

Etude sur la santé et le bien-être numérique des jeunes belges

DEDICATED



Octobre 2018



1. Méthodologie et échantillon

Dans le cadre de ce sondage, **976 Belges âgés de 12 à 23 ans** ont été interrogés. Plus précisément :

- l'enquête a été réalisée par Internet entre le **27 septembre et le 11 octobre 2018**,
- tous les répondants ont été recrutés aléatoirement dans le @panel de Dedicated (Ded@panel),
- la durée moyenne d'administration des enquêtes a été de 31 minutes,
- sur l'échantillon total (N = **976**), la marge d'erreur maximale (c'est-à-dire pour des fréquences observées proches de 50 %) est de **± 3,1 %**,
- les enquêtes ont été réalisées dans le strict respect des standards de qualité EMRQS (Efamro Market Research Quality Standards), ainsi que du code de conduite ESOMAR.





2. Description de l'échantillon

L'échantillon analysé se présente comme suit (les résultats sont analysés sur l'échantillon redressé) :

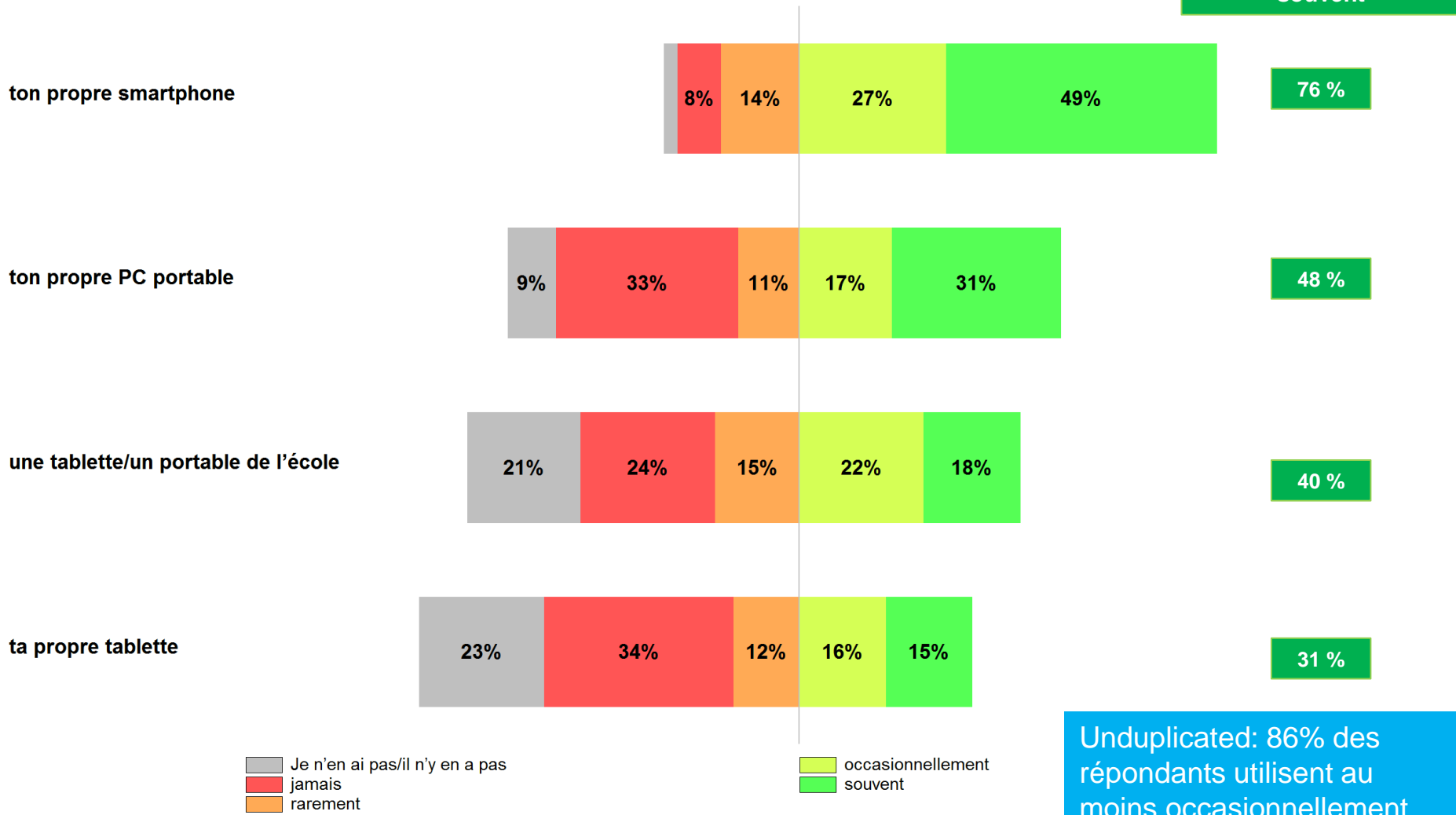
Critères de classification		Echantillon brut		Echantillon redressé	
		Total		Total	
Age	12-15 ans	302	31%	312	32%
	16-18 ans	248	25%	244	25%
	19-23 ans	426	44%	420	43%
Genre	Garçons	459	47%	478	49%
	Filles	517	53%	498	51%
Régions	Flandre	502	51%	541	55%
	Bruxelles	115	12%	103	11%
	Wallonie	359	37%	332	34%
TOTAL		N = 976	100%	N = 976	100%



1. Les smartphones à l'école

1.1. La fréquence d'utilisation des smartphones à l'école

Q2a: À l'école, est-ce que tu as l'occasion d'utiliser ... ne serait-ce que de temps en temps ?



Unduplicated: 86% des répondants utilisent au moins occasionnellement l'un des outils proposés

[%, réponses assistées ; base : échantillon total : N = 976]

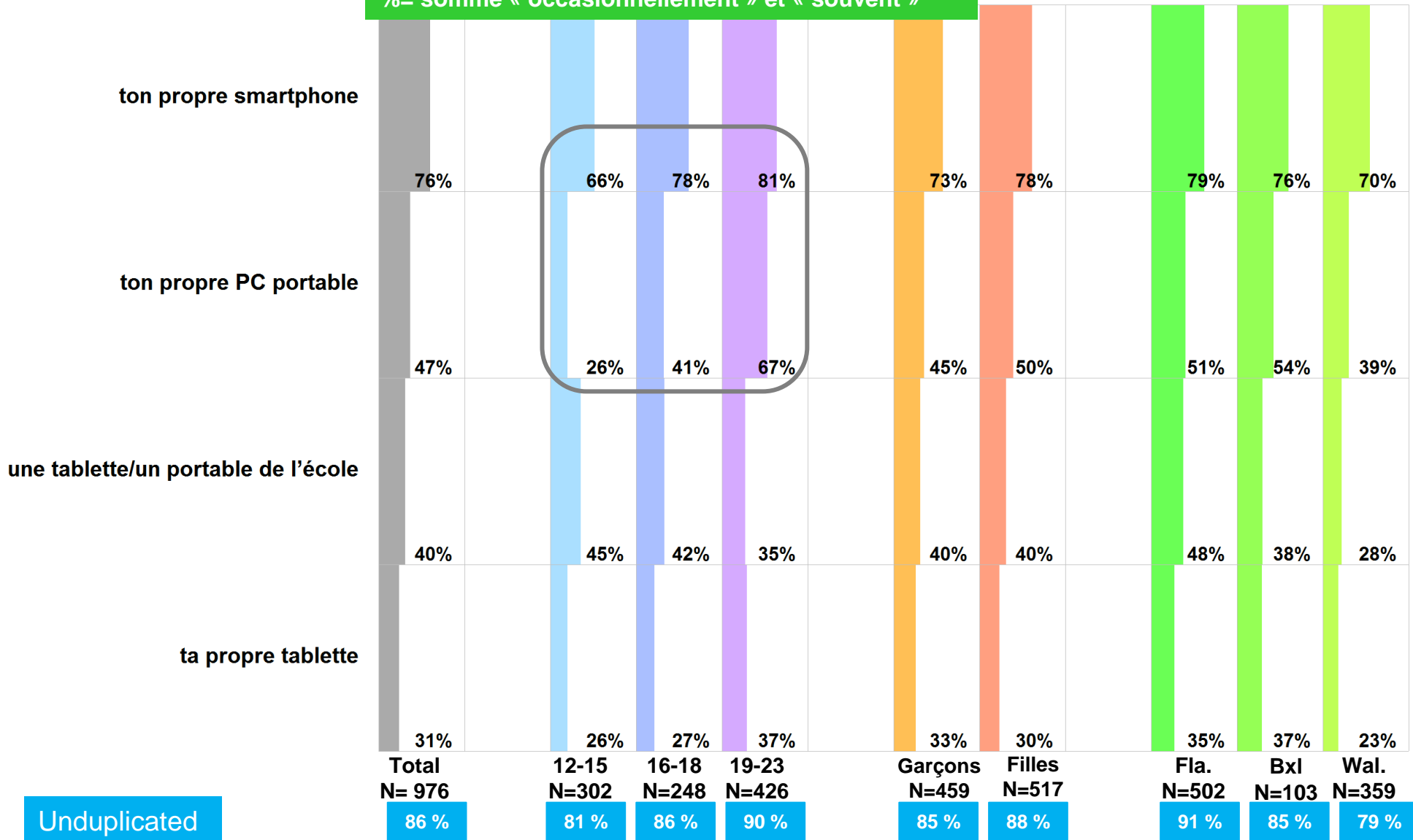


[1. Les smartphones à l'école]

1.1. La fréquence d'utilisation des smartphones à l'école

Q2a: À l'école, est-ce que tu as l'occasion d'utiliser ... ne serait-ce que de temps en temps ?

% = somme « occasionnellement » et « souvent »



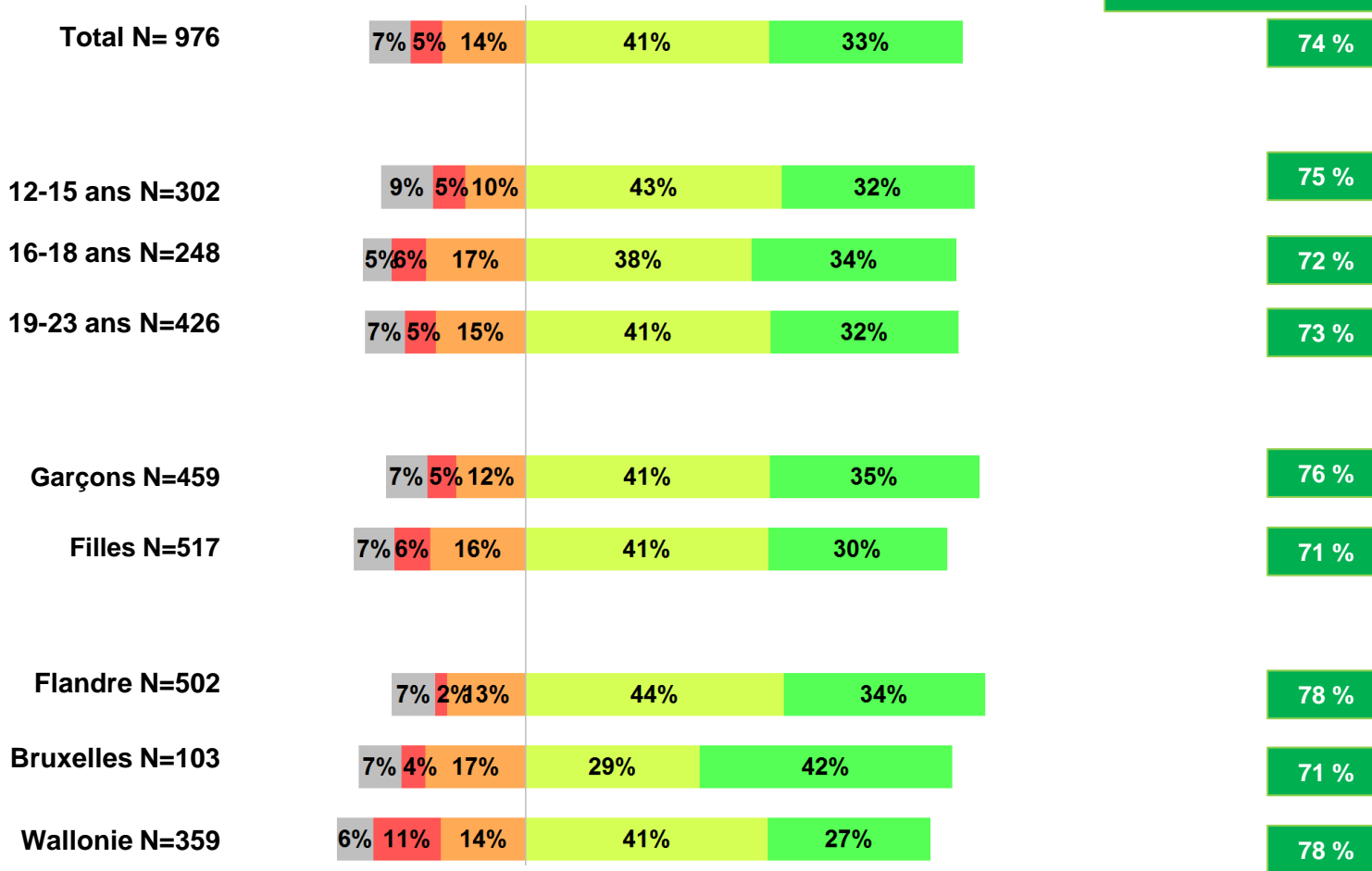
[% , réponses assistées ; base : échantillon total : N = 976]



1.2. Les souhaits d'utiliser davantage les smartphones à l'école

Q2b : Est-ce que tu penses qu'à l'école il faudrait que tu puisses utiliser plus souvent un smartphone, une tablette ou un ordinateur pour suivre une leçon, faire des devoirs ou encore poser des questions à ton professeur/instituteur/institutrice ?

Somme «plutôt d'accord»/ « tout à fait d'accord »



Je ne sais pas/je n'ai pas d'avis
 Pas du tout d'accord
 Plutôt pas d'accord
 Plutôt d'accord
 Tout à fait d'accord

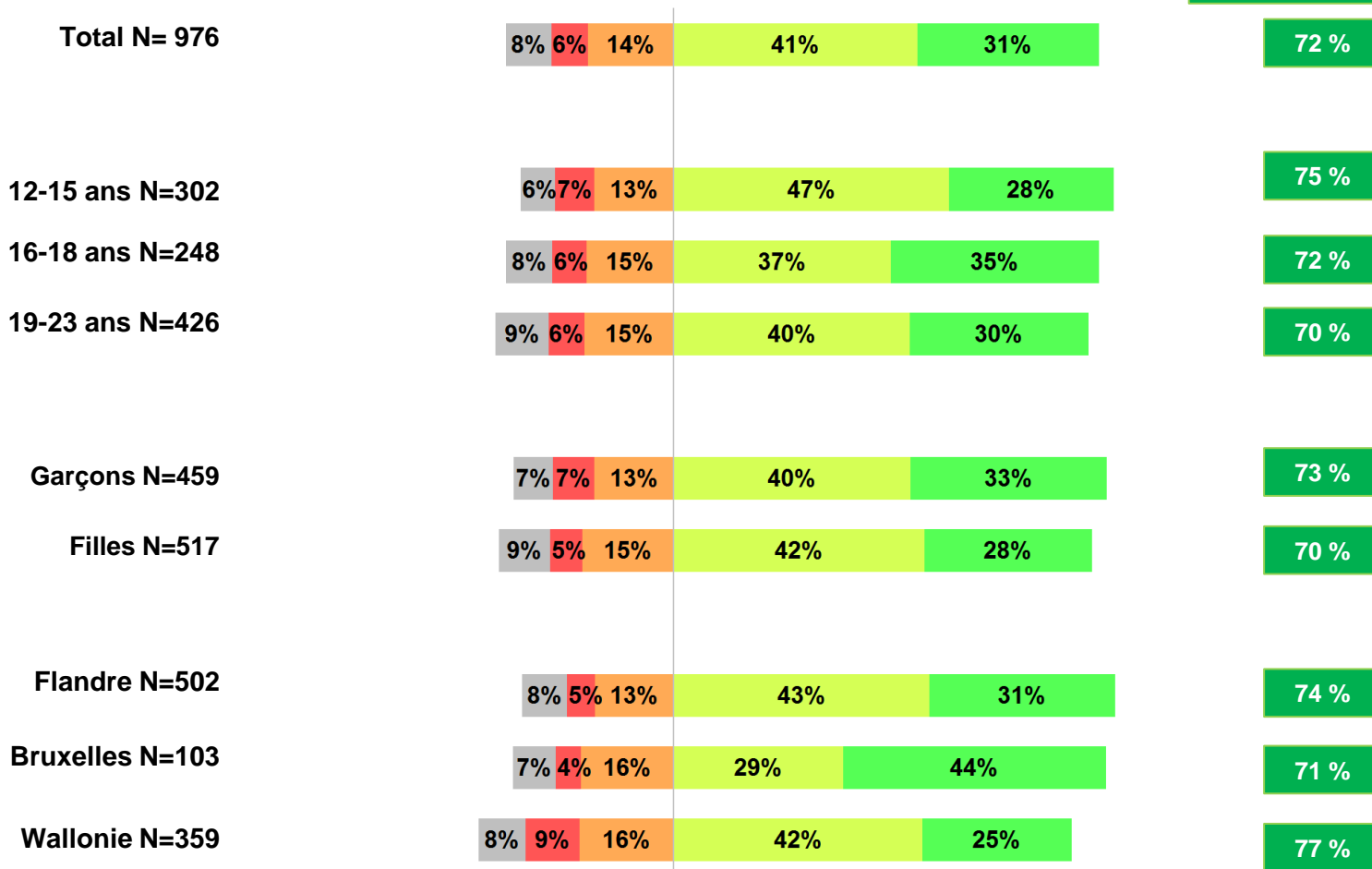
[%, réponses assistées ; base : échantillon total : N = 976]



1.3. L'intérêt ressenti des smartphones pour les devoirs

Q2e : Selon toi, est-ce que c'est intéressant de pouvoir utiliser une ou plusieurs applications/les réseaux sociaux pour faire tes devoirs ?

Somme «plutôt d'accord»/ « tout à fait d'accord »



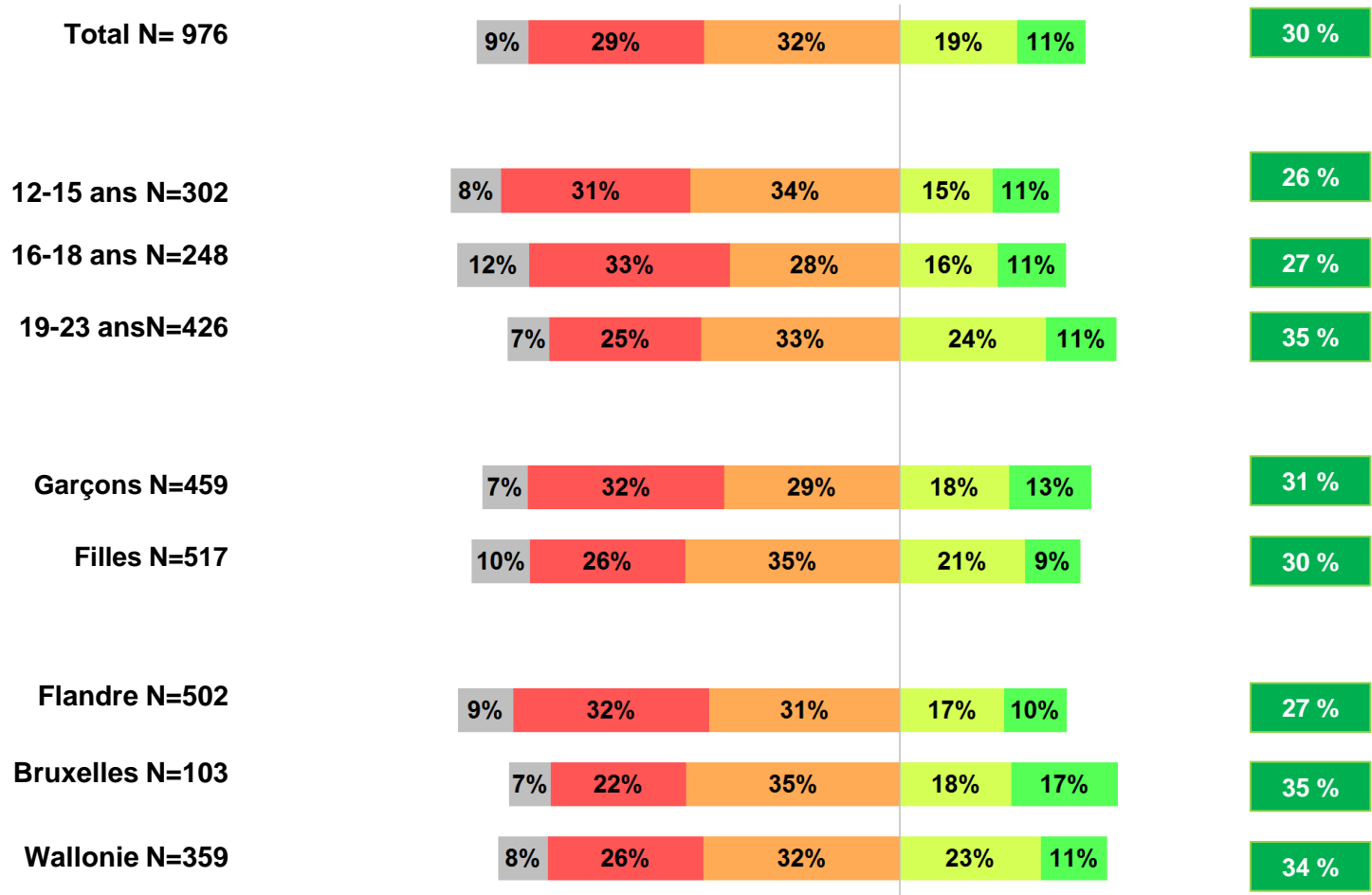
je ne sais pas/je n'ai pas d'avis
 plutôt favorable à cette interdiction totale
 tout à fait défavorable à cette interdiction totale
 tout à fait favorable à cette interdiction totale
 plutôt défavorable à cette interdiction totale

[%, réponses assistées ; base : échantillon total : N = 976]

1.4. Les jeunes sont défavorables à l'interdiction totale des smartphones à l'école

Q2f : Dans certains pays (cela pourrait bientôt être le cas en France par exemple), on parle d'une interdiction totale de l'utilisation des smartphones à l'école, à titre privé et à titre scolaire. Personnellement es-tu ...

Somme «plutôt favorable»/ « tout à fait favorable»



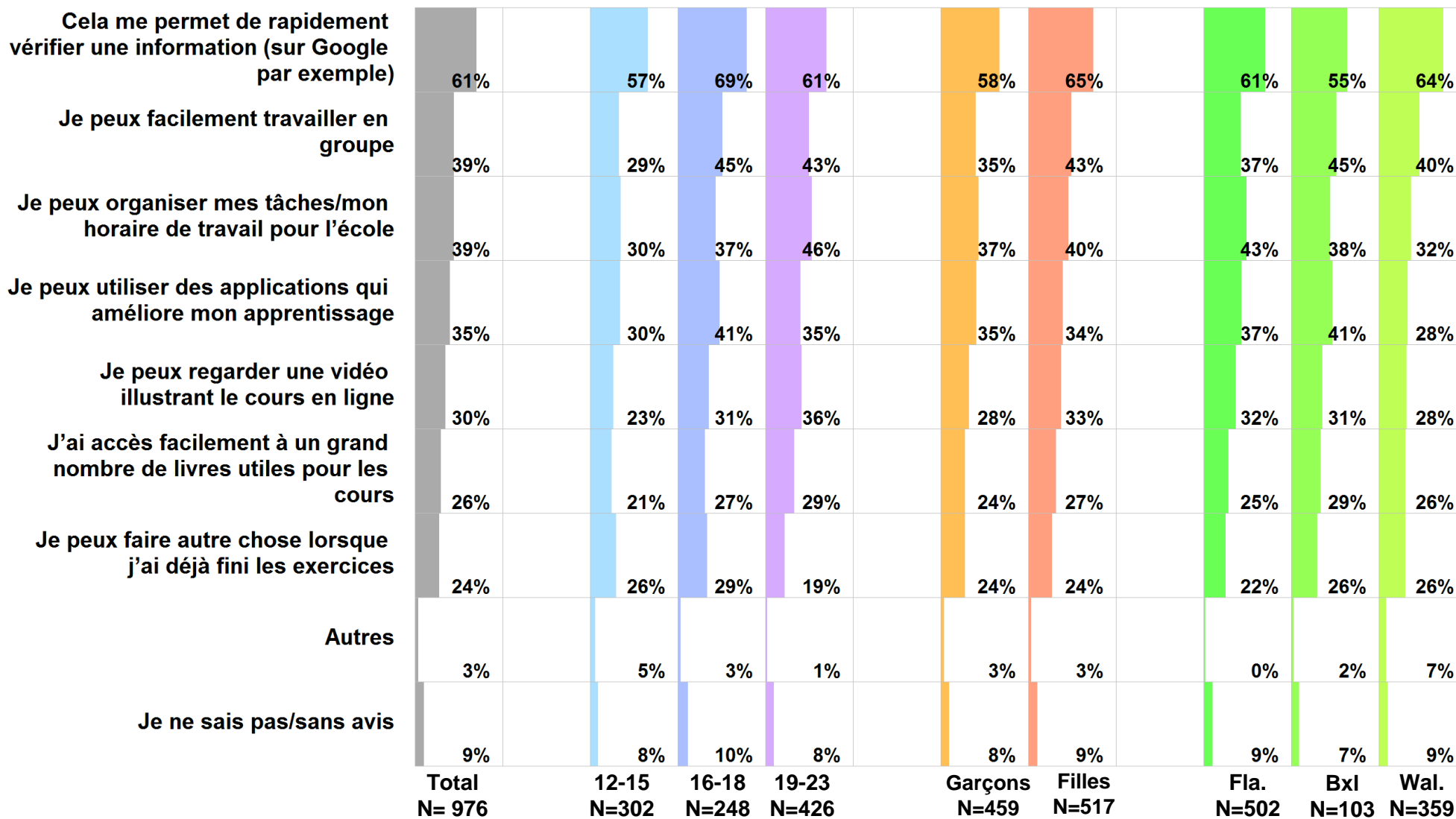
je ne sais pas/je n'ai pas d'avis
 tout à fait défavorable à cette interdiction totale
 plutôt défavorable à cette interdiction totale
 plutôt favorable à cette interdiction totale
 tout à fait favorable à cette interdiction totale

[%, réponses assistées ; base : échantillon total : N = 976]



1.5. Les aspects positifs de l'utilisation des smartphones à l'école

Q2g : Que vois-tu de positif à l'utilisation des smartphones/tablettes à l'école, à titre privé ou à titre scolaire ?



[%, réponses assistées ; base : échantillon total : N = 976]

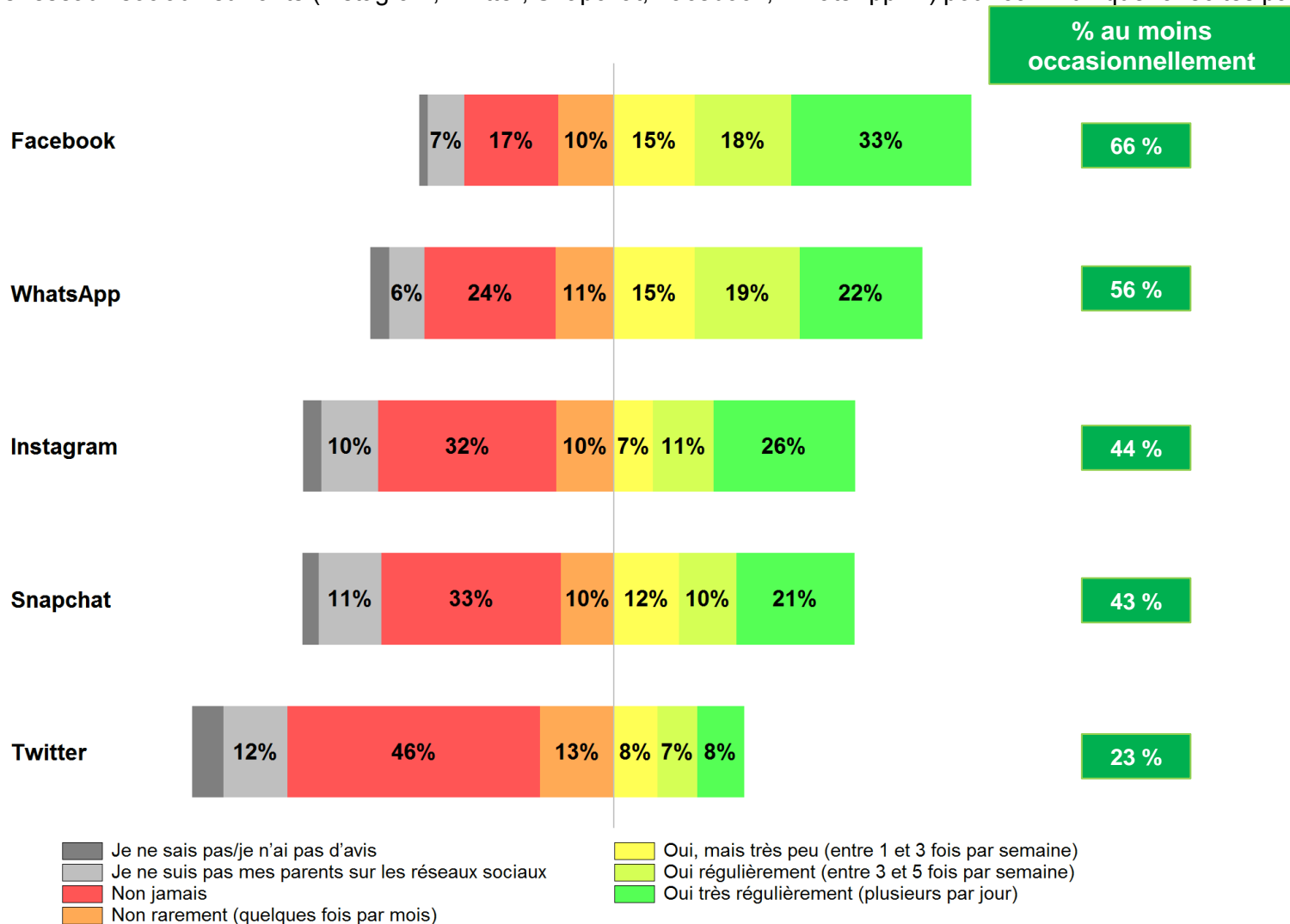


2. Les parents et les réseaux sociaux

2.1. La fréquence d'utilisation des R.S. pour communiquer avec les parents

Q3a : Est-ce que tu utilises les réseaux sociaux suivants (Instagram, Twitter, Snapchat, Facebook, WhatsApp ...) pour communiquer avec tes parents ?

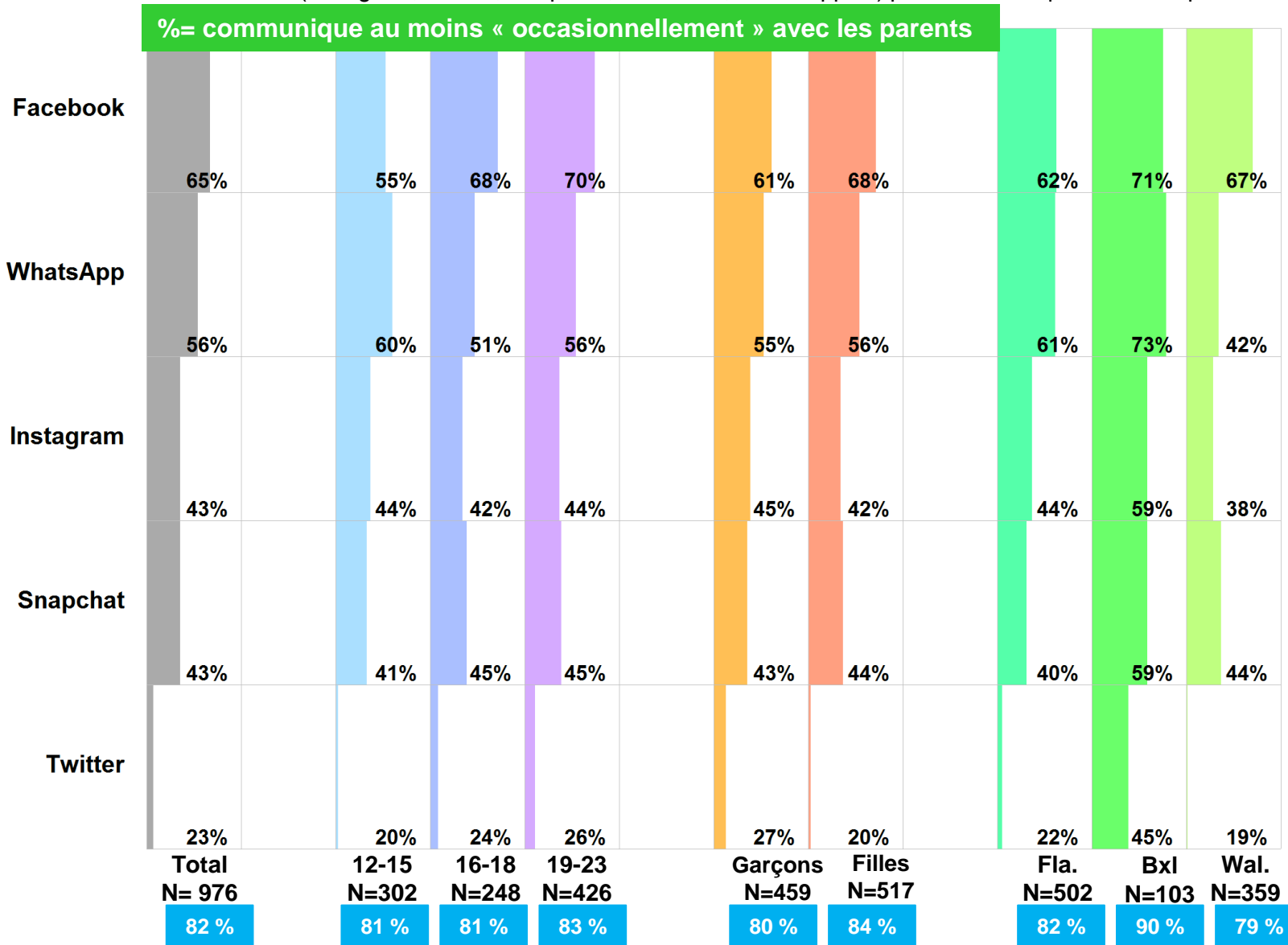
Unduplicated: 82% des jeunes communiquent au moins occasionnellement avec leurs parents





2.2. La fréquence d'utilisation des R.S. pour communiquer avec les parents

Q3a : Est-ce que tu utilises les réseaux sociaux suivants (Instagram, Twitter, Snapchat, Facebook, WhatsApp ...) pour communiquer avec tes parents ?



Unduplicated

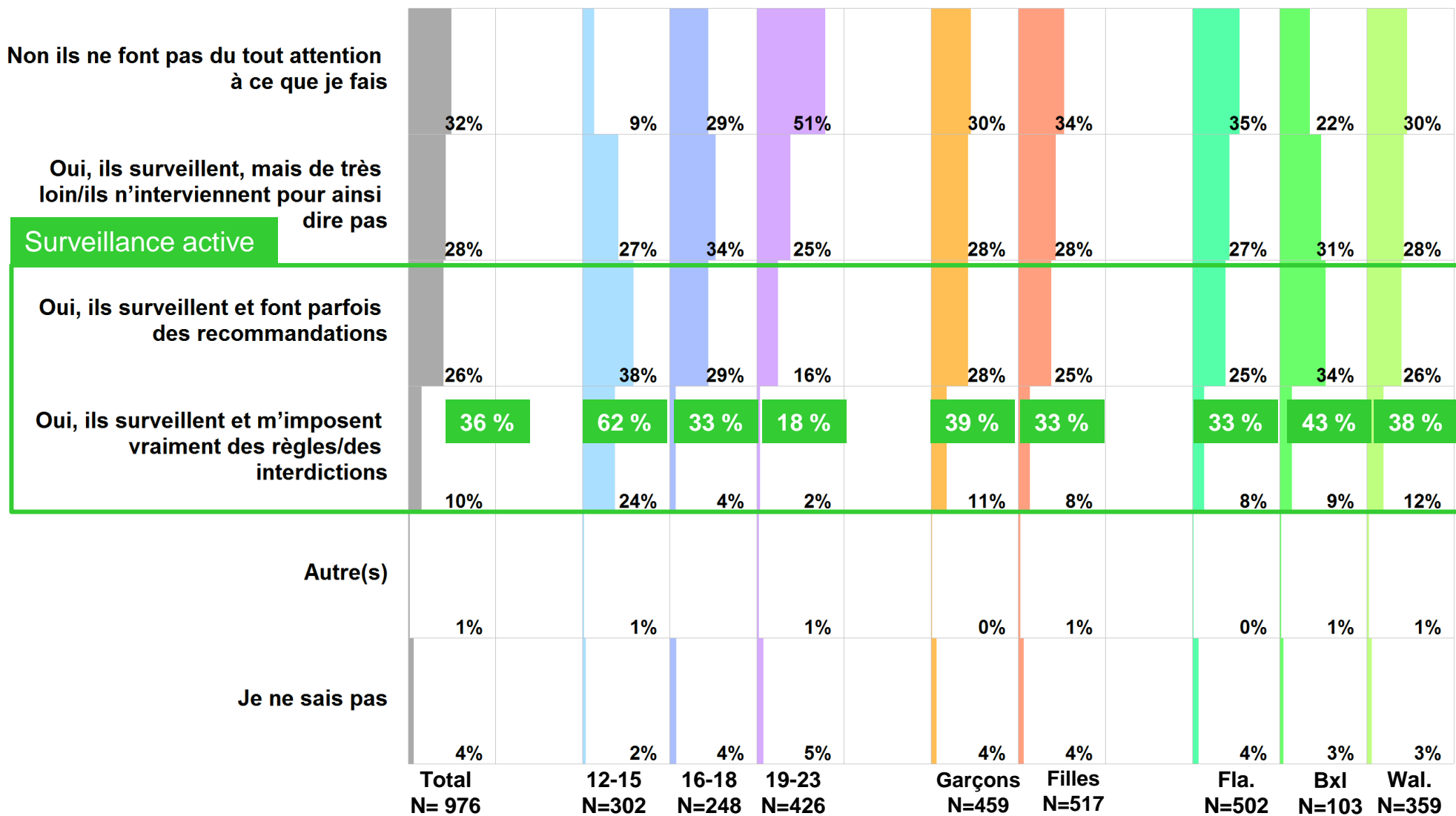
[%, réponses assistées ; base : échantillon total : N = 976]



[2. Les parents et les réseaux sociaux]

2.3. La surveillance/les restrictions des parents

Q3c : Est-ce que tes parents te conseillent/te donnent des limites pour l'utilisation des réseaux sociaux ?

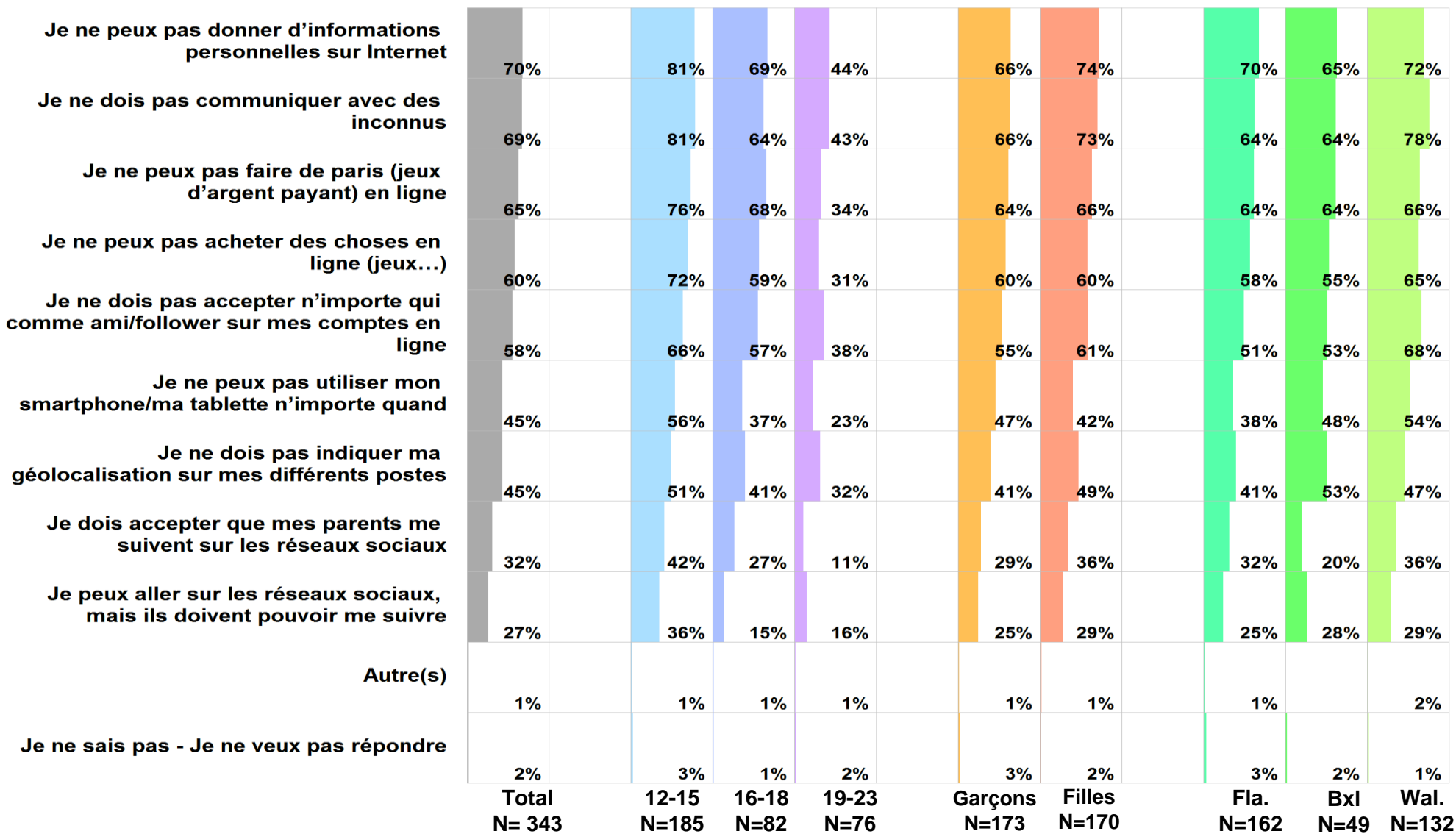


[%, réponses assistées ; base : échantillon total : N = 976]



2.4. Les recommandations/interdictions instaurées par les parents

Q3d : Quelles recommandations et/ou interdictions les parents t'imposent-ils ?

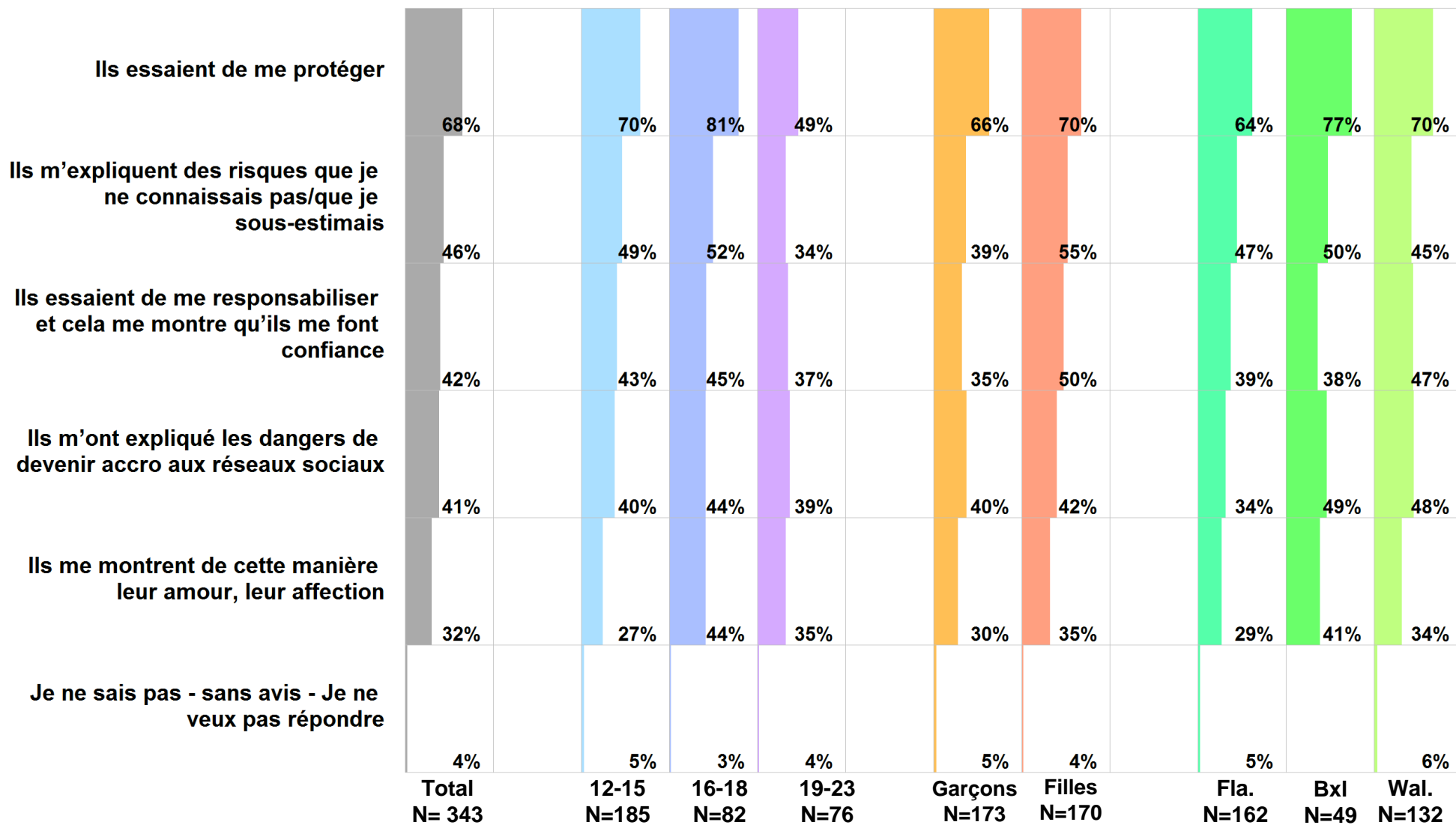


[%, réponses assistées ; base : ont reçu des conseils et/ou des interdictions : N = 343]



2.5. Les ressentis positifs des interdictions imposées par les parents

Q3f : Qu'est-ce que tu as ressenti de positif lorsque tes parents t'ont imposé des limites, des interdits sur les réseaux sociaux ?



[%, réponses assistées ; base : ont reçu des conseils et/ou des interdictions : N = 343]



2.6. Un jeune sur deux apprécie la surveillance des parents

Q3g : Personnellement, apprécies-tu/apprécierais-tu que tes parents te fassent des recommandations, voire t'imposent des limitations pour l'utilisation des réseaux sociaux

Somme «assez bien»/ « beaucoup»



Ils ne m'en parlent pas
 Non je n'apprécierais pas du tout
 Non j'apprécierais plutôt peu
 Oui j'apprécierais assez bien
 Oui j'apprécierais beaucoup

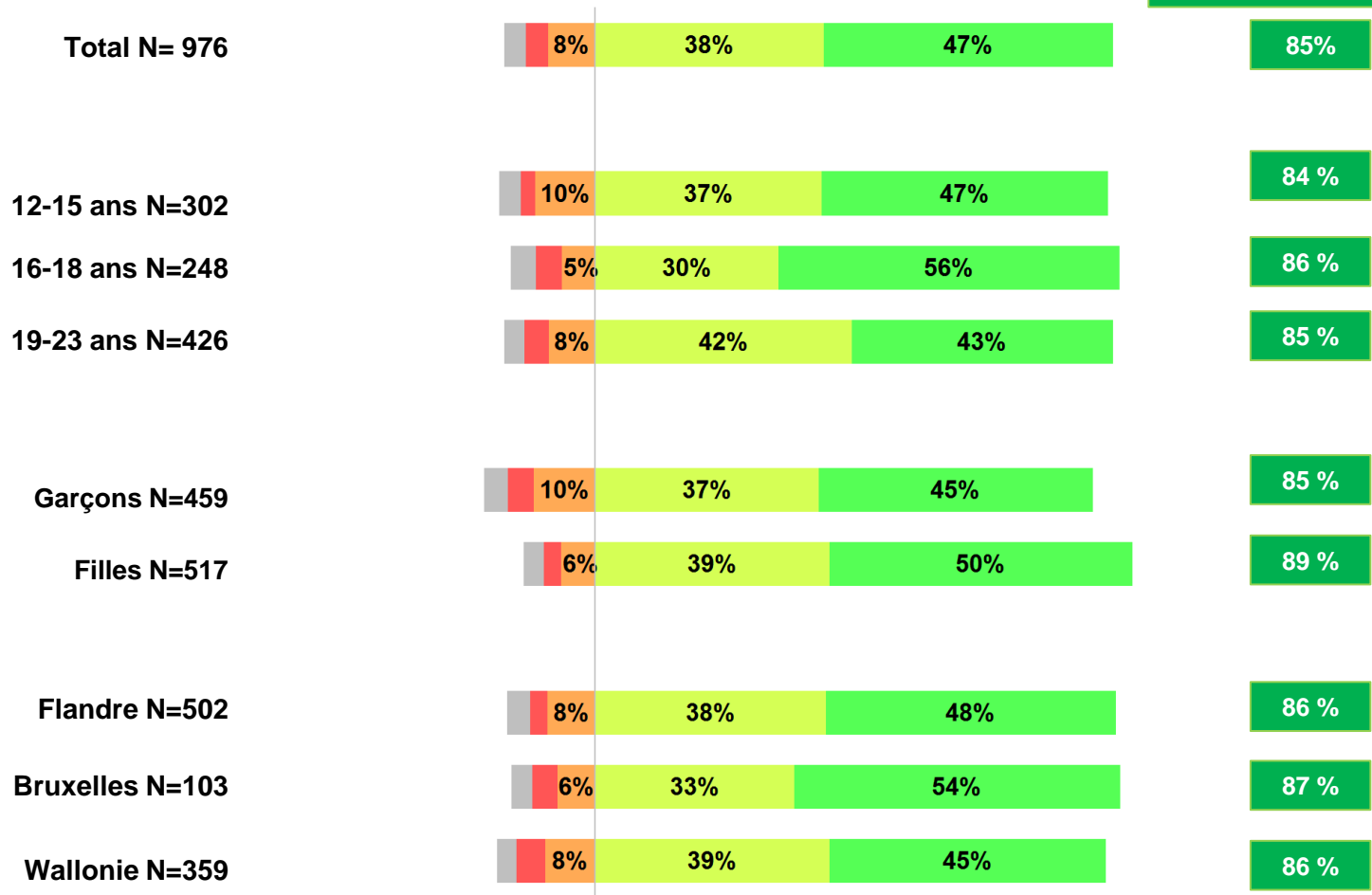
[%, réponses assistées ; base : échantillon total : N = 976]



3.1. Les jeunes unanimes sur la contribution positive des R.S. à leurs amitiés

Q4c: Selon toi, utiliser les réseaux sociaux te permettent-ils de mieux garder le contact avec tes ami(e)s ?

Somme «plutôt d'accord»/ « tout à fait d'accord »

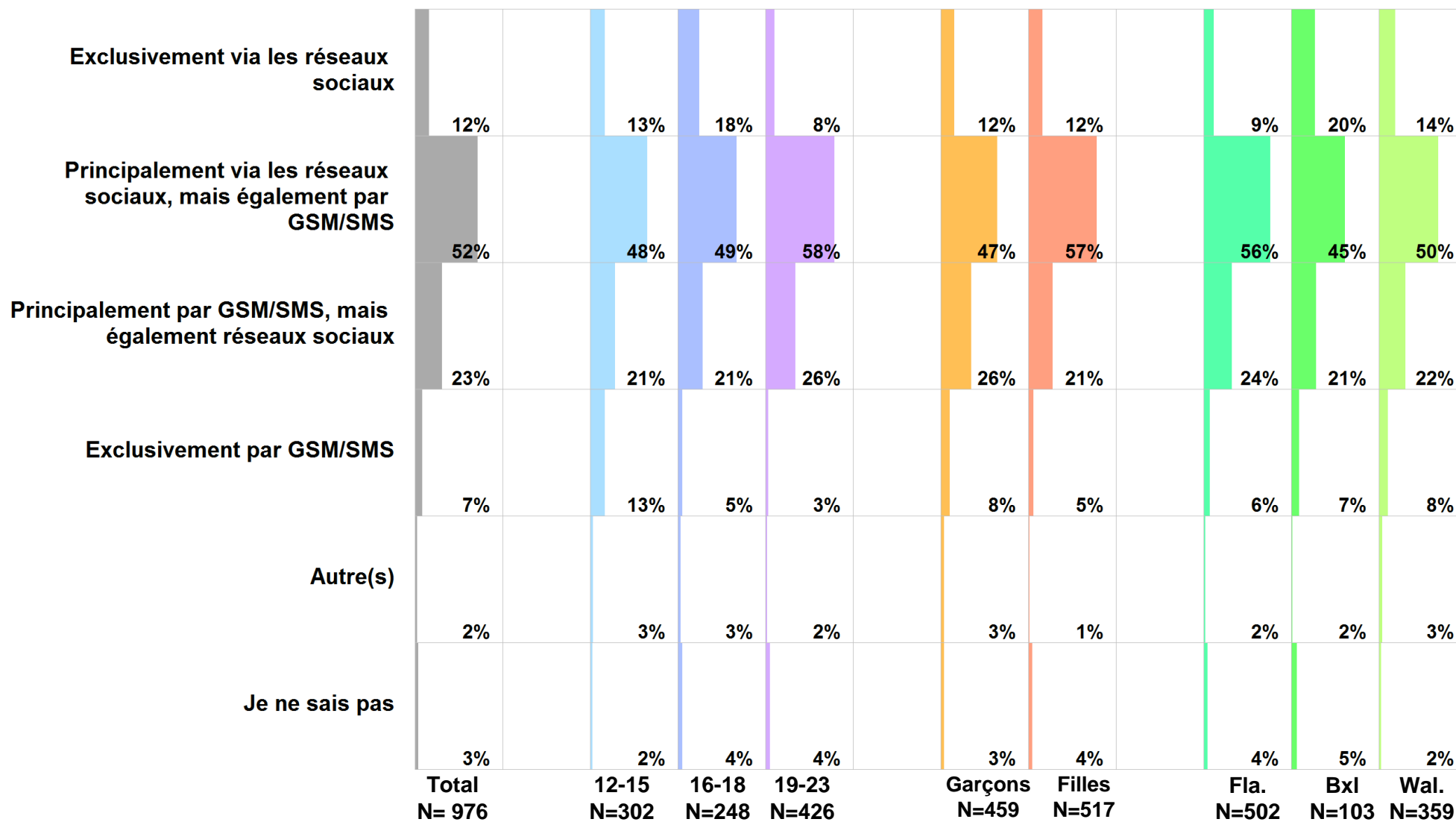


Je ne sais pas/je n'ai pas d'avis
 Pas du tout d'accord
 Plutôt pas d'accord
 Plutôt d'accord
 Tout à fait d'accord



3.2. Les jeunes privilégient largement les R.S. au GSM

Q4d: Est-ce qu’avec tes amis tu communique...



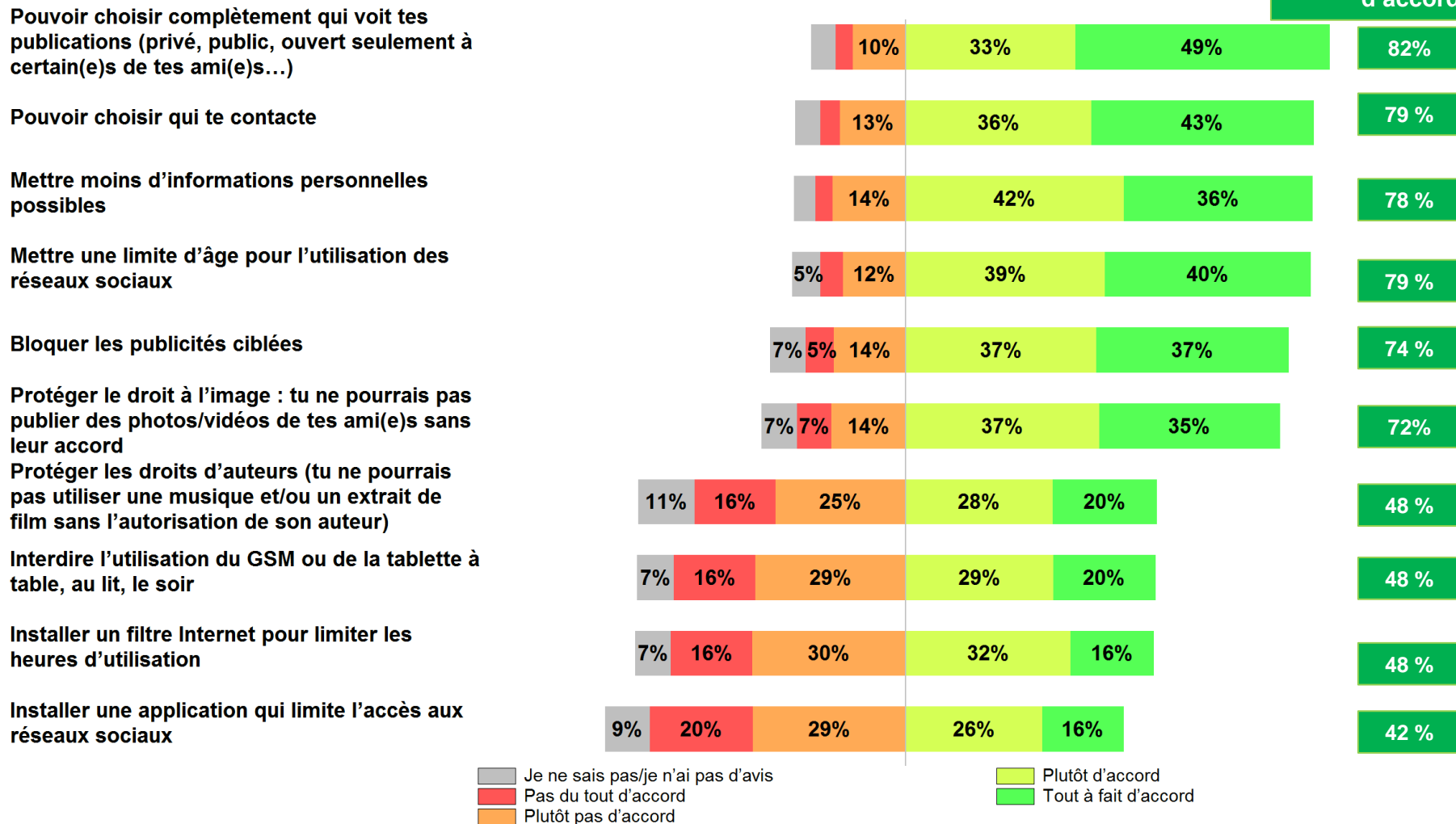
[%, réponses assistées ; base : échantillon total : N = 976]



3.3. Les restrictions souhaitables à l’utilisation des R.S.

Q4e: Penses-tu que cela serait une bonne idée d’avoir certaines restrictions d’utilisation sur les réseaux sociaux ?

Somme « plutôt d’accord »/ « tout à fait d’accord »



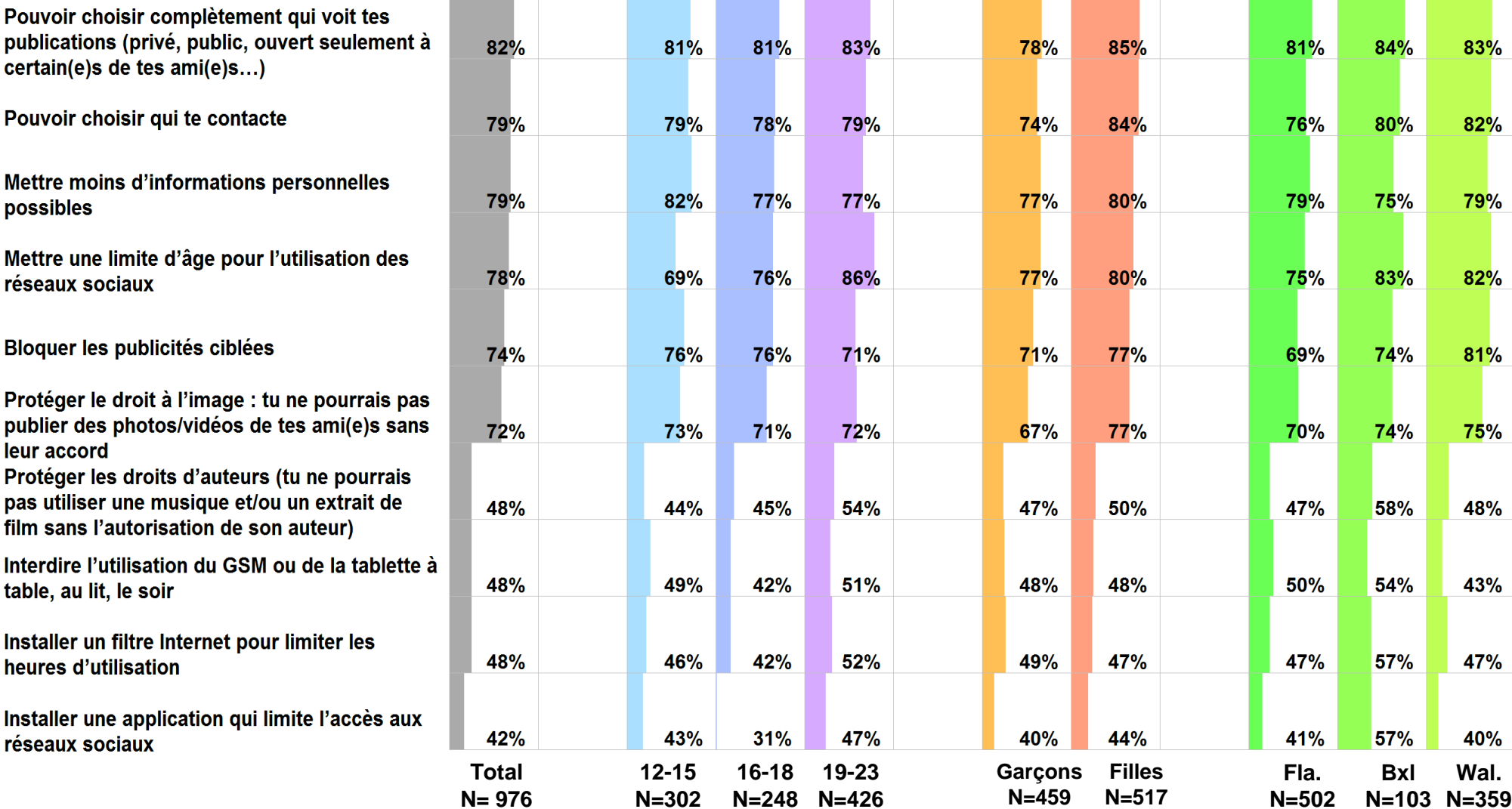
[%, réponses assistées ; base : échantillon total : N = 976]



3.4. Les restrictions souhaitables à l’utilisation des R.S.

Q4e: Penses-tu que cela serait une bonne idée d’avoir certaines restrictions d’utilisation sur les réseaux sociaux ?

% = somme « plutôt d’accord » et « tout à fait d’accord »



[%, réponses assistées ; base : échantillon total : N = 976]

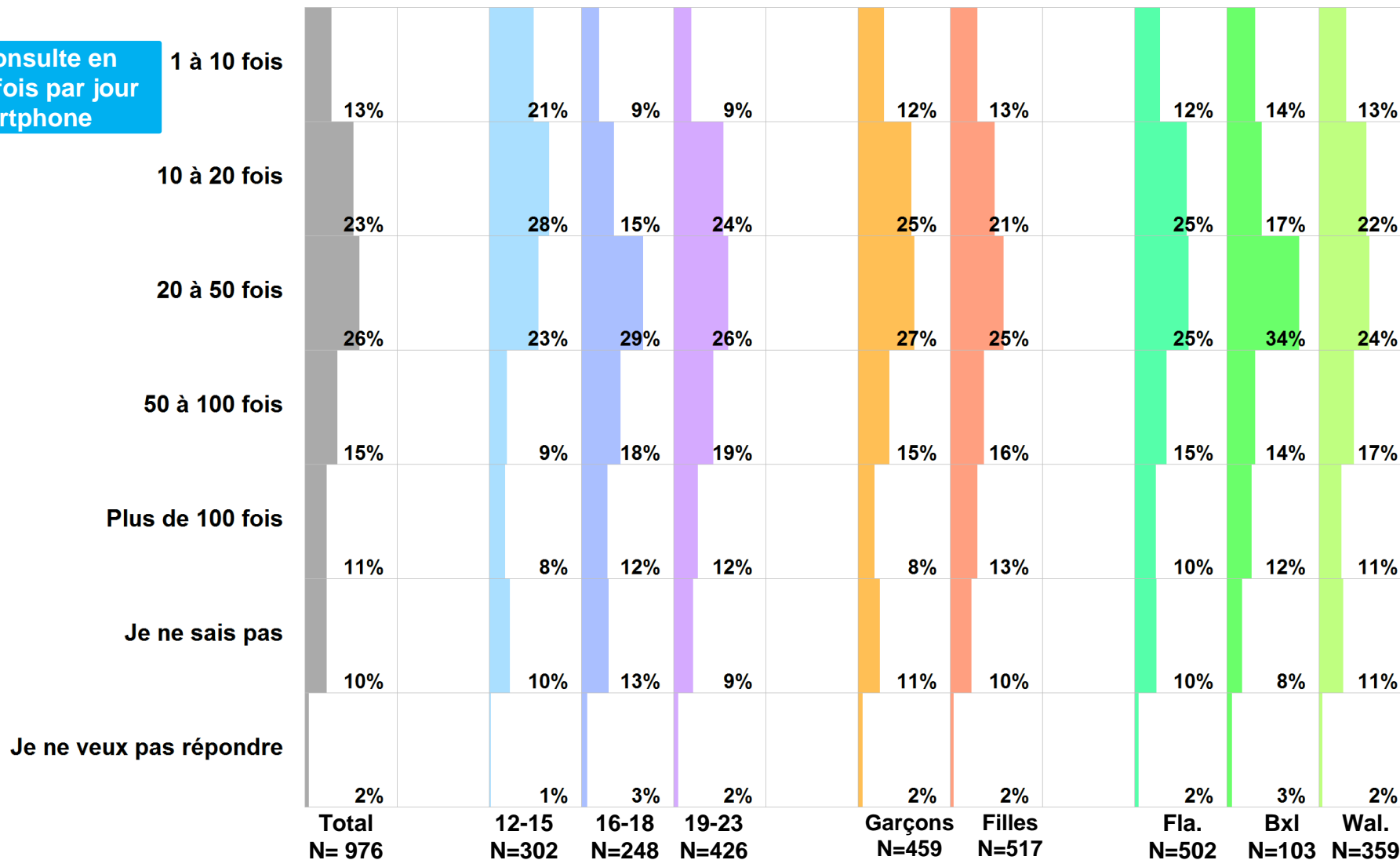


4. La description des utilisations du smartphone

4.1. La fréquence quotidienne d'utilisation du smartphone

Q6a : Combien de fois par jour regardes-tu ton smartphone/ta tablette ?

Un jeune consulte en moyenne 47 fois par jour son smartphone



[%, réponses assistées ; base : échantillon total : N = 976]

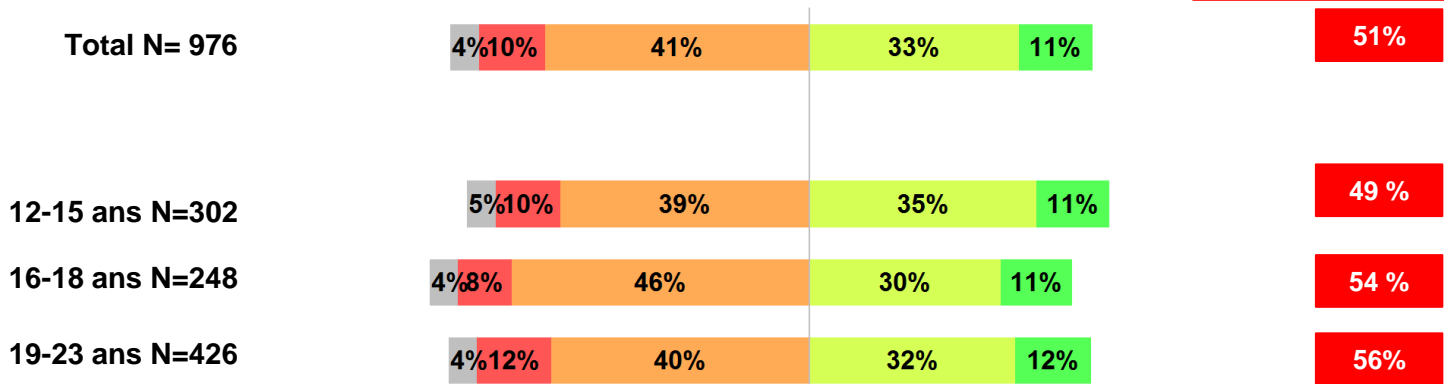


[4. La description des utilisations du smartphone]

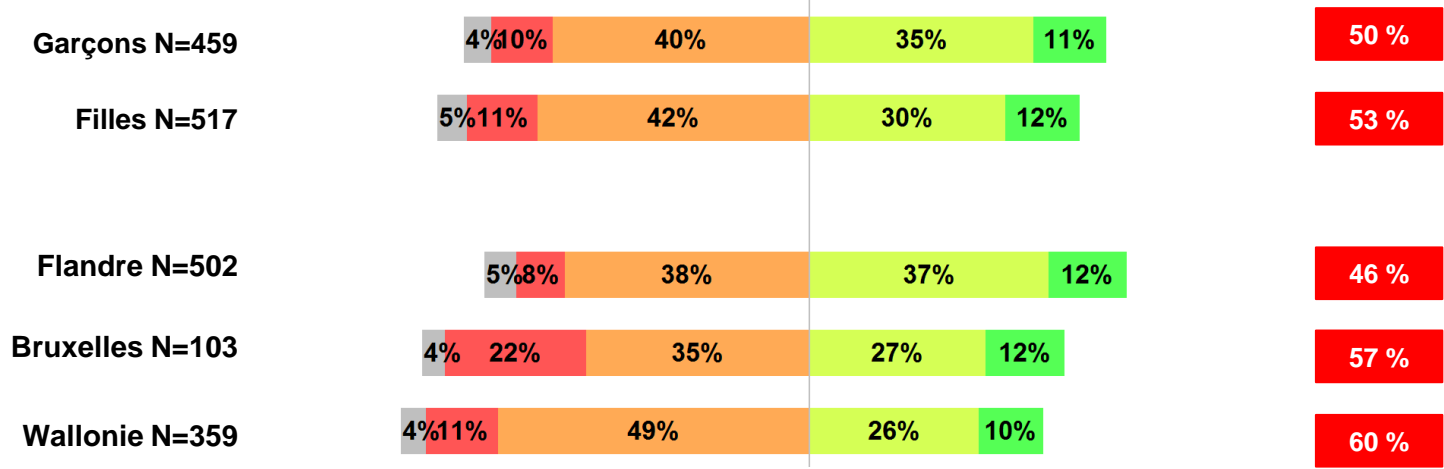
4.2. Le sentiment d'être « accro » au smartphone

Q6d: Est-ce que tu penses être « accro » à ton smartphone/à ta tablette ?

**Somme « assez
accro »/
« tout à fait accro »**



Le sentiment de dépendance s'installe déjà chez les très jeunes et se renforce avec l'âge



Je ne sais pas/je n'ai pas d'avis
 Oui tout à fait accro
 Oui assez accro
 Non peu accro
 Non pas du tout accro

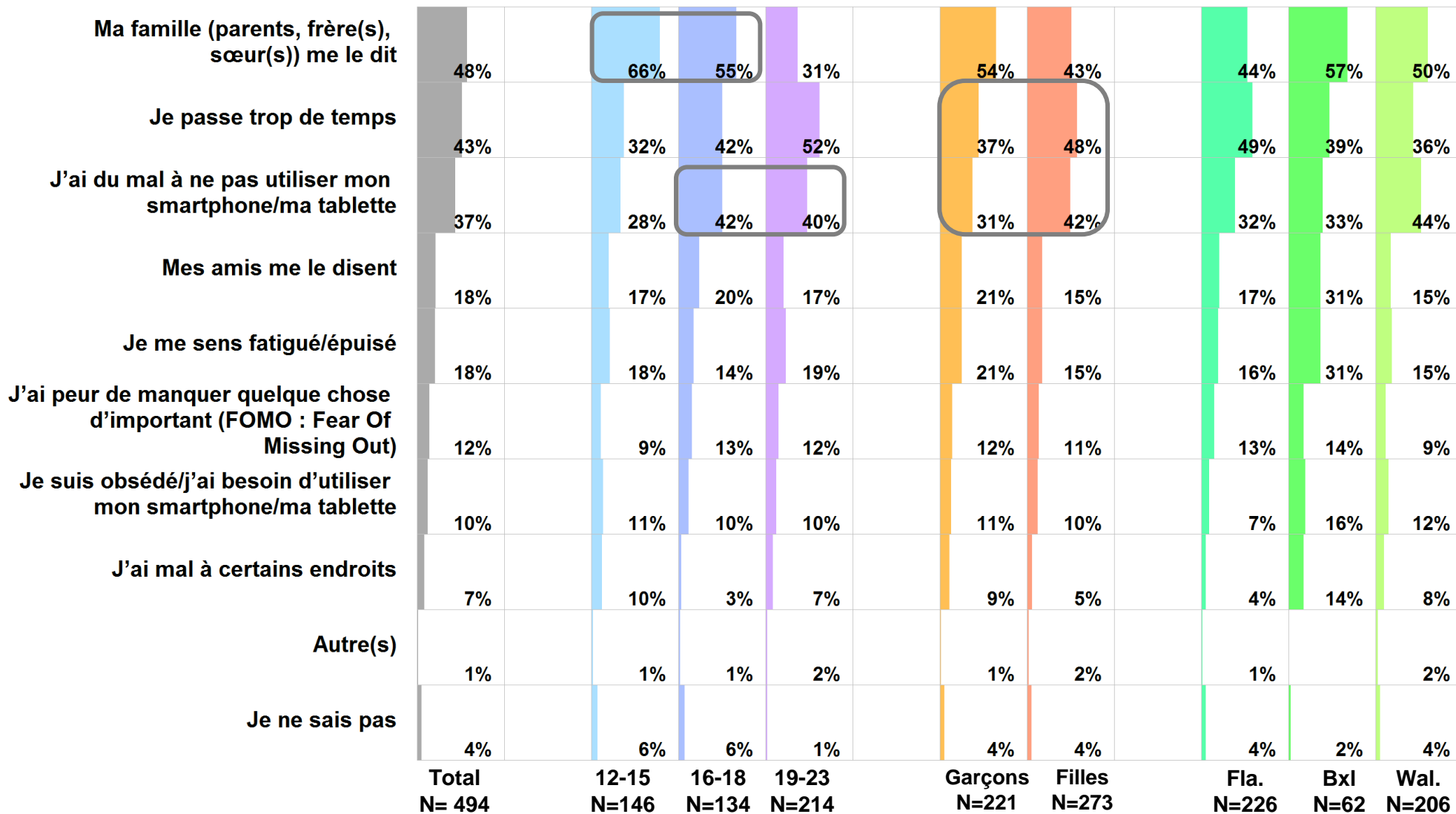
[%, réponses assistées ; base : échantillon total : N = 976]



[4. La description des utilisations du smartphone]

4.3. La prise de conscience du comportement addictif

Q6e: Qu'est-ce qui te fait penser que tu es « accro » à ton smartphone ou ta tablette ?



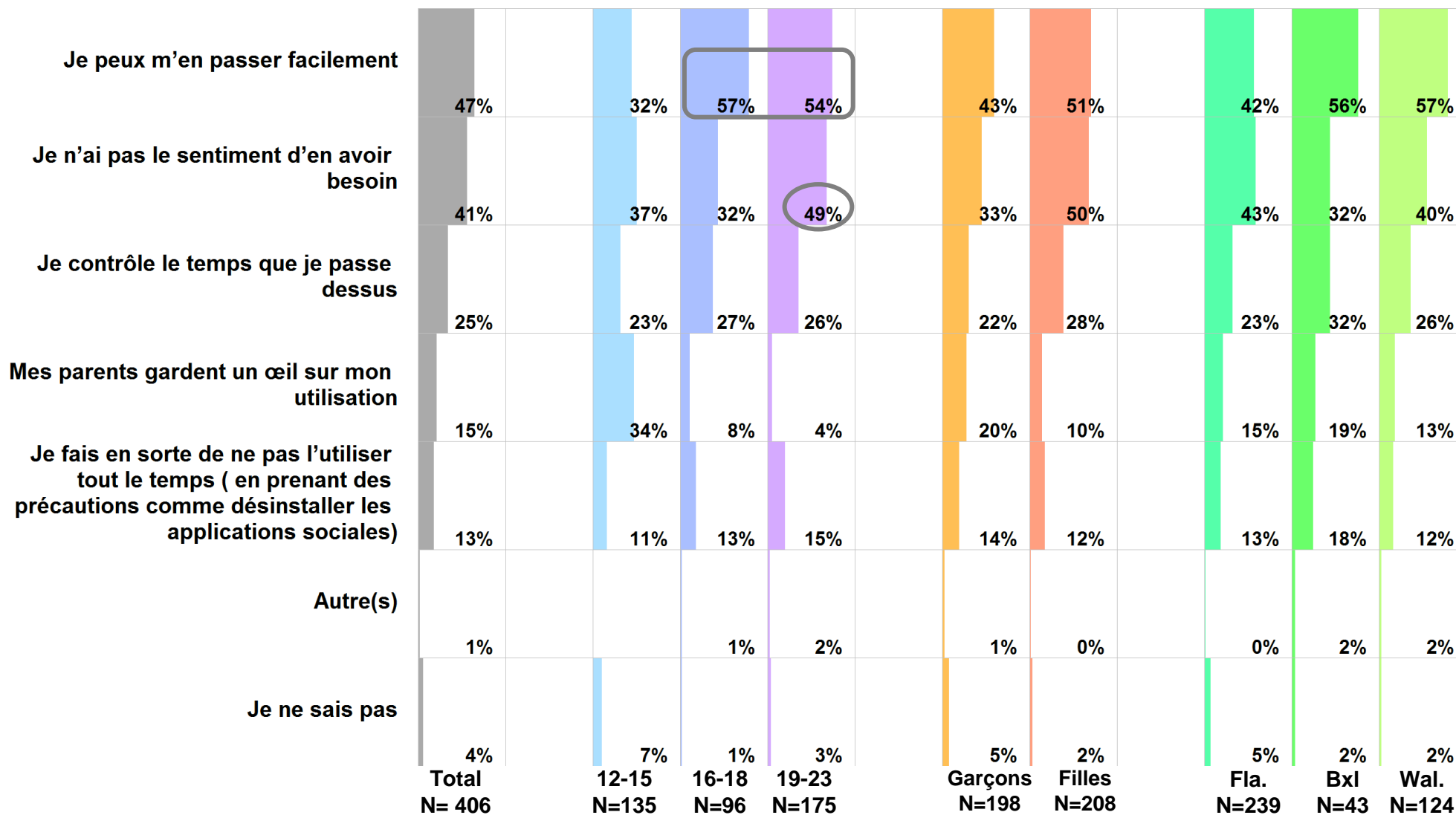
[%, réponses assistées ; base : ont le sentiment d'être « accros » : N = 494]



[4. Fréquence d'usage du smartphone]

4.4. Pourquoi ne pas se sentir « accro » du smartphone ?

Q6f: Qu'est-ce qui te fait penser que tu n'es pas « accro » à ton smartphone ou ta tablette ?

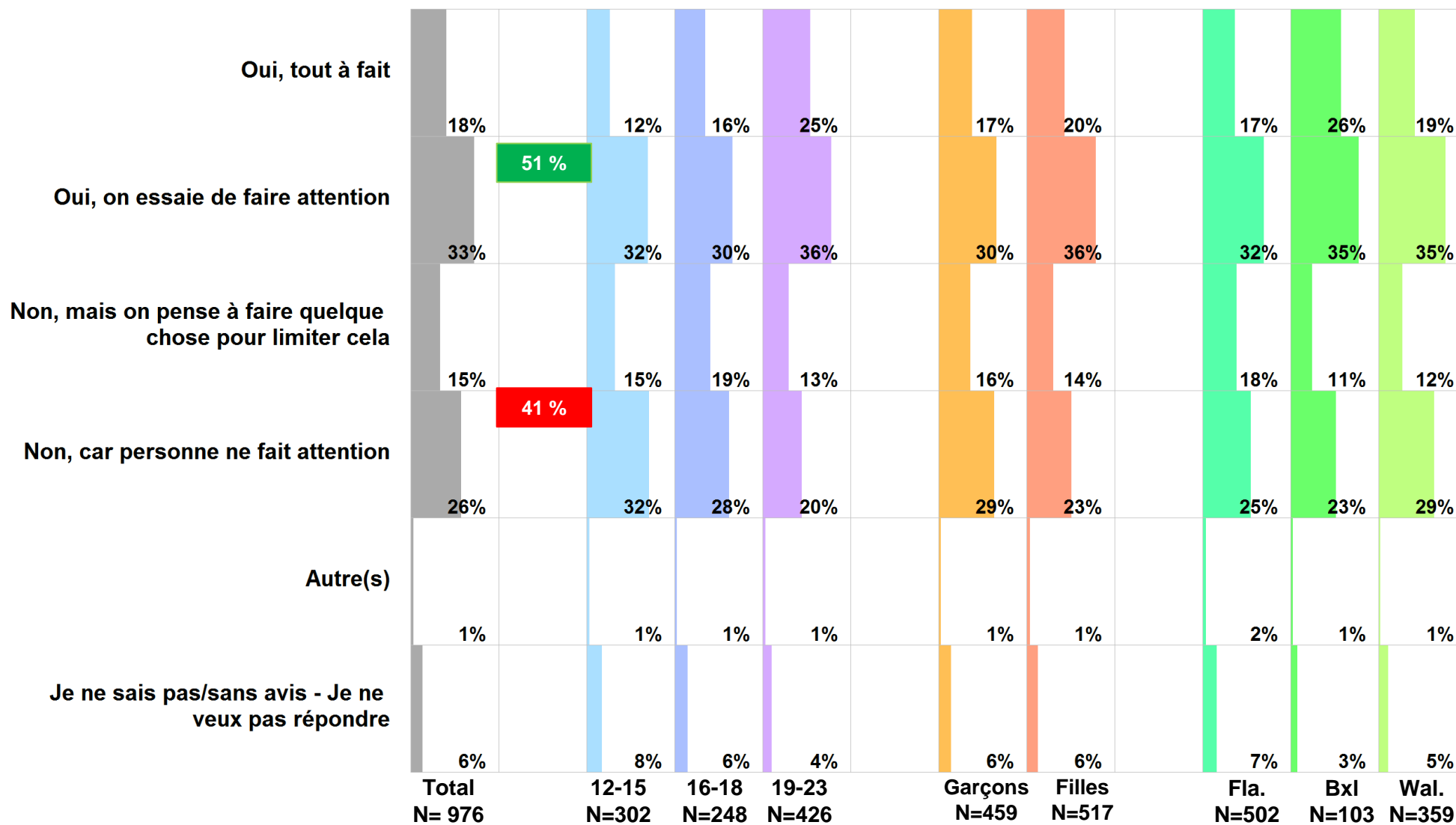


[%, réponses assistées ; base : ont le sentiment de ne pas être « accros » : N = 406]



4.5. L' « autolimitation » du smartphone entre amis

Q6h: Lorsque tu retrouves tes ami(e)s, est-ce vous faites attention à ne pas être sur vos téléphones portables ?

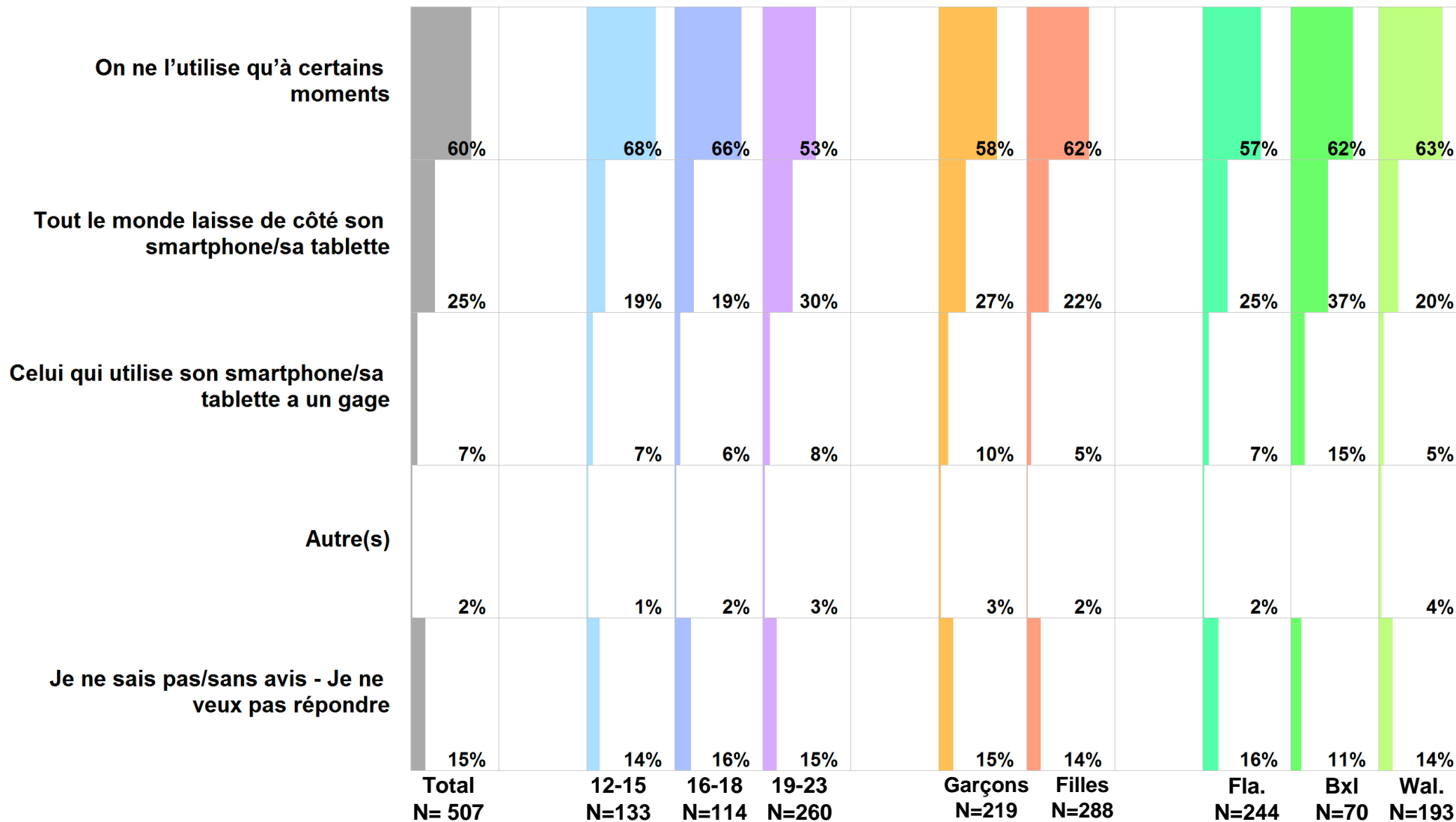


[%, réponses assistées ; base : échantillon total : N = 976]



4.6. Les règles d'« autolimitation » mises en place avec les amis

Q6i: Quelles règles as-tu mises en place ?

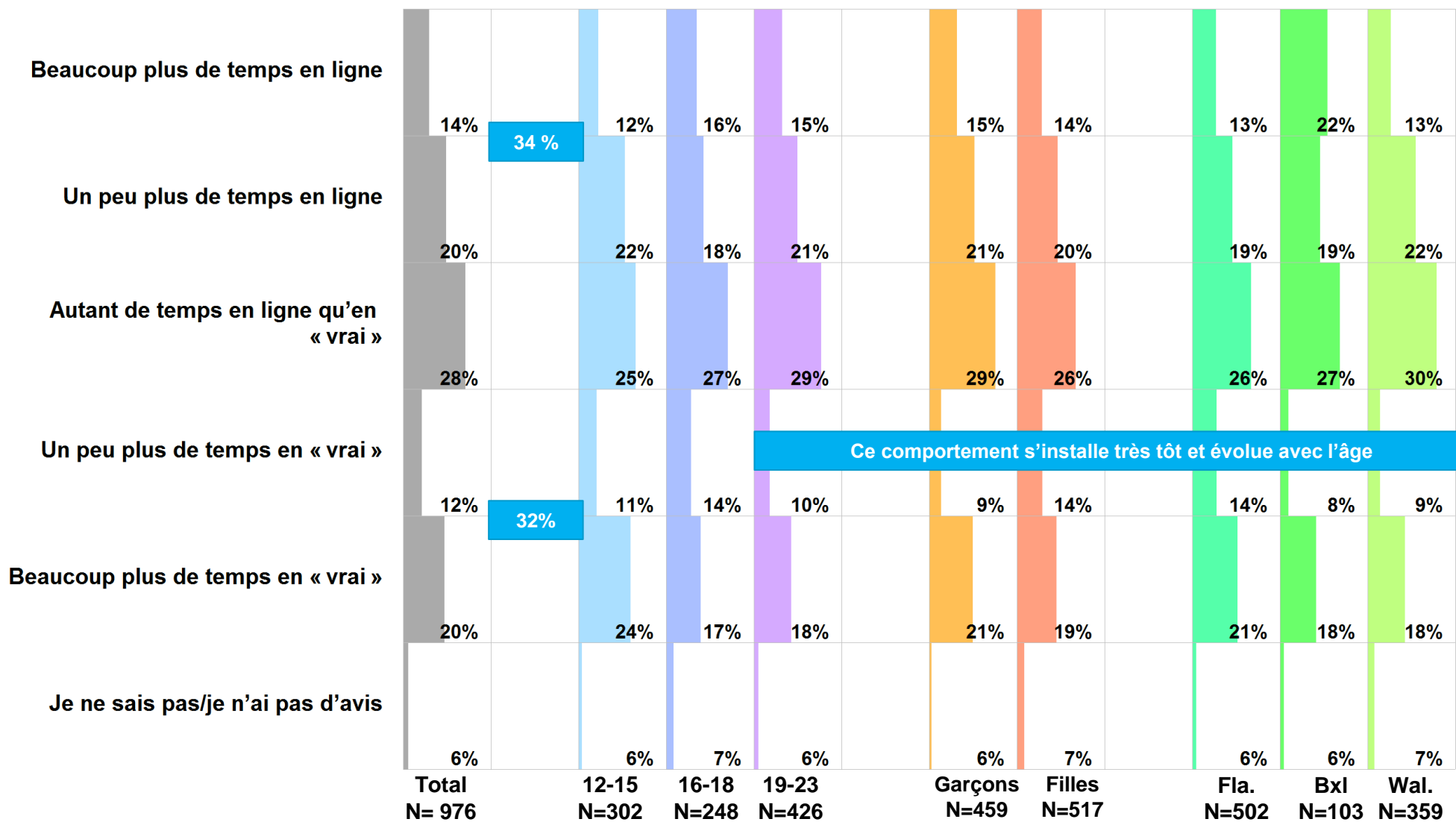


[%, réponses assistées ; base : ont mis en place des règles d' « autolimitation » : N = 507]



4.7. Les jeunes communiquent entre eux autant « en ligne » qu'« en vrai »

Q6j: Selon toi, passes-tu plus de temps à parler en ligne avec tes amis qu'à leur parler en « vrai »/en face ?



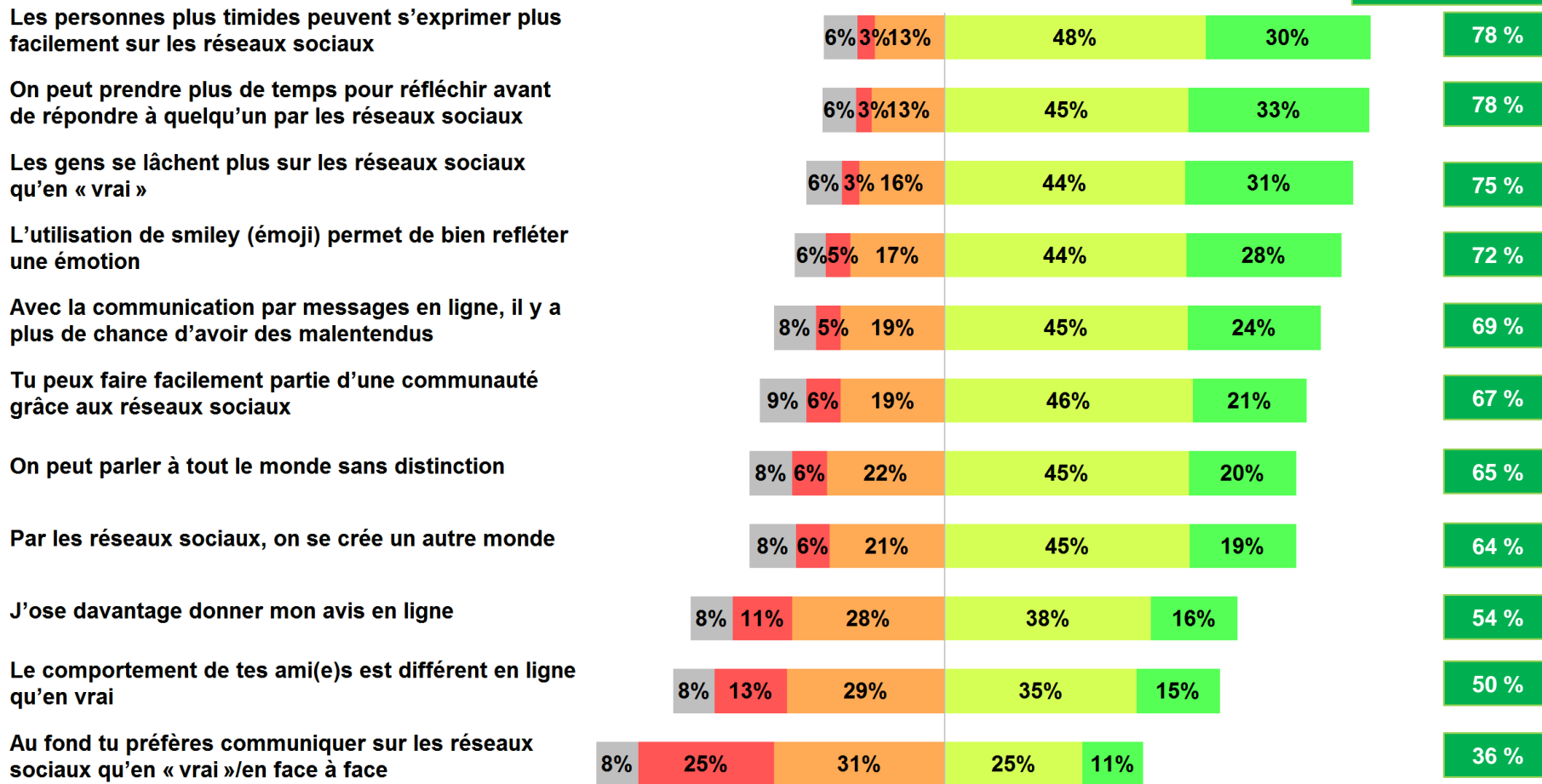
[%, réponses assistées ; base : échantillon total : N = 976]



4.8. Les différences entre communication « numérique » et « réelle »

Q6k: Es-tu d'accord avec les affirmations suivantes concernant les différences entre la communication « numérique » (en ligne) et la communication réelle (« en vrai ») ?

Somme « plutôt d'accord »/ « tout à fait d'accord »



Sans avis/sans opinion
 Plutôt d'accord
 Pas du tout accord
 Tout à fait d'accord
 Plutôt pas d'accord

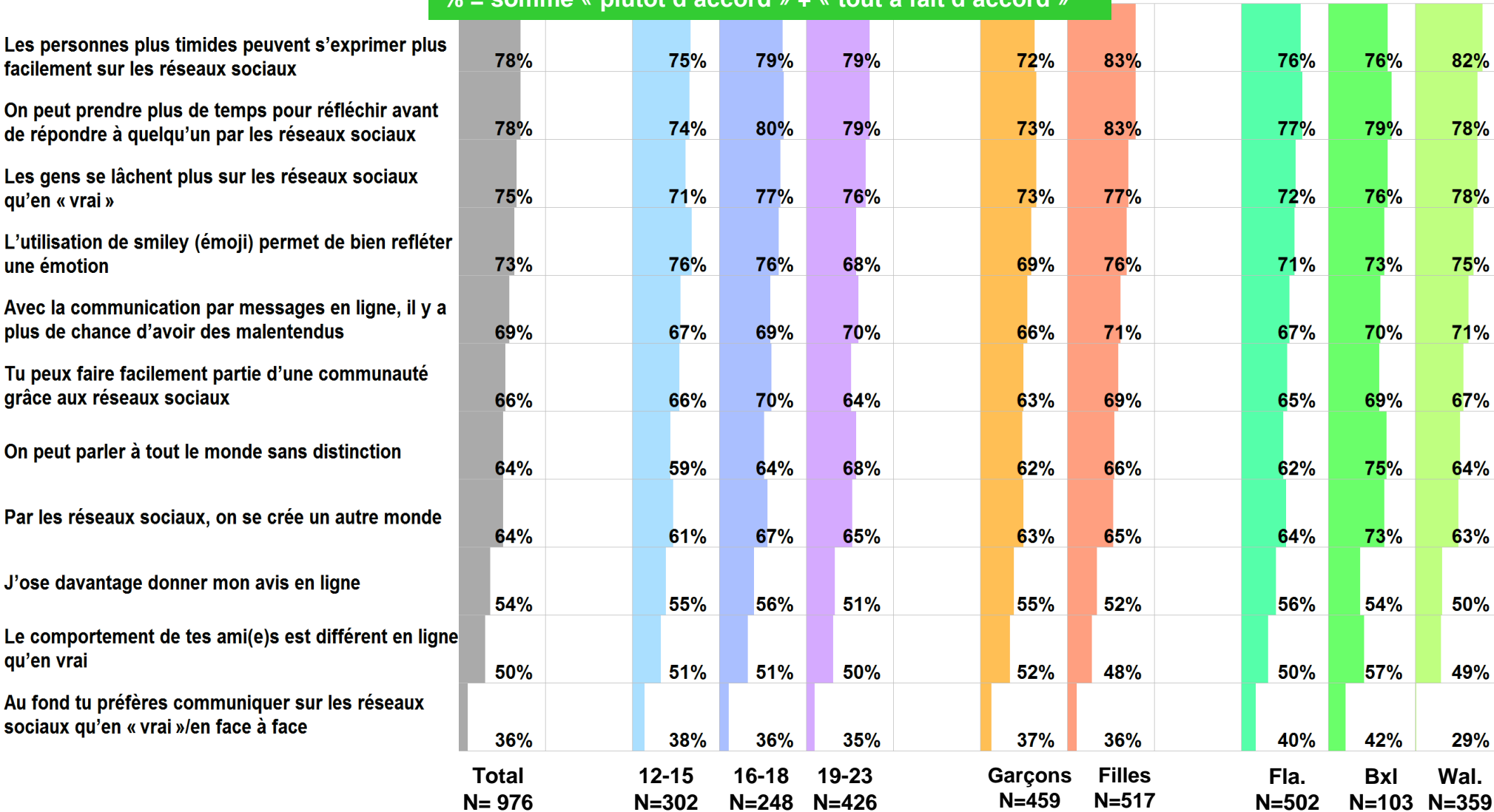
[%, réponses assistées ; base : échantillon total : N = 976]



4.9. Les différences entre communication « numérique » et « réelle »

Q6k:Es-tu d'accord avec les affirmations suivantes concernant les différences entre la communication « numérique » (en ligne) et la communication

% = somme « plutôt d'accord » + « tout à fait d'accord »



[%, réponses assistées ; base : échantillon total : N = 976]

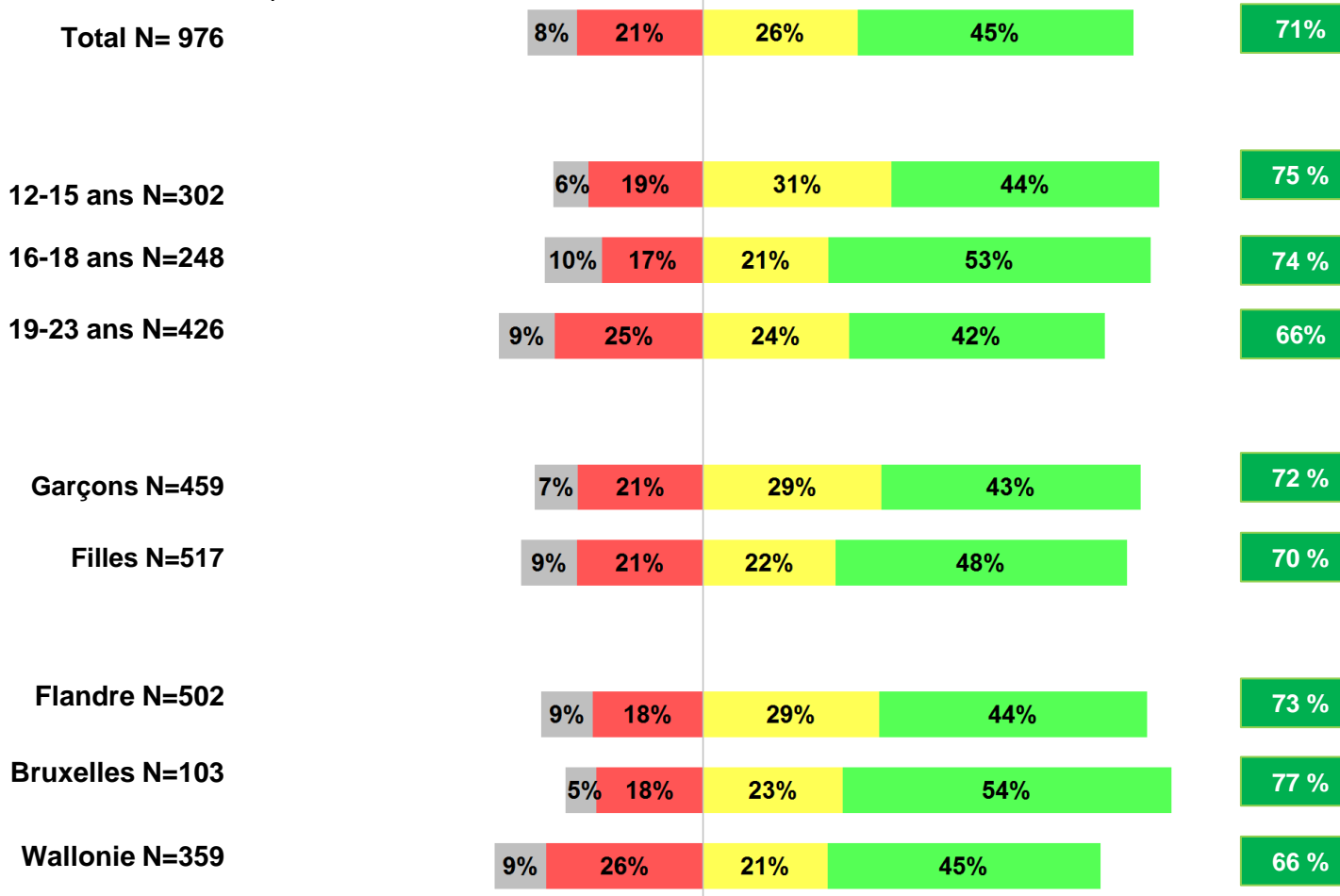


5. Les risques liés à l'utilisation des réseaux sociaux

5.1. Les risques présents sur les R.S.

Q8a : À l'école, est-ce que vous avez déjà parlé des risques de l'utilisation du smartphone/de la tablette et des réseaux sociaux ?

Somme « une fois » / « de temps en temps »



Je ne sais plus/sans avis - Je ne veux pas répondre
 Non jamais

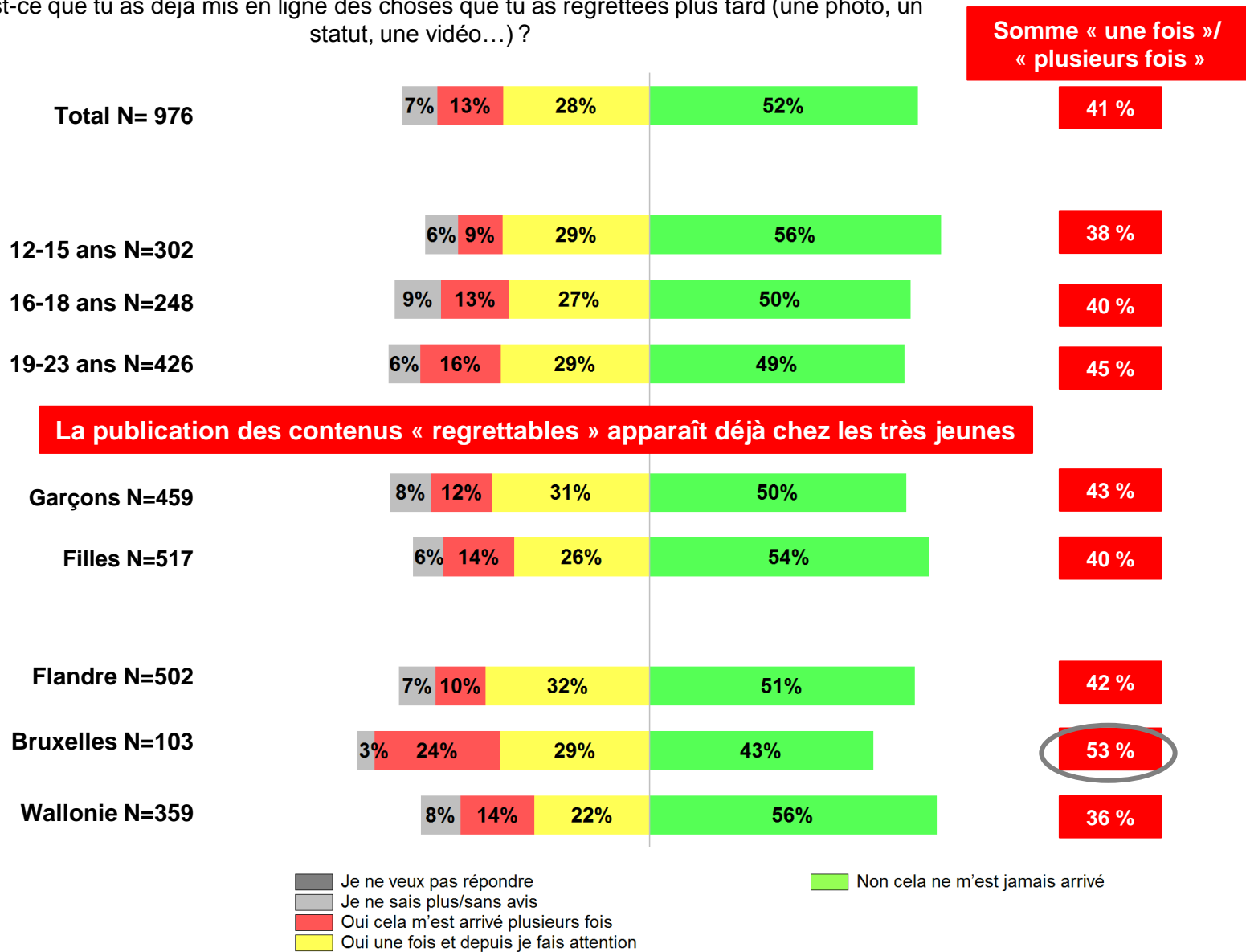
Oui une fois
 Oui cela arrive de temps en temps

[%, réponses assistées ; base : échantillon total : N = 976]



5.2. Quatre jeunes sur dix ont déjà publié un contenu « regrettable »

Q8b : Est-ce que tu as déjà mis en ligne des choses que tu as regrettées plus tard (une photo, un statut, une vidéo...)?

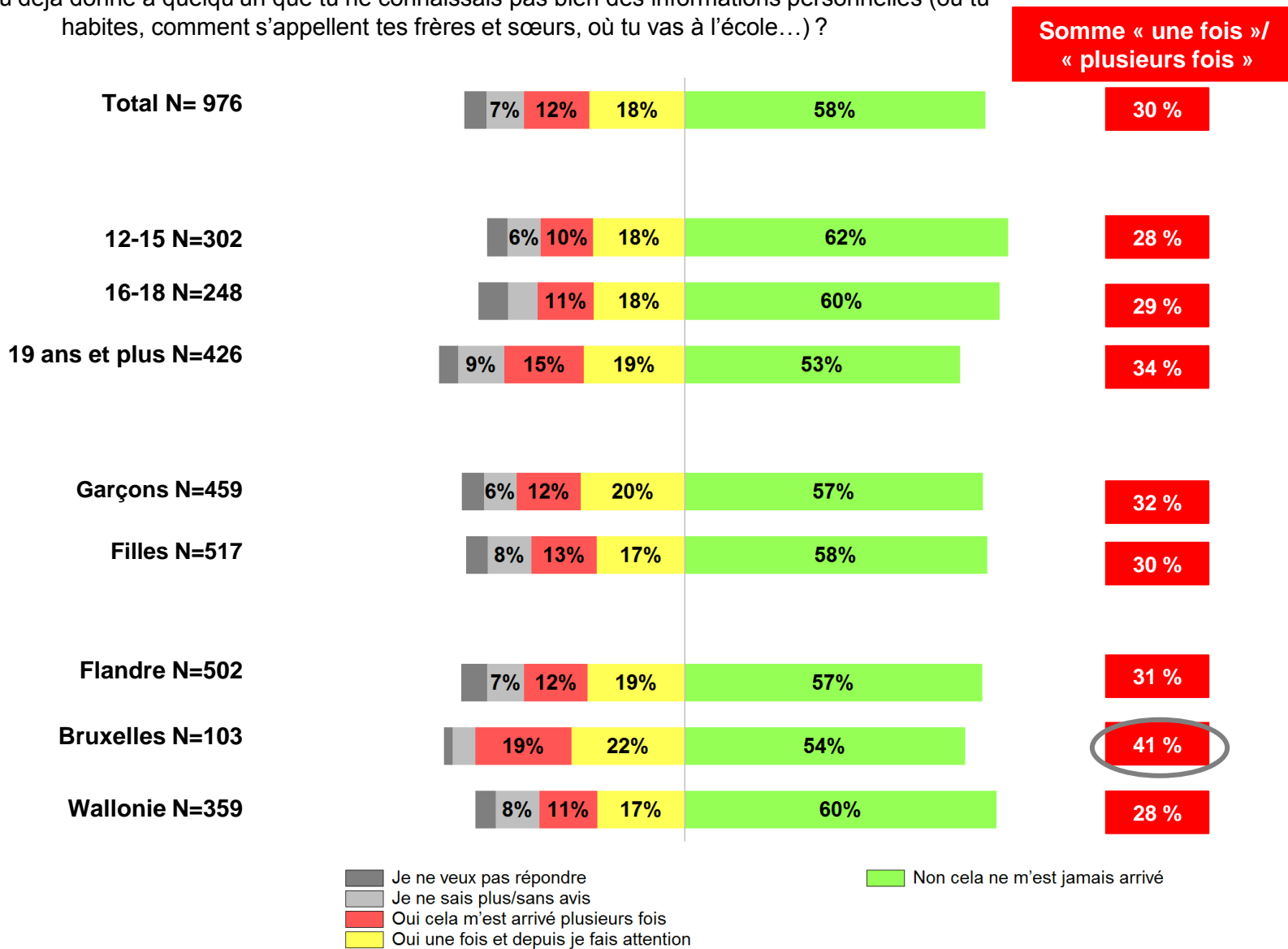


[%, réponses assistées ; base : échantillon total : N = 976]



5.3. Le partage de données personnelles semble assez limité

Q8c :As-tu déjà donné à quelqu'un que tu ne connaissais pas bien des informations personnelles (où tu habites, comment s'appellent tes frères et sœurs, où tu vas à l'école...)?



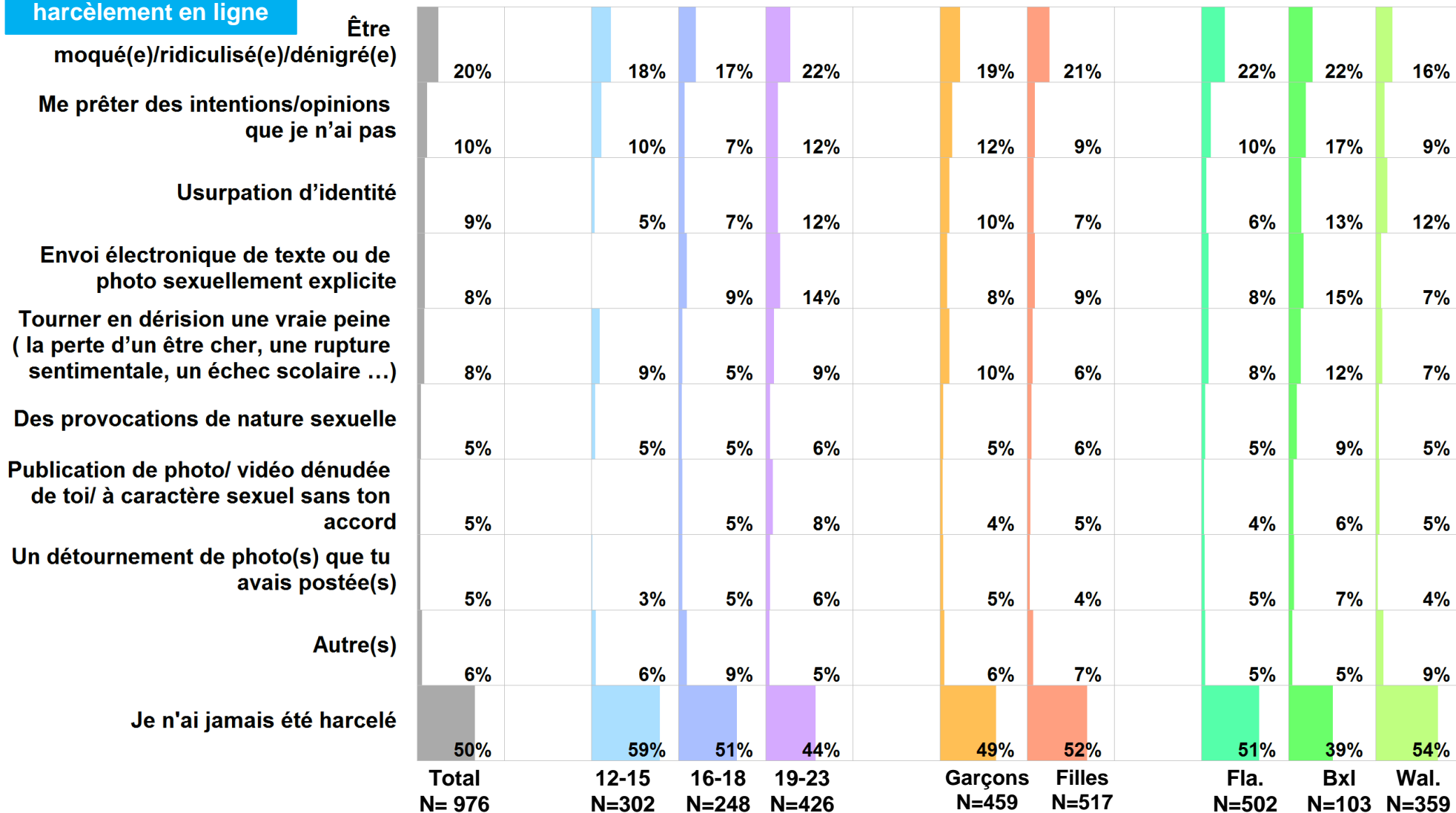
[%, réponses assistées ; base : échantillon total : N = 976]



Unduplicated: 50% des jeunes ont déjà été confrontés à au moins une forme de harcèlement en ligne

5.4. Un jeune sur deux a déjà été confronté au harcèlement en ligne

Q8d :As-tu déjà été confronté(e) à l'un des harcèlements en ligne suivants ?

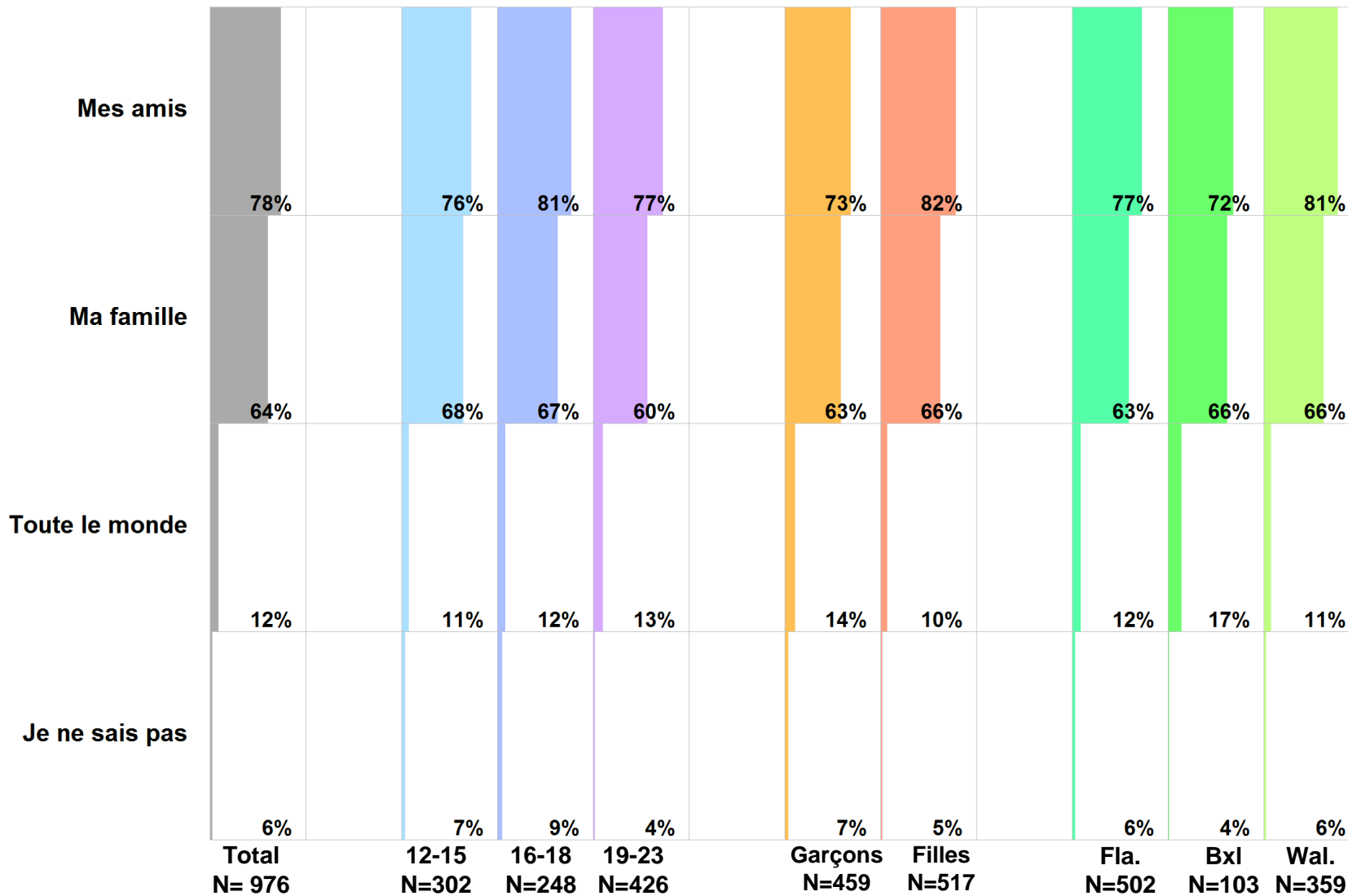


[%, réponses assistées ; base : échantillon total : N = 976]



5.5. L'accessibilité aux contenus postés en ligne

Q8e: Sur les réseaux sociaux, qui peut voir tes publications ?

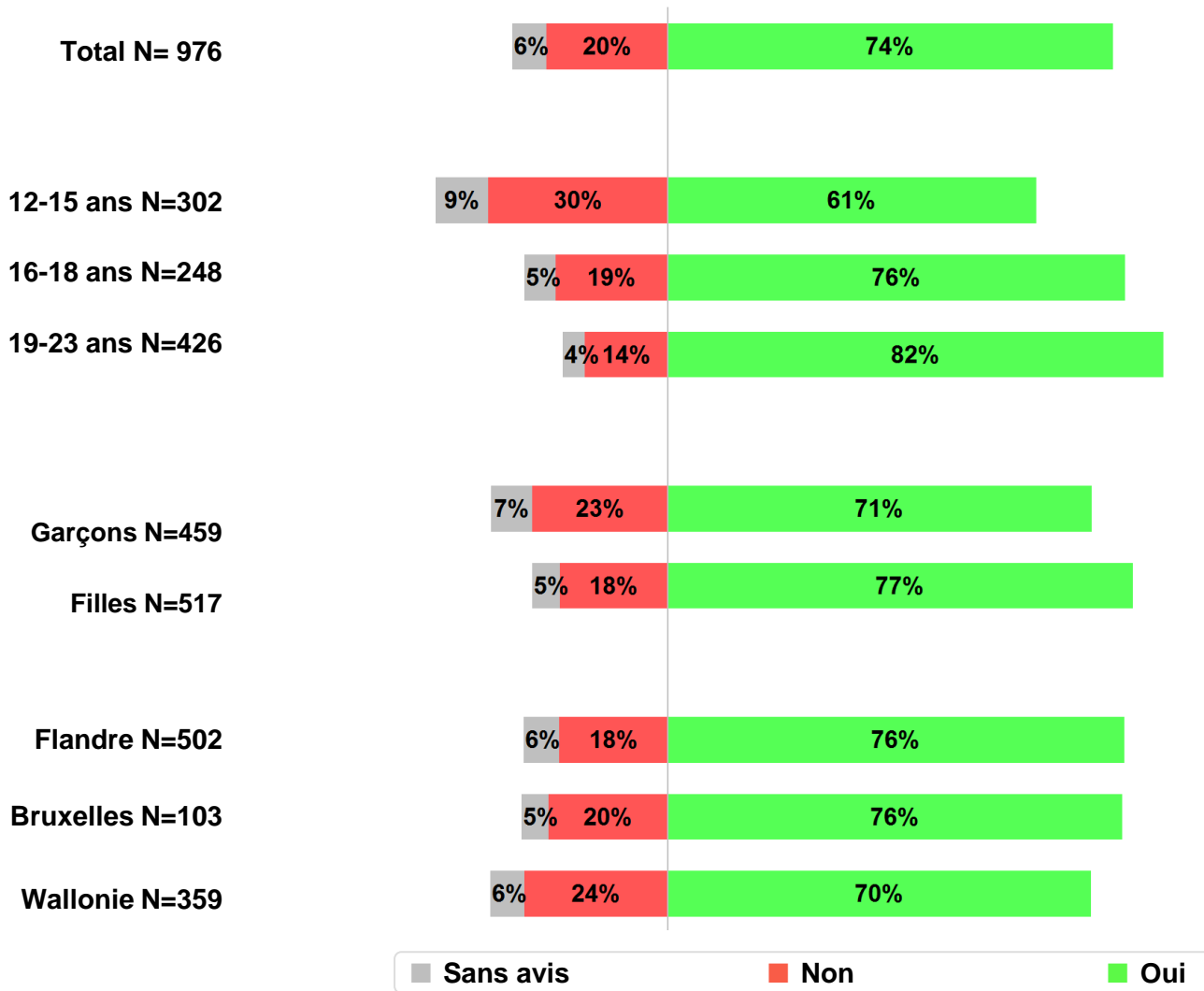


[%, réponses assistées ; base : échantillon total : N = 976]



5.6. La confidentialité des comptes en ligne

Q8f: Est-ce que tu as déjà modifié tes paramètres de confidentialité ?



[%, réponses assistées ; base : échantillon total : N = 976]



6. Les habitudes de fréquentation des réseaux sociaux

6.1. Les R.S. fréquentés

Q9a : Lesquels des réseaux sociaux suivants fréquentes-tu ne serait-ce qu'occasionnellement ?

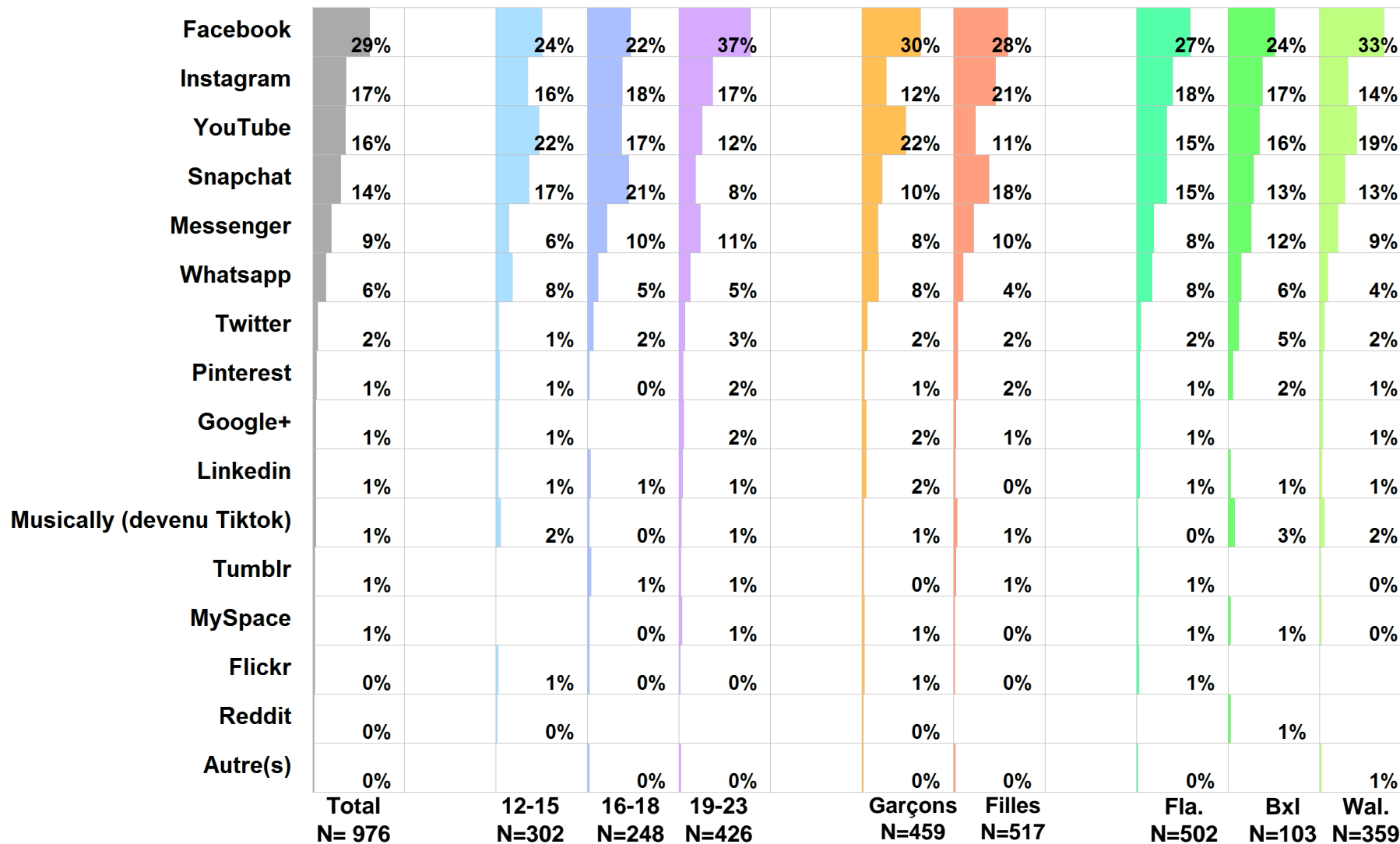
	Total	12-15	16-18	19-23	Garçons	Filles	Fla.	Bxl	Wal.
	N= 976	N=302	N=248	N=426	N=459	N=517	N=502	N=103	N=359
Facebook	80%	68%	82%	87%	77%	82%	83%	72%	77%
YouTube	65%	60%	70%	65%	63%	66%	66%	60%	64%
Messenger	60%	48%	63%	67%	56%	64%	61%	55%	61%
Instagram	60%	53%	66%	61%	54%	65%	63%	56%	55%
Snapchat	56%	48%	65%	57%	50%	62%	56%	50%	59%
Whatsapp	52%	53%	54%	50%	47%	56%	59%	51%	39%
Pinterest	24%	16%	26%	28%	13%	34%	27%	18%	21%
Twitter	21%	15%	28%	23%	23%	20%	20%	28%	21%
Google+	21%	18%	22%	23%	23%	19%	20%	32%	21%
Linkedin	10%	6%	6%	15%	9%	10%	9%	19%	8%
Musically (devenu Tiktok)	9%	17%	6%	5%	5%	14%	9%	10%	11%
Tumblr	7%	2%	8%	9%	4%	10%	8%	7%	5%
Reddit	6%	4%	7%	6%	8%	3%	7%	7%	3%
Flickr	4%	3%	4%	4%	5%	3%	3%	8%	3%
MySpace	3%	3%	4%	3%	4%	2%	2%	6%	4%
Autre(s)	1%	1%	2%	1%	1%	1%	1%	1%	1%
Aucun : je ne fréquente jamais aucun réseau social	3%	4%	3%	2%	3%	2%	2%	2%	4%

[%, réponses assistées ; base : échantillon total : N = 976]



6.2. Le R.S. le plus fréquenté

Q9b : Et lequel des réseaux sociaux suivants préfères-tu (celui sur lequel tu as le sentiment de passer le plus de temps) ?

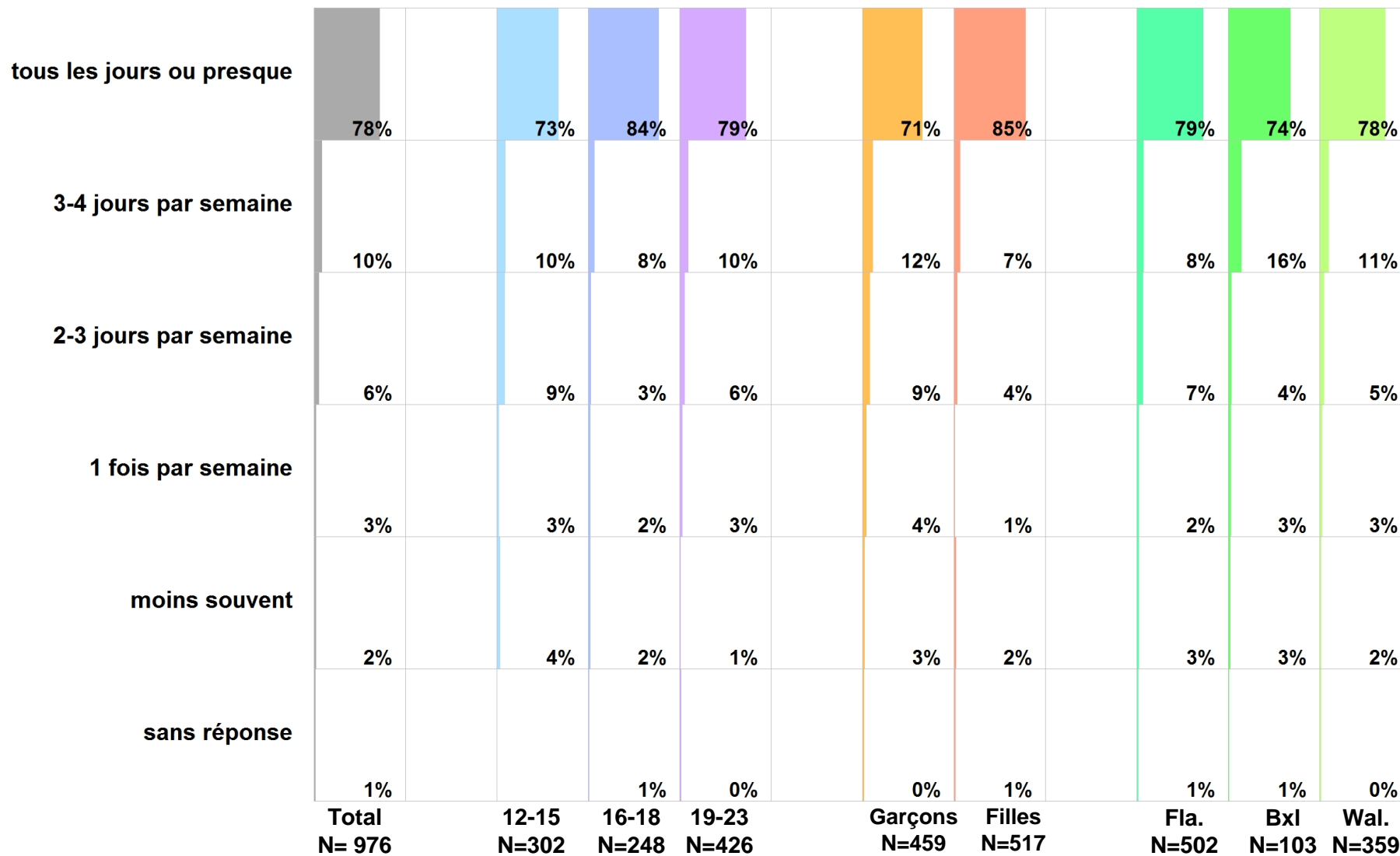


[%, réponses assistées ; base : échantillon total : N = 976]



6.3. Huit jeunes sur dix vont tous les jours sur les R.S.

Q9c : Vas-tu sur les réseaux sociaux...

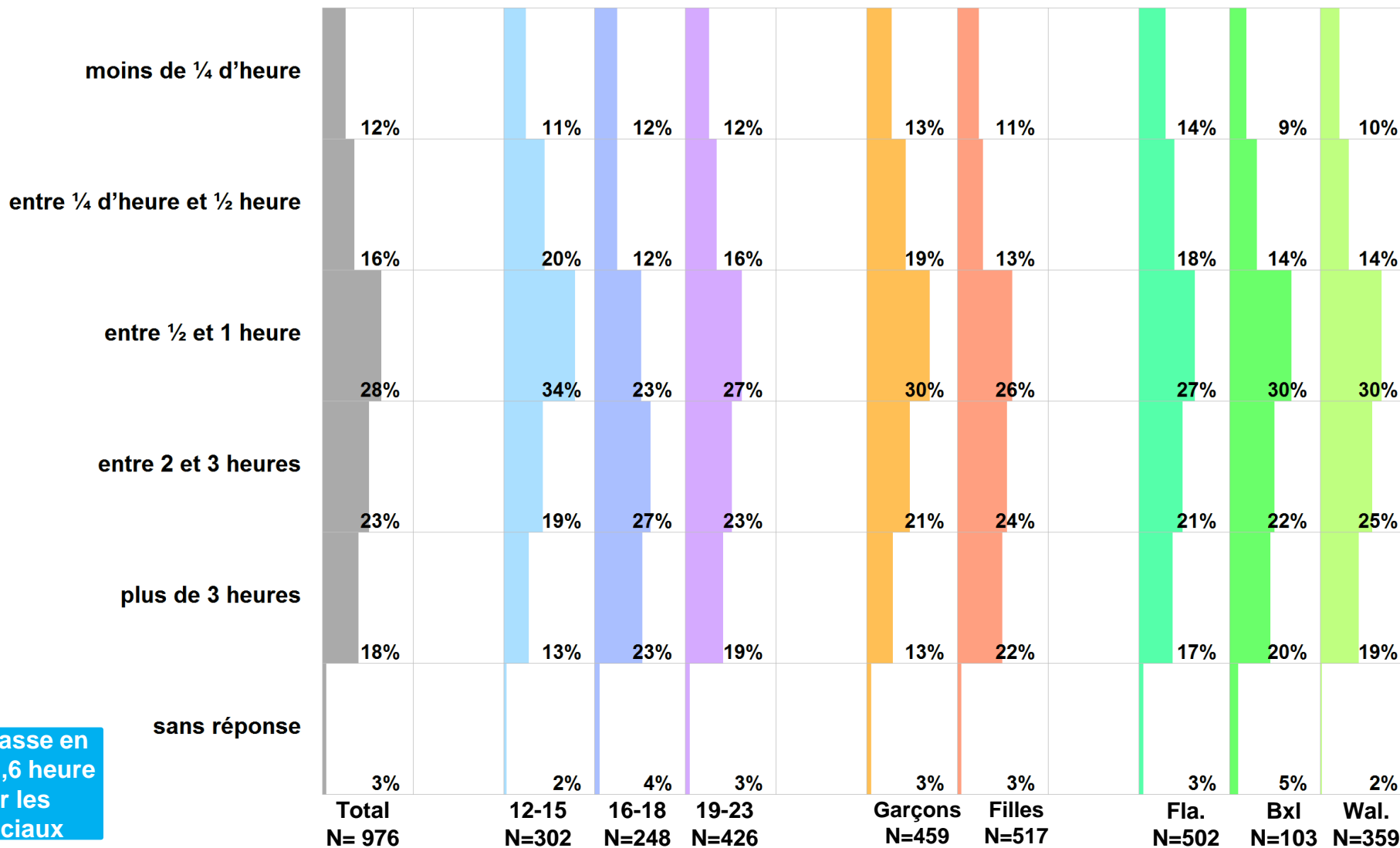


[%, réponses assistées ; base : échantillon total : N = 976]



6.4. La durée quotidienne moyenne passée sur les R.S.

Q9d: En moyenne, par jour où tu vas sur les réseaux sociaux, combien de temps passes-tu sur les réseaux sociaux (tous réseaux sociaux confondus) ?



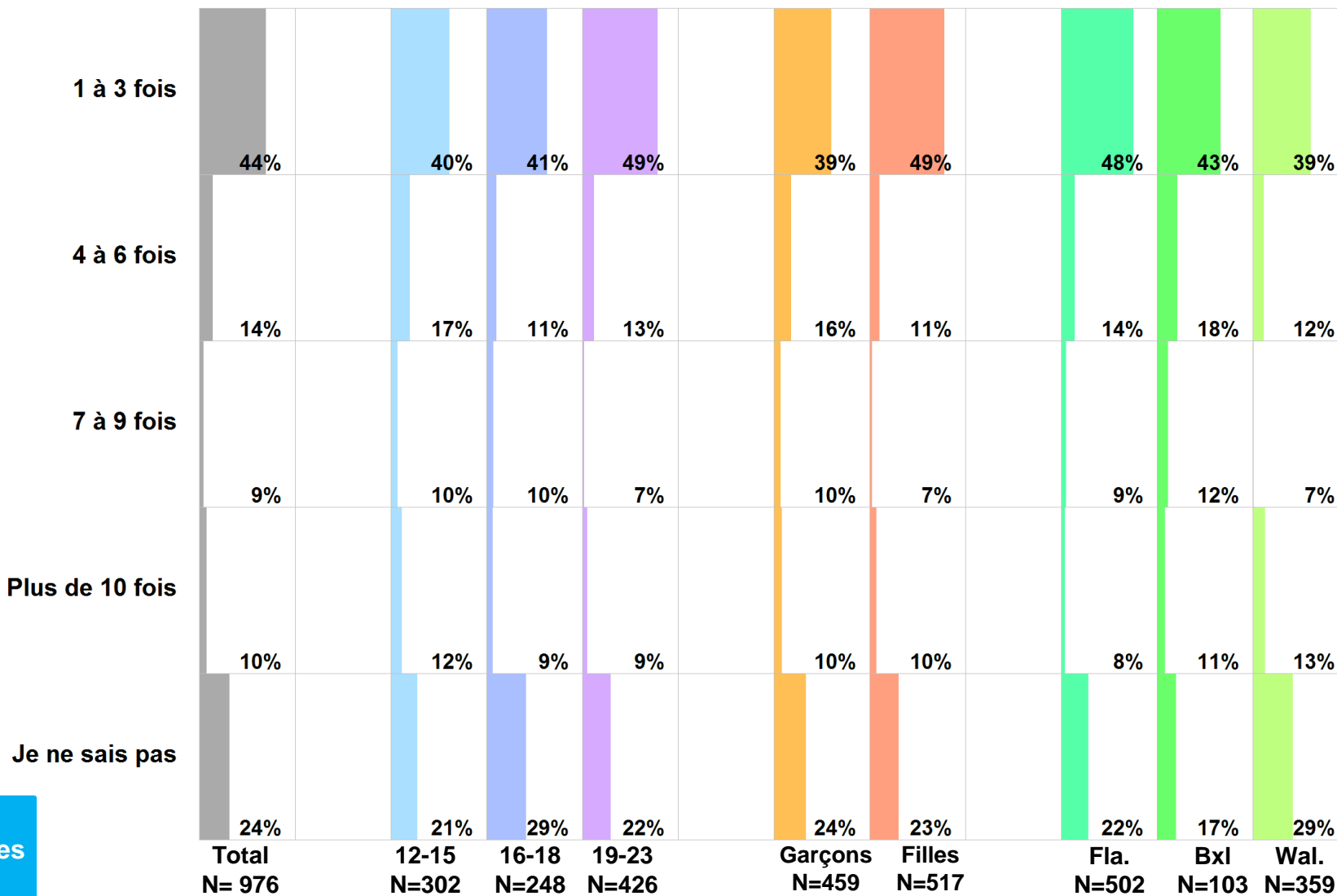
Un jeune passe en moyenne 1,6 heure par jour sur les réseaux sociaux

[%, réponses assistées ; base : échantillon total : N = 976]



6.5. La fréquence de publication sur les R.S.

Q9e: Par semaine, combien de fois postes-tu quelque chose sur les réseaux sociaux ?



Un jeune poste en moyenne 3,3 fois sur les réseaux sociaux par semaine

[%, réponses assistées ; base : échantillon total : N = 976]



6.6. Les aspects positifs des R.S.

Q9f: D'abord, ce que tu aimes dans les réseaux sociaux / ce qui t'attire ?

Permet de rester en contact avec des connaissances	48%	43%	49%	50%	41%	54%	45%	47%	51%
Se tenir au courant de ce qui se passe	43%	36%	45%	48%	39%	47%	43%	38%	46%
Échanger des notes de cours	35%	28%	40%	37%	28%	42%	33%	33%	40%
Passer le temps	34%	32%	35%	35%	29%	39%	33%	33%	37%
Rencontrer des gens de chez soi	30%	28%	36%	28%	30%	30%	30%	27%	30%
Partager des photos de soi	25%	27%	27%	23%	20%	31%	25%	23%	27%
Partager ses intérêts/ses passions	25%	21%	29%	25%	24%	26%	23%	23%	29%
Partager ses souvenirs de vacances	25%	19%	28%	27%	17%	32%	22%	24%	30%
Découvrir de nouvelles choses	21%	20%	26%	18%	22%	19%	18%	19%	25%
C'est un « must » d'y être	19%	23%	20%	15%	21%	17%	20%	23%	16%
Faire des connaissances	18%	15%	21%	18%	18%	18%	17%	21%	19%
Créer/participer à un groupe de discussion sur un thème particulier	18%	15%	19%	19%	17%	18%	13%	20%	25%
Transmettre son opinion sur un sujet	18%	15%	16%	20%	17%	18%	17%	17%	19%
Les likes (j'aime beaucoup les réactions)	15%	19%	15%	13%	13%	18%	15%	16%	16%
Jouer à des jeux avec mes amis	15%	16%	22%	9%	17%	12%	14%	13%	17%
La rapidité de la circulation des informations	13%	9%	18%	13%	13%	12%	10%	15%	17%
Permet de trouver un.e petit.e ami.e	11%	8%	13%	12%	11%	11%	13%	12%	7%
Partager ses sentiments du moment	11%	9%	16%	9%	8%	12%	10%	10%	12%
Autre(s)	0%			1%	1%		0%		
Sans avis/sans opinion	8%	7%	9%	7%	9%	7%	9%	6%	6%
Total	N= 976	12-15 N=302	16-18 N=248	19-23 N=426	Garçons N=459	Filles N=517	Fla. N=502	Bxl N=103	Wal. N=359

[%, réponses assistées ; base : échantillon total : N = 976]



6.7. Les aspects négatifs des R.S.

Q9f': Ensuite, ce que tu aimes moins (ou que tu n'aimes pas du tout) ou encore dont tu te méfies dans les réseaux sociaux ?

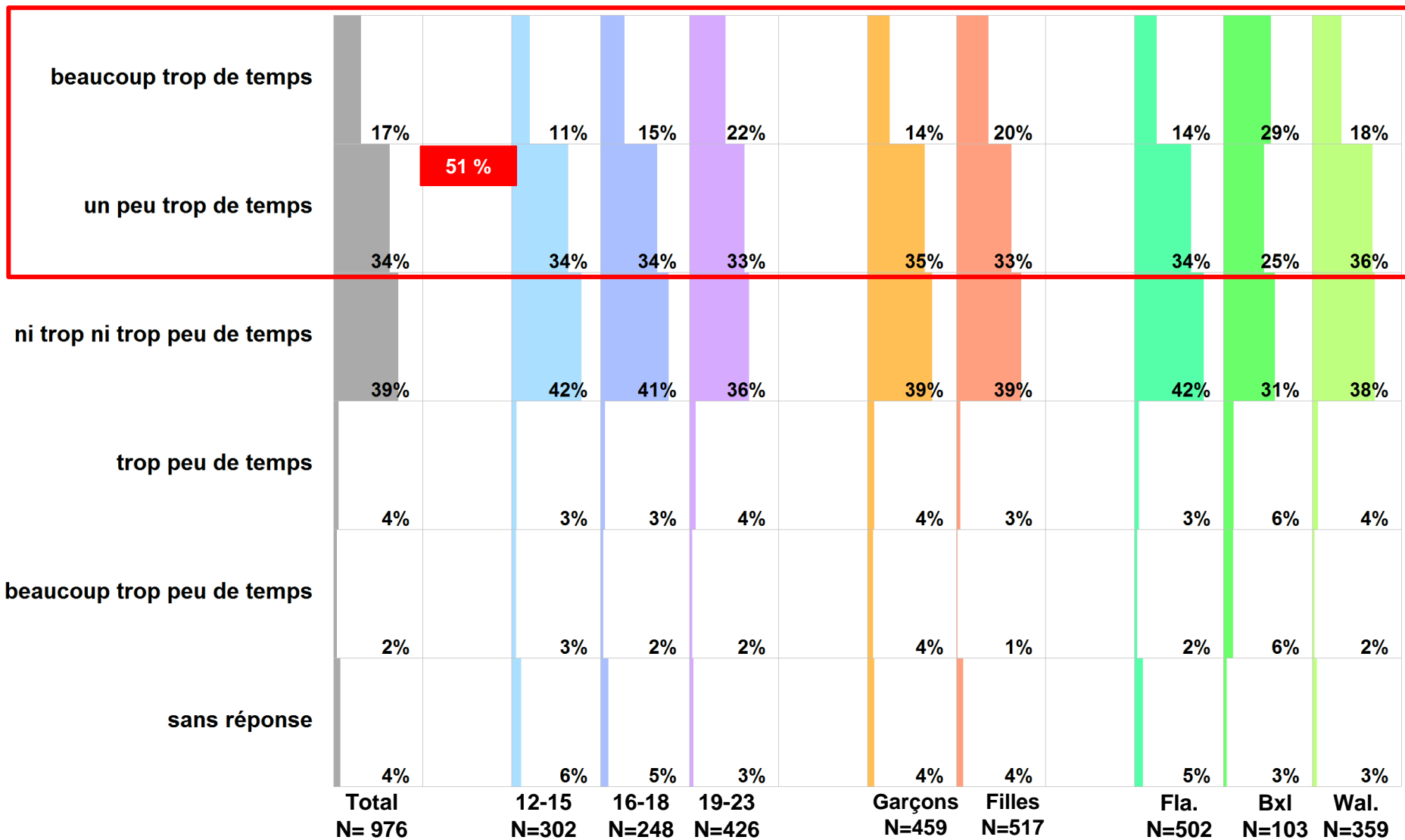
C'est souvent « toujours la même chose »	35%	26%	33%	42%	31%	38%	33%	41%	36%
C'est « addictif »	28%	26%	30%	29%	26%	31%	28%	32%	28%
Il y a trop d'informations inutiles qui circulent	25%	16%	26%	31%	23%	27%	22%	27%	29%
On reste enfermé	23%	21%	24%	24%	22%	24%	21%	22%	26%
La « pression sociale »	22%	19%	23%	23%	19%	24%	25%	19%	17%
On n'a plus d'intimité	21%	17%	21%	24%	20%	21%	19%	26%	22%
Il y a trop de critiques négatives	20%	12%	21%	25%	18%	22%	17%	21%	25%
Il y a trop d'images ou vidéos avec de la violence	15%	11%	12%	20%	12%	18%	11%	16%	22%
Je suis trop dans ma chambre/isolé(e)	15%	18%	17%	11%	16%	13%	13%	16%	16%
Des images et vidéos humiliantes d'enfants ou d'adultes	14%	11%	14%	17%	12%	16%	11%	20%	18%
Ca énerve ma famille/mon entourage	14%	21%	15%	8%	14%	14%	12%	19%	16%
Je crois que je dévoile trop d'informations sur moi	11%	10%	9%	13%	12%	10%	11%	19%	9%
Des images et vidéos à contenu pornographique	10%	8%	9%	12%	10%	10%	9%	14%	10%
Les likes (je suis déçu quand il y en a peu)	7%	9%	6%	7%	7%	7%	8%	8%	5%
Autre(s)	0%		0%	0%	0%	0%	0%		0%
Sans avis/sans opinion	7%	9%	7%	6%	8%	7%	9%	3%	7%
Il n'y a rien que ne me dérange	8%	10%	8%	5%	7%	8%	9%	6%	6%
Total	N= 976	12-15	16-18	19-23	Garçons	Filles	Fla.	Bxl	Wal.
		N=302	N=248	N=426	N=459	N=517	N=502	N=103	N=359

[%, réponses assistées ; base : échantillon total : N = 976]



6.8. Un jeune sur deux estime passer trop de temps sur les R.S.

Q9g: Est-ce que tu as le sentiment qu'en moyenne, tu passes sur les réseaux sociaux

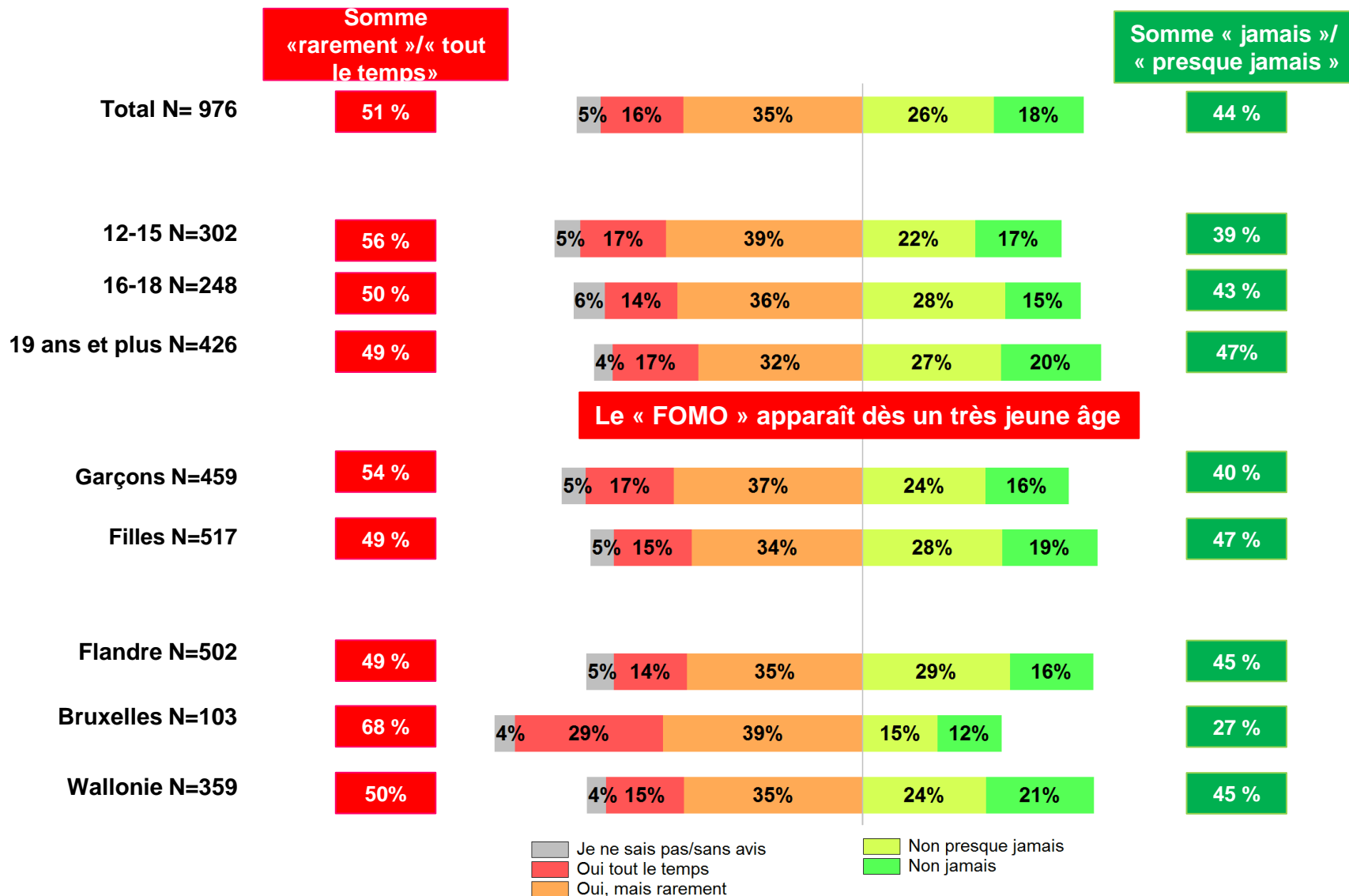


[%, réponses assistées ; base : échantillon total : N = 976]



6.9. La « peur de manquer » (FOMO): un jeune sur deux en souffre

Q9h: Est-ce qu'il t'arrive parfois, quand tu n'es pas allé depuis longtemps sur les réseaux sociaux d'avoir peur de manquer quelque chose d'important ou d'avoir raté quelque chose d'important ?



[%, réponses assistées ; base : échantillon total : N = 976]