

# LA RELATION DES FRANÇAIS AUX PLATEFORMES DIGITALES : QU'EN PENSENT-ILS VRAIMENT ?



Janvier 2026

**Stanislas SEVENO**

[stanislas.seveno@ipsos.com](mailto:stanislas.seveno@ipsos.com)



# LES OBJECTIFS DE L'ÉTUDE

## Comprendre les rapports qu'entretiennent les Français avec les plateformes



### 1 Evocation et usages

- Comment les plateformes s'inscrivent-elles dans les routines de vie des Français ?
- Quels rôles jouent-elles aujourd'hui pour s'informer, se divertir, se cultiver, échanger ?
- Quels usages dominants, quels réflexes, quelles dépendances installées ?

### 2 Perceptions et impacts

- Quels bénéfices concrets sont reconnus (simplicité, accès, diversité, créativité) ?
- Quels risques émergent (perte de contrôle, influence, algorithmes, désinformation, dépendance) et jusqu'où sont-ils jugés acceptables ?

### 3 Attentes et projection

- Comment les Français composent-ils avec ces plateformes malgré leurs limites ?
- Qu'attendent-ils en priorité pour l'avenir : plus de protection, plus de régulation, plus de transparence, ou plus de liberté ?
- Quelle place souhaitent-ils leur voir occuper à moyen terme dans la société ?

# RAPPEL MÉTHODOLOGIE



## MÉTHODOLOGIE

Mesure online sur Panel Ipsos.Digital



## ÉCHANTILLON

1 000 répondants



## CIBLE

Individus âgés de 18 ans et +  
représentatif de la population  
française



## QUESTIONNAIRE

### 10 minutes

Dates de terrain : du 18 au 23 décembre 2025

Un questionnaire fluide et engageant  
construit en 4 parties :

- **Image spontanée** des plateformes
- **Motivations** et **usages**
- **Rapport aux plateformes**
- **Pouvoirs perçus** et **rôle dans la société**



# SOMMAIRE

**01 Usages : Les plateformes digitales sont aujourd'hui incontournables**

**02 Perceptions : entre bénéfices et inquiétudes**

**03 Attentes : reprendre la main**

01

# USAGES : DES PLATEFORMES DEVENUES INCONTOURNABLES



## Les évocations autour des plateformes digitales avant tout incarnées par des marques fortes.



Les plateformes sont d'abord incarnées par **des géants** : 1 répondant sur 5 cite une marque.

L'imaginaire spontané **est très fonctionnel (moins idéologique qu'on pourrait l'attendre)** : internet, numérique, en ligne, applications, streaming, commerce, pratique, etc.

Les plateformes sont perçues comme **des infrastructures de la vie quotidienne.**

Les **risques émergent en arrière-plan** :  
Fakenews, méfiance, arnaques, danger,  
etc.

Quels sont les premiers mots qui vous viennent à l'esprit quand on vous parle des plateformes digitales ?

# Les plateformes au quotidien ce sont avant tout les réseaux sociaux.

... consulté les **réseaux sociaux** (Facebook, Instagram, Tik Tok, X anciennement Twitter, etc.)



... regardé des contenus sur les **plateformes payantes de vidéo à la demande** (Netflix, Prime vidéo, Disney+, etc.)



... regardé **des vidéos sur YouTube, Dailymotion, Twitch**



... regardé des vidéos sur les **plateformes des chaînes TV** (TF1+, M6+, France.tv, etc.)



... écouté de la musique ou des podcasts sur les **plateformes de streaming audio** (Deezer, Spotify, Apple Music)



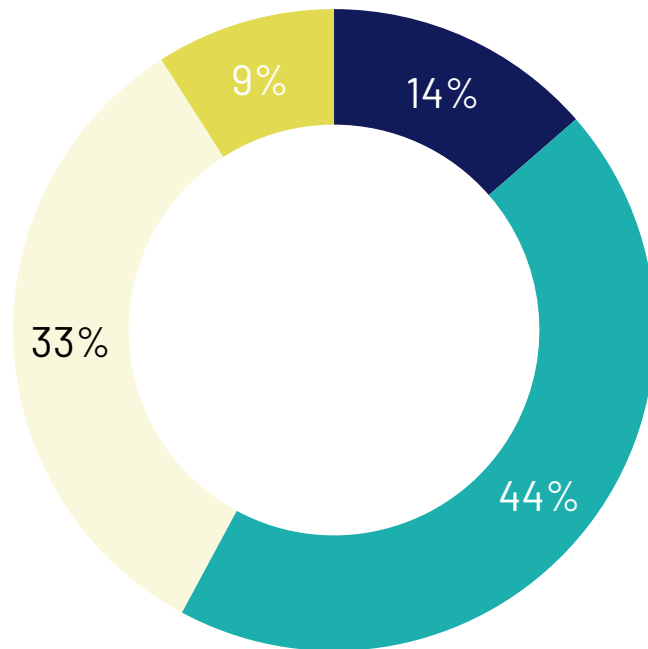
... joué à des jeux vidéo en ligne via des **plateformes ou services de gaming** (Steam, Xbox Live, PlayStation Network, etc.)



■ Tous les jours ou presque  
■ Au moins une fois par semaine

Au cours des 12 derniers mois, dites-nous à quelle fréquence avez-vous ...

# Pour une majorité de Français, les plateformes comptent au quotidien. Elles sont incontournables pour les 18-34 ans.



**58%**

des Français estiment que les plateformes occupent aujourd'hui **une place importante dans leur vie quotidienne**

- Très importante
- Assez importante
- Peu importante
- Pas importante du tout

**85%**

Des 18-34 ans



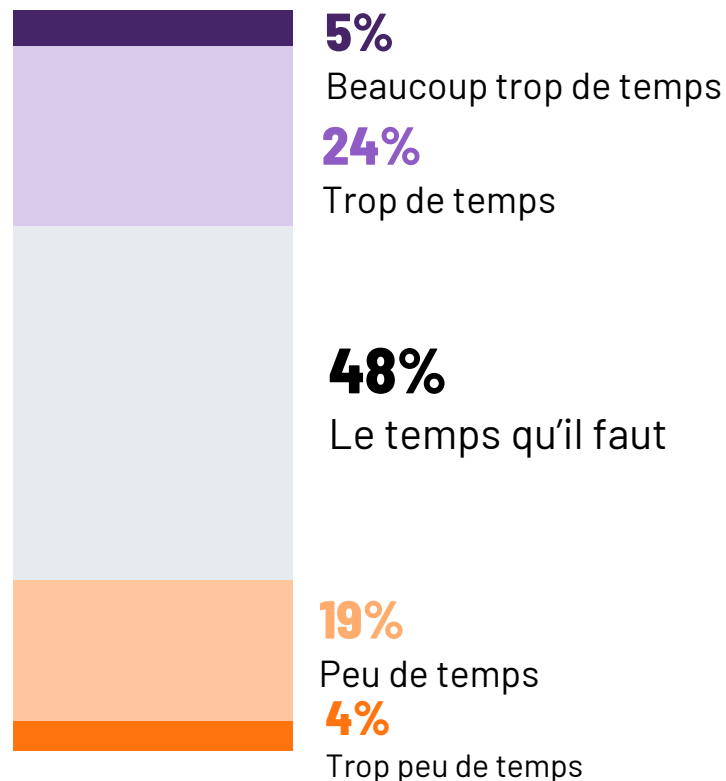
64% 35-49 ans

66% Région Parisienne

Personnellement, diriez-vous que les plateformes occupent dans votre vie une place



# Le bon dosage domine, même si un tiers estime y passer trop de temps et que le sentiment de trop-plein s'installe chez les plus jeunes.



**29%** 

des Français estiment **passer trop de temps** sur les plateformes.

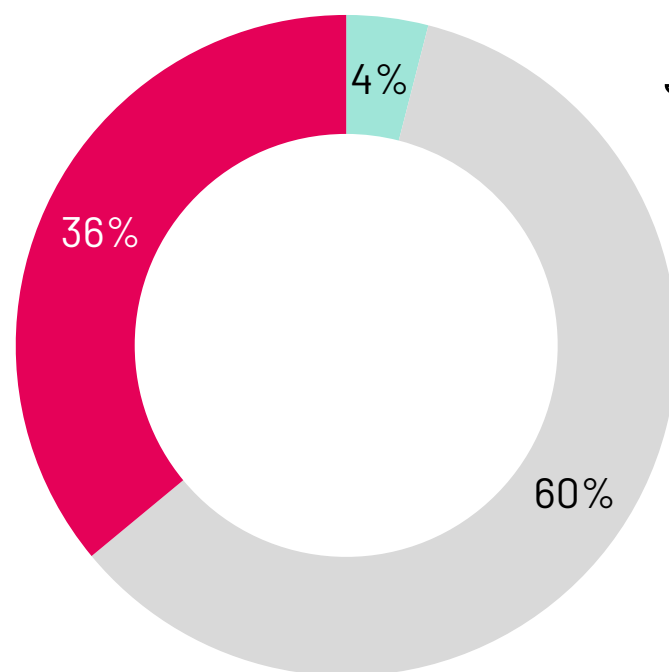


**57%**

Des 18-24 ans

Concernant le temps que vous passez sur les plateformes (réseaux sociaux, plateformes de streaming audio ou vidéo, plateformes de gaming), diriez-vous que vous y passez ...

# Une sobriété numérique souhaitée : Près de 4 Français sur 10 déclarent vouloir passer moins de temps sur les plateformes à l'avenir.



**-32**

Une dynamique souhaitée  
**à la baisse** et ce quelle que  
soit la tranche d'âge

- Plus de temps
- Autant de temps
- Moins de temps

Et à l'avenir, souhaiteriez-vous consacrer plus de temps aux plateformes, autant de temps ou moins de temps qu'aujourd'hui

# 01.2

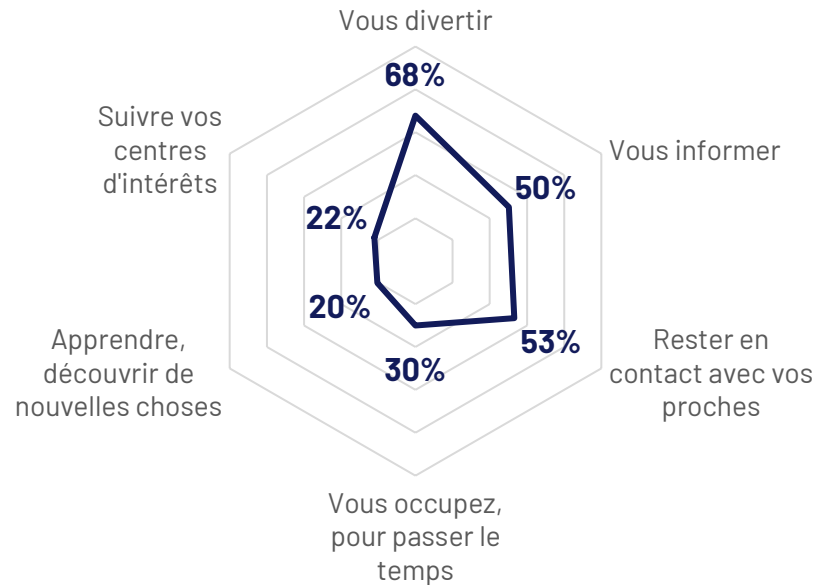
## **DES UTILISATIONS SPÉCIFIQUES DES PLATEFORMES (FOCUS RÉSEAUX SOCIAUX)**

# Les réseaux sociaux, plateformes les plus polyvalentes : divertir, informer, garder le lien.

## LES RÉSEAUX SOCIAUX

Divertir - Lien - Informer

En moy. 2,6 raisons d'utilisation



Pour quelles raisons utilisez-vous ...

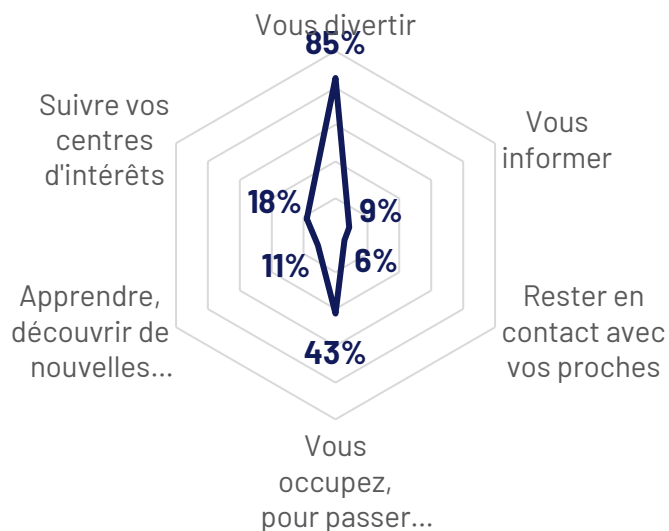




# Les plateformes vidéo : 3 logiques distinctes. SVOD divertissement pur, Plateformes TV plus éditoriales et YouTube synonyme d'exploration.

## PLATEFORMES SVOD

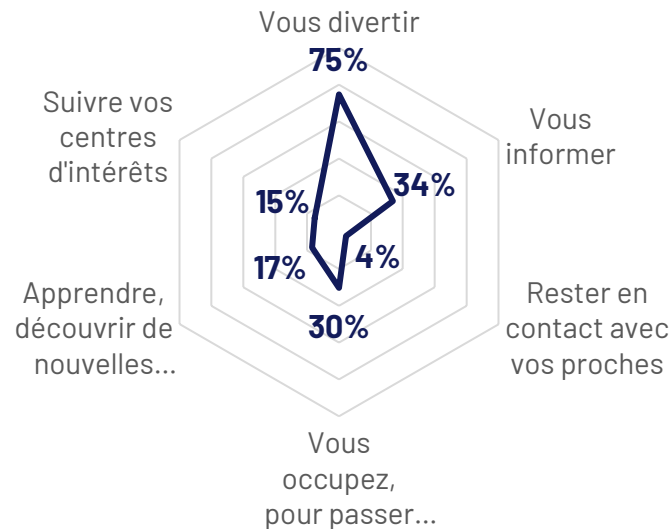
(NETFLIX, DISNEY+, PRIME VIDÉO, ...)  
En moy. **1,9** raisons d'utilisation



**Divertir - Passer le temps**

## PLATEFORMES DES CHÂÎNES TV

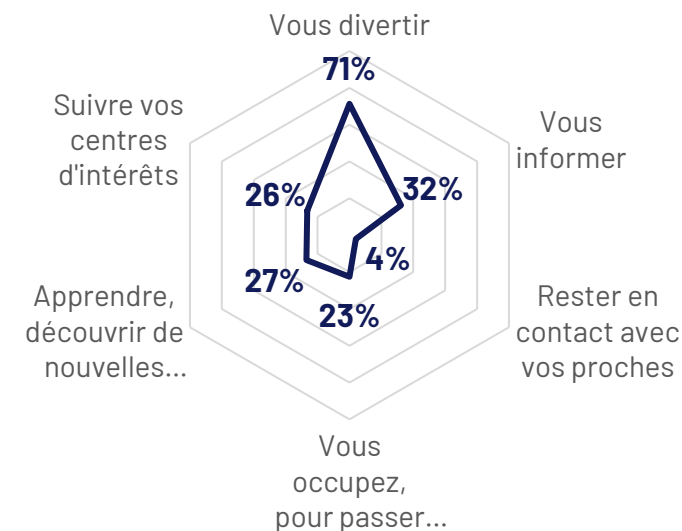
(TF1+, FRANCE.TV, M6+, ..)  
En moy. **1,9** raisons d'utilisation



**Divertir - Informer - Passer le temps**

## PLATEFORMES GRATUITES

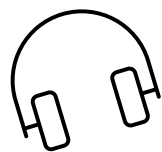
(YOUTUBE, TWITCH, DAILYMOTION)  
En moy. **2** raisons d'utilisation



**Divertir - Découvrir - Intérêt**

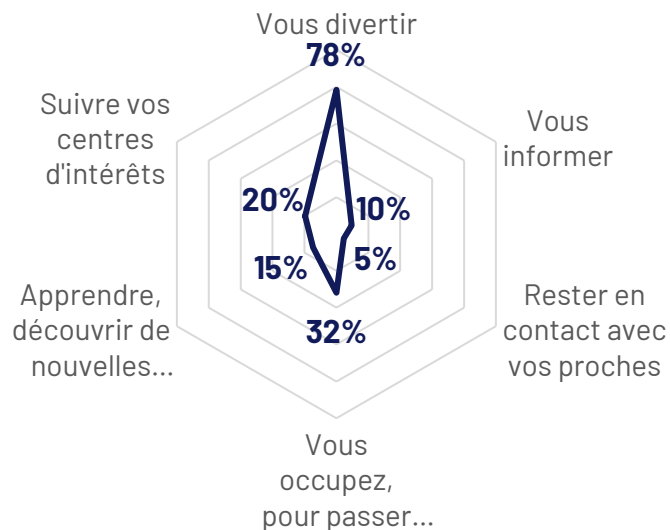
Pour quelles raisons utilisez-vous ...

# Les plateformes audio et gaming plus personnelles présentes des logiques d'accompagnement et d'immersion plus marquées.

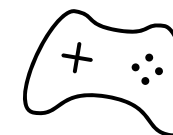


## PLATEFORMES STREAMING AUDIO

En moy. **1,8** raisons d'utilisation

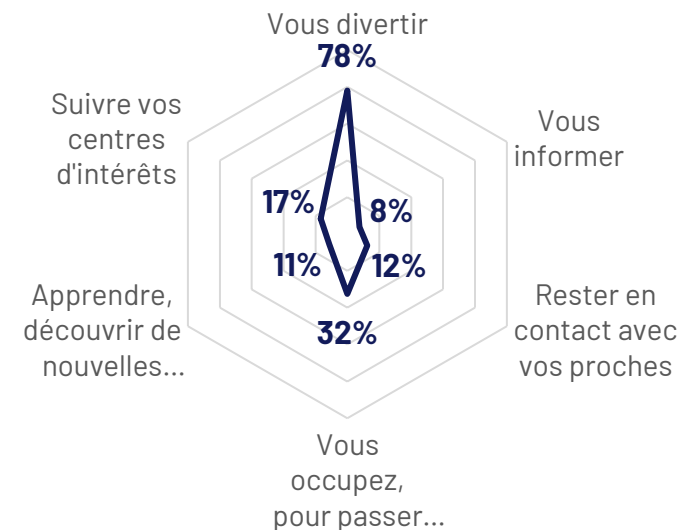


**Divertir – Accompagner – Inspirer**



## PLATEFORMES GAMING

En moy. **1,8** raisons d'utilisation



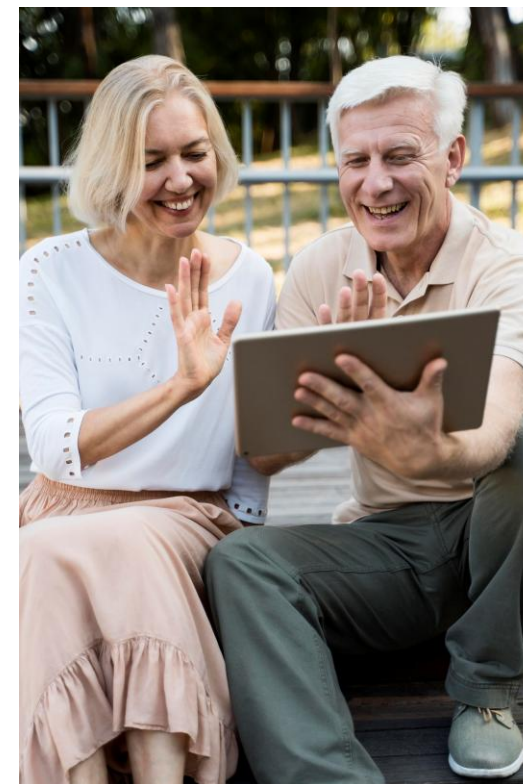
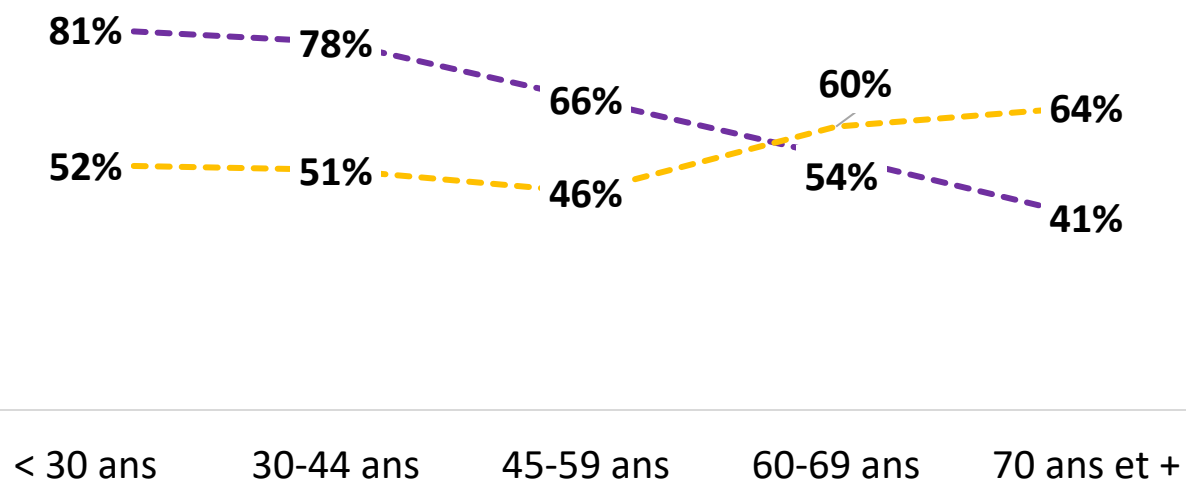
**Divertir – S'occuper – Intérêt**

Pour quelles raisons utilisez-vous ...

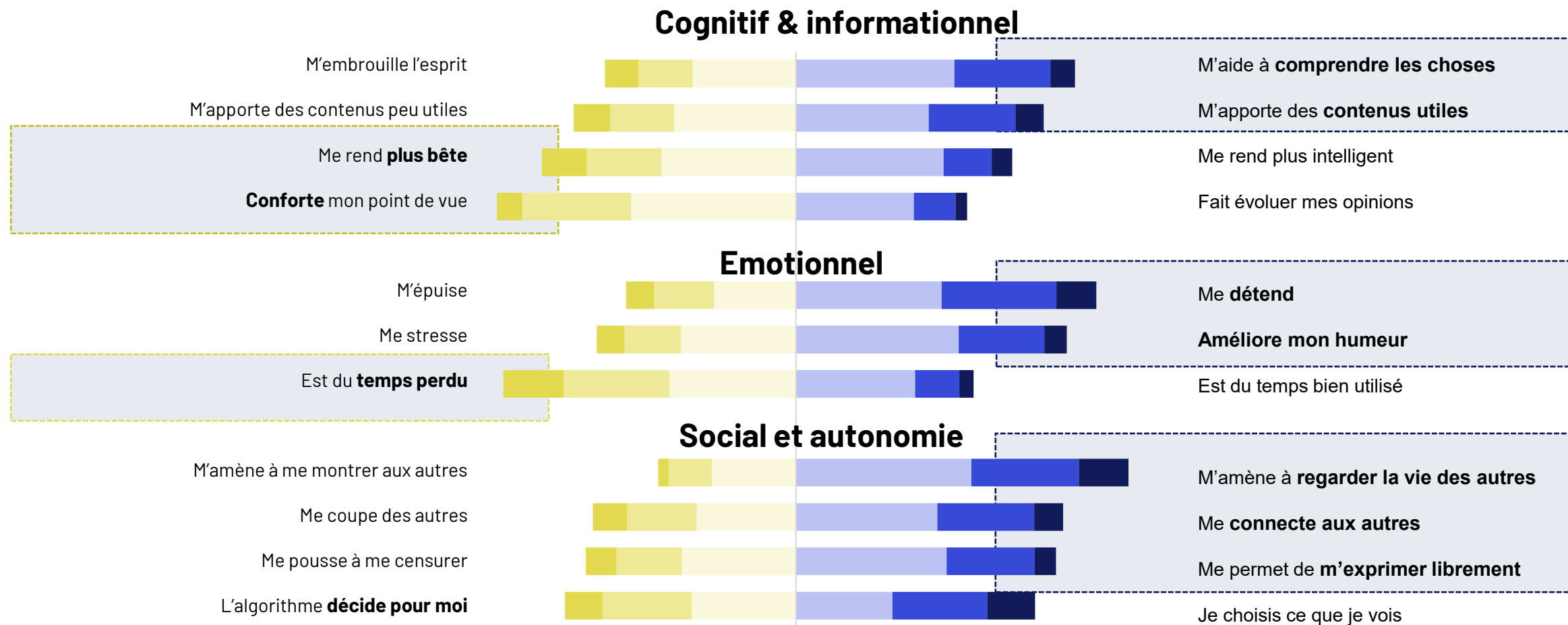
# Des différences fortes selon les générations : plus on est jeune et plus les réseaux ont pour fonction le divertissement , plus on est âgé et plus on privilégie le lien social



--- Vous divertir    --- Rester en contact avec vos proches

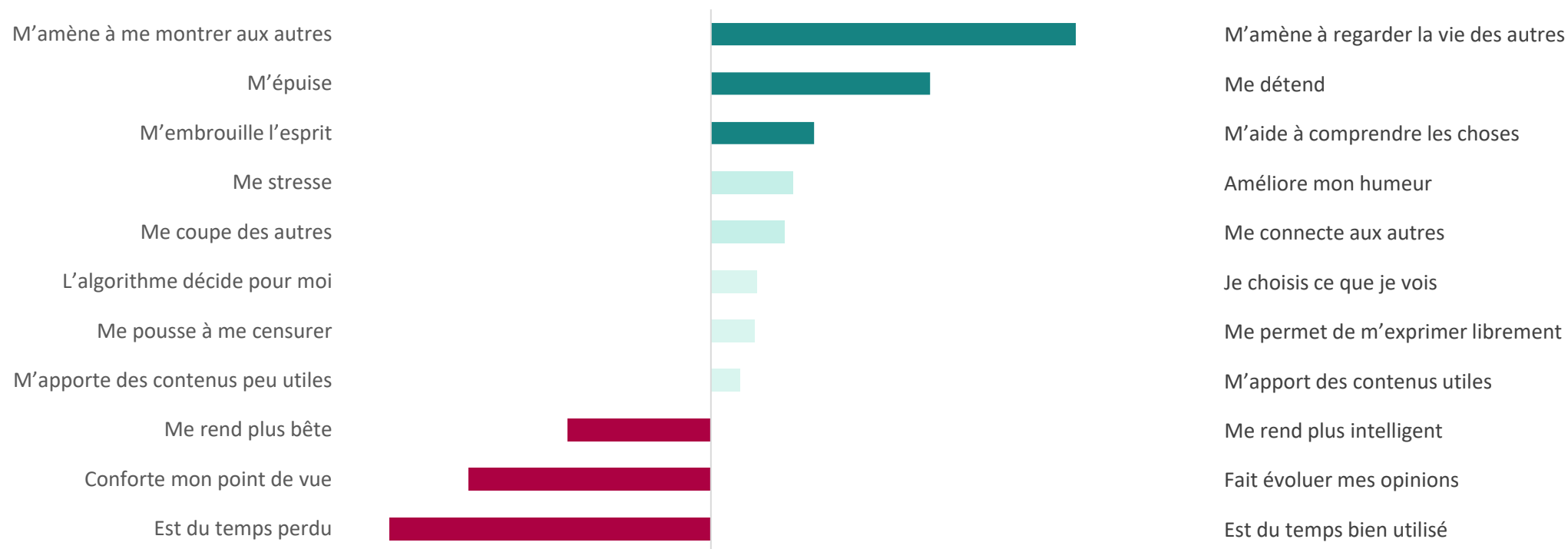


# Surtout des bénéfices perçus : des réseaux sociaux éclairants, qui mettent de bonne humeur et rapproche des autres

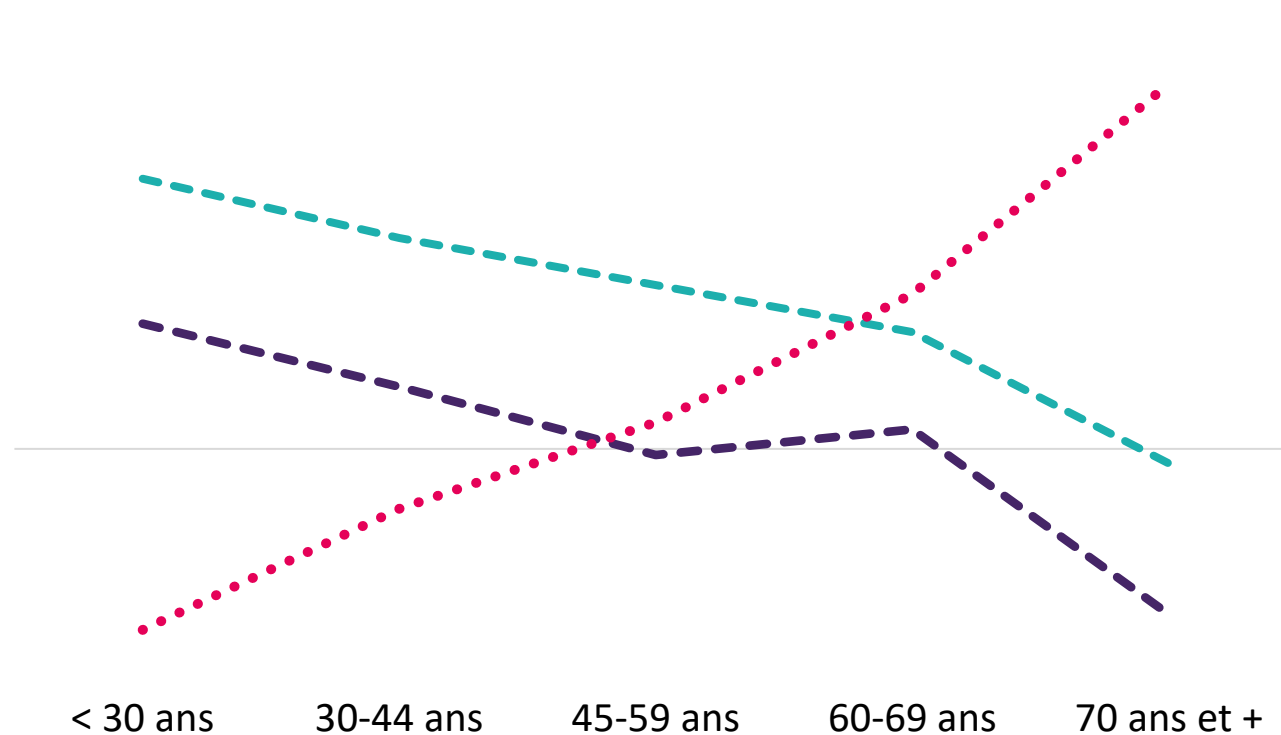




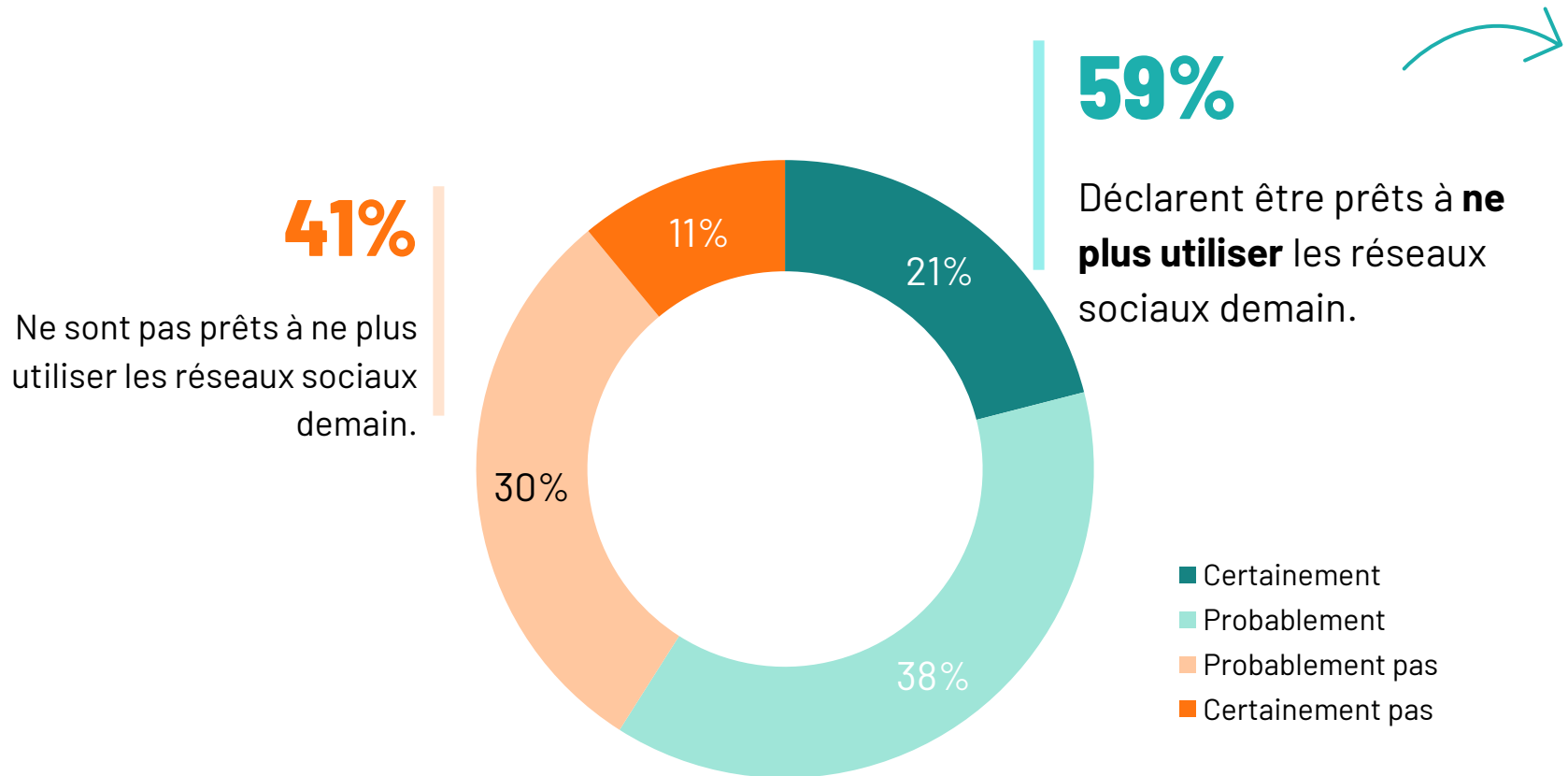
# Les plateformes ouvrent aux autres, détendent et aident parfois à comprendre ... mais sont aussi perçues comme du temps perdu, confortant les points de vue et rendant un peu plus bête.



# Et là aussi, des clivages générationnels forts



# 6 utilisateurs des réseaux sociaux sur 10 sont prêts à ne plus les utiliser demain.



Il s'agit :

- D'utilisateurs **occasionnels**
- Âgés de **plus de 50 ans**
- Même s'ils y passent aujourd'hui peu de temps, ils sont plus nombreux à trouver les réseaux sociaux **envahissants**.
- Ils sont également plus nombreux à être **inquiets** de la domination des plateformes par des **acteurs extra-européens**.

Demain, seriez-vous prêts à ne plus utiliser les réseaux sociaux ?

02

# PERCEPTIONS : ENTRE BÉNÉFICES ET INQUIÉTUDES



# Les plateformes sont largement associées à la découverte, au plaisir et à l'ouverture.

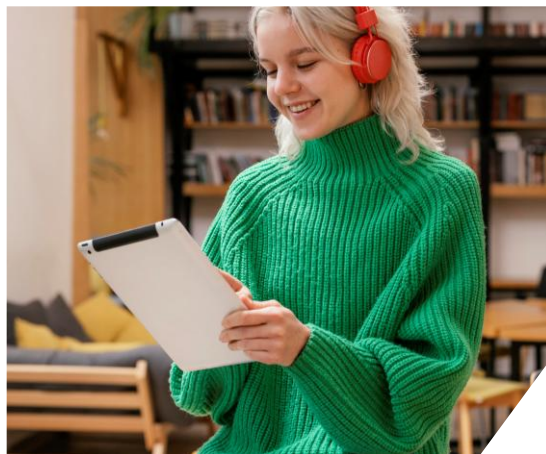
**85%**

Permettent **d'apprendre et de découvrir** de nouvelles choses



**83%**

Sont une source de **plaisir**



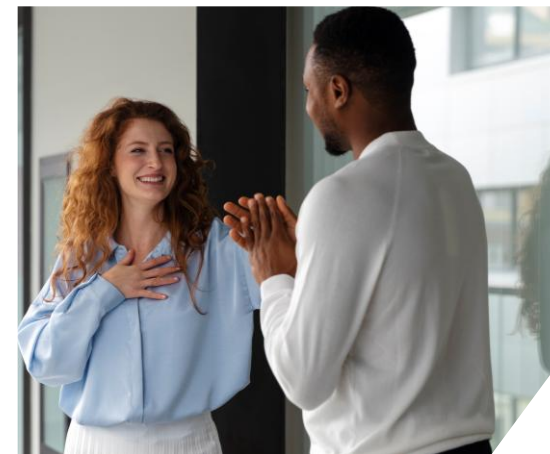
**81%**

Sont une **ouverture sur le monde**



**74%**

Constituent un **espace d'échange** avec les autres



Vous personnellement, êtes-vous tout à fait d'accord, plutôt d'accord, plutôt pas d'accord ou pas du tout d'accord avec les affirmations suivantes Pour vous-même, les plateformes ...

# Des inquiétudes fortes concernant la protection des mineurs et l'utilisation des données personnelles.

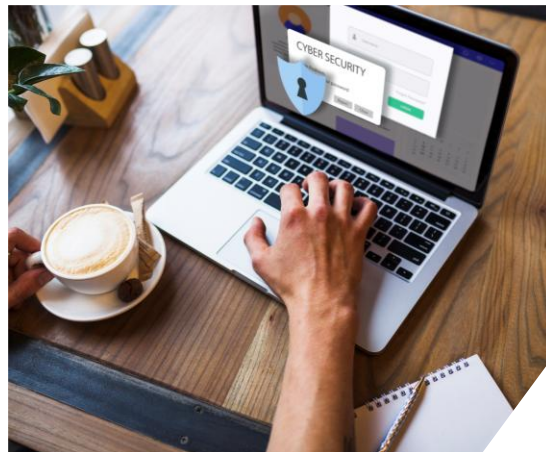
**85%**

Exposent les mineurs à des **risques graves**



**80%**

Profitent trop de vos **données personnelles**



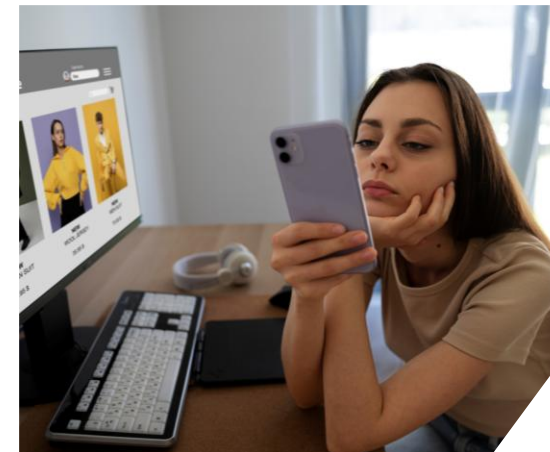
**65%**

Sont **envahissantes**



**40%**

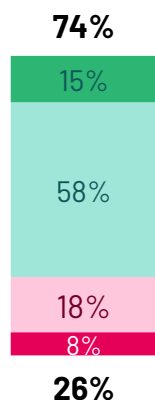
Impactent de façon négative ma **santé mentale**



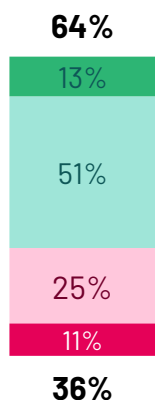
Vous personnellement, êtes-vous tout à fait d'accord, plutôt d'accord, plutôt pas d'accord ou pas du tout d'accord avec les affirmations suivantes Pour vous-même, les plateformes ...

# Les Français distinguent des impacts positifs pour les talents, la culture voire l'accès à l'information ; négatifs dès lors qu'on aborde leurs effets sur la Société.

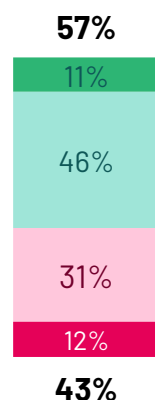
L'émergence de nouveaux talents



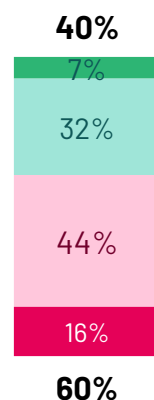
La culture



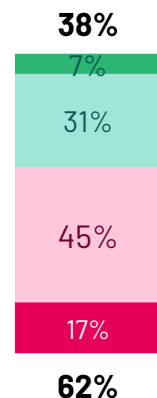
L'accès à l'information



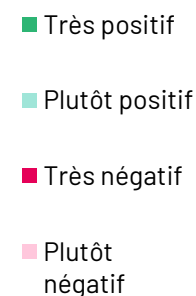
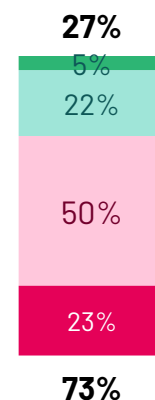
Le fonctionnement de la démocratie



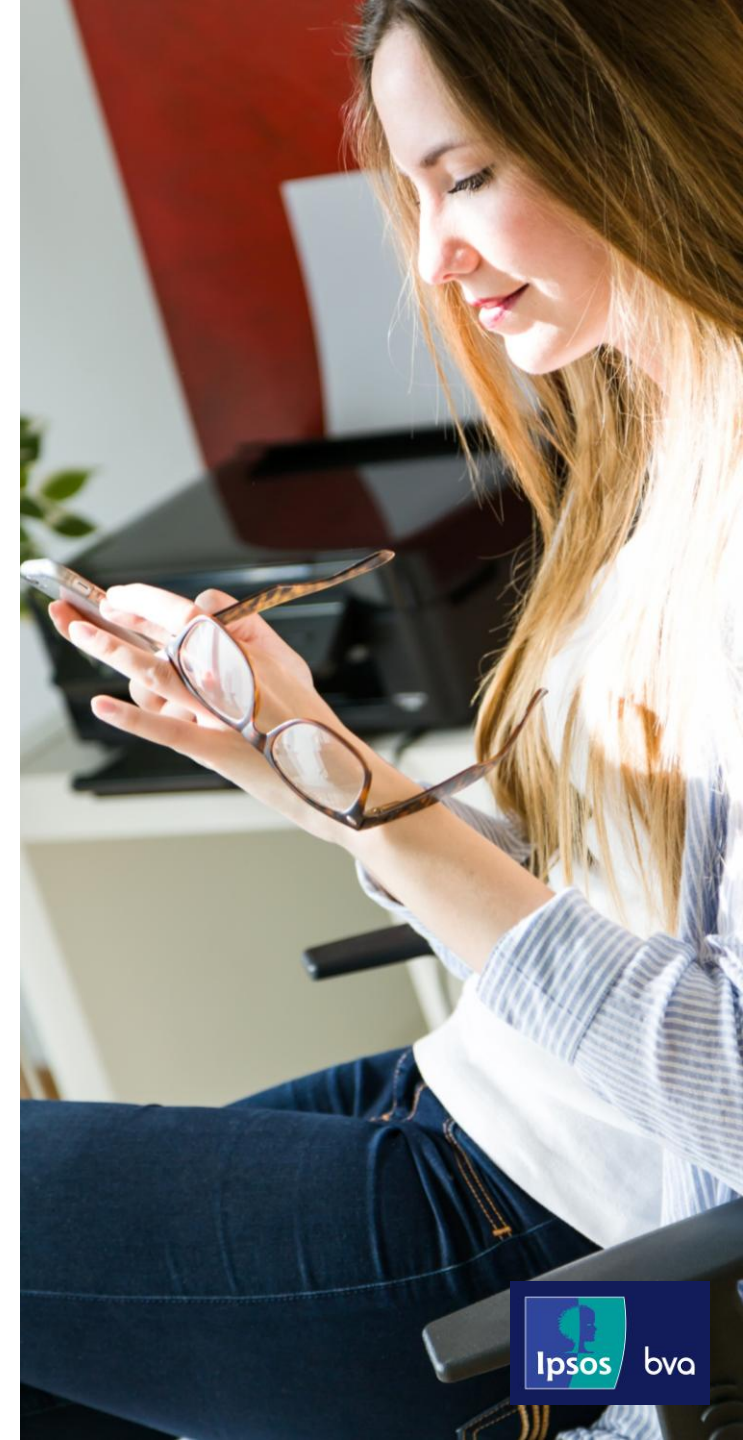
Les opinions politiques des individus



Les comportements des individus

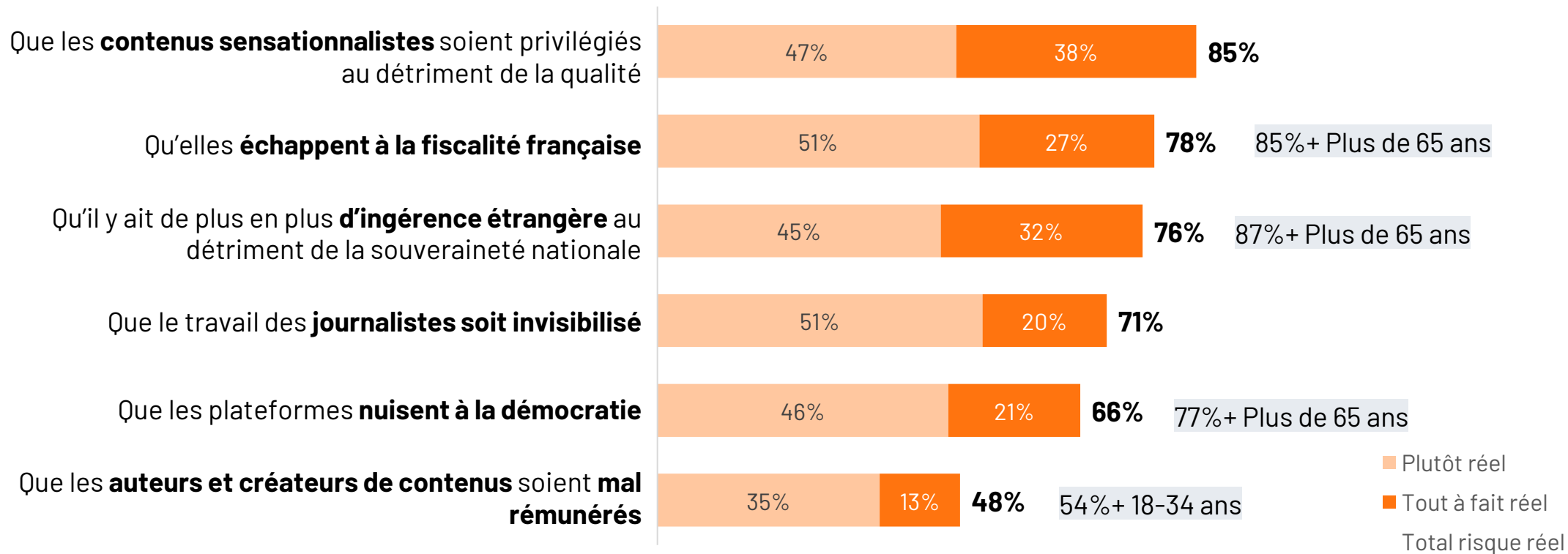


Selon vous, aujourd'hui, les plateformes (réseaux sociaux, plateformes de streaming audio ou vidéo, plateformes de gaming) ont-elles un impact très positif, plutôt positif, plutôt négatif ou très négatif sur ...





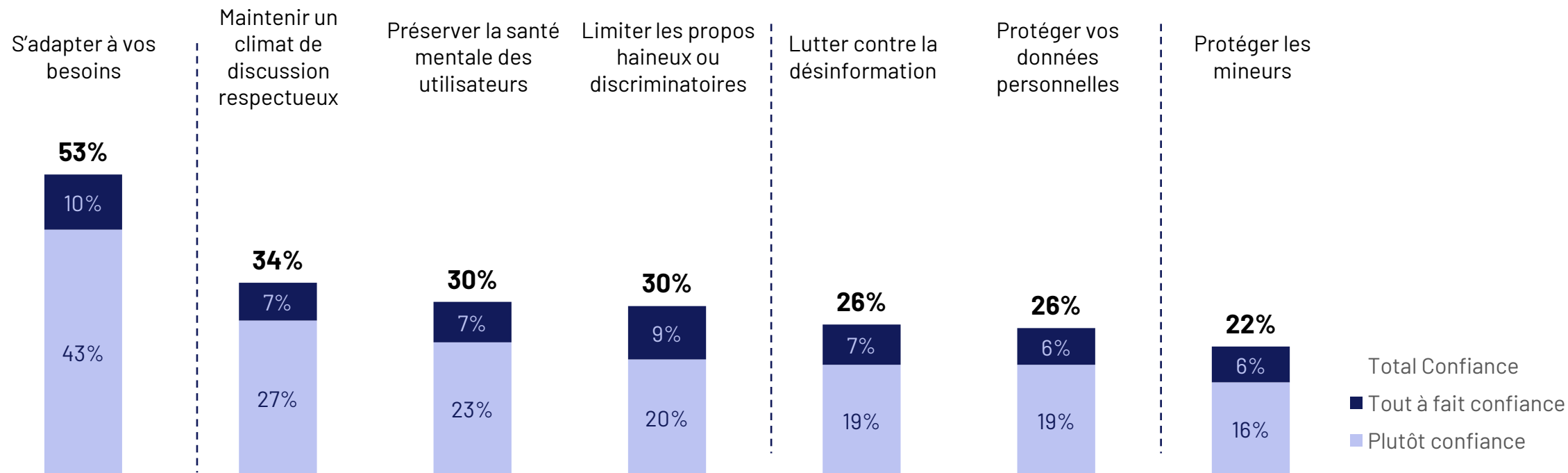
# Des risques jugés réels avant tout sur la qualité de l'information et les dimensions régaliennes (fiscalité, ingérence étrangère).



Certains estiment que les plateformes font courir un certain nombre de risques à la société ou aux utilisateurs. Pour chacun des risques suivants, dites-nous si vous considérez personnellement qu'il s'agit d'un risque réel ou non.



# Un sentiment de défiance à l'égard des plateformes largement partagé.

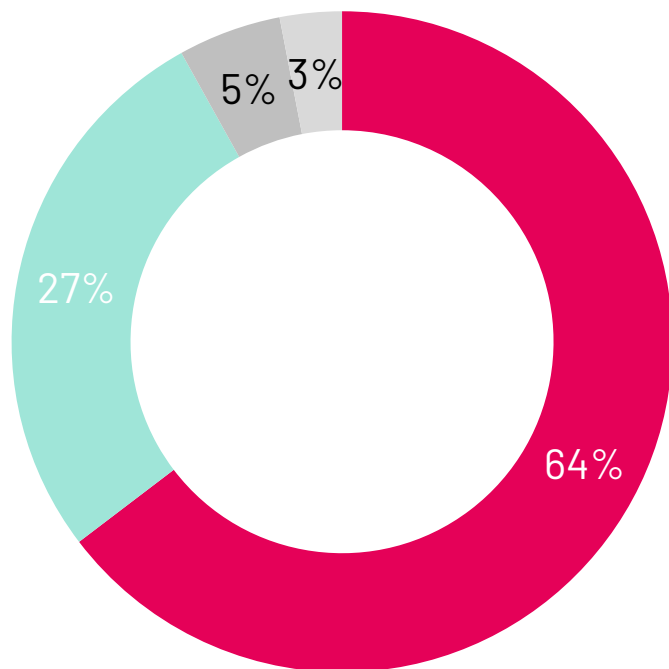


Dans quelle mesure faites-vous confiance aux plateformes (réseaux sociaux, plateformes de streaming audio ou vidéo, plateformes de gaming) pour...

# 03

## **ATTENTES : REPRENDRE LA MAIN RÉGULATION, SOUVERAINETÉ**

# Face aux risques perçus, la régulation des plateformes s'impose comme une évidence pour les Français.



**91%**

Des Français estiment la **régulation des plateformes digitales importante voire indispensable.**

- Indispensable
- Importante mais pas indispensable
- Peu nécessaire
- Pas nécessaire du tout

Selon vous, la régulation des plateformes est aujourd'hui...

# Pour une large majorité, mieux vaut contrôler les plateformes au risque même de la censure.

Il faut **laisser évoluer librement** les plateformes **au risque des dérives** (haine, violence, manipulation...)



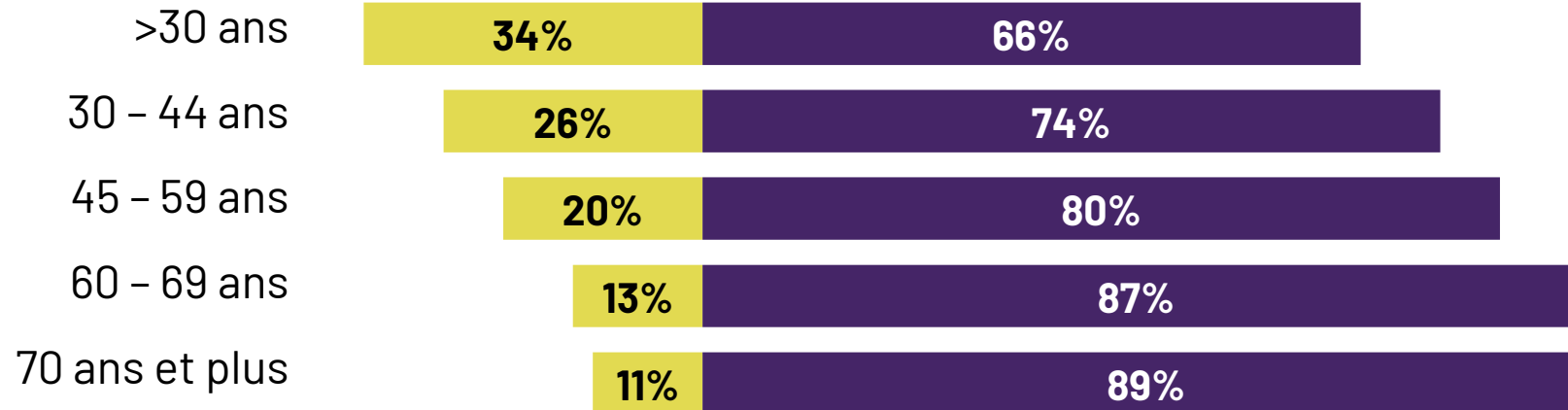
Il faut **contrôler** les plateformes digitales **pour lutter contre les abus** (haine, violence, manipulation) **au risque de la censure**

Dites-nous ce qui vous paraît préférable entre les 2 propositions ci-dessous. Sur une échelle de 1 à 6 : 1 signifiant : Il faut contrôler les plateformes digitales pour lutter contre les abus (haine, violence, manipulation) au risque de la censure 6 signifiant : Il faut laisser évoluer librement les plateformes digitales, au risque des dérives (haine, violence, manipulation...)

# Des attentes de contrôle même auprès des plus jeunes.

Il faut **laisser évoluer librement** les plateformes **au risque des dérives** (haine, violence, manipulation...)

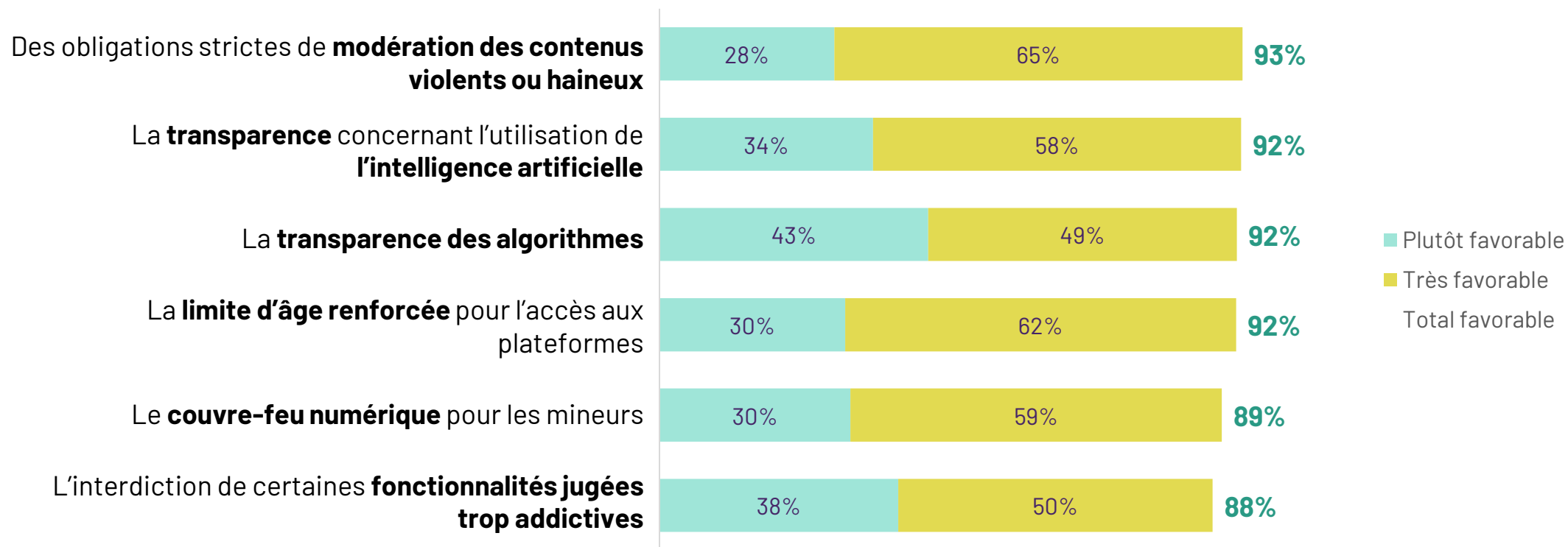
Il faut **contrôler** les plateformes digitales **pour lutter contre les abus** (haine, violence, manipulation) **au risque de la censure**



Dites-nous ce qui vous paraît préférable entre les 2 propositions ci-dessous. Sur une échelle de 1 à 6 : 1 signifiant : Il faut contrôler les plateformes digitales pour lutter contre les abus (haine, violence, manipulation) au risque de la censure 6 signifiant : Il faut laisser évoluer librement les plateformes digitales, au risque des dérives (haine, violence, manipulation...)



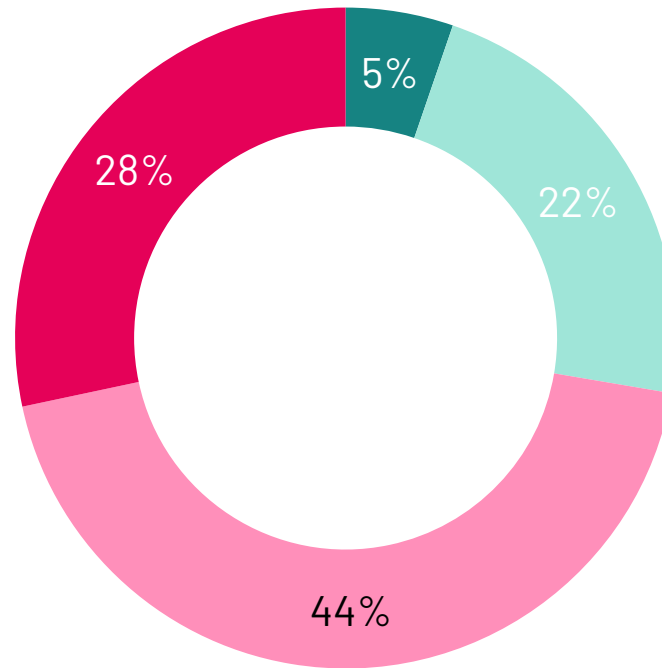
# Les Français plébiscitent une régulation concrète : modération stricte, transparence et protection des mineurs.



Pour chacune des mesures suivantes, y seriez-vous très favorable, plutôt favorable, peu favorable ou pas du tout favorable ?

# La domination des plateformes américaines et chinoises inquiète une large part de Français.

**72%**  
Préoccupant  
93%+ Plus de 65 ans



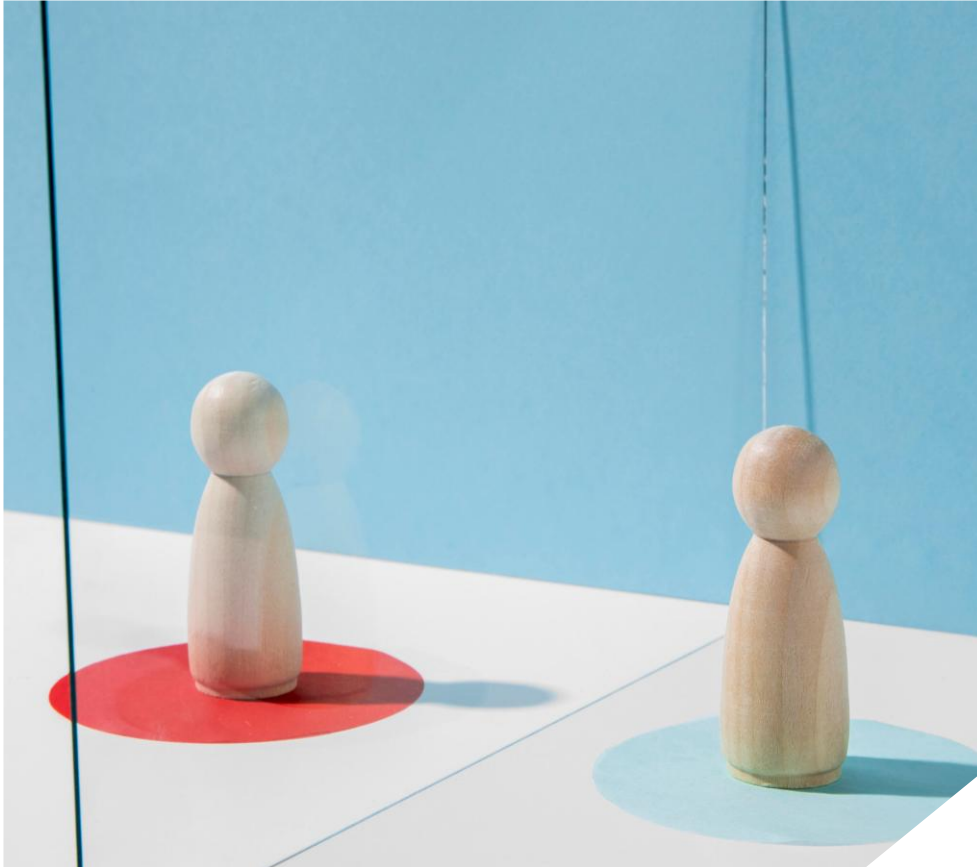
**28%**  
Acceptable  
44%+ 18-34 ans

- Tout à fait acceptable
- Plutôt acceptable
- Plutôt préoccupant
- Très préoccupant

Un enjeu de souveraineté davantage pregnant chez les seniors, quand les plus jeunes raisonnent plus en usages / bénéfices.

Diriez-vous que la domination des plateformes numériques par des acteurs américains ou chinois est...

# Une domination extra-européenne vue d'abord comme un risque, même si plus de 40% des Français en reconnaissent aussi les bénéfices.



## Des opportunités

(innovation, services efficaces, ouverture internationale)

8% 16%+ 18-34 ans

## Des risques

(dépendance, perte de contrôle, influence culturelle ou informationnelle)

48% 57%+ Plus de 65 ans

Les 2

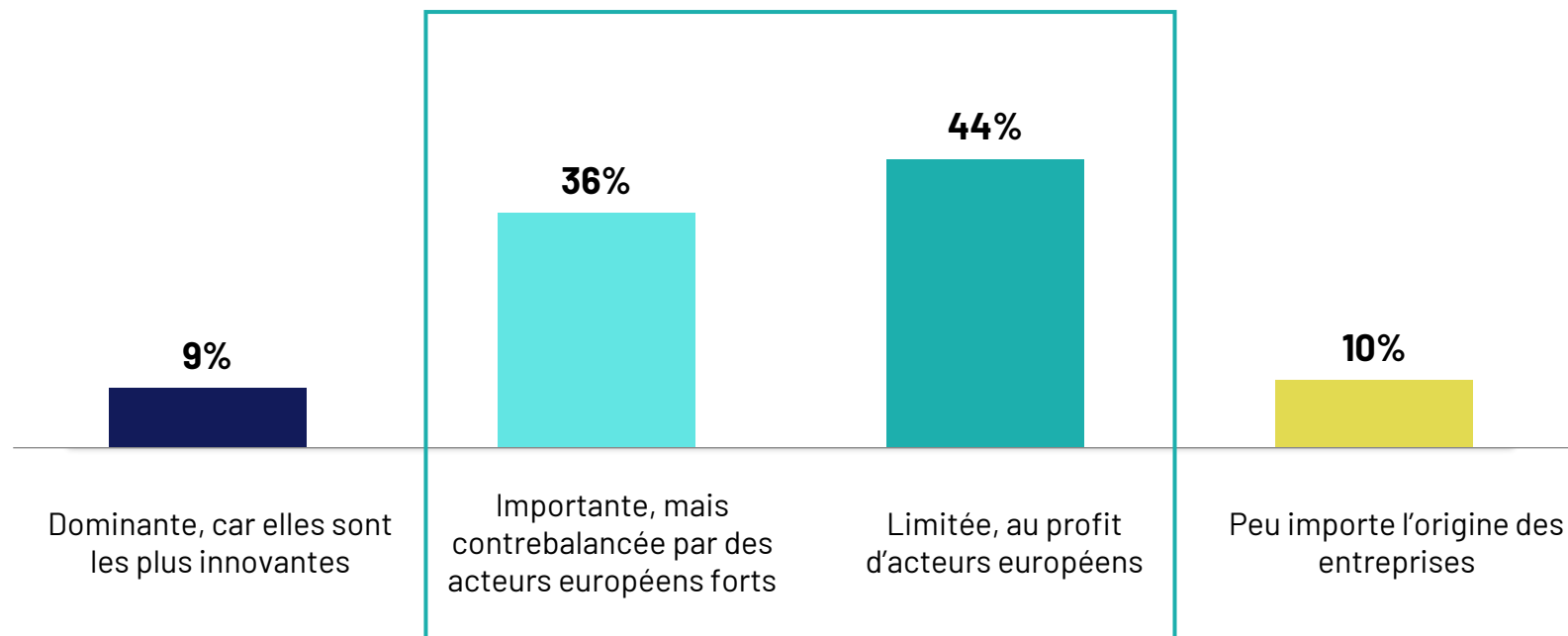
34%

Ni l'un, ni l'autre

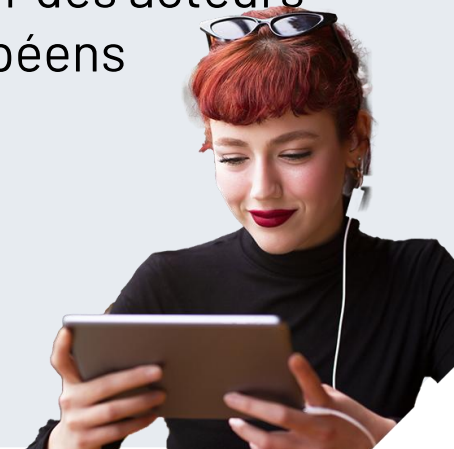
9%

Actuellement, les grandes plateformes (réseaux sociaux) sont dominées par des acteurs extra-européens (américains et chinois). Selon vous est-ce que cela constitue ...

# Dans l'idéal, les Français aimeraient réduire la domination américaine et chinoise au profit d'acteurs européens.

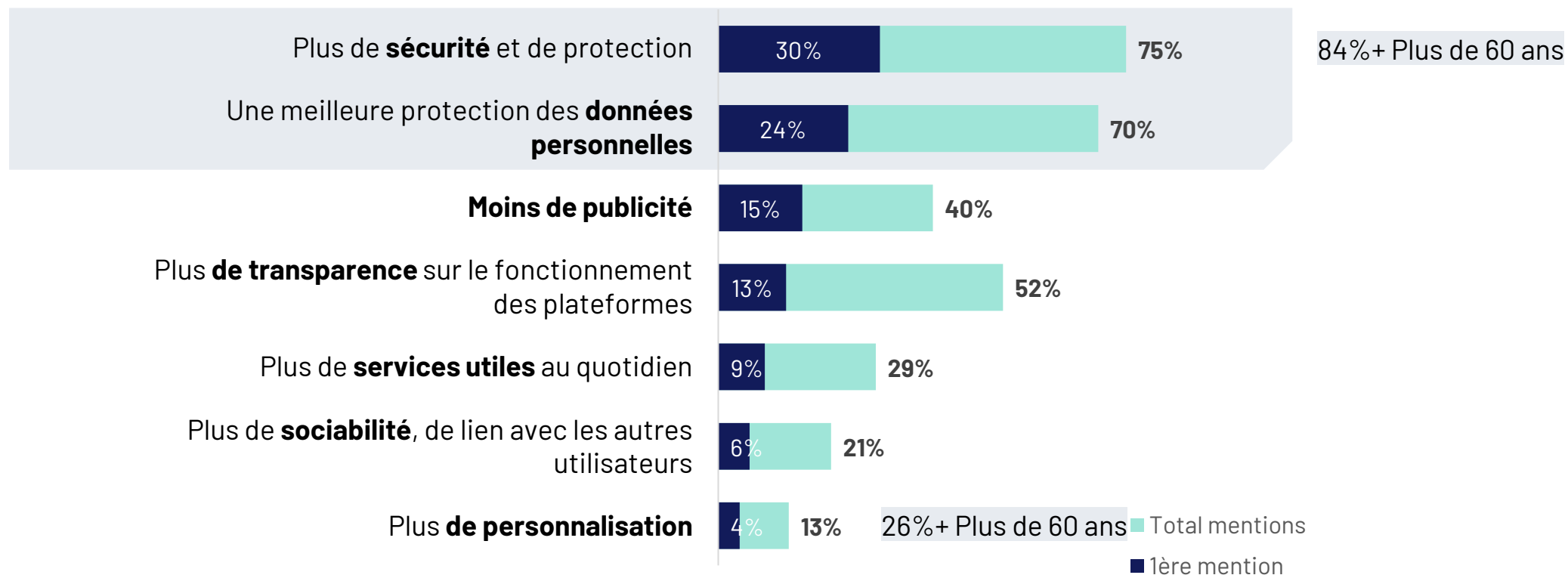


**8 Français sur 10** attendent un **rééquilibrage** en faveur des acteurs Européens



Dans un monde idéal, selon vous, la place des entreprises américaines et chinoises dans les grandes plateformes numériques en France devrait être...

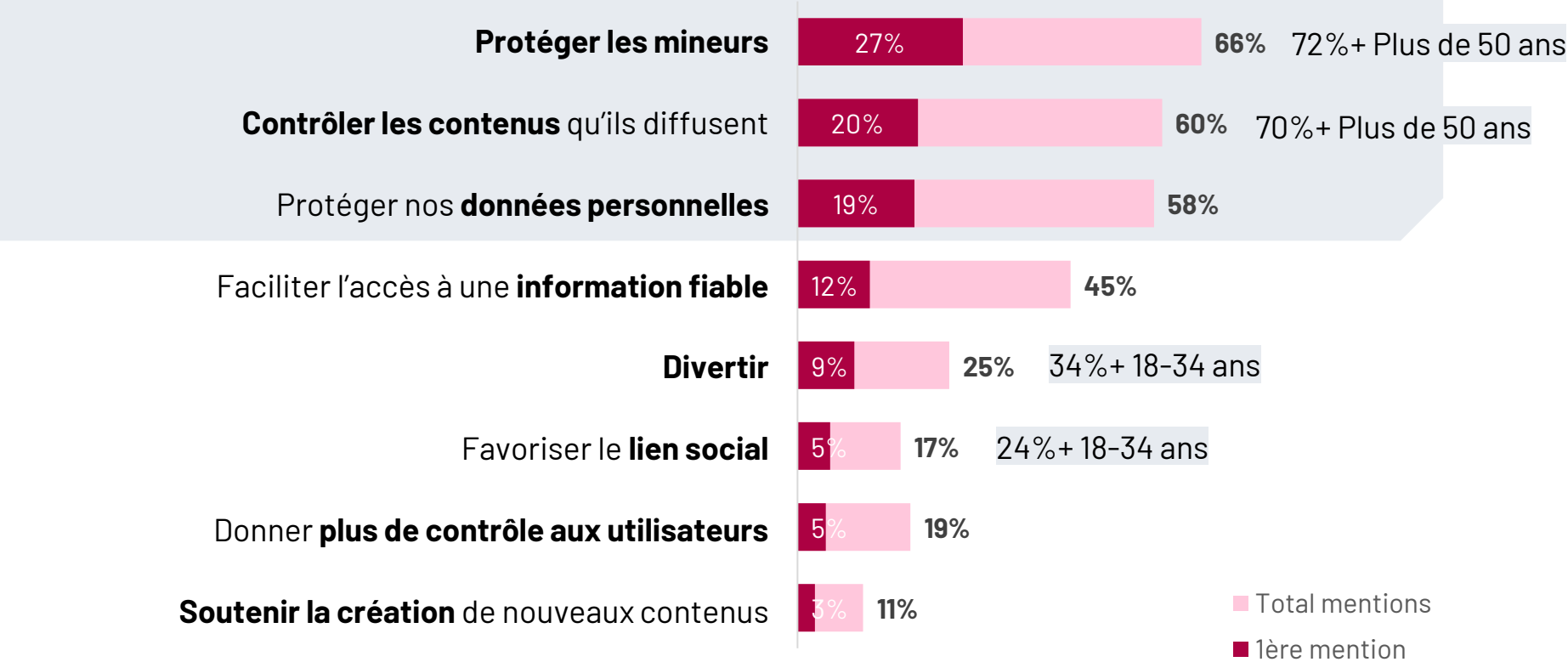
# A l'avenir, les Français souhaitent avant tout davantage de protection et de sécurité.



Qu'attendez-vous des plateformes demain ?  
Sélectionnez vos attentes de la plus importante à la moins importante



# Et ils attendent des plateformes qu'elles protègent et contrôlent bien plus qu'elles ne divertissent.



Selon vous, à l'avenir les plateformes devraient surtout ...  
Sélectionnez vos réponses de la plus importante à la moins importante

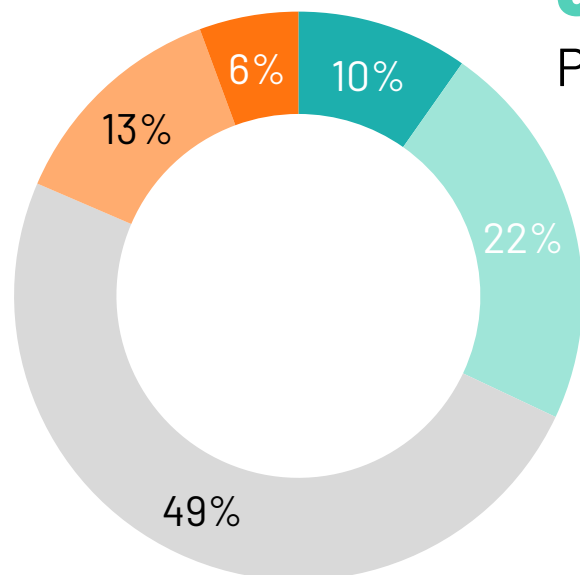
# Une forme de lucidité quant au développement à venir des plateformes.



**+13** Une dynamique  
projetée positive

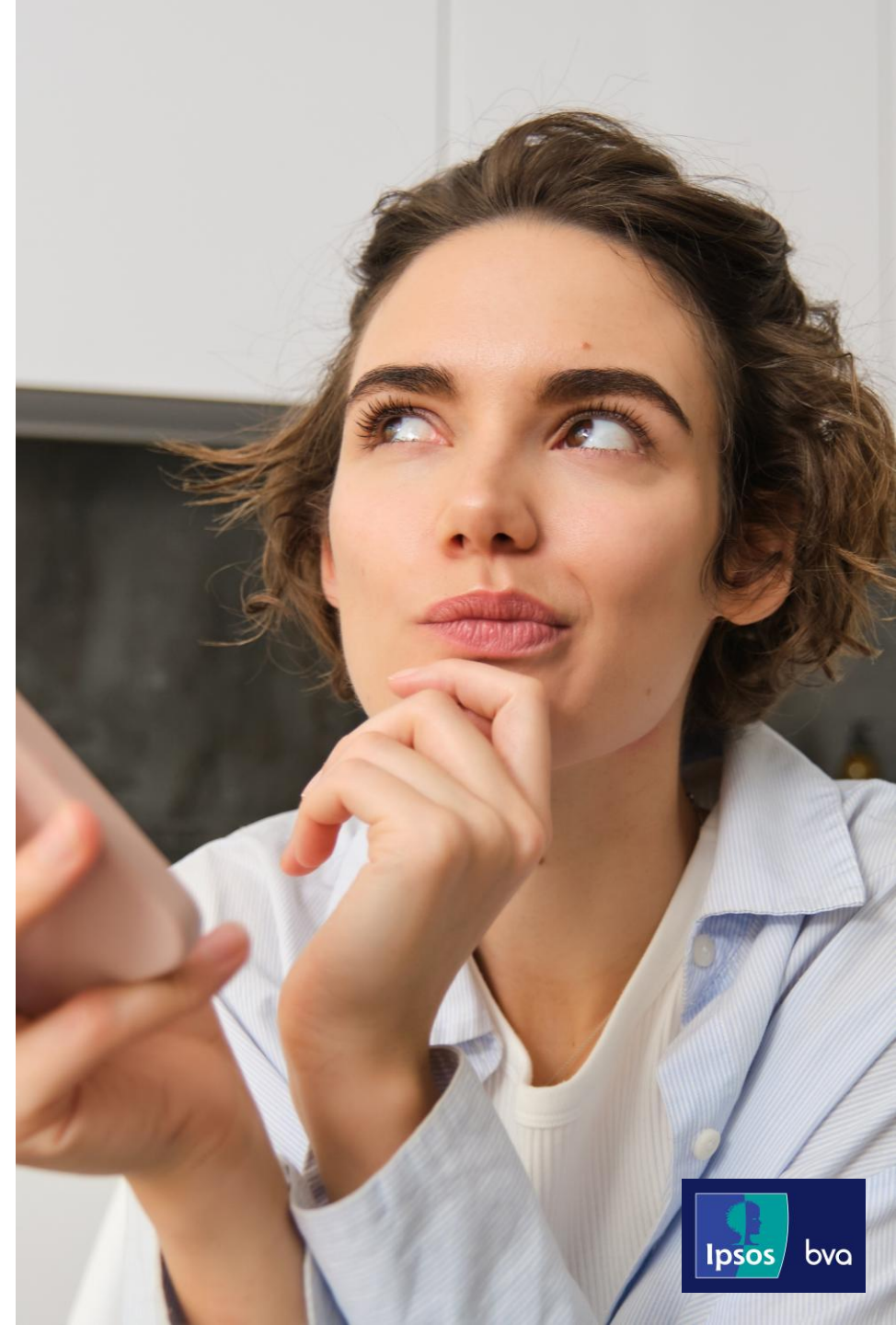
**32%** 40%+ 18-24 ans  
Plus importante

**19%**  
Moins  
importante



- Beaucoup plus importante
- Plus importante
- Equivalente à aujourd'hui
- Moins importante
- Beaucoup moins importante

Dans 5 ans, pensez-vous que la place des plateformes dans votre vie sera...



# SYNTHÈSE

# La relation des Français aux plateformes digitales

Des plateformes incontournables, utiles, divertissantes, sources de plaisir, de découverte et d'ouverture sur le monde ... mais un rapport sous tension qui appelle des règles

**58%** des Français estiment que les plateformes occupent **une place importante** dans leur vie quotidienne.

**85%** des 18-24 ans

**Omniprésentes au quotidien** : elles structurent les usages, avec un réflexe d'abord tourné vers les réseaux sociaux.

**Des usages très différenciés** : Polyvalence des réseaux sociaux qui combinent divertissement, lien social, oisiveté; divertissement "pur" côté SVOD, logique plus éditoriale côté plateformes TV, exploration/apprentissage côté YouTube ; audio et gaming relèvent davantage de l'accompagnement et de l'immersion.

**Un "trop-plein" qui s'installe** : une part significative des Français estime déjà y passer trop de temps, et la volonté de réduire est majoritaire.

**Des bénéfices reconnus et des risques jugés très réels** : sensationnalisme, ingérences, effets sur la démocratie... la confiance est limitée sur les missions "protectrices".

**91%** jugent **la régulation des plateformes importante**

**Un consensus sur la régulation** : forte attente de contrôle (modération, transparence des algorithmes/IA, protection des mineurs, données).

**En fond** : la domination des acteurs américains/chinois est largement perçue comme **préoccupante**, et renforce l'attente d'un **contrepoids européen**.

Les 18-34 ans, **plus exposés et plus utilisateurs contrebalancent davantage** les risques par les bénéfices : ils décrivent plus souvent les plateformes comme **utiles, pratiques et sources d'opportunités**, là où les plus âgés se montrent surtout préoccupés.