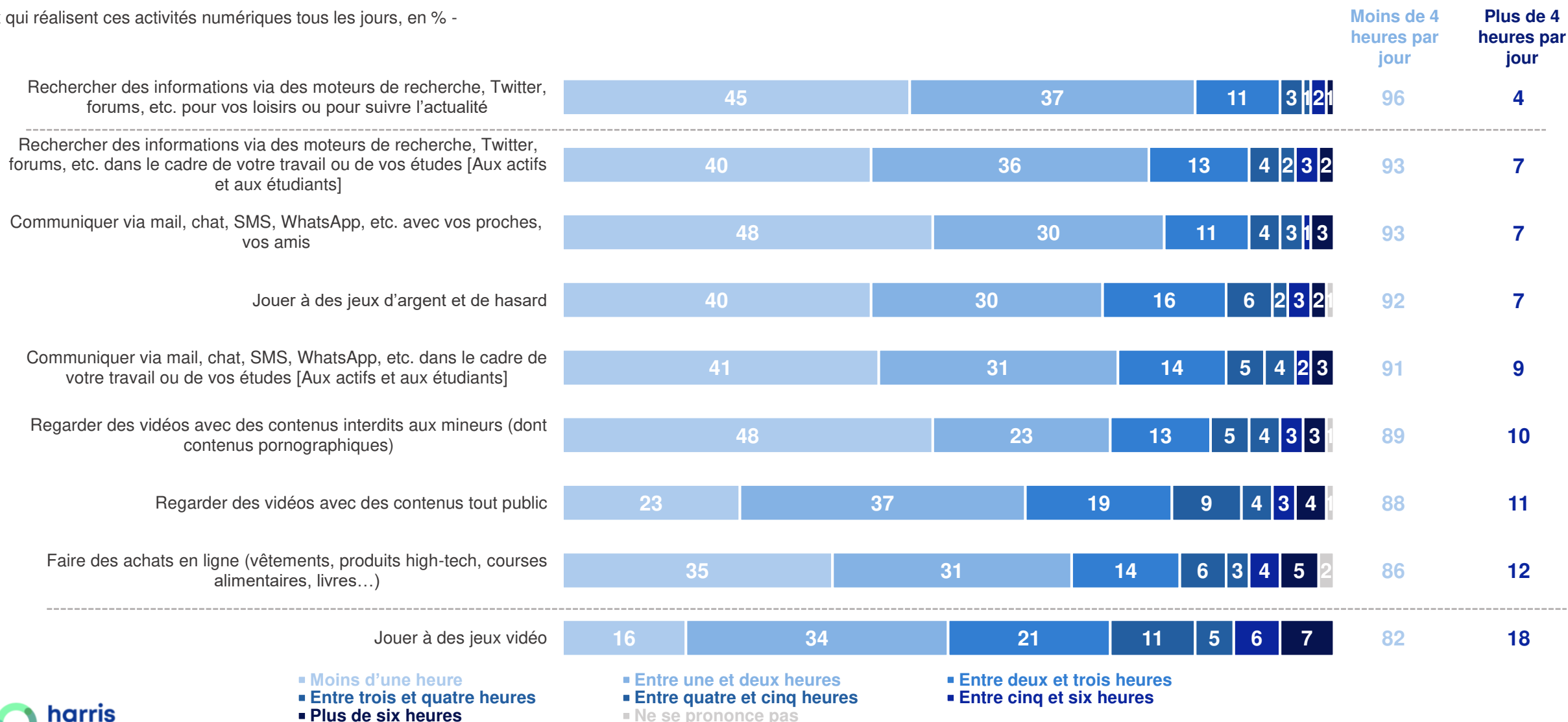
- À tous, en % de réponses « [Réaliment chacune de ces activités](#) » -

	Communiquer via mail, chat, SMS, WhatsApp, etc. avec vos proches, vos amis	Faire des achats en ligne (vêtements, produits high-tech, courses alimentaires, livres...)	Communiquer via mail, chat, SMS, WhatsApp, etc. dans le cadre de votre travail ou de vos études [Aux actifs et aux étudiants]	Rechercher des informations via des moteurs de recherche, Twitter, forums, etc. pour vos loisirs ou pour suivre l'actualité	Regarder des vidéos avec des contenus tout public	Rechercher des informations via des moteurs de recherche, Twitter, forums, etc. dans le cadre de votre travail ou de vos études [Aux actifs et aux étudiants]	Jouer à des jeux vidéo	Jouer à des jeux d'argent et de hasard	Regarder des vidéos avec des contenus interdits aux mineurs (dont contenus pornographiques)	Acheter des substances illicites en ligne
<b>TOTAL</b>	<b>94</b>	<b>90</b>	<b>89</b>	<b>88</b>	<b>86</b>	<b>81</b>	<b>61</b>	<b>49</b>	<b>41</b>	<b>8</b>
<b>Sexe</b>										
Hommes	95	90	90	90	90	83	66	53	59	9
Femmes	94	91	87	86	82	78	57	45	24	7
<b>Âge</b>										
15-24 ans	96	93	95	92	94	91	89	45	53	10
25-34 ans	95	91	90	89	92	81	83	64	55	16
35-49 ans	94	91	86	88	89	78	70	60	44	10
50-64 ans	95	89	86	87	82	74	38	39	33	2
65-75 ans	92	87	Base trop faible	84	68	Base trop faible	29	25	15	2
<b>PCS</b>										
Cadres et professions libérales	99	98	98	96	95	93	68	62	55	9
Autres PCS+	97	92	90	90	90	82	61	56	48	11
PCS-	93	89	82	86	87	71	70	56	44	11
Inactifs	93	88	93	86	79	87	51	33	30	3

## Ceux qui réalisent chacune de ces activités numériques déclarent le plus souvent y passer en moyenne moins de 4 heures par jour

Combien de temps estimez-vous passer sur chacune de vos activités numériques suivantes par jour en moyenne ?

- À ceux qui réalisent ces activités numériques tous les jours, en % -





## Une fréquence d'usage des activités numériques qui diffère selon l'âge : les plus jeunes déclarent passer plus de temps à réaliser chacune de ces activités que leurs aînés

Combien de temps estimez-vous passer sur chacune de vos activités numériques suivantes par jour en moyenne ?

- À ceux qui réalisent ces activités numériques tous les jours, en % de réponses « [Plus de 4 heures par jour](#) » -

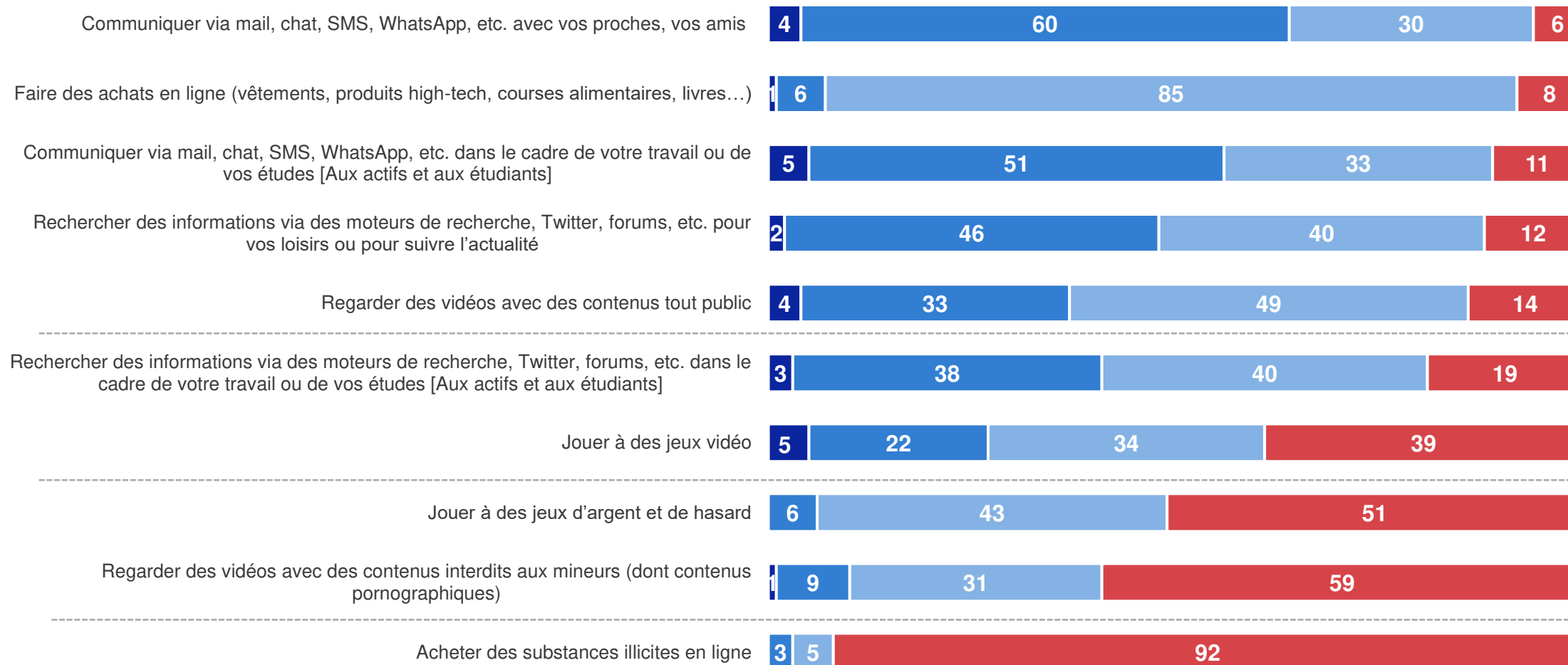
	Jouer à des jeux vidéo	Faire des achats en ligne (vêtements, produits high-tech, courses alimentaires, livres...)	Regarder des vidéos avec des contenus tout public	Regarder des vidéos avec des contenus interdits aux mineurs (dont contenus pornographiques)	Communiquer via mail, chat, SMS, WhatsApp, etc. dans le cadre de votre travail ou de vos études [Aux actifs et aux étudiants]	Jouer à des jeux d'argent et de hasard	Communiquer via mail, chat, SMS, WhatsApp, etc. avec vos proches, vos amis	Rechercher des informations via des moteurs de recherche, Twitter, forums, etc. dans le cadre de votre travail ou de vos études [Aux actifs et aux étudiants]	Rechercher des informations via des moteurs de recherche, Twitter, forums, etc. pour vos loisirs ou pour suivre l'actualité
<b>TOTAL</b>	<b>18</b>	<b>12</b>	<b>11</b>	<b>10</b>	<b>9</b>	<b>7</b>	<b>7</b>	<b>7</b>	<b>4</b>
<b>Sexe</b>									
Hommes	23	15	13	8	8	5	5	7	3
Femmes	13	9	10	12	10	13	9	6	5
<b>Âge</b>									
15-24 ans	32	18	24	15	15	6	20	12	10
25-34 ans	13	8	8	14	12	9	8	6	4
35-49 ans	13	13	8	6	3	8	3	3	2
50-64 ans	10	Base trop faible	6	Base trop faible	9	Base trop faible	1	5	3
65-75 ans	Base trop faible	Base trop faible	Base trop faible	Base trop faible	Base trop faible	Base trop faible	-	Base trop faible	-
<b>PCS</b>									
Cadres et professions libérales	13	13	6	11	10	Base trop faible	3	4	2
Autres PCS+	15	Base trop faible	10	6	3	Base trop faible	5	6	4
PCS-	19	18	9	7	8	8	8	8	5
Inactifs	21	Base trop faible	19	17	15	Base trop faible	10	11	5

## Récapitulatif

A quelle fréquence faites-vous chacune des activités numériques suivantes (tous supports confondus) ?

Combien de temps estimez-vous passer sur chacune de vos activités numériques suivantes par jour en moyenne ? (à ceux qui affirment le faire tous les jours)

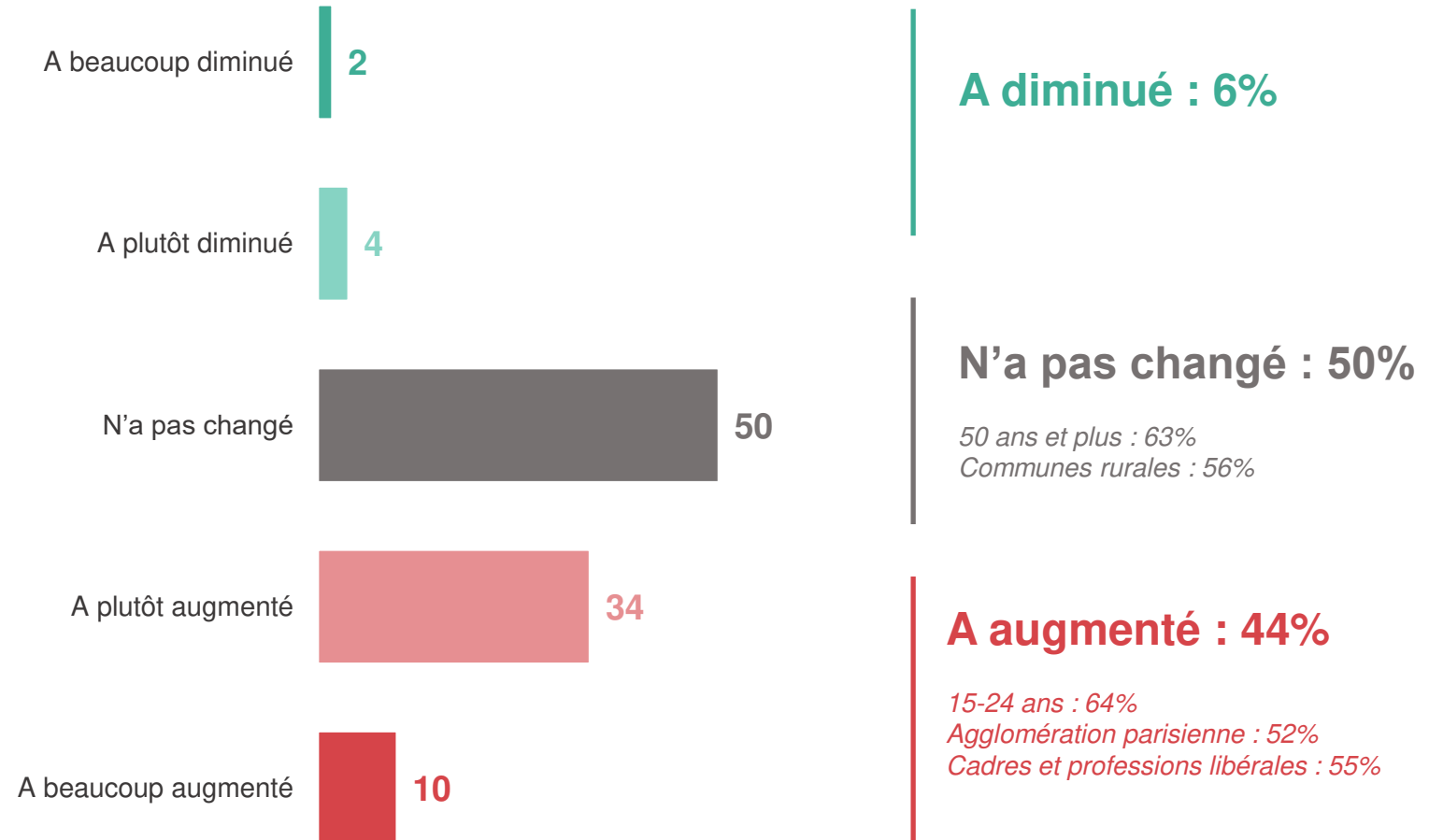
- À tous, en % -



## Si une majorité des Français déclarent ne pas avoir modifié leur comportement lié aux activités numériques, 44% d'entre eux estiment que le temps qu'ils octroient aux activités numériques a augmenté depuis le début de la crise sanitaire

Depuis le début de la crise sanitaire il y a plus d'un an et les différentes périodes de confinement, diriez-vous que votre temps passé sur les activités numériques ... ?

- À tous, en % -





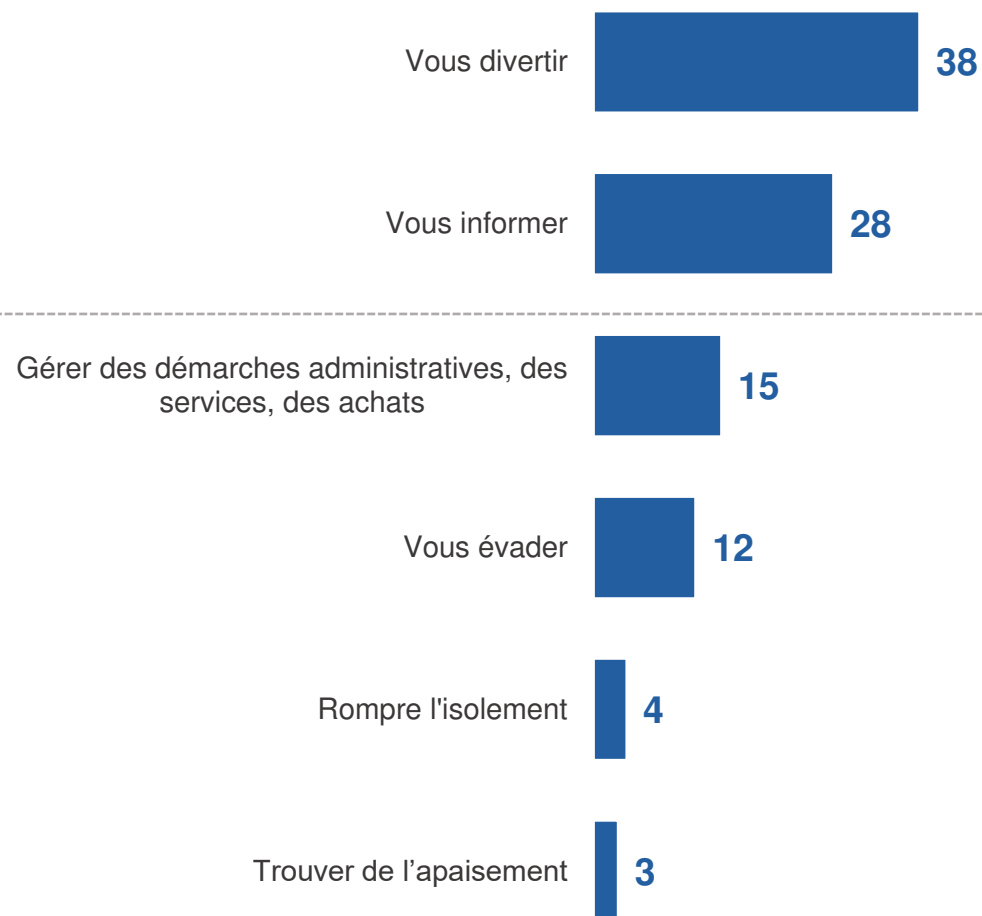
# Comportements des Français face aux activités numériques : dans quels buts ?



## Lors de leurs activités numériques, les Français cherchent avant tout à se divertir et s'informer. Dans une moindre mesure, c'est la gestion des démarches administratives, des services ou des achats qui les intéressent

Que recherchez-vous principalement lors de vos activités numériques ?

- À tous, en % -



## Si les jeunes recherchent avant tout du divertissement, les plus âgés recherchent des activités numériques plus formelles (s'informer ou gérer des démarches administratives, des services, des achats)

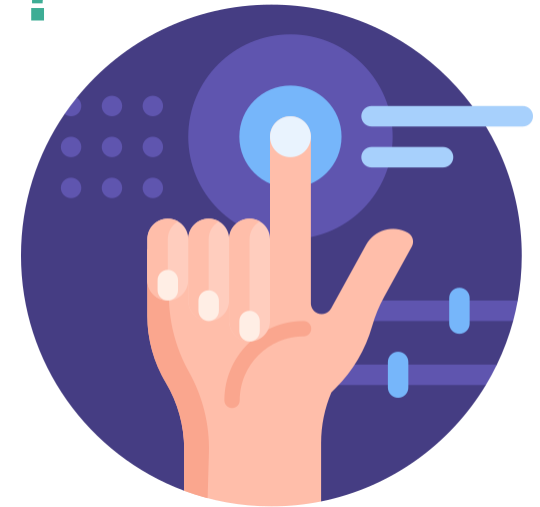
Que recherchez-vous principalement lors de vos activités numériques ?

- À tous, en % -

	Vous divertir	Vous informer	Gérer des démarches administratives, des services, des achats	Vous évader	Rompre l'isolement	Trouver de l'apaisement
<b>TOTAL</b>	<b>38</b>	<b>28</b>	<b>15</b>	<b>12</b>	<b>4</b>	<b>3</b>
<b>Sexe</b>						
Hommes	39	30	13	10	5	3
Femmes	38	25	17	13	4	3
<b>Âge</b>						
15-24 ans	61	13	3	15	5	3
25-34 ans	49	17	7	17	5	5
35-49 ans	39	25	14	14	5	3
50-64 ans	25	37	27	7	3	1
65-75 ans	20	48	21	5	3	2
<b>PCS</b>						
Cadres et professions libérales	29	34	19	11	5	2
Autres PCS+	36	30	13	12	5	4
PCS-	45	21	13	13	4	4
Inactifs	37	30	17	10	4	2



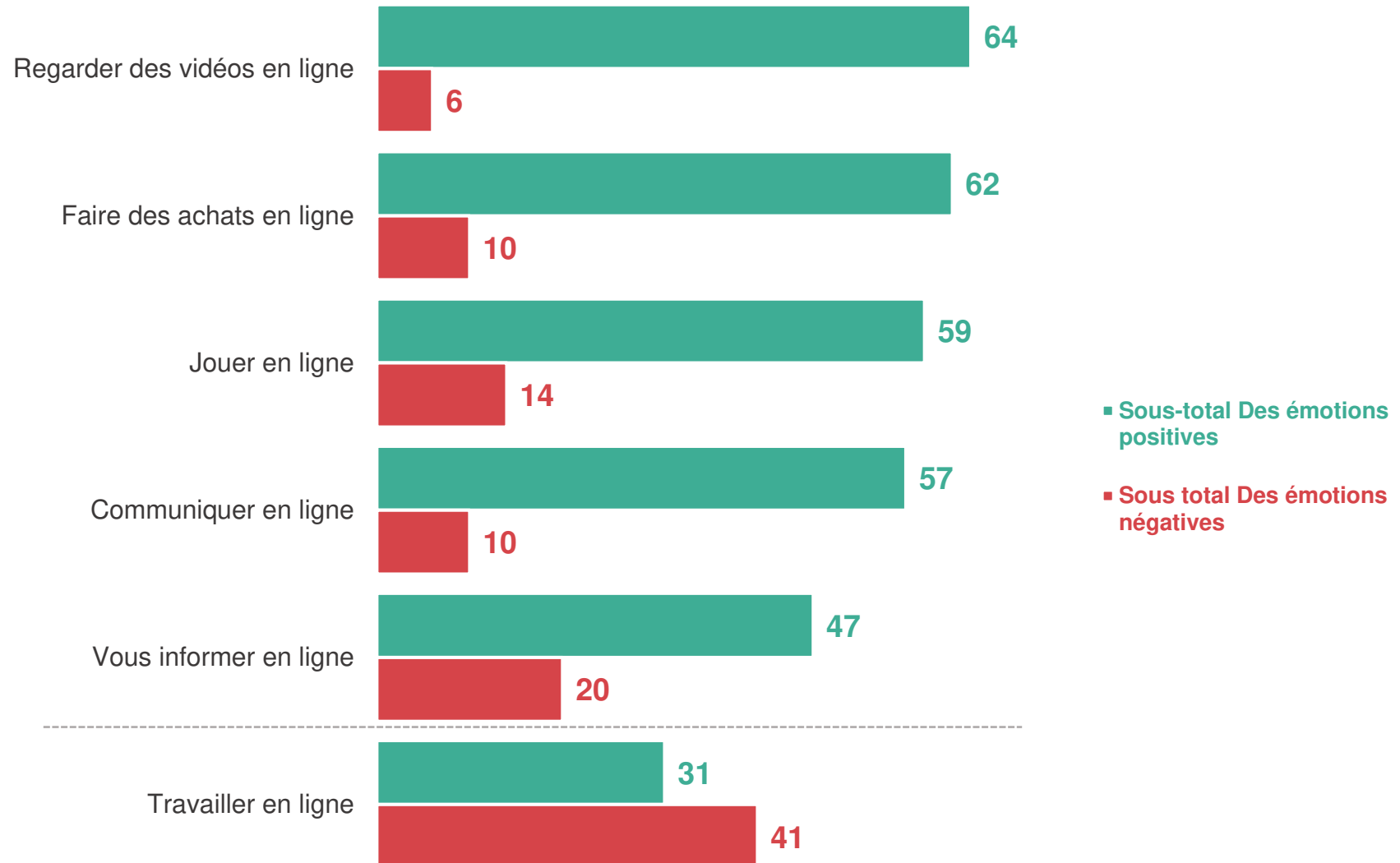
# Comportements des Français face aux activités numériques : que ressentent-ils ?



## Durant les 15 derniers jours, ceux qui réalisent chacune de ces activités numériques déclarent principalement ressentir des émotions positives en les ayant effectuées, exception faite du travail en ligne

Durant les 15 derniers jours, vous est-il arrivé de ressentir chacune des émotions suivantes lorsque vous avez effectué chacune de vos activités numériques suivantes ? (plusieurs réponses possibles)

- À ceux qui réalisent chacune de ces activités numériques, en % -





**Dans le détail, ceux qui réalisent chacune de ces activités numériques déclarent ressentir plutôt des émotions positives en les faisant. Principalement, du calme, de la détente mais aussi de la joie, de la satisfaction et du plaisir. Néanmoins, l'anxiété et le stress sont des émotions ressenties par plus qu'un quart de ceux qui travaillent en ligne**

Durant les 15 derniers jours, vous est-il arrivé de ressentir chacune des émotions suivantes lorsque vous avez effectué chacune de vos activités numériques suivantes ? (plusieurs réponses possibles)

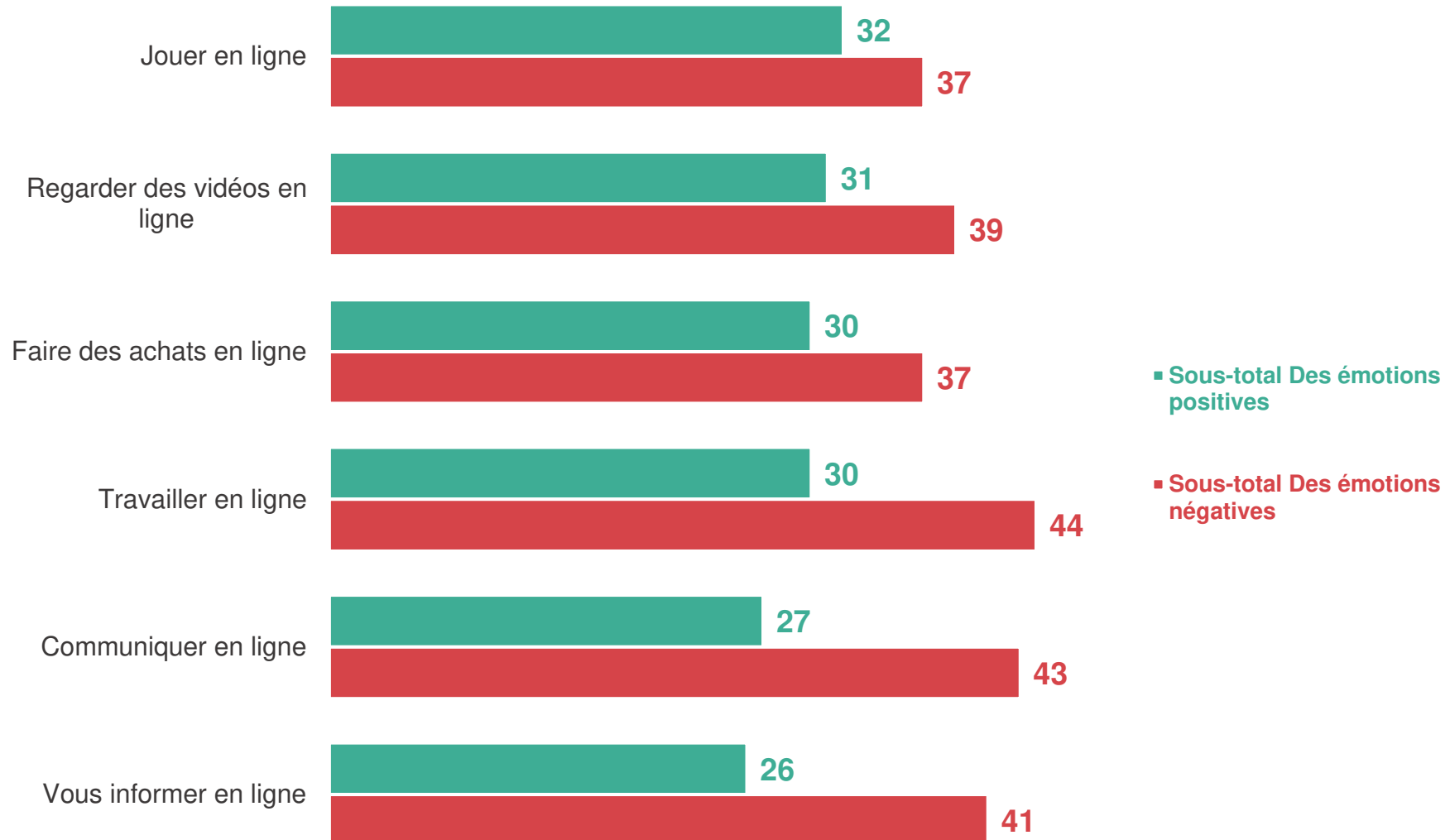
- À ceux qui réalisent chacune de ces activités numériques, en % -

	Citent au moins une émotion positive	Joie, satisfaction et plaisir	Soulagement	Evasion	Calme et détente	Citent au moins une émotions négatives	Anxiété et stress	Frustration	Agressivité
Regarder des vidéos en ligne	64	33	9	37	49	6	3	3	2
Faire des achats en ligne	62	42	13	15	37	10	4	5	1
Jouer en ligne	59	33	9	30	40	14	6	7	5
Communiquer en ligne	57	39	12	16	46	10	5	4	2
Vous informer en ligne	47	22	14	17	42	20	12	7	4
Travailler en ligne	31	15	13	8	32	41	26	17	4

## Durant les 15 derniers jours, ceux qui réalisent chacune de ces activités numériques déclarent avoir principalement ressenti des émotions négatives lorsqu'ils ne pouvaient pas les effectuer

Durant les 15 derniers jours, vous est-il arrivé de ressentir les émotions suivantes lorsque vous ne pouviez pas effectuer chacune de vos activités numériques ? (plusieurs réponses possibles)

- À ceux qui réalisent chacune de ces activités numériques, en % -



**Dans le détail, ceux qui réalisent chacune de ces activités numériques déclarent ressentir de la frustration principalement. Néanmoins, le calme et la détente sont des émotions ressenties par plus qu'un quart d'entre eux lorsqu'ils ne peuvent pas effectuer chacune de ces activités numériques**

Durant les 15 derniers jours, vous est-il arrivé de ressentir les émotions suivantes lorsque vous ne pouviez pas effectuer chacune de vos activités numériques ? (plusieurs réponses possibles)

- À ceux qui réalisent chacune de ces activités numériques, en % -

	Citent au moins une émotion positive	Joie, satisfaction et plaisir immédiat	Soulagement	Evasion	Calme et détente	Citent au moins une émotions négatives	Anxiété et stress	Frustration	Agressivité
Jouer en ligne	32	14	9	13	26	37	8	28	5
Regarder des vidéos en ligne	31	15	7	14	28	39	7	31	4
Faire des achats en ligne	30	15	10	9	27	37	7	30	4
Travailler en ligne	30	12	14	7	24	44	19	25	7
Communiquer en ligne	27	15	8	8	26	43	11	31	5
Vous informer en ligne	26	12	8	9	27	41	9	32	4



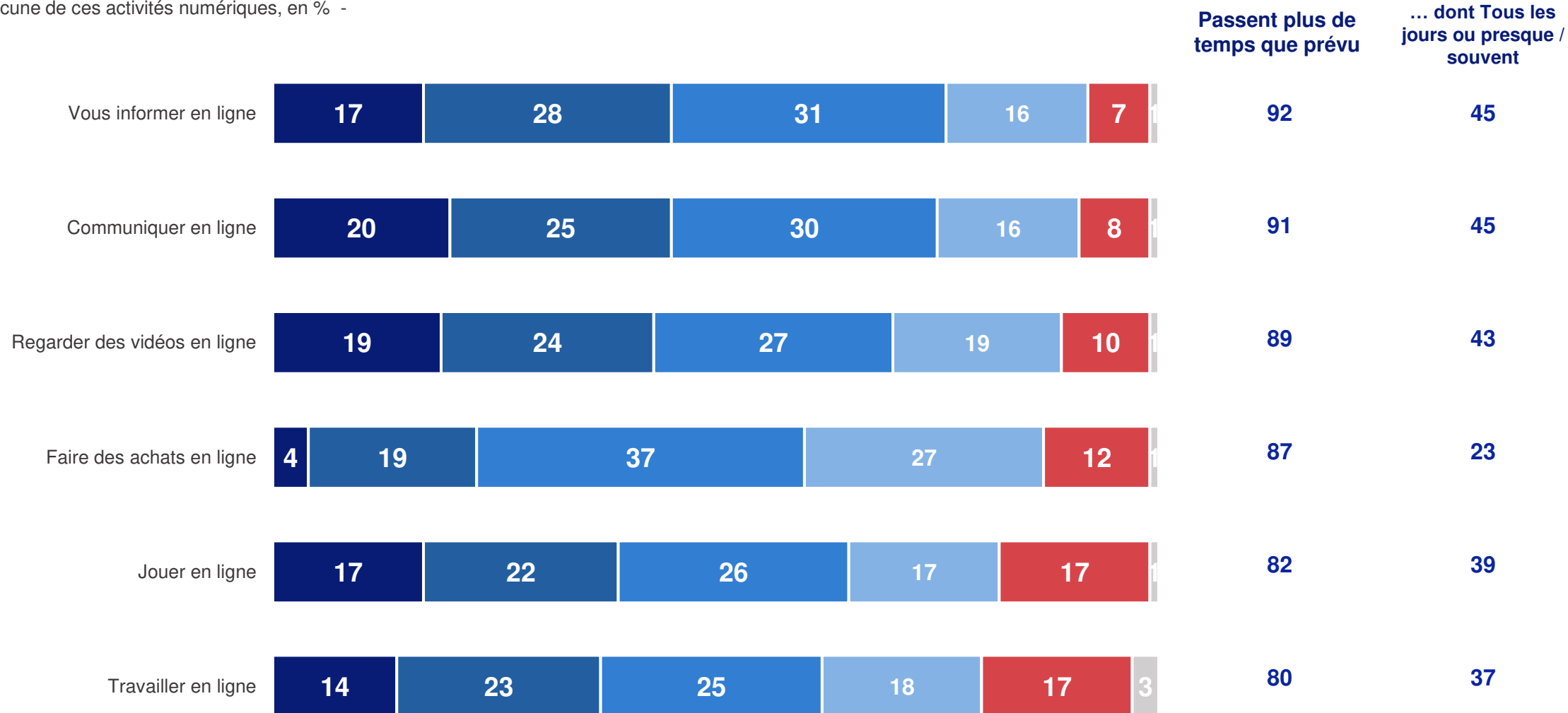
# Comportements des Français face aux activités numériques : des Français dépendants ?



## Ceux qui réalisent chacune de ces activités numériques déclarent pour la grande majorité d'entre eux passer plus de temps que prévu sur chacune de leurs activités

A quelle fréquence vous arrive-t-il de passer plus de temps que prévu sur chacune de vos activités numériques suivantes ?

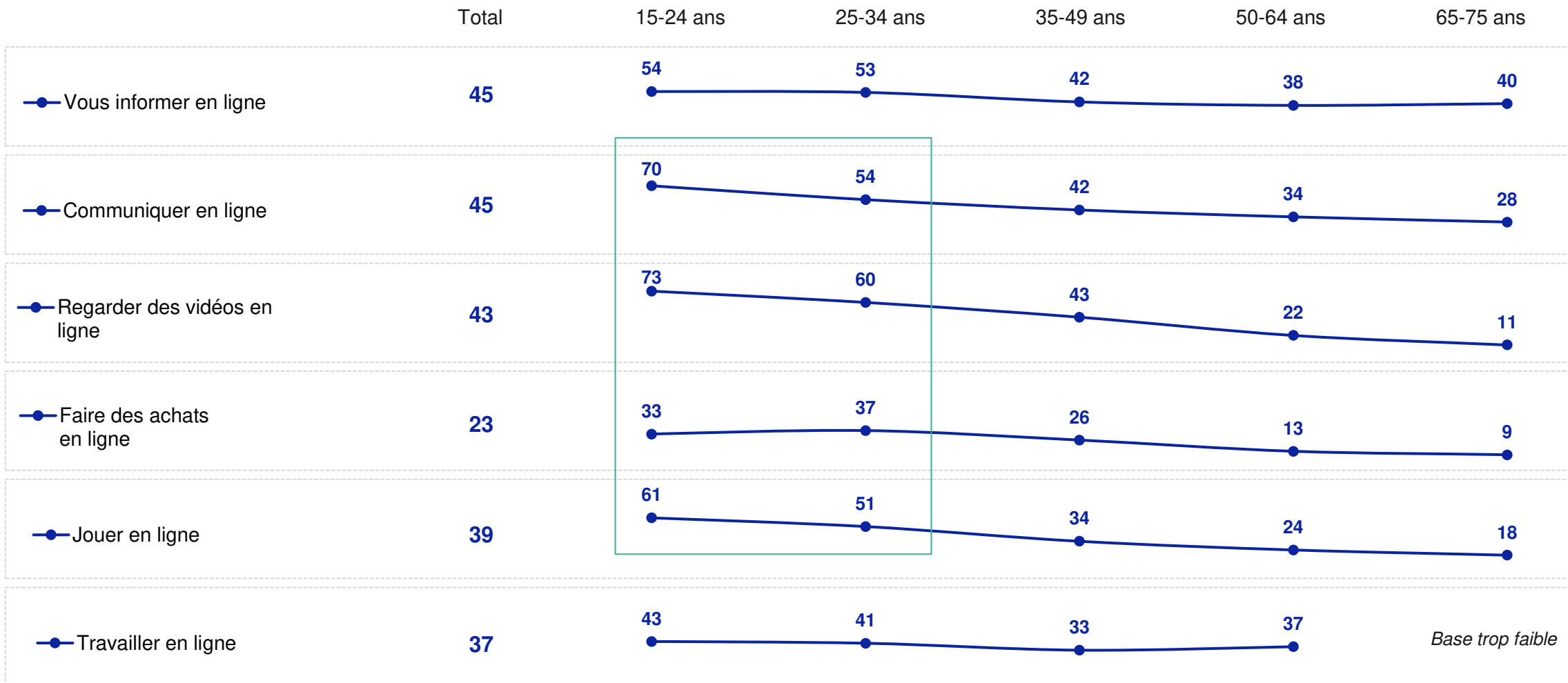
- À ceux qui réalisent chacune de ces activités numériques, en % -



## Dans le détail, ce sont les jeunes qui ont tendance à davantage passer plus de temps que prévu sur leurs activités numériques

A quelle fréquence vous arrive-t-il de passer plus de temps que prévu sur chacune de vos activités numériques suivantes ?

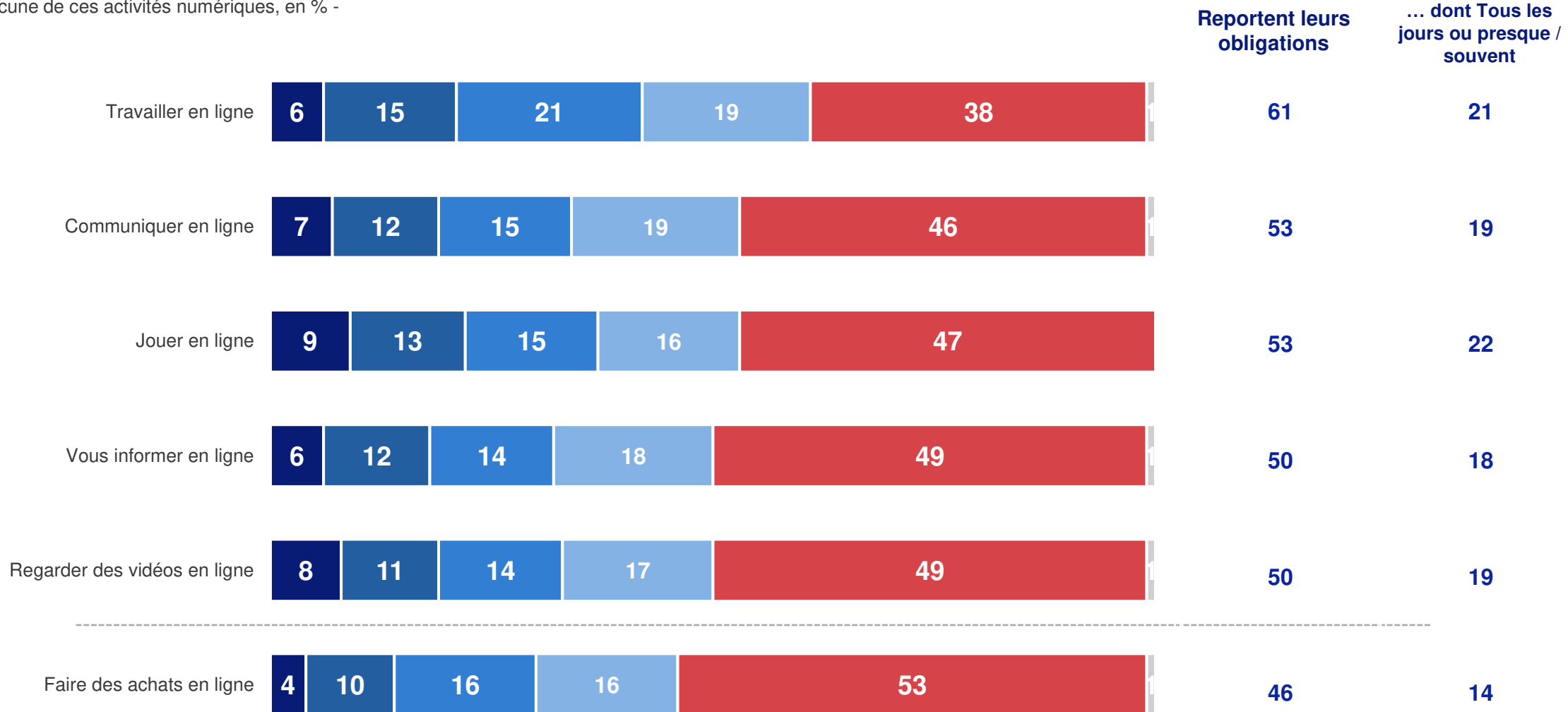
- À ceux qui réalisent chacune de ces activités numériques, en % de réponses « [Tous les jours ou presque / souvent](#) » -



## D'ailleurs une majorité des Français déclarent qu'il leur arrive de reporter des obligations professionnelles, scolaires ou privées pour réaliser chacune de leurs activités, même si l'intensité reste faible

A quelle fréquence vous arrive-t-il de reporter vos obligations professionnelles ou scolaires, ou la relation avec vos proches en raison de chacune de vos activités numériques suivantes ?

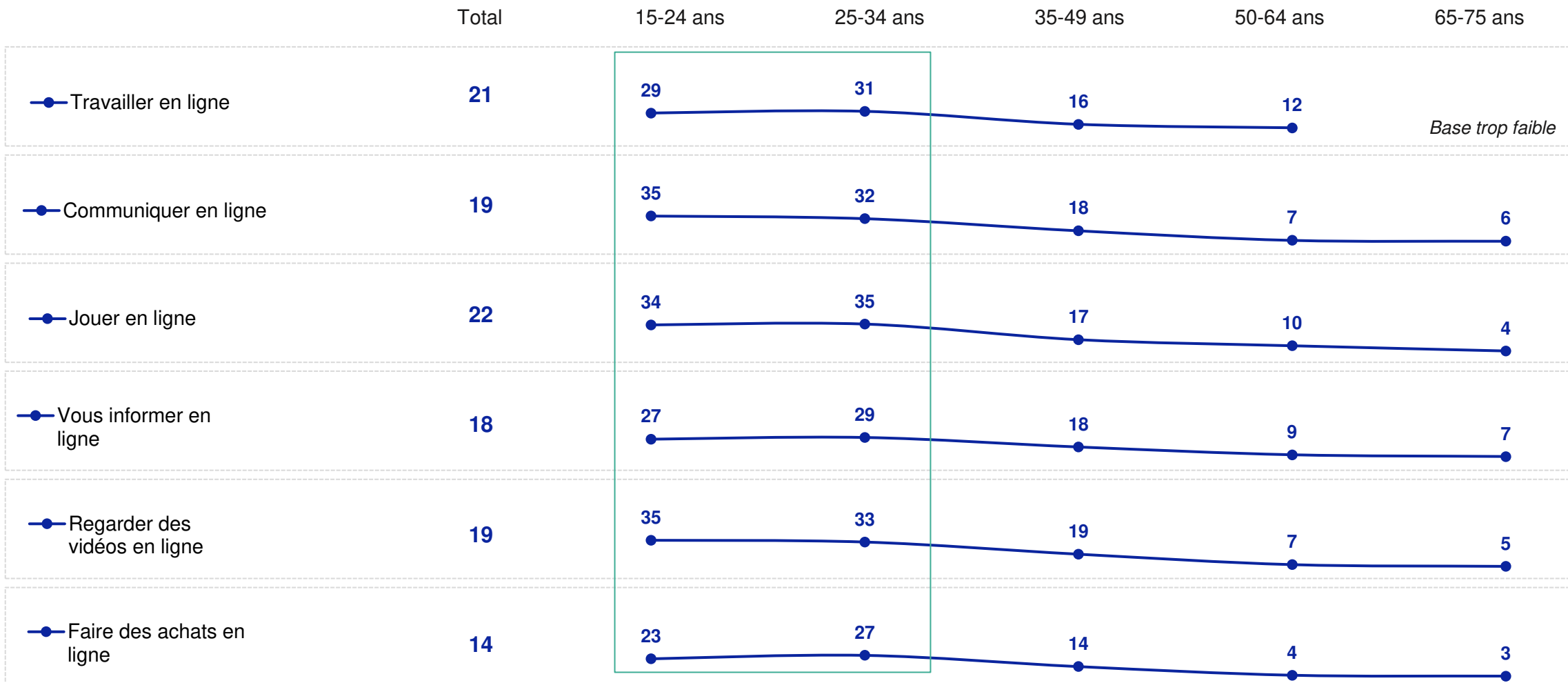
- À ceux qui réalisent chacune de ces activités numériques, en % -



# Une nouvelle fois, ce sont les jeunes qui sont les plus impactés par le report de leurs obligations professionnelles, scolaires ou privées

A quelle fréquence vous arrive-t-il de reporter vos obligations professionnelles ou scolaires, ou la relation avec vos proches en raison de chacune de vos activités numériques suivantes ?

- À ceux qui réalisent chacune de ces activités numériques, en % de réponses « [Tous les jours ou presque / souvent](#) » -

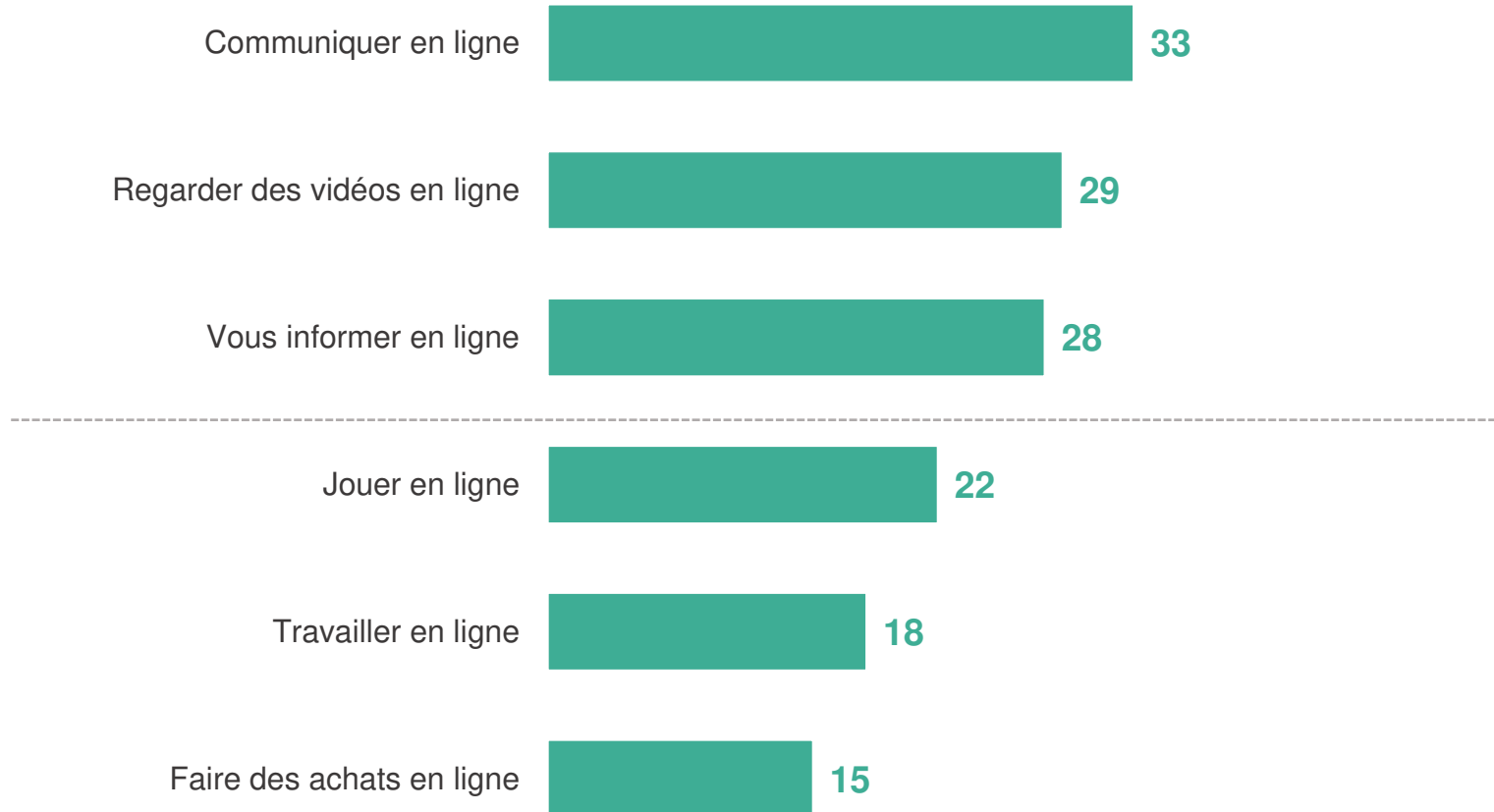




# 1/3 de ceux qui réalisent chacune de ces activités numériques déclarent continuer à communiquer en ligne au cours des repas, dans une moindre mesure, il leur arrive de regarder des vidéos et s'informer en ligne

Vous arrive-t-il de continuer chacune de vos activités numériques suivantes au cours des repas ?

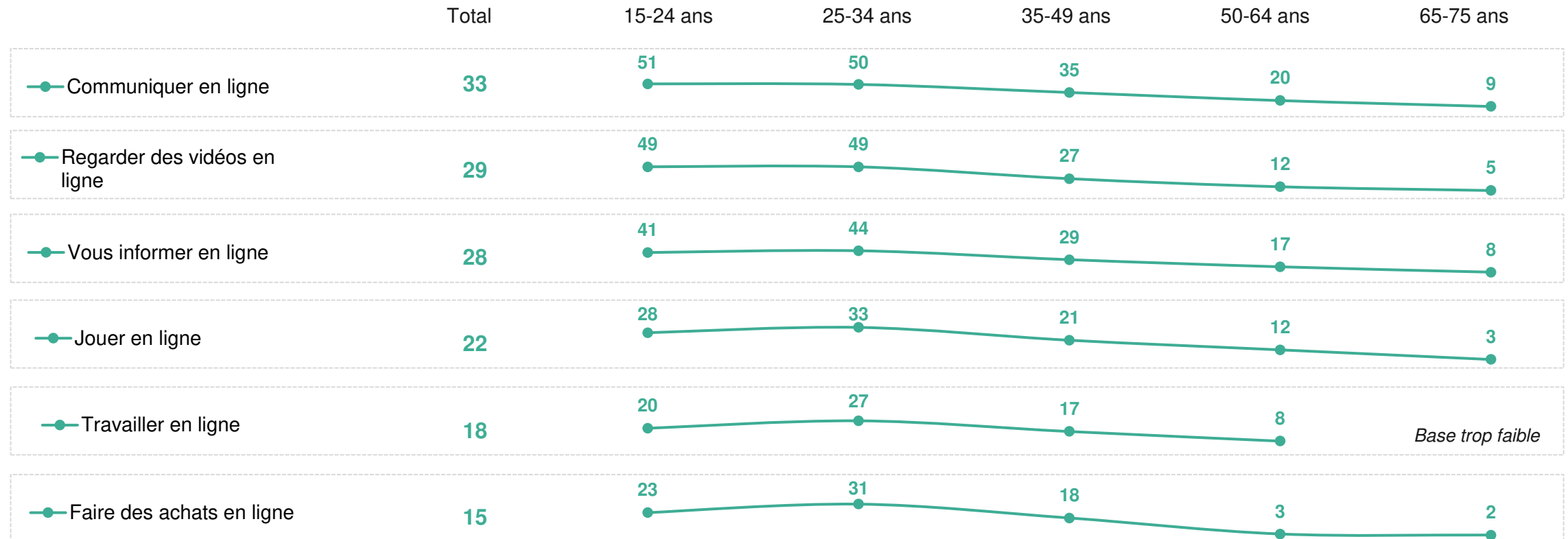
- À ceux qui réalisent chacune de ces activités numériques, en % de réponses « [Oui](#) » -



# Les jeunes ont tendance à continuer de réaliser ces activités numériques au cours des repas, davantage que leurs aînés

Vous arrive-t-il de continuer chacune de vos activités numériques suivantes au cours des repas ?

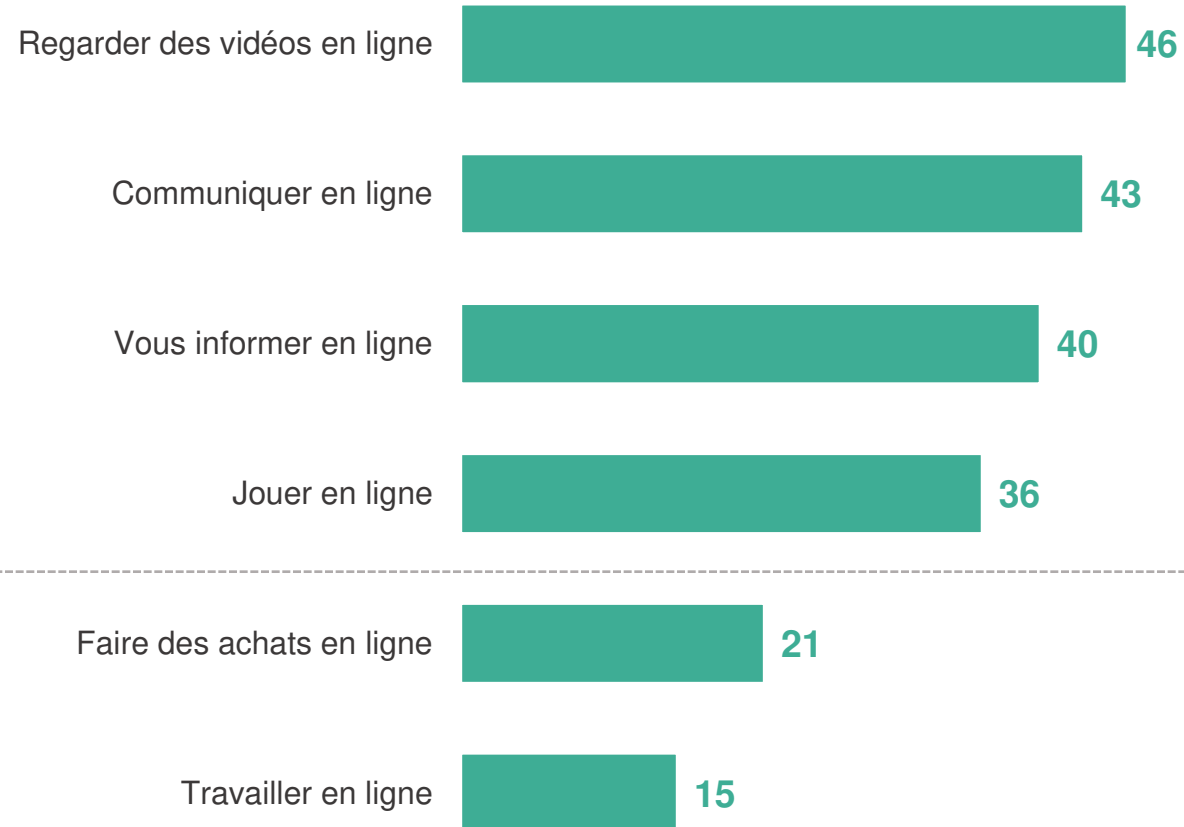
- À ceux qui réalisent chacune de ces activités numériques, en % de réponses « [Oui](#) » -



## Plus d'un tiers de ceux qui réalisent chacune de ces activités numériques déclarent continuer à regarder des vidéos, communiquer, s'informer ainsi que jouer en ligne au moment du coucher

Vous arrive-t-il de continuer chacune de vos activités numériques suivantes au moment du coucher ?

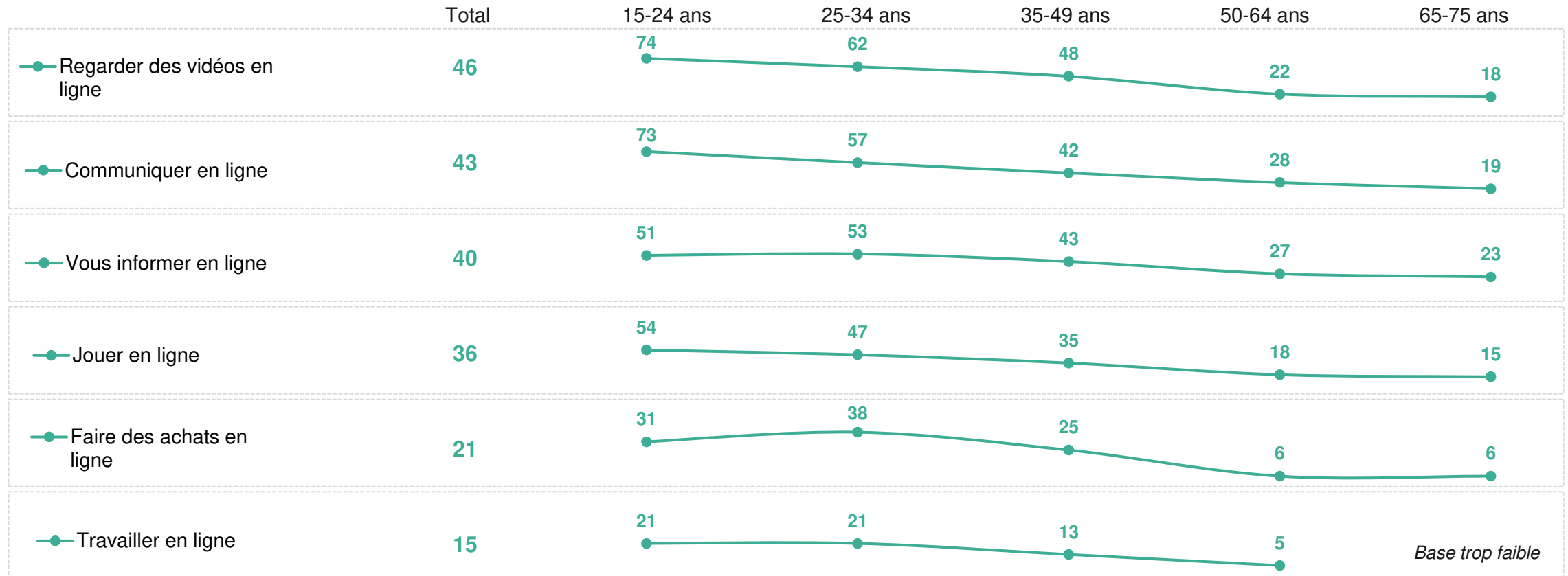
- À ceux qui réalisent chacune de ces activités numériques, en % de réponses « [Oui](#) » -



# Les jeunes ont tendance à continuer de réaliser ces activités numériques au moment du coucher, davantage que leurs aînés

Vous arrive-t-il de continuer chacune de vos activités numériques suivantes au moment du coucher ?

- À ceux qui réalisent chacune de ces activités numériques, en % de réponses « [Oui](#) » -



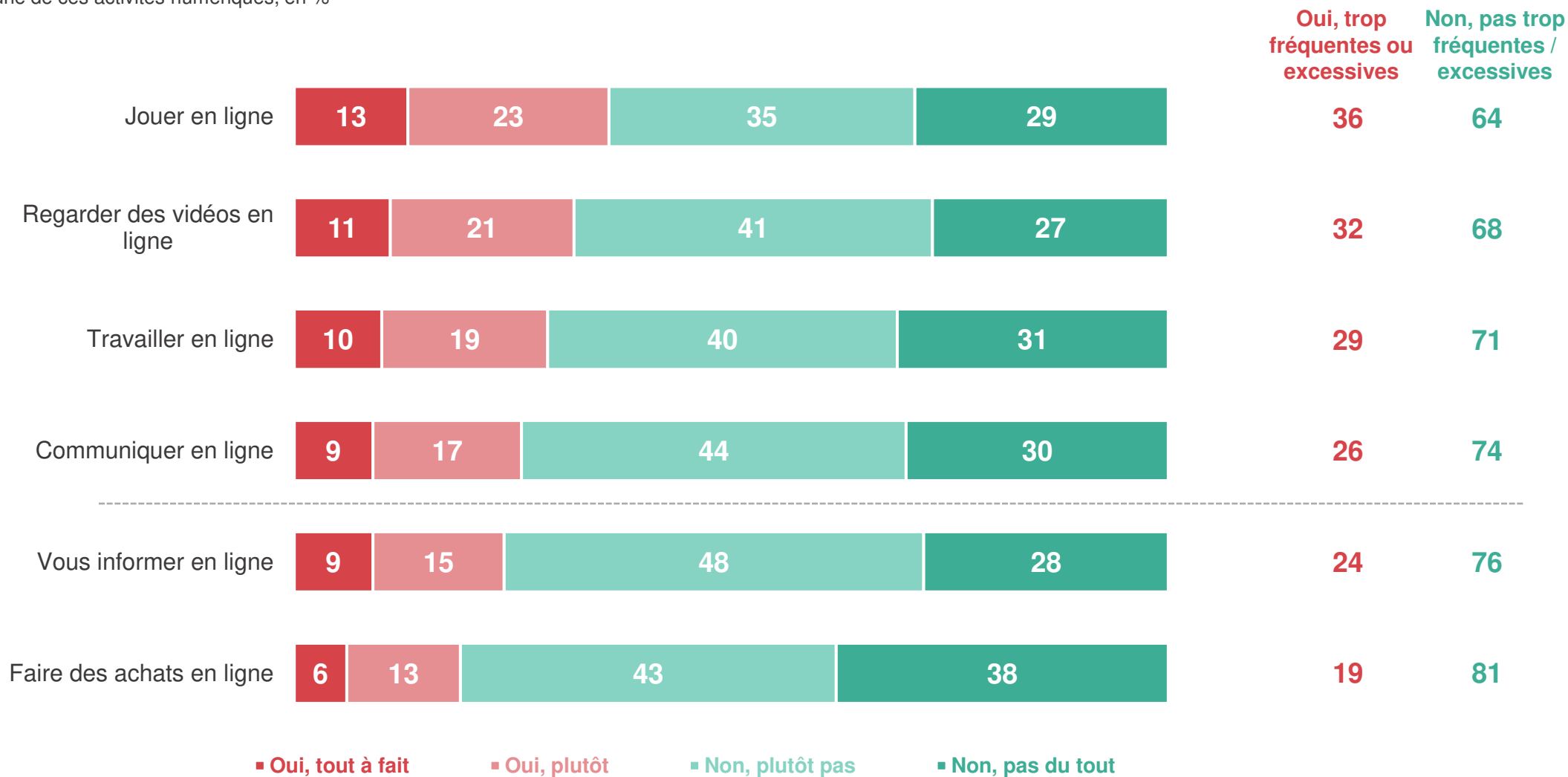
## Néanmoins, ces activités numériques sont majoritairement jugées comme ni trop fréquentes, ni trop excessives par ceux qui les réalisent

Jugez-vous que chacune de vos activités numériques suivantes sont ou non trop fréquentes ou excessives ?

- À ceux qui réalisent chacune de ces activités numériques, en % -



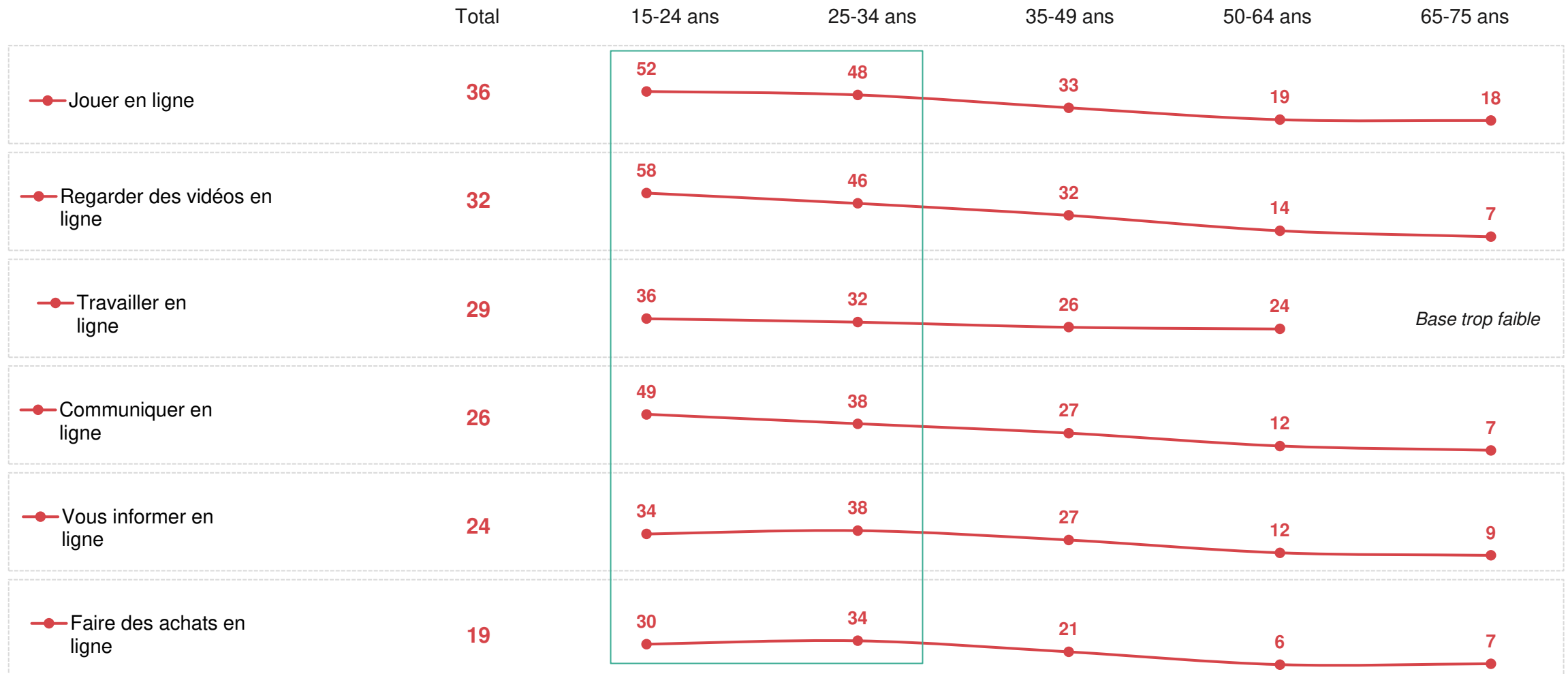
Ceux qui réalisent fréquemment chacune de ces activités jugent davantage que la moyenne que leurs activités sont trop fréquentes ou excessives.



# Les jeunes se démarquant de leurs aînés en jugeant davantage que leurs activités sont trop fréquentes ou excessives

Jugez-vous que chacune de vos activités numériques suivantes sont ou non trop fréquentes ou excessives ?

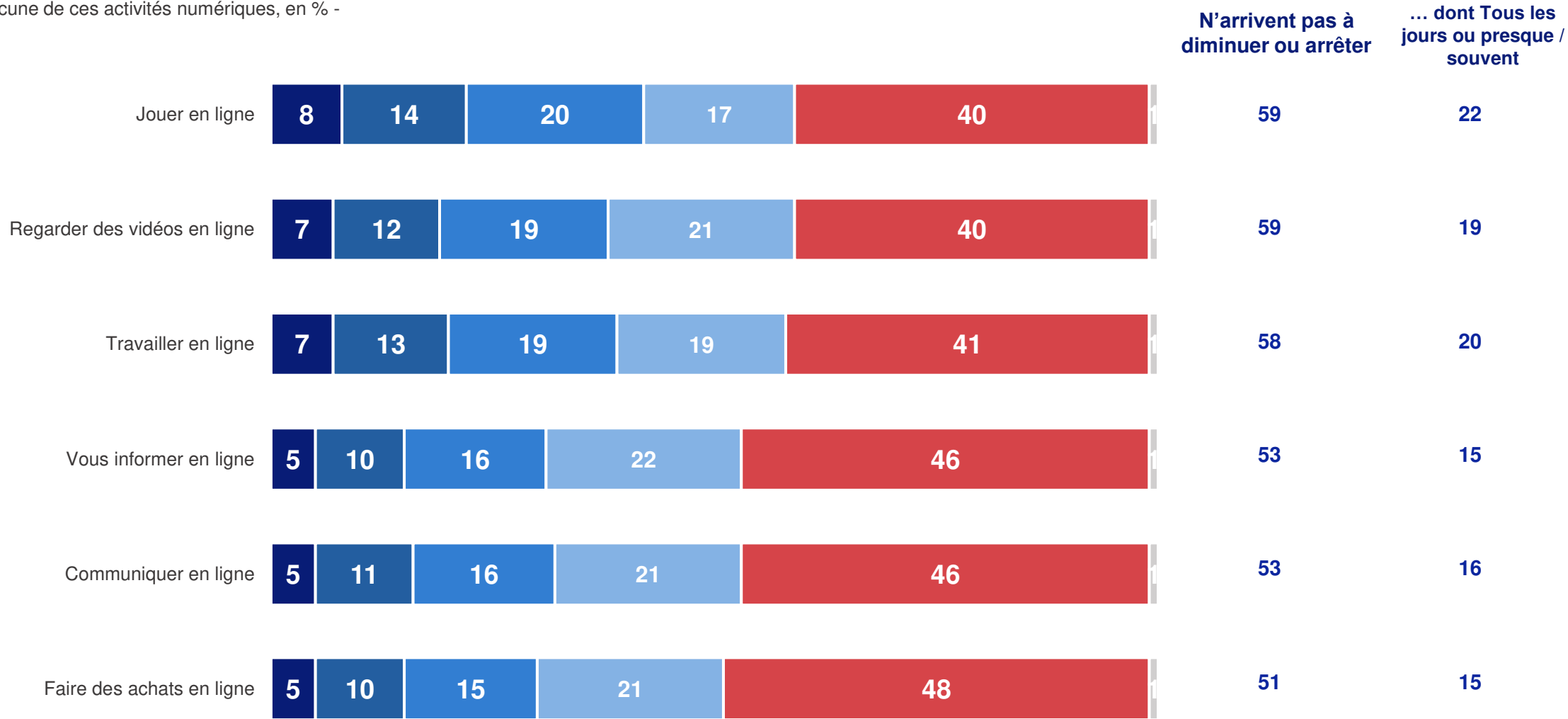
- À ceux qui réalisent chacune de ces activités numériques, en % de réponses « Oui, trop fréquentes ou excessives » -



# Une majorité de ceux qui réalisent chacune de ces activités numériques déclarent ne pas arriver à diminuer ou arrêter leurs activités numériques alors qu'ils souhaiteraient le faire

A quelle fréquence vous arrive-t-il de vouloir diminuer ou arrêter chacune de vos activités numériques suivantes sans y parvenir ?

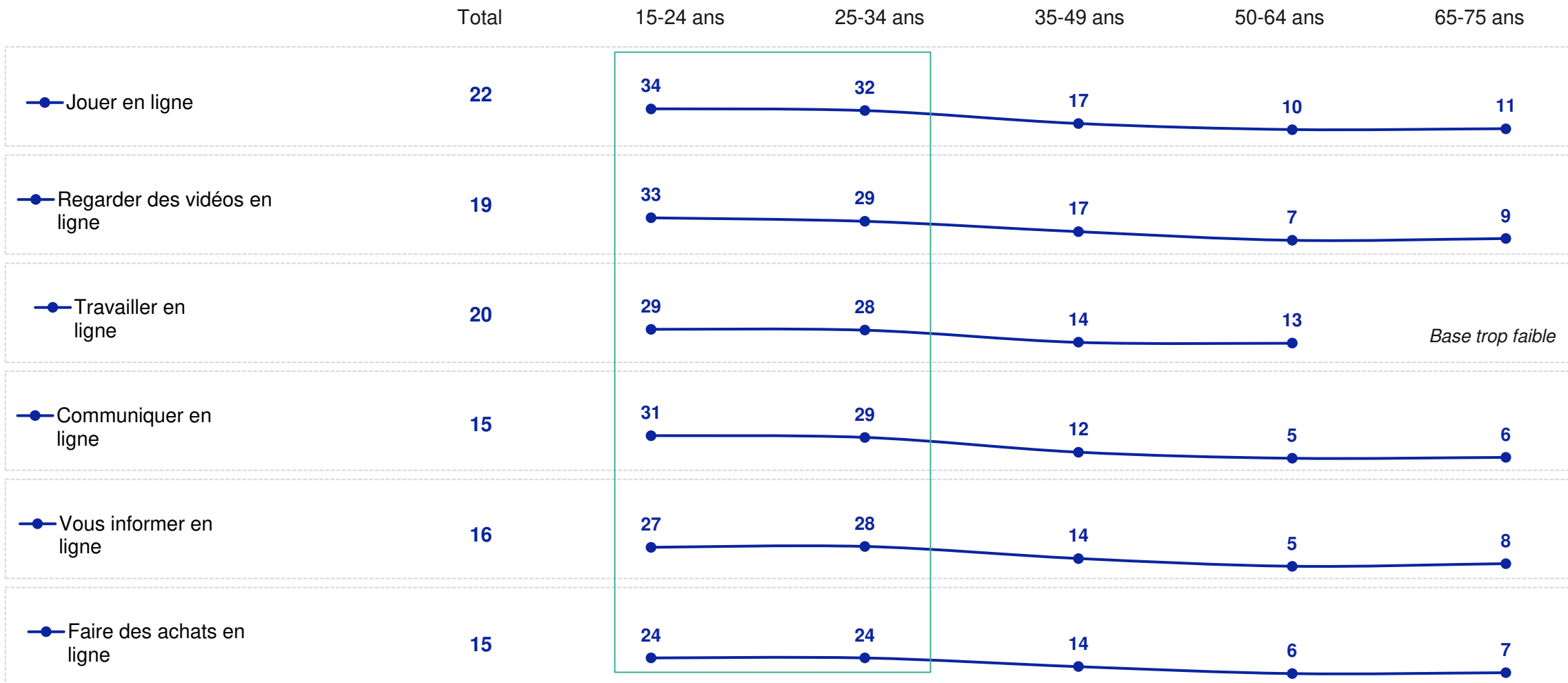
- À ceux qui réalisent chacune de ces activités numériques, en % -



# Les plus jeunes déclarent davantage que leurs aînés ne pas pouvoir diminuer ou arrêter chacune de ces activités numériques

A quelle fréquence vous arrive-t-il de vouloir diminuer ou arrêter chacune de vos activités numériques suivantes sans y parvenir ?

- À ceux qui réalisent chacune de ces activités numériques, en % de réponses « [Tous les jours ou presque / souvent](#) » -

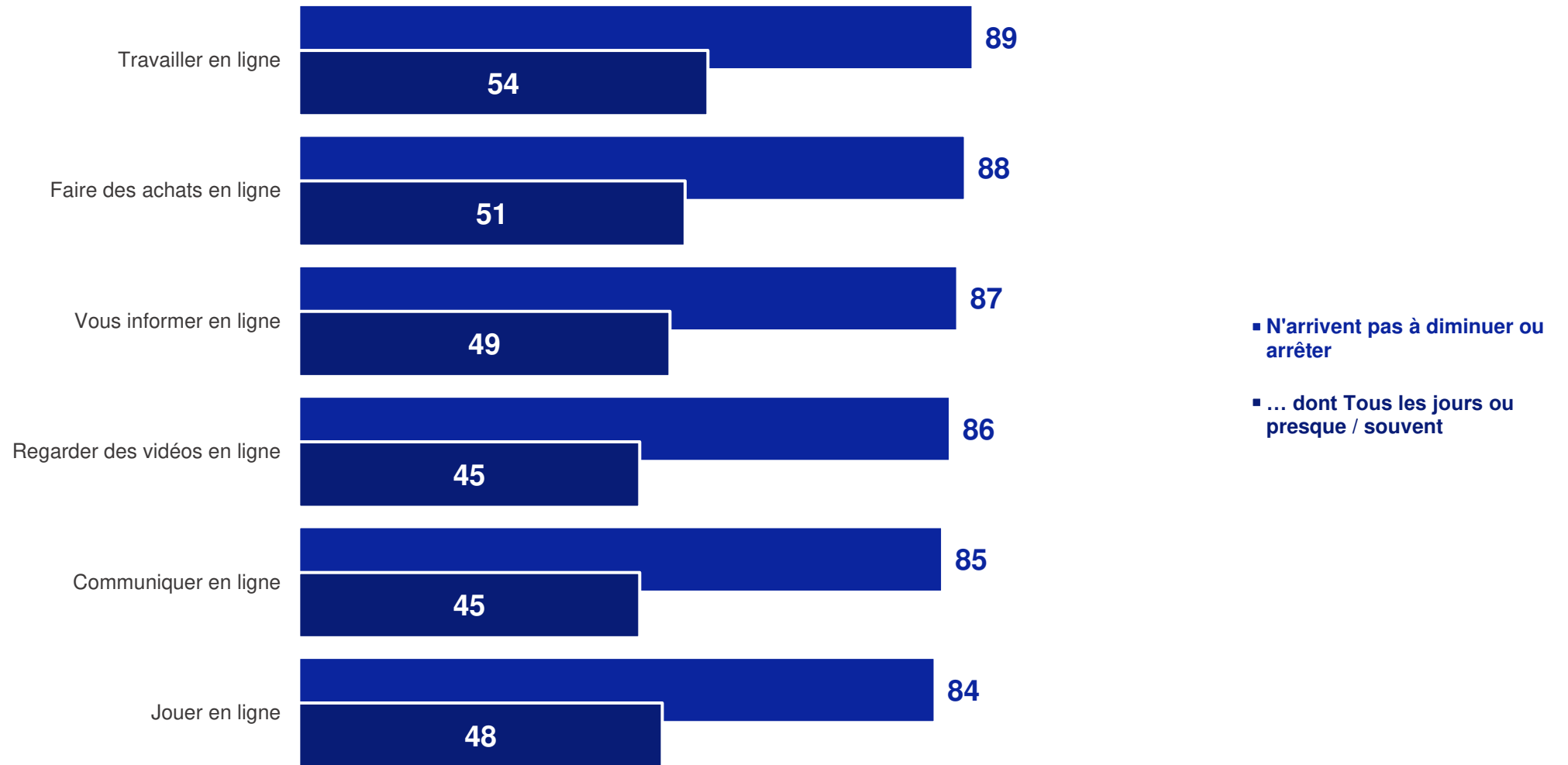




# Un comportement encore plus fort parmi ceux qui jugent leur activité comme trop fréquente ou excessive. En effet, une grande majorité d'entre eux déclarent ne pas arriver à diminuer ou arrêter ces activités numériques alors qu'ils souhaiteraient le faire

À quelle fréquence vous arrive-t-il de vouloir diminuer ou arrêter chacune de vos activités numériques suivantes sans y parvenir ?

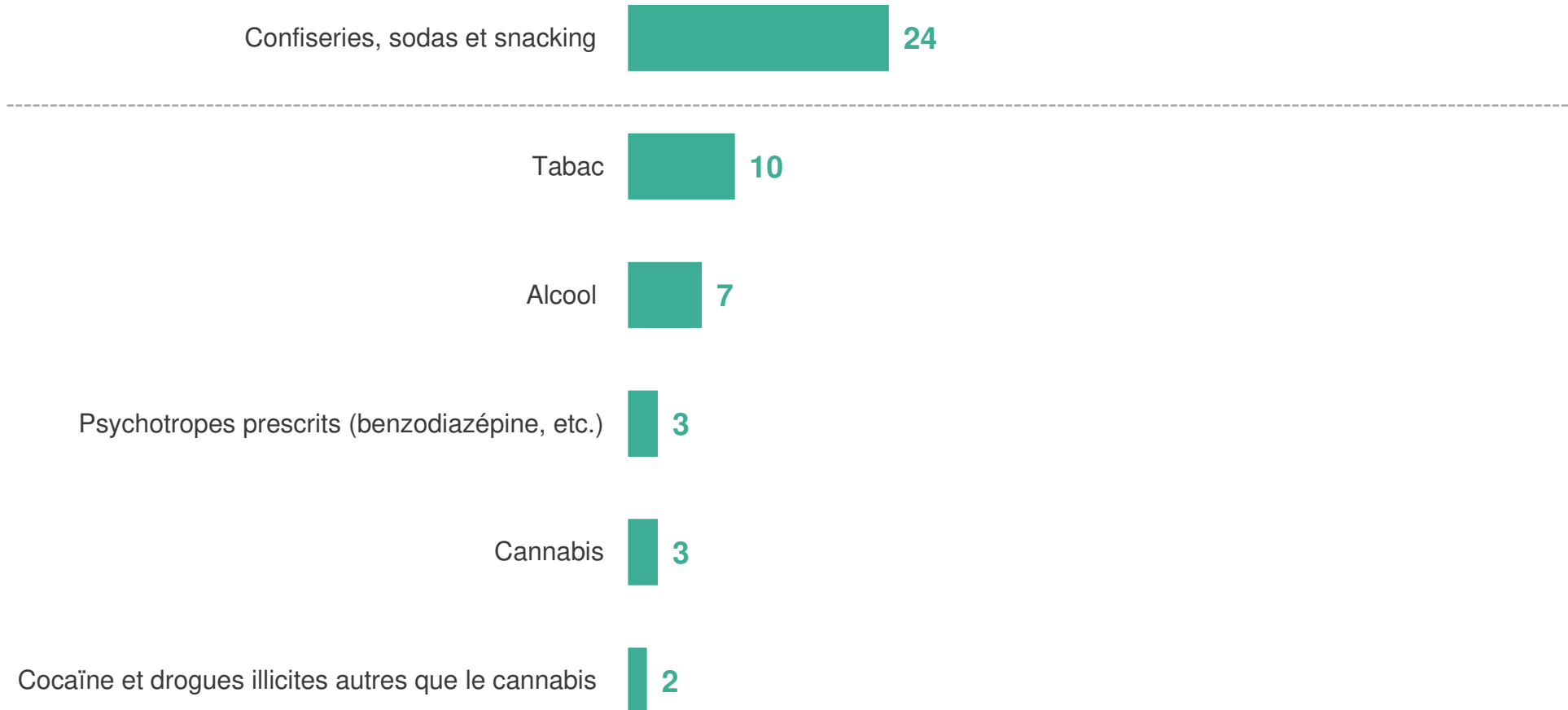
- À ceux qui réalisent chacune de ces activités numériques **et qui jugent leur activité comme trop fréquente ou excessive**, en % -



## 24% des Français estiment que les activités numériques les conduisent à consommer davantage des confiseries, sodas et snacking, dans une moindre mesure du tabac ou de l'alcool

Diriez-vous que vos activités numériques vous conduisent ou non à consommer davantage de chacun des produits suivants ?

- À tous, en % de réponses « [Oui](#) » -



## Dans le détail, les jeunes ont tendance à déclarer consommer davantage de ces produits lorsqu'ils réalisent leurs activités numériques

Diriez-vous que vos activités numériques vous conduisent ou non à consommer davantage de chacun des produits suivants ?

- À tous, en % de réponses « [Oui](#) » -

	Confiseries, sodas et snacking	Tabac	Alcool	Psychotropes prescrits (benzodiazépine, etc.)	Cannabis	Cocaïne et drogues illicites autres que le cannabis
<b>TOTAL</b>	<b>24</b>	<b>10</b>	<b>7</b>	<b>3</b>	<b>3</b>	<b>2</b>
<b>Sexe</b>						
Hommes	24	11	10	4	4	2
Femmes	23	10	4	2	2	1
<b>Âge</b>						
15-24 ans	42	12	10	3	5	2
25-34 ans	38	14	11	6	7	5
35-49 ans	26	14	8	3	2	1
50-64 ans	10	8	3	1	1	-
65-75 ans	4	2	2	1	-	-
<b>PCS</b>						
Cadres et professions libérales	25	14	10	5	4	2
Autres PCS+	26	14	10	6	4	2
PCS-	29	12	8	2	4	2
Inactifs	17	6	3	1	1	-

# Contacts

Merci de noter que toute diffusion de ces résultats doit être accompagnée des éléments techniques suivants : le **nom de l'institut**, le **nom du commanditaire** de l'étude, la **méthode d'enquête**, les **dates de réalisation** et la **taille de l'échantillon**.

---

Suivez l'actualité de Harris Interactive sur :



[www.harris-interactive.com](http://www.harris-interactive.com)



[Facebook](https://www.facebook.com/harrisinteractive)



[Twitter](https://twitter.com/harrisinteractive)



[LinkedIn](https://www.linkedin.com/company/harrisinteractive)

---

## Contact Harris Interactive en France :

- Jean-Daniel Lévy – Directeur délégué – Stratégies politiques et d'opinion – 01 44 87 60 66 – [jdlevy@harrisinteractive.fr](mailto:jdlevy@harrisinteractive.fr)
- Pierre-Hadrien Bartoli – Directeur des études politiques – 01 44 87 61 05 – [phbartoli@harrisinteractive.fr](mailto:phbartoli@harrisinteractive.fr)